

ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO: AMOR, PERDA E LUTO DOS TUTORES

PETS: LOVE, LOSS AND GRIEF FOR THEIR OWNERS

Áudrea Cristina Brandão¹

Roseli Aparecida Monaco²

RESUMO: O objetivo deste estudo foi compreender a crescente importância dos animais de estimação na família contemporânea e as implicações que a morte desses companheiros causa nos tutores. Embora o luto seja geralmente associado à perda de pessoas, a dor provocada pela morte de um *pet* pode ser igualmente intensa, uma vez que os laços afetivos entre seres humanos e animais de estimação têm se tornado cada vez mais significativos. Essa relação emocional, caracterizada por afeto e convivência diária, transforma os *pets* em membros das famílias multiespécies, o que torna a morte um momento devastador para muitos tutores. A pesquisa se concentrou em trabalhos de autores renomados nas áreas de psicologia, psicanálise e estudos sobre o luto, como Bowlby (2004), Worden (2013), entre outros. A metodologia foi uma revisão de literatura narrativa que inclui o levantamento de estudos que analisam as famílias contemporâneas e os *pets*, o papel do apoio social e emocional na elaboração do luto e a relevância de rituais de despedida. O estudo evidenciou a necessidade de maior compreensão e aceitação do luto por animais de estimação, promovendo discussões sobre a validação social desse sofrimento e a importância de apoio psicológico para os tutores enlutados.

2462

Palavras-chave: Interação Humano-Animal. Famílias Multiespécies. Luto. Família Contemporânea.

ABSTRACT: The objective of this study was to understand the growing importance of pets in contemporary families and the implications that the death of these companions has on their owners. Although grief is generally associated with the loss of people, the pain caused by the death of a pet can be equally intense, since the emotional bonds between humans and pets have become increasingly significant. This emotional relationship, characterized by affection and daily coexistence, transforms pets into members of multispecies families, which makes death a devastating moment for many owners. The research focused on works by renowned authors in the fields of psychology, psychoanalysis and studies on grief, such as Bowlby (2004), Worden (2013), among others. The methodology was a narrative literature review that included a survey of studies that analyze contemporary families and pets, the role of social and emotional support in the elaboration of grief and the relevance of farewell rituals. The study highlighted the need for greater understanding and acceptance of grief in pets, promoting discussions about the social validation of this suffering and the importance of psychological support for grieving guardians.

Keywords: Human-Animal Interactions. Multispecies Families. Grief. Human-Animal Bonding.

¹ Psicologia e Pós-graduação (extensão em andamento) em Luto e Rompimento de Vínculos. Tutora EAD do curso de Pedagogia e Psicopedagogia da Universidade Santo Amaro (UNISA).

² Mestre em Educação, Arte e História da Cultura. Professor/Supervisor do Curso de Psicologia da Universidade Santo Amaro.

I INTRODUÇÃO

A compreensão de família é multifacetada ³ e tem evoluído ao longo do tempo, adaptando-se à contínua mudança da sociedade, englobando diversas formas de organização social, além da família nuclear tradicional (Segalen, 2014).

Segundo Segalen (2014) e Bernardo (2018), a família é entendida como uma instituição social que assume múltiplas configurações, todas centradas em laços de afeto e convivência, proporcionando o ambiente ideal para o desenvolvimento de suas capacidades individuais. De acordo com os mesmos autores, a representação da família não se limita ao casamento, ela transcende esse contrato.

A relação animal-humano existe há milhões de anos e se expressa de diversas formas, seja no convívio diário, na amizade, em resgates ou em outras funções essenciais (Khandai; Shrivastava, 2023). Na sociedade moderna, essa relação tem se tornado cada vez mais significativa, com os “*pets*”⁴ (palavra derivada do Inglês) assumindo papéis fundamentais no contexto afetivo e familiar, gerando outro tipo de família, a multiespécies.

A família multiespécies é um modelo em que humanos, animais e outras espécies convivem em equilíbrio e paz em uma mesma casa, sendo considerados membros da família (Câmara dos Deputados, 2023; Pedro, 2023). À medida que o ser humano se desenvolve em todas as áreas, é fundamental considerar uma conexão mais harmoniosa, amorosa e respeitosa pelos animais, incluindo-os no seio familiar (Andrade; Berto, 2023). Na contemporaneidade, os animais são tidos como membros da família, exercendo diversas funções de apoio emocional e afeto. Com isso, há muitos benefícios, principalmente em momentos de estresse e crises de ansiedade (Andrade; Berto, 2023).

A depender do tipo de vínculo que os animais de estimação desempenham na vida de seus tutores, eles podem fornecer companhia, diminuir ansiedade, aliviar o estresse e muitas vezes contribuem reduzindo a solidão (Crossley; Rolland, 2022).

A morte dos animais de estimação pode causar ansiedade, depressão e um luto intenso na vida dos tutores. Infelizmente, muitas vezes esses sentimentos não são validados, por conta do estigma de sofrer por “algo” que não seja humano (Crossley; Rolland, 2022).

³ Disponível em: <https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/multifacetado>. Acesso em: 13 out. 2024.

⁴ Disponível em: <https://www.etymonline.com/pt/word/pet>. Acesso em: 14 ago. 2024.

Além da ausência física, a falta de carinho recebido desses animais é sentida de maneira intensa por parte de muitos tutores. Os cães vivem em média entre oito e dezoito anos⁵, mas grande parte das famílias não estão preparadas para a morte desses seres que ensinam, de uma maneira suave, sobre o amor (Crossley; Rolland, 2022).

O processo de luto, encontrou subsídio bibliográfico a partir das teorias de Bowlby (2004), Parkes (1998), Parkes (2009), Darwin (2009), Worden (2013) e Kübler-Ross (2017), verificando como as relações afetivas entre humanos e seus *pets* podem atuar nas reações emocionais e no impacto dessas perdas na vida dos tutores.

1.1 Objetivo Geral

Compreender a crescente importância dos animais de estimação na família contemporânea e as implicações que a morte desses companheiros causa nos tutores.

1.2 Objetivos Específicos

- Compreender as contribuições emocionais e psicológicas proporcionadas pelos animais de estimação no ambiente familiar.
- Examinar a evolução do conceito de família e como ele passou a incluir a relação entre humanos e animais de estimação.
- Analisar o processo de luto enfrentado pelos tutores após a morte de seus animais de estimação.

2464

1.3 Justificativa

O crescente interesse de muitas famílias contemporâneas pelos *pets* os torna, muitas vezes, membros legítimos delas, desempenhando funções emocionais importantes, tais como bem-estar, redução da solidão e diminuição da ansiedade. A perda dos animais pode gerar um luto intenso, frequentemente minimizado ou até banalizado socialmente. Validar esse luto é fundamental para desenvolver abordagens mais empáticas e inclusivas, tanto no âmbito pessoal quanto no campo da psicologia (Crossley; Rolland, 2022). Assim, o estudo

⁵ Disponível em: <https://fisiocarepet.com.br/quantos-anos-vive-um-cachorro-entenda-as-variáveis/>. Acesso em: 24 jul. 2024.

visa contribuir para uma maior validação e apoio ao luto dos tutores, promovendo uma visão mais humanizada das relações interespecíes.

1.4 Metodologia

A metodologia de pesquisa foi uma revisão de literatura narrativa, incluindo livros e artigos científicos que abordam a relação entre seres humanos e seus animais de estimação, o abalo emocional decorrente da morte desses animais e o processo de luto. Essa abordagem permitirá uma análise fundamentada em pesquisas e teorias existentes, ressaltando que há poucas bibliografias em nosso país que abordam a relação humano-animal, o que levou a explorar conteúdos em outros países. Foram selecionadas publicações das bases de dados: Scielo, PubMed, Frontiers e CABI Digital Library, com datas a partir do ano de 2014.

Os critérios de inclusão definidos para esta revisão foram: publicações em português e inglês, artigos publicados a partir de 2014, estudos que abordem diretamente a interação humano-animal, as famílias multiespécies, a família contemporânea e o luto, e fontes confiáveis e revisadas. Os critérios de exclusão usados foram: publicações anteriores a 2014, estudos não revisados e artigos que não discutam diretamente a relação humano-animal ou do luto. Esses critérios foram definidos para assegurar a importância e a qualidade das fontes utilizadas, garantindo que a revisão seja baseada em informações verificadas.

2465

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Família contemporânea e família multiespécies

A família nos dias atuais diverge significativamente do modelo tradicional, no qual o homem é o provedor financeiro e a mulher é a cuidadora exclusiva do lar e dos filhos (Castro, 2020). A configuração da família contemporânea é marcada pela variedade e versatilidade, como as famílias homossexuais, famílias monoparentais, famílias habitacionais (Trage; Donelli, 2020). A estrutura familiar atual foge dos padrões impostos pelo modelo patriarcal, pois possibilita a busca pelo respeito mútuo nas responsabilidades do lar, trabalho e família (Castro, 2020).

Segundo Applebaum *et al.* (2021) o afeto e os relacionamentos sociais são reconhecidos por reduzirem os impactos das dificuldades do dia a dia. Na atualidade o amor

se manifesta por diversos meios, e um deles é o afeto que os humanos têm pelos *pets*, que muitas vezes estabelecem laços afetivos profundos por eles. A conexão entre humanos e animais demonstra que essa parceria é benéfica e proveitosa para os dois lados. Estudos anteriores mostram que manter uma relação de carinho com os *pets* pode contribuir para amenizar situações de estresse (Applebaum *et al.*, 2021).

Os cães e gatos são os animais de estimação mais comuns. Entretanto, essa condição não se aplica apenas a eles, mas também a várias outras espécies, como bovinos, equinos, répteis e aves, embora em menor grau. Esse reconhecimento como membros da família permite que os *pets* tenham acesso a todas as áreas da casa, deixando-os livres para circularem em locais que antes eram apenas restritos aos humanos (Irvine; Cilia, 2017).

A mudança no comportamento humano em relação aos “filhos de pelos” também transformou a rotina da casa e do dia a dia. Hoje em dia, muitos tutores incluem seus animais de estimação nas atividades cotidianas, levando-os para passear, ir ao supermercado e cuidando mais da saúde dos *pets* como vacinas e visitas frequentes ao veterinário (Irvine; Cilia, 2017). As mesmas autoras explicam que embora as famílias possam ter vários animais de estimação ao longo do tempo, devido à vida curta dos *pets* em comparação aos humanos, cada animal é considerado único, e sua morte é recebida com profunda dor, tristeza e luto.

2.2 Abordagens sobre o luto

Bowlby (2004), autor da Teoria do Apego, ressaltou a importância dos vínculos afetivos entre os seres humanos e como a perda de uma figura de apego pode provocar o desenvolvimento de um luto intenso. Bowlby (2004) percebeu que o luto representa uma resposta natural e adaptativa à perda, sendo influenciado pelo tipo de relação estabelecida com o objeto perdido, humano ou não. Ele descreveu o luto como um processo psicológico composto por fases, que incluem o entorpecimento, o anseio e busca pela pessoa perdida, a desorganização e o desespero, e, por fim, a reorganização da vida.

Do mesmo modo, Parkes (2009), contribuiu para a compreensão do luto, destacando as reações emocionais que ocorrem após a perda. Além de ser uma resposta emocional, o luto envolve um processo cognitivo de adaptação à ausência. Ele ressaltou que o luto pode ser prolongado ou até patológico, quando a pessoa enlutada não consegue integrar adequadamente a perda (Parkes, 2009). Isso pode ser observado em situações em que o

falecimento de um animal de estimação, por exemplo, não é socialmente reconhecido, aumentando o sofrimento e o isolamento da pessoa enlutada (Lapa; Nogueira, 2022).

Os sentimentos são importantes para a adaptação e a sobrevivência das espécies, e o luto pode ser compreendido como uma resposta crescente às quebras nos vínculos afetivos, que são primordiais para a coesão social (Darwin, 2009).

As quatro tarefas do luto, propostas por Worden (2013), são essenciais para a elaboração do processo do luto de uma maneira saudável. Essas tarefas englobam aceitar a realidade da perda, trabalhar as emoções associadas, ajustar-se ao novo ambiente sem a presença do ente querido, e reinvestir a energia emocional em novas relações. Lapa e Nogueira (2022) explicam que, no contexto da perda de um animal de estimação, essas tarefas se tornam desafiadoras devido à falta de reconhecimento social e institucional desse tipo de luto, levando a um processo de elaboração mais complicado.

Por último, Kübler-Ross (2017), destaca em sua teoria dos cinco estágios que antecede o morrer uma outra perspectiva sobre o processo da morte. Ela identificou os estágios de negação, raiva, barganha, depressão e aceitação como fases comuns que as pessoas experimentam com a chegada da morte. Embora esses estágios não ocorram de maneira linear, eles proporcionam uma compreensão dos sentimentos que podem surgir durante esse processo, inclusive no caso da perda de um animal de estimação.

2467

Desse modo, ao unir as teorias de Bowlby (2004), Parkes (1998), Parkes (2009), Darwin (2009), Worden (2013) e Kübler-Ross (2017), este estudo busca analisar a visão do processo de luto em relação à perda de animais de estimação, verificando como as relações afetivas entre humanos e seus *pets* podem atuar nas reações emocionais e no impacto dessas perdas na vida dos tutores.

2.3 Discussão de resultados

2.3.1 Benefícios da relação entre seres humanos e animais de estimação

As principais descobertas em um estudo realizado em Porto Rico a respeito dos benefícios dos animais de estimação na saúde mental indicam que os *pets* desempenham um papel fundamental na melhoria do bem-estar emocional de seus tutores (Aragunde-Kohl *et al*, 2020). A presença de animais de estimação no convívio familiar pode ser benéfica para a

saúde e interação social da família, contribuindo para a saúde física e emocional de todos os seus integrantes (Mueller; Gee; Bures, 2018).

Em outro estudo realizado na Universidade Federal de Medicina do Rio Grande do Sul, Jockyman explica (2017) que a ocitocina, frequentemente chamada de “hormônio do amor”, está associada à formação de laços interpessoais. Estudos mostram que seus níveis sofrem aumento em tutores e cães durante as interações positivas, indicando que esse hormônio é importante na construção de vínculos afetivos entre humanos e cães, desempenhando um papel importante nas relações interespecíes.

A convivência com os *pets* é benéfica para os tutores, especialmente na saúde mental, atuando como redutores da ansiedade e depressão. Outro benefício importante é a facilidade de aumentar o contato social. Como já dito, o elo humano-animal contribuiu para a melhora da saúde, física e emocional nos humanos (Martins *et al.*, 2023). De acordo com Martins *et al.*: “Evidências crescentes indicam que animais de estimação podem desencadear sentimentos de conforto, segurança e apoio emocional, [...]” (Martins *et al.*, 2023).

É comum acreditar que o convívio com os *pets*, especificamente os cães, traga diversos benefícios para a saúde mental de seus tutores, e a suposição é de que quanto maior é o vínculo, maior é o ganho. Os cães têm sido citados como uma valiosa ajuda no enfrentamento de sintomas relacionados à saúde mental, incluindo pensamentos suicidas (Merkouri *et al.*, 2022). A interação entre tutores e seus *pets* é definida pela intensidade, com os animais de estimação sendo considerados membros da família. Esse vínculo aumenta o bem-estar biopsicossocial⁶ dos tutores (Aragunde-Kohl *et al.*, 2020).

2.3.2 Família e sua evolução

Historicamente, a noção de família estava principalmente associada ao modelo nuclear, patriarcal e burguês, caracterizado pela união de um homem e uma mulher, com papéis claramente definidos e a responsabilidade pela criação de filhos biológicos. Esse modelo era amplamente reconhecido e considerado o padrão ideal de organização familiar, mantido por normas sociais, culturais e religiosas que destacavam a crença de que a família nuclear representava a forma correta de constituição familiar (Bastos; Dessen, 2024).

⁶ Disponível em: <https://www.significados.com.br/biopsicossocial/>. Acesso em: 08 set. 2024.

Bastos e Dessen (2024), afirmam que as mudanças socioculturais e econômicas ocorridas nas décadas de 1960 e 1970 começaram a questionar esse modelo tradicional, levando a uma modificação nas configurações familiares. No entanto, apesar dessas alterações, a ideia da família tradicional como uma instituição "sagrada" e um padrão a ser seguido, continuou a moldar o imaginário da sociedade.

A família contemporânea é marcada por uma variedade de arranjos e configurações que refletem as transformações sociais, culturais e econômicas das últimas décadas. Não se limita ao modelo tradicional, que era predominante no passado. As famílias atuais podem se estruturar de diversas formas: as monoparentais, formadas por apenas um genitor responsável pela educação e criação dos filhos; as resultantes de novos casamentos; as habitacionais, compostas por pessoas de graus de parentesco diversos; famílias homoafetivas; famílias com dupla renda, conhecidas como “DINC” (palavra derivada do Inglês – Dupla Renda, Nenhuma Criança); e outras configurações que desafiam as normas tradicionais. Essa diversidade é reconhecida e legitimada por legislações, como a Constituição Federal de 1988 no Brasil e o Código Civil de 2002, que promovem o princípio da pluralidade familiar (Miotto, 2020; Barcellos; Dantas; Féres-Carneiro, 2022; Bastos; Dessen, 2024).

2469

As novas configurações familiares apontam a importância dos aspectos afetivos e do cuidado, preferindo as relações interpessoais e o bem-estar dos membros, em vez de se limitarem a definições inflexíveis da estrutura familiar tradicional. Além disso, as crianças e adolescentes de hoje possuem uma visão mais ampla sobre o que constitui uma família, reconhecendo que diferentes arranjos podem ser igualmente válidos e capazes de oferecer um ambiente saudável e acolhedor (Barcellos; Dantas; Féres-Carneiro, 2022).

A mudança na estrutura familiar tradicional tem trazido um novo formato de família, a multiespécies, onde os animais de estimação são considerados membros da família. Essa nova configuração familiar é baseada em vínculos afetivos, refletindo um laço intenso entre humanos e *pets*, e reconhece-se a importância dos animais de estimação como da família, reivindicando um novo enfoque social e legal para a defesa desses laços. Segundo Seguin, Araújo e Cordeiro Neto (2016), embora a legislação brasileira não defina formalmente a família multiespécie, a crescente aceitação social dessa configuração familiar indica uma nova realidade nas relações familiares atuais.

2.3.3 Luto

O luto é uma experiência profunda, com várias características que interferem nas emoções, comportamentos e reações físicas, influenciando a maneira com que cada pessoa processa a perda (Bowlby, 2004). A reação ao luto abrange muito mais que a tristeza, pois além do pesar pela morte da pessoa amada, ele está associado à ameaça que afeta a nossa segurança (Parkes, 2009). John Bowlby (2004), em seus estudos sobre o apego, argumenta que quanto maior o vínculo maior será a reação ao luto, já que a relação perdida representava uma fonte de segurança e apoio emocional. Os elementos centrais do luto são a vivência da perda e a sensação de um forte desejo de reconectar-se ao objeto perdido, gerando uma ansiedade de separação. Se faltarem esses componentes, não se pode afirmar que a pessoa esteja passando por um processo de luto (Parkes, 2009).

Parkes, explica: “Chorar e buscar, que são comportamentos inatos nos bebês, mas logo são afetados pela aprendizagem, permanecem parte da reação a perdas posteriores.” (2009, p.41). Charles Darwin (2009), em seus estudos, descreveu que o sentimento é expresso não só pelos humanos, mas também pelos animais, que há uma base biológica e que elas são universais entre os seres vivos. Características observáveis do comportamento ao luto em animais e humanos são semelhantes, indicando que o luto é uma resposta emocional natural e instintiva à perda.

De acordo com Bowlby (2004) as pessoas enlutadas passam por momentos de extrema dor, com quatro fases características. A primeira é a do entorpecimento, momento esse que pode variar entre horas e muitos dias, com a capacidade de haver uma intermitência ocorrendo manifestações de raiva ou grande aflição. Há uma sensação de desamparo, de não saber onde se está. O que se pode observar nessa fase é uma negação da perda ou uma defesa em tentar continuar vivendo no automático, como se nada tivesse acontecido. Para a segunda fase, há um desejo intenso em encontrar a imagem da pessoa que partiu, período definido por muita angústia psicológica e uma inquietação física, pois o enlutado vai se apropriando da perda e passa a desejar um encontro com a pessoa que partiu. É uma fase com muito choro e raiva, que pode ser direcionada para a pessoa que morreu, contra si próprio ou em oposição a outras pessoas. A penúltima fase, a terceira, é de perturbação e agonia, geralmente após o primeiro ano de vivência do luto, quando a pessoa reconhece a

perda, que não há volta, deixando de procurar a pessoa que se foi. Como o processo dessa fase é moroso e penoso, a pessoa, no luto, se distancia de pessoas e atividades, tendo problemas para realizar tarefas comuns. Pode ter falta de sono e dificuldade para se alimentar. A quarta e última fase é o momento de reorganizar a vida, iniciando uma nova construção na nova realidade. Podem-se apresentar instabilidades, contudo a pessoa estará mais aberta a retomar às antigas relações ou de conhecer novas. Lembrando que a elaboração do luto não segue uma ordem sequencial, pois é um processo e as fases não são desvinculadas.

O luto, segundo Worden (2013), consiste em quatro tarefas que auxiliam o enlutado a lidar com a perda. A primeira tarefa é aceitar a realidade da perda, é reconhecer que o reencontro com a pessoa que morreu será impossível e que não há possibilidade alguma de seu retorno. Há pessoas que se recusam a aceitar a perda, ficando paralisadas na primeira tarefa do processo do luto, recusando-se a reconhecer que a morte existe. Já a segunda tarefa, que é processar a dor do luto, é falar e sentir o sofrimento que o luto traz, como se algo no corpo estivesse realmente ferido, pois a dor chega a ser sentida no físico. Nem todos passam pela dor do luto da mesma maneira, mas é inevitável sentir algo nesse processo. Ajustar-se interna, externa e espiritualmente a um mundo sem a pessoa que morreu, faz parte da terceira tarefa, que é reorganizar a vida e encontrar novos papéis e identidades. A quarta e última tarefa é descobrir como manter uma conexão com a pessoa que se foi, enquanto a vida prossegue seu curso. Achar maneiras de honrar a pessoa que morreu e integrar essa perda na vida cotidiana.

2471

Colin Parkes (1998), em seus estudos sobre o luto, descreve várias etapas do processo, que incluem choque e entorpecimento, anseio e busca, desespero e desorganização e, finalmente, recuperação. Na fase inicial, de choque e entorpecimento, a perda do ente querido parece impossível de aceitar. O anseio e a busca representam uma fase em que começamos a procurar conforto para preencher o vazio deixado por quem partiu. Na fase de desespero e desorganização, podemos nos encontrar sentindo raiva e cheios de questionamentos. A fase final, de recuperação, é quando começamos a nos ajustar à ausência definitiva de quem partiu e iniciamos a reconstrução de nossas vidas.

Apesar de a psiquiatra Elizabeth Kübler-Ross (2017) ser citada em diversos trabalhos⁷ como a médica que desenvolveu as fases do luto, em seus estudos, ela na verdade identificou os cinco estágios que antecedem o morrer. Esses estágios descrevem as principais reações emocionais que alguém pode vivenciar enfrentando a própria morte ou a de alguém próximo, como familiares, amigos e parentes. Os cinco estágios que antecedem o morrer são: negação, raiva, negociação, depressão e aceitação. O primeiro, a negação, é quando a pessoa nega a realidade da perda. Em seguida temos a raiva, com sentimentos direcionados à própria pessoa, a outros ou à situação vivenciada. Já o terceiro estágio é o da negociação, que envolve questões de fé ou espiritualidade. O penúltimo estágio é o da depressão, quando a tristeza profunda e a reflexão sobre a morte se tornam constantes, levando a pessoa a um estado de desânimo. Finalmente, no estágio da aceitação, a pessoa compreende a realidade da perda, a morte passa a ser reconhecida, e a vida pode dar continuidade. No entanto, a confusão entre o processo de morrer⁸ e o luto surge com frequência, apesar de serem conceitos distintos. Kübler-Ross (2017), em seus estudos, observou doentes terminais e analisou como essas pessoas reagiam frente ao processo do morrer, assim como a reação das pessoas próximas perante a proximidade da morte do paciente. Já sobre o luto, os estudos de Colin Murray Parkes (1998) focaram-se, especificamente, no processo do luto das pessoas que vivenciaram a perda. Parkes (1998) analisou a adaptação emocional à ausência física e a reorganização da vida após a perda.

2472

Quadro 1 - Principais Modelos de Luto segundo Bowlby, Worden e Parkes

Autor	Principais pontos sobre o luto
Bowlby (2004)	Quatro fases: entorpecimento, desejo pelo reencontro, perturbação e reorganização. O luto é uma resposta emocional à perda de um apego.
Worden (2013)	Quatro tarefas: aceitar a realidade da perda, processar a dor, ajustar-se a um mundo sem o ente querido e manter uma conexão enquanto a vida continua.
Parkes (1998)	Quatro Etapas: choque e entorpecimento, anseio e busca, desespero e desorganização, e, finalmente, recuperação.

⁷ Por exemplo, nas obras dos autores Grigoletto Netto (2015) e Saciloti, Bombarda (2022).

⁸ Os estágios do morrer, conforme descritos por Elizabeth Kübler-Ross, são frequentemente citados, incorretamente, como fases do luto. um exemplo disso é a referência feita na Veja Saúde por Clarice Sena.

Fonte: Elaborado pela autora.

Para o ser humano, o luto é composto por muitas fases e tarefas. Sendo que elas mudam conforme o vínculo emocional e a individualidade de cada pessoa. Bowlby (2004), Worden (2013) e Parkes (1998) trazem importantes contribuições para a compreensão dessa experiência, oferecendo diferentes entendimentos sobre como as pessoas lidam com a perda. Por meio das fases de Bowlby (2004), as tarefas de Worden (2013) ou etapas de Parkes (1998), o luto é um processo não linear, repleto de dificuldades, no qual as reações e os sentimentos podem se manifestar de formas singulares e inesperadas. Entender as abordagens apresentadas nos ajuda a perceber a importância de respeitar o tempo e as emoções de cada pessoa durante o processo do luto, validando suas experiências e oferecendo acolhimento adequado.

2.3.4 O luto pelos animais de estimação

A morte é uma experiência de perda que afeta significativamente os que ficam. É um rompimento definitivo dos vínculos, gerando sentimentos de luto e impactando as conexões estabelecidas (Kóvacs, 1992).

2473

Em um dado instante da vida, todos já enfrentamos perdas, e passar pelo processo de luto é algo complexo e doloroso. Em muitos momentos, já precisamos nos “calar” e enfrentar essa saudade sozinhos, pois a sociedade muitas vezes nos desautoriza a expressar, chorar e sentir (Casellato, 2018). Além disso, as relações contemporâneas estão cada vez mais líquidas, com conexões frágeis e passageiras, valorizando cada vez mais o desapego e a liberdade individual (Bauman, 2004), o que pode agravar a dificuldade de lidar com o luto. O ser humano está perdendo a sensibilidade em escutar a dor e a saudade do outro e, quando o enlutado age de maneira não convencional, no caso, não sofrer por um humano, corre-se o risco de ter esse sentimento rechaçado e proibido (Casellato, 2018).

Crossley e Rolland (2022) explicam que o luto é um processo frequentemente associado à morte de seres humanos, no entanto ele também pode ocorrer em outras situações, como a perda de um emprego, o término de um relacionamento ou a morte de um animal de estimação. A relação de carinho e afeto entre um humano e seu *pet* pode ser tão apegada quanto a existente entre pessoas, e o processo de luto pode ser visto como semelhante, já que há uma conexão de afetividade e amor entre ambos. No entanto, a tristeza

gerada por esse luto pode ser agravada devido à incompreensão de muitas pessoas quanto ao amor pelo *pet* falecido, levando ao isolamento da pessoa enlutada.

Segundo Casellato (2018) a sociedade está repleta de regras e expectativas que influenciam como vivenciamos e expressamos o luto. Quando o enlutado expressa seu luto de uma forma considerada não convencional ou inadequada, seu processo não é validado e ele não recebe o apoio necessário das pessoas ao seu redor.

Embora esporadicamente a morte seja assunto em rodas de conversa, ela é inevitável, dolorosa e incompreensível, e conviver com animais de estimação é ter esse confronto direto com uma frequência maior do que desejamos (Masson, 2022).

Policarpo (2022) menciona que a sociedade muitas vezes não considera o luto por animais de estimação como um luto legítimo, o que pode levar a sentimentos de isolamento e incompreensão entre os tutores que estão passando por esse processo doloroso. Essa falta de reconhecimento pode ser intensificada por regras sociais que priorizam a dor pela perda de seres humanos em relação à dor pela morte de *pets*, refletindo uma classe que discrimina a experiência de luto pelos animais de estimação.

Para Policarpo (2022), esses aspectos colaboram para uma ambivalência em relação ao luto por animais de estimação, o em que o sofrimento sentido pode não ser validado ou compreendido por muitas pessoas, levando a uma dificuldade para expressar e processar essa perda.

2474

O luto por um *pet* é relatado como uma vivência corporal, já que inclui a perda de um corpo que fez parte do dia a dia do tutor. Essa falta do contato físico é profundamente sentida, e a saudade da presença e companhia do *pet* faz parte do processo do luto. É uma vivência significativa, podendo levar a uma reavaliação das relações, de lutos já experienciados e do significado da vida. (Policarpo, 2022).

A perda de um animal de estimação é descrita por grande parte dos tutores como uma experiência visceral e transformadora. Afirmam que, após a morte, suas vidas são transformadas, trazendo aspectos até então desconhecidos sobre si mesmos, e gerando sentimentos confusos e inseguros. Afinal, não é apenas a falta da presença física, mas a interrupção da convivência e a alteração da rotina do tutor, que impactam significativamente as emoções e seu bem-estar psicológico (Lapa; Nogueira, 2022; Policarpo, 2022).

A crescente importância que os animais de estimação ocupam no ambiente familiar contemporâneo demonstra a necessidade de uma compreensão mais significativa a respeito da relação entre seres humanos e seus *pets*, principalmente no que se refere ao abalo emocional ocasionado pela morte desses companheiros (Crossley; Rolland, 2022).

Estudos indicam que a dor pela morte de uma animal de estimação pode ser intensa, principalmente para os tutores que tinham uma ligação emocional e de apego forte com o *pet*. A intensidade do apego que os tutores sentem em relação a seus animais de estimação é um dado significativo que influencia diretamente no processo do luto. Quanto maior o apego, mais intenso poderá ser o luto (Bowlby, 2004; Behler; Green; Joy-Gaba, 2020; Policarpo, 2022).

Lapa e Nogueira (2022) explicam que o luto por um *pet* pode ser um processo doloroso e complexo, já que a sociedade frequentemente não reconhece esse sofrimento, gerando nos tutores um sentimento de desvalia, incompreensão e solidão. A ausência de apoio e compreensão pode agravar o processo de enfrentamento da perda, tornando a elaboração da dor mais desafiadora. De acordo com a mesma autora, em alguns momentos, para agravar a dor, esses sentimentos podem vir acompanhados de culpa, uma vez que o tutor acredita que poderia ter feito mais para evitar a morte de seu animal de estimação ou por sofrer intensamente por um animal, muitas vezes, mais que por um humano. Situações assim podem gerar um luto não reconhecido, onde a pessoa é obrigada a ocultar seus sentimentos de dor profunda, o que pode levar a complicações emocionais e psicológicas.

Em um estudo realizado por Behler, Green e Joy-Gaba (2020), a quantidade e a qualidade do apoio recebido após a perda do animal de estimação são elementos importantes. Os participantes do estudo relataram que o apoio social diminuía após a morte de maneira rápida, o que pode contribuir para um agravamento do luto, devido à falta de suporte emocional.

Alguns tutores encontram alívio ao recordar momentos felizes vividos com seus animais de estimação, enquanto outros preferem realizar rituais de despedida, como enterros ou cremações, para honrarem a memória do animal, o que pode facilitar a celebração da vida do *pet* e facilitar o processo de luto (Guthrie; Marshall, 2024). Conforme explicado pelos mesmos autores, ter uma rede de apoio composta por amigos, familiares e grupos sociais que compreendam o processo de luto pela perda de um animal de estimação é fundamental. Essa

rede facilita o compartilhamento de sentimentos e experiências, auxiliando em um processo tão intenso, doloroso e pessoal como o luto.

Nucci (2021) explica que a morte é imprevisível, universal e inevitável. Entrar em contato com ela nos traz uma perspectiva dolorosa. Para ajudar as pessoas enlutadas, o profissional deve orientá-las que aceitar a morte não é um processo simples de "aceitei e pronto". O cuidado e a dignidade com aqueles que ficaram são fundamentais para criar um espaço acolhedor, respeitoso e confiável, que valide a dor do enlutado.

Além de oferecer a escuta ativa, o psicólogo pode orientar o paciente a encontrar formas de lidar com a dor, seja por meio de rituais de despedida, manifestações criativas ou outras maneiras de recordar as experiências e momentos vividos (Yalom, 2008).

O luto é como um lenço apertado que envolve o pescoço, dando a sensação de que o ar faltará. Como um mergulhador que não conseguiu emergir ou um voo em que as máscaras caíram e não foi possível alcançá-las. Nesse momento, uma mão surge, puxando tanto a máscara quanto o mergulhador, oferecendo o colo quente e reconfortante. Ali, é possível derramar todas as lágrimas represadas e ser acariciado, pois foi possível dividir a dor com a família e amigos, liberando o sofrimento sufocado (Thebas; Amaral, 2022).

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste trabalho foi pesquisar a relação de afeto e amor entre os seres humanos e seus animais de estimação, buscando entender como a morte desses companheiros afeta as emoções e o dia a dia de seus tutores. As famílias contemporâneas, que incluem as multiespécies, cada vez mais incluem os *pets* como membros da família, o que torna a perda desses animais um momento marcante e doloroso para seus tutores.

A morte de um animal de estimação pode gerar um processo de luto complexo, doloroso e multifacetado, semelhante ao luto por seres humanos. Esse luto é marcado por fases, tarefas, etapas e sentimentos que não seguem uma ordem cronológica, e cada pessoa vive esse processo de forma única, de acordo com o vínculo emocional estabelecido. Ao longo deste trabalho, analisamos como a experiência do luto por animais de estimação revela questões emocionais, sociais e éticas que vão além da perda física do animal de estimação.

Infelizmente, o luto por *pets* ainda é desvalorizado socialmente, o que pode intensificar o sofrimento dos tutores, levando a sentimentos de isolamento e incompreensão,

justamente por não ser possível validar essa dor. A falta de reconhecimento e apoio social para essa forma de luto sublinha a necessidade de maior conscientização e validação dessa dor. É preciso citar que avanços estão sendo feitos, como a proposta, em análise na Câmara dos Deputados (PL 221/23), que sugere a concessão de um dia de ausência no trabalho em caso de morte do animal de estimação, desde que comprovada por um médico veterinário. Isso demonstra que a importância da perda de um *pet* está começando a ser reconhecida em âmbito legal, refletindo sua relevância na vida dos tutores.

Em processos de luto, a escuta do profissional deverá ser empática, validando sempre vivência e experiência do tutor, principalmente tratando-se de um luto não reconhecido e validado por grande parte da sociedade. O ambiente deve ser propício para a exploração e recuperação emocional, permitindo que o tutor encontre uma maneira para lidar com sua dor e reestabelecer sua energia emocional.

A vivência do luto pela autora deste trabalho, em 07 de junho de 2022, inspirou a seguinte reflexão: O luto é um processo doloroso, com dias calmos, como um voo emocional enfrentando diferentes condições climáticas. Em alguns momentos, o céu é sereno, como um voo em céu de brigadeiro⁹. Em outros, entra-se em uma nuvem de tempestade, repleta de ventos, raios e granizos. Alguns dias são como voos tranquilos, com céu claro, mas, de repente, uma rajada de vento, nos faz despencar, e as lágrimas caem na mesma velocidade. Lágrimas caem como uma tromba d'água, e a dor da perda parece insuportável. No entanto, assim como um piloto habilidoso, pode-se aprender a navegar por essas tempestades internas e encontrar momentos de calma. Quando isso acontece, é porque o luto foi integrado a outros tantos lutos, e é possível pousar, até levantar novo voo.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, J. P.; BERTO, V. FAMÍLIA MULTIESPÉCIES: COMO OS ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO AFETAM O BEM-ESTAR EMOCIONAL. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 9, n. 11, p. 292-305, 2023. DOI: 10.51891/rease.v9i11.12305. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/12305>. Acesso em: 11 ago. 2024.

⁹ Disponível em: <https://oglobo.globo.com/brasil/noticia/2024/03/20/chegada-do-outono-e-ceu-mais-azul-qual-a-relacao-entre-a-estacao-e-condicao-atmosferica.ghtml>. Acesso em: 14 jul. 2024.

APPLEBAUM, J. W. *et al.* The Impact of Pets on Everyday Life for Older Adults During the COVID-19 Pandemic. **Frontiers in public health**, v. 9, 652610, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.652610>. Acesso em: 10 ago. 2024.

ARAGUNDE-KOHL, U. *et al.* Interaction and Emotional Connection with Pets: A Descriptive Analysis from Puerto Rico. **Animals. An open access journal from MDPI**, 10(11), 2136, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ani10112136>. Acesso em: 07 set. 2024.

BARCELLOS, M.R; DANTAS, C. R.; FÉRES-CARNEIRO, T. Fim da conjugalidade na transição para a parentalidade: adaptação feminina ao novo arranjo familiar. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 42, e233736, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003233736>. Acesso em: 03 ago. 2024.

BASTOS, L. L. B.; DESSEN, M. A. Diferentes arranjos familiares na perspectiva de pré-adolescentes. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 40, e40306, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102.3772e40306.pt>. Acesso em 01 ago. 2024.

BAUMAN, Z. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004.

BEHLER, A. M. C.; GREEN, J. D.; JOY-GABA, J. “We Lost a Member of the Family”: Predictors of the Grief Experience Surrounding the Loss of a Pet. **Human-Animal Interaction Bulletin**, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1079/hai.2020.0017>. Acesso em: 01 ago. 2024.

2478

BERNARDO, R. B. O conceito de família à luz da constituição de 1988 e a necessidade de regulamentação das relações concubinárias. **Jus.com.br**, Teresina (PI), 24 jan. 2018. Artigos. Disponível em: <https://jus.com.br/artigos/63694/o-conceito-de-familia-a-luz-da-constituicao-de-1988-e-a-necessidade-de-regulamentacao-das-relacoes-concubinarias>. Acesso em: 11 ago. 2024.

BOWLBY, J. **Apego e Perda: perda: tristeza e depressão**, v. 3, 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

CÂMARA DOS DEPUTADOS. Projeto regulamenta a família multiespécie, formada por animais domésticos e seus tutores. **Câmara dos Deputados**, Brasília, 28 fev. 2023. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/noticias/939334-projeto-regulamenta-a-familia-multiespecie,-formada-por-animais-domesticos-e-seus-tutores>. Acesso em: 20 jul. 2024.

CASTRO, R. R. O. A configuração da família na contemporaneidade. **Revista Encontros Teológicos**, [S. l.], v. 35, n. 2, 2020. Disponível em: <http://facasc.emnuvens.com.br/ret/article/view/1603>. Acesso em: 28 ago. 2024.

CASELLATO, G. O. Luto não autorizado. In: FUKUMITSU, K. O. (org.) **Vida, morte e luto: atualidades brasileiras**. São Paulo: Summus, 2018. p. 207-215.

CROSSLEY, M.; ROLLAND, C. Overcoming the social stigma of losing a pet: Considerations for counseling professionals. **Human-Animal Interaction Bulletin**, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1079/hai.2022.0022>. Acesso em: 31 jul. 2024.

DARWIN, C., **A expressão das emoções no homem e nos animais**. Garcia, L.S.L. (trad.) São Paulo: Companhia das Letras, 2009.

GRIGOLETO NETTO, J. V. AS FASES DO LUTO DE ACORDO COM ELISABETH KÜBLER-ROSS. IX EPCC - **Encontro Internacional de Produção Científica**, [s. l.], n. 9, p. 4-8, nov. 2015. Disponível em: <http://rdu.unicesumar.edu.br/handle/123456789/2856>. Acesso em: 14 nov. 2024.

GUTHRIE, M. F. , MARSHALL, P.H. How do I love thee? The five love attitudes people hold toward their pets. **Human-Animal Interaction Bulletin**, v. 1, n. 1, p. 1-37, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1079/hai.2024.0010>. Acesso em: 03 out. 2024.

IRVINE, L.; CILIA, L. More-than-human families: Pets, people, and practices in multispecies households. **Sociology Compass**, [s. l.], 7 fev. 2017. DOI doi.org/10.1111/soc4.12455. Disponível em: <https://compass.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/soc4.12455>. Acesso em: 1 ago. 2024.

KHANDAI, V.; SHRIVASTA, P. Evolution of research on human–animal interaction: a review. **J Entomol Zool Stud** 2023. Disponível em: Evolution of research on human–animal interaction: A review. Acesso em: 31 jul. 2024.

2479

KÓVACS, M. J. Morte, separação, perdas e o processo de luto. In: KÓVACS, M. J. (coord.) **Morte e desenvolvimento humano**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1992. p.149-164.

KÜBLER-ROSS, E. **Sobre a morte e o morrer**. 10. ed. Rio de Janeiro: WMF Martins Fontes, 2017.

LAPA, D. M. K.; NOGUEIRA, M. T. D. O luto não reconhecido pela morte do animal de estimação: Um estudo com tutoras de animais na cidade de Canguçu-RS. **Psicologia Revista**, [S. l.], v. 31, n. 1, p. 251-270, 2022. DOI: [10.23925/2594-3871.2022v31i1p251-270](https://doi.org/10.23925/2594-3871.2022v31i1p251-270). Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/52336>. Acesso em: 31 jul. 2024.

MARTINS, C. F. *et al.* Pet's influence on humans' daily physical activity and mental health: a meta-analysis. **Frontiers in public health**, v. 11, 1196199, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1196199> Acesso em: 04 ago. 2024.

MASSON, J.M. **Companheiros que partiram** [recurso eletrônico]: como lidar com a perda de um animal de estimação. Doilinsky, S.M.(trad.) Rio de Janeiro: BestSeller, 2022.

MERKOURI, A. *et al.* Dogs and the Good Life: A Cross-Sectional Study of the Association Between the Dog-Owner Relationship and Owner Mental Wellbeing. **Frontiers in**

psychology, v. 13, 903647, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.903647>. Acesso em: 14 ago. 2024.

MIOTO, R. C. T. Família Contemporânea e Proteção Social: notas sobre o contexto brasileiro. In: FÁVERO, E. T. (org.) **Famílias na cena contemporânea: (des)proteção social, (des)igualdades e judicialização**. Uberlândia: Navegando Publicações, 2020. p. 23-43.

MUELLER, M. K.; GEE, N. R.; BURES, R. M. Human-animal interaction as a social determinant of health: descriptive findings from the health and retirement study. **BMC public health**, 18(1), 305, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5188-0>. Acesso em: 13 ago. 2024.

NUCCI, N. A. G. Educar para a morte: cuidar da vida. In: FUKUMITSU, K. O. (org.) **Vida, morte e luto: atualidades brasileiras**. São Paulo: Summus, 2018. p. 62-74.

PARKES, C. M. **Amor e perda: as raízes do luto e suas complicações**. Franco, M.H.P (trad.) São Paulo: Summus, 2009.

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

PEDRO, A.T. Família Multiespécie: pais de pet sim! um novo modelo jurídico familiar. Pais de Pet Sim! Um Novo Modelo Jurídico Familiar. 2023. **Jusbrasil**. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/artigos/familia-multiespecie/2111537114>. Acesso em: 20 jul. 2024.

2480

POLICARPO, V. Perder um animal de companhia: rituais e práticas de luto. **Análise Social**, Lisboa, v. 57, n. 2, p. 406-425, 2022. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.31447/AS00032573.2022243.10>. Acesso: 20 set. 2024.

SACILOTI, I. P., BOMBARDA, T. B. **Abordagem ao luto: aspectos exploratórios sobre a assistência de terapeutas ocupacionais**. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, v. 30, e3264, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO24953264>. Acesso em: 14 nov. 2024.

SEGALEN, M. **Sociologia da família**. 6. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.

SEGUIN, E; ARAUJO, L. M.; CORDEIRO NETO, M. R. Uma nova família: a multiespécie. **Revista de Direito Ambiental**, [s. l.], ano 1, v. 82, p. 1-9, 2016. Disponível em: https://www.academia.edu/68553020/Uma_nova_fam%C3%ADlia_a_multiesp%C3%A9cie_e_A_new_family_multispecies_family. Acesso em: 1 set. 2024.

SENA, C. Fases do luto: como identificá-las e quando procurar ajuda? **Mente Saudável**, [S. l.], 18 nov. 2024. Veja Saúde. Disponível em: <https://saude.abril.com.br/mente-saudavel/fases-do-luto-como-identifica-las-e-quando-procurar-ajuda/?form=MGoAV3>. Acesso em: 18 nov. 2024.

TRAGE, F. T.; DONELLI, T. M. S. *Quem é o novo pai? Concepções sobre o exercício da paternidade na família contemporânea*. **Barbarói**, n. 57, p. 141-164, 5 jul. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.17058/barbaroi.voi57.14263>. Acesso em: 30 jul. 2024.

THEBAS, C; AMARAL, A. C. **De mãos dadas**: um palhaço e um psicólogo conversam sobre a coragem de viver o luto e as belezas que nascem da despedida. São Paulo: Planeta, 2022.

WORDEN, J. W. **Aconselhamento do luto e terapia do luto**: um manual para profissionais da saúde mental. São Paulo: Roca, 2013.

YALOM, I. D. **De frente para o sol**: Como superar o terror da morte. Rio de Janeiro: Agir, 2008. Disponível em: www.lelivros.org. Acesso em: 9 nov. 2024.