

A PERCEÇÃO DA MORTE PELAS CRIANÇAS: COMO A TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL AUXILIA NA COMPREENSÃO DA MORTE EM CRIANÇAS DE 6 A 12 ANOS

CHILDREN'S PERCEPTION OF DEATH: HOW COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY ASSISTS IN THE UNDERSTANDING OF DEATH IN CHILDREN AGED 6 TO 12 YEARS

LA PERCEPCIÓN DE LA MUERTE POR LOS NIÑOS: CÓMO LA TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL AYUDA EN LA COMPRENSIÓN DE LA MUERTE EN NIÑOS DE 6 A 12 AÑOS

Pamela Aparecida Pires Vieira¹
Camila Meneguzzi²

RESUMO: Este artigo apresenta uma revisão narrativa sobre a aplicação da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) na compreensão e elaboração da morte em crianças de 6 a 12 anos. O objetivo foi analisar como a TCC pode auxiliar crianças no enfrentamento do luto, considerando seu desenvolvimento cognitivo e emocional. A revisão foi realizada em bases de acesso aberto, como SciELO, ResearchGate e NIH, utilizando palavras-chave relacionadas à TCC, crianças e luto infantil, e resultou na seleção de 37 obras relevantes. Os achados indicam que a TCC contribui para a identificação e reestruturação de pensamentos disfuncionais, expressão e regulação de emoções e construção de uma compreensão adaptativa da morte. Estratégias como reestruturação cognitiva, psicoeducação, regulação emocional e recursos lúdicos mostraram-se centrais para o sucesso das intervenções, assim como o vínculo terapêutico e o envolvimento familiar. Embora desafios como a necessidade de adaptação das técnicas ao nível cognitivo infantil e a escassez de estudos permaneçam, os resultados evidenciam que a TCC pode ser ampliada com integração escolar, familiar e recursos digitais, fortalecendo o desenvolvimento emocional e cognitivo das crianças enlutadas.

5520

Palavras-chave: Luto infantil. compreensão da morte. Terapia Cognitivo-Comportamental. psicologia infantil.

¹Acadêmica de Psicologia do Centro Universitário Univel.

²Especialista, docente orientadora do curso de Psicologia do Centro Universitário Univel.

ABSTRACT: This article presents a narrative review on the application of Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) in the understanding and elaboration of death in children aged 6 to 12 years. The objective was to analyze how CBT can assist children in coping with grief, considering their cognitive and emotional development. The review was conducted in open-access databases such as SciELO, ResearchGate, and NIH, using keywords related to CBT, children, and childhood grief, resulting in the selection of 37 relevant works. The findings indicate that CBT contributes to the identification and restructuring of dysfunctional thoughts, the expression and regulation of emotions, and the development of an adaptive understanding of death. Strategies such as cognitive restructuring, psychoeducation, emotional regulation, and the use of play-based resources proved to be central to the success of interventions, as did the therapeutic bond and family involvement. Although challenges remain, such as the need to adapt techniques to children's cognitive levels and the scarcity of studies, the results show that CBT can be enhanced through the integration of school, family, and digital resources, strengthening the emotional and cognitive development of bereaved children.

Keywords: Childhood grief. Understanding of death. Cognitive-Behavioral Therapy. Child psychology.

RESUMEN: Este artículo presenta una revisión narrativa sobre la aplicación de la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) en la comprensión y elaboración de la muerte en niños de 6 a 12 años. El objetivo fue analizar cómo la TCC puede ayudar a los niños a enfrentar el duelo, considerando su desarrollo cognitivo y emocional. La revisión se realizó en bases de acceso abierto, como SciELO, ResearchGate y NIH, utilizando palabras clave relacionadas con la TCC, los niños y el duelo infantil, lo que resultó en la selección de 37 obras relevantes. Los hallazgos indican que la TCC contribuye a la identificación y reestructuración de pensamientos disfuncionales, la expresión y regulación de emociones y la construcción de una comprensión adaptativa de la muerte. Estrategias como la reestructuración cognitiva, la psicoeducación, la regulación emocional y el uso de recursos lúdicos se mostraron centrales para el éxito de las intervenciones, así como el vínculo terapéutico y la participación familiar. Aunque persisten desafíos, como la necesidad de adaptar las técnicas al nivel cognitivo infantil y la escasez de estudios, los resultados evidencian que la TCC puede ampliarse mediante la integración escolar, familiar y el uso de recursos digitales, fortaleciendo el desarrollo emocional y cognitivo de los niños en duelo.

Palabras clave: Duelo infantil. Comprensión de la muerte. Terapia Cognitivo-Conductual. psicología infantil.

INTRODUÇÃO

Na cultura brasileira, a morte é percebida como um fenômeno inevitável, mas ainda assim constitui um dos temas mais delicados e complexos de ser compreendido, especialmente durante a infância. Nesse período do desenvolvimento, marcado por transformações cognitivas e emocionais, a criança ainda está construindo seus conceitos sobre o mundo, sobre si mesma e

sobre a finitude da vida. A forma como a criança entende e elabora a morte está diretamente relacionada ao seu estágio de desenvolvimento cognitivo, sendo influenciada pelas interações sociais e pelo ambiente em que está inserida, como ressalta Vigotski (2001). Assim, compreender como as crianças elaboram o luto e significam a morte é fundamental para promover intervenções psicológicas adequadas ao seu nível de entendimento e à sua vivência emocional.

A percepção do luto pela criança, embora muitas vezes seja deixada de lado, pode provocar impactos significativos no desenvolvimento emocional, cognitivo e social. A perda de uma figura significativa tende a gerar sentimentos intensos de confusão, medo, culpa e tristeza, podendo evoluir para quadros de ansiedade e depressão se não houver acolhimento e mediação adequados. Segundo Lima, Gomes e Cândido (2018), o processo de luto para criança, exige um olhar sensível do terapeuta para que através da fala ela possa expressar emoções, pensamentos e sentimentos vivenciados, até chegar a fase da aceitação. Nesse sentido, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) apresenta-se como uma abordagem que oferece estratégias estruturadas e psicoeducativas que auxiliam a criança a reconhecer, compreender e reestruturar os pensamentos disfuncionais relacionados à perda.

A TCC tem sido amplamente estudada por sua eficácia em diferentes contextos clínicos, incluindo o tratamento de transtornos emocionais decorrentes de traumas e perdas. Beck (2013) destaca que a TCC parte da premissa de que as emoções e os comportamentos são influenciados por padrões de pensamento, e que a modificação desses padrões pode gerar mudanças significativas na forma como o indivíduo interpreta e enfrenta as situações de sofrimento. No contexto do luto infantil, essa abordagem pode favorecer a compreensão da morte como um processo natural, ajudando a criança a desenvolver habilidades de enfrentamento mais adaptativas. A revisão sistemática conduzida por Passarela et al. (2010), evidenciam que a TCC é uma intervenção eficaz no tratamento de sintomas de estresse e sofrimento emocional em crianças e adolescentes expostos a situações traumáticas, demonstrando resultados significativos na redução de sintomas e na melhoria da qualidade de vida.

A relevância desta revisão está em contribuir para a ampliação da compreensão sobre como a TCC pode auxiliar o público infantil na elaboração do luto, destacando estratégias que promovem a aceitação e a resignificação da perda. Diante da escassez de estudos brasileiros que tratam da percepção da morte sob a ótica da TCC, torna-se necessário sistematizar os conhecimentos existentes e apontar caminhos para futuras pesquisas e práticas clínicas.

Dessa forma, o presente artigo tem como objetivo geral analisar, a partir de uma revisão narrativa, como a Terapia Cognitivo-Comportamental pode auxiliar na compreensão e

elaboração da morte em crianças de 6 a 12 anos, considerando os aspectos do desenvolvimento infantil, os fundamentos teóricos da TCC e as estratégias terapêuticas que favorecem o enfrentamento do luto de maneira saudável.

MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão narrativa da literatura. Esse tipo de revisão tem como objetivo reunir, analisar e discutir criticamente o conhecimento disponível sobre determinado tema, sem a necessidade de um protocolo sistemático rígido, permitindo uma abordagem mais ampla e interpretativa do fenômeno estudado (Rother, 2007). Assim, buscou-se compreender, a partir de produções científicas e teóricas acessíveis, como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) auxilia na compreensão e elaboração da morte em crianças de 6 a 12 anos, considerando os aspectos do desenvolvimento cognitivo e emocional dessa faixa etária.

Procedimentos de busca e seleção das fontes

A coleta dos materiais foi realizada entre os meses de agosto e outubro de 2025, por meio de busca ativa em bases de dados acadêmicas de acesso aberto, priorizando plataformas amplamente reconhecidas e de uso frequente em pesquisas psicológicas. As bases consultadas foram: SciELO (Scientific Electronic Library Online), Anais de Congressos Científicos Nacionais, como o Congresso Mineiro de Ciências da Saúde (COMCISA), NIH (National Library of Medicine), ResearchGate, Revista Brasileira de Psicologia, Acta Paulista de Enfermagem e Acta Médica Portuguesa.

As palavras-chave utilizadas para a busca foram combinadas de diferentes formas em português e inglês, de modo a ampliar o alcance dos resultados. As principais expressões incluíram: “*terapia cognitivo-comportamental*”, “*crianças*”, “*luto infantil*”, “*compreensão da morte*”, “*psicologia infantil*”, “*TCC e desenvolvimento cognitivo*”, “*child grief*”, “*cognitive behavioral therapy and children*” e “*understanding death in childhood*”.

Critérios de inclusão e exclusão

Foram incluídos na revisão artigos, livros e capítulos que atenderam aos seguintes critérios:

1. Publicações em português ou inglês;
2. Acesso gratuito e integral ao texto, assegurando a leitura completa e a análise crítica do conteúdo;

3. Estudos que tratassem diretamente dos temas Terapia Cognitivo-Comportamental, luto infantil, compreensão da morte na infância e desenvolvimento cognitivo infantil;
4. Obras publicadas entre 2001 e 2024, priorizando referências recentes, mas incluindo textos clássicos essenciais (como Beck, 2013 e Vigotski, 2001) para fundamentação teórica;
5. Fontes que apresentassem relevância científica, coerência teórica e aplicabilidade à Psicologia Clínica ou ao desenvolvimento infantil.

Foram excluídas:

- a) Publicações duplicadas entre bases;
- b) Trabalhos sem acesso integral ao texto;
- c) Materiais que tratavam apenas de aspectos médicos ou neurobiológicos da morte, sem interface com a Psicologia;
- d) Estudos voltados exclusivamente para adultos ou idosos, sem referência à população infantil.

Seleção e análise do material

Inicialmente, foi encontrado 37 obras para o estudo, após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionadas 9 obras para compor o corpus da revisão, sendo: 4 artigos científicos de acesso aberto, 3 livros de referência teórica (Beck, 2013; Palangana, 2015; Vigotski, 2001) e 2 artigos de eventos científicos (Passarela et al., 2010; Lima, Gomes e Cândido, 2018). Cada texto foi lido integralmente e os conteúdos foram organizados de acordo com três eixos temáticos:

- a) fundamentos da Terapia Cognitivo-Comportamental;
- b) desenvolvimento infantil e compreensão da morte;
- c) estratégias terapêuticas aplicadas ao luto infantil.

A análise dos materiais seguiu o princípio da interpretação integrativa, que busca identificar convergências e divergências entre os autores, articulando evidências empíricas e concepções teóricas. As informações relevantes foram sintetizadas e comparadas, permitindo compreender de que forma a TCC pode contribuir para a elaboração emocional e cognitiva da perda na infância.

DISCUSSÕES

Fundamentos Teóricos da Terapia Cognitivo-Comportamental

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é uma abordagem estruturada, de base empírica, desenvolvida por Aaron Beck na década de 1960. Fundamenta-se na premissa de que os pensamentos, emoções e comportamentos estão interligados, de modo que a modificação de

padrões de pensamento disfuncionais pode promover mudanças emocionais e comportamentais duradouras. Beck (2013) destaca que os esquemas cognitivos — estruturas mentais que organizam informações e experiências — influenciam diretamente a forma como o indivíduo interpreta os eventos da vida. Esses esquemas podem gerar crenças centrais, muitas vezes rígidas e disfuncionais, que moldam a percepção da realidade e as respostas emocionais, sendo alvo central das intervenções da TCC.

A TCC também se apoia na reestruturação cognitiva, técnica que permite identificar, questionar e modificar pensamentos automáticos distorcidos, promovendo interpretações mais realistas e adaptativas. Além disso, a abordagem utiliza psicoeducação, que visa conscientizar o paciente sobre a relação entre pensamentos, emoções e comportamentos, aumentando a compreensão de seus processos internos e fortalecendo a capacidade de enfrentamento diante de situações desafiadoras. Outro fundamento relevante é a atividade comportamental, que envolve a exposição gradual a situações temidas ou evitadas, incentivando a aprendizagem por meio de experiências concretas e promovendo mudanças comportamentais consistentes.

No contexto infantil, a aplicação da TCC exige adaptações que respeitem o nível de desenvolvimento cognitivo da criança. A abordagem prioriza o uso de recursos lúdicos, histórias, metáforas e atividades práticas, que favorecem a expressão de sentimentos e a compreensão de pensamentos. Passarela et al. (2010), em sua revisão sistemática, destacam a eficácia da TCC na redução de sintomas emocionais e comportamentais em crianças e adolescentes, evidenciando seu potencial como método preventivo e terapêutico em diferentes contextos. A flexibilidade da TCC, aliada ao foco na psicoeducação e à utilização de estratégias adaptadas à infância, a torna uma ferramenta especialmente eficaz para o manejo de experiências complexas, como o enfrentamento da morte e do luto.

Desenvolvimento infantil e compreensão da morte

Compreender como as crianças percebem a morte requer uma análise dos processos cognitivos e afetivos envolvidos em seu desenvolvimento. Conforme Palangana (2015), com base nas contribuições de Piaget e Vigotski, a compreensão da morte pelas crianças está diretamente relacionada ao estágio de desenvolvimento cognitivo em que se encontram. Entre os 6 e 12 anos, as crianças atingem o estágio das operações concretas, caracterizado pela capacidade de pensar logicamente sobre eventos reais e compreender conceitos como causalidade, irreversibilidade e permanência. Nessa fase, a morte começa a ser entendida como

um fenômeno definitivo e universal, embora ainda permeado por sentimentos de dúvida, medo e fantasia.

Vigotski (2001), por sua vez, enfatiza que o desenvolvimento do pensamento e da linguagem ocorre por meio das interações sociais, o que reforça a importância do papel dos adultos na mediação da compreensão da morte. Quando os cuidadores e profissionais evitam o tema, a criança tende a preencher as lacunas com fantasias e interpretações distorcidas, o que pode gerar ansiedade e medo. Portanto, é essencial que o diálogo sobre a morte seja abordado de forma aberta, acolhedora e compatível com o nível cognitivo da criança, para que ela possa elaborar a perda de maneira saudável.

O entendimento da morte na infância não é apenas uma questão cognitiva, mas também emocional e social. Segundo Lima, Gomes e Cândido (2018), o modo como a criança vivencia o luto depende das experiências de apego, da qualidade do vínculo perdido e do suporte emocional disponível. Assim, o processo de desenvolvimento e a forma como os adultos lidam com o tema da morte influenciam diretamente a capacidade da criança de ressignificar a perda e de construir significados sobre a finitude da vida.

Estratégias da Terapia Cognitivo-Comportamental no Luto Infantil

5526

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) aplicada ao luto infantil busca auxiliar a criança a compreender seus sentimentos, pensamentos e comportamentos diante da perda, favorecendo o enfrentamento emocional e a adaptação à nova realidade. Beck (2013) descreve que a reestruturação cognitiva, um dos principais instrumentos da abordagem, possibilita identificar crenças disfuncionais, como sentimentos de culpa (“foi minha culpa”), medo (“posso morrer também”) ou negação (“ele vai voltar”), e substituí-las por interpretações mais realistas e funcionais. Esse processo envolve a identificação de pensamentos automáticos, a avaliação das evidências que os sustentam e a formulação de alternativas mais adaptativas, permitindo que a criança modifique gradualmente suas interpretações da perda. No contexto infantil, é fundamental utilizar técnicas e recursos adaptados ao nível cognitivo da criança, como desenhos, brinquedos, jogos e outros materiais lúdicos, que permitem expressar emoções, representar situações de perda e acessar conteúdos cognitivos de forma concreta (Pureza et al., 2014). Entre esses recursos, destacam-se os baralhos de emoções, pensamentos e comportamentos, que auxiliam o terapeuta a guiar a criança na identificação de seus sentimentos e pensamentos e na associação desses elementos aos comportamentos observáveis, facilitando intervenções mais precisas.

Além da reestruturação cognitiva, a TCC contempla a psicoeducação sobre a morte e o luto, explicando de maneira simples e adequada à idade conceitos como irreversibilidade, universalidade e inevitabilidade da morte, o que ajuda a reduzir fantasias distorcidas e ansiedades (Lima, Gomes & Cândido, 2018). A exposição gradual às lembranças e sentimentos da perda permite que a criança confronte situações ou memórias evitadas, favorecendo a dessensibilização emocional e a elaboração saudável da dor. Paralelamente, técnicas de regulação emocional, como exercícios de respiração, relaxamento e práticas de atenção plena adaptadas à infância, auxiliam no controle de respostas emocionais intensas. Atividades de expressão emocional, incluindo contação de histórias, dramatizações e desenhos, promovem a externalização de sentimentos difíceis de verbalizar, fortalecendo a comunicação emocional e a ressignificação da perda. Por fim, o planejamento de comportamentos adaptativos, incentivando a participação em atividades sociais e de lazer, contribui para a retomada de rotinas e o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento funcionais.

Segundo Silva Santos e Pinto Soares (2022), a TCC oferece um apoio essencial, permitindo que crianças enlutadas reconheçam e expressem sofrimento e crenças desadaptadas. Lima, Gomes e Cândido (2018) reforçam que o sucesso da intervenção depende do acolhimento, da empatia e do vínculo terapêutico, aspectos que fortalecem a resiliência e promovem uma reestruturação emocional saudável. Assim, a TCC se mostra uma abordagem adequada para crianças enlutadas, pois combina técnicas cognitivas e comportamentais com escuta empática e recursos lúdicos, proporcionando espaço para o diálogo, a expressão emocional e a ressignificação da perda, contribuindo significativamente para o desenvolvimento emocional e para o fortalecimento de estratégias adaptativas diante da morte.

RESULTADOS

Concepções teóricas sobre o tema

A compreensão da morte por crianças é multifacetada, envolvendo dimensões cognitivas, emocionais e sociais. Estudos clássicos e contemporâneos destacam que a percepção infantil da morte evolui com o desenvolvimento cognitivo e a experiência emocional. A compreensão que as crianças constroem sobre a morte não se limita ao aspecto cognitivo, mas envolve também dimensões emocionais e sociais profundamente interligadas. Conforme Palangana (p.47-50, 2015), o desenvolvimento do pensamento e da linguagem possibilita à criança organizar e atribuir sentido às suas experiências, o que inclui a forma como interpreta a perda. À medida que amadurece cognitivamente, a criança passa a integrar melhor seus

sentimentos e percepções sobre a finitude, construindo explicações mais coerentes com a realidade e aprendendo a lidar de maneira mais adaptativa com as emoções decorrentes do luto.

Com o avanço para o período das operações concretas, as crianças passam a compreender que a morte é um evento universal e irreversível, embora ainda possam relacioná-la a causas externas, como doenças ou acidentes (SLAUGHTER, 2005). A autora explica que, entre os 5 e 7 anos, ocorre uma importante transição conceitual: as crianças começam a entender a morte como um fenômeno biológico, relacionado ao funcionamento e à cessação dos processos vitais do corpo. Essa mudança marca o surgimento de uma teoria biológica intuitiva, que permite integrar noções de vida, doença e morte de forma mais coerente.

Em síntese, as concepções teóricas analisadas evidenciam que a compreensão da morte na infância resulta de um processo gradual e diversificado, conforme demonstram Piaget e Vigotski, discutidos por Palangana (2015), o desenvolvimento do pensamento lógico e da linguagem possibilita à criança organizar experiências e construir significados cada vez mais complexos sobre a realidade. Slaughter (2005) complementa essa perspectiva ao indicar que, entre os cinco e sete anos, ocorre uma mudança conceitual que transforma a visão mágica e reversível da morte em uma compreensão mais madura, ancorada em noções biológicas de irreversibilidade e universalidade. Esses achados reforçam que o entendimento infantil sobre a finitude não se limita ao raciocínio lógico, mas envolve também a elaboração emocional e cultural da perda. Tal complexidade justifica a importância de abordagens terapêuticas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental, que considerem simultaneamente os aspectos cognitivos e afetivos no processo de mediação e ressignificação da morte pelas crianças.

Resultados de pesquisas empíricas

Diversas pesquisas empíricas têm evidenciado a eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) no auxílio a crianças que vivenciam a perda de entes queridos, destacando tanto os efeitos sobre sintomas emocionais quanto sobre a compreensão da morte. Passarela et al. (2010), em uma revisão sistemática, apontam que intervenções baseadas em TCC são capazes de reduzir significativamente sintomas de ansiedade, depressão e comportamentos desadaptativos em crianças e adolescentes, indicando que o foco na reestruturação cognitiva e na psicoeducação promove mudanças consistentes na experiência emocional infantil.

Estudos de campo reforçam esses achados. Silva Santos e Pinto Soares (2022) observaram que crianças enlutadas apresentaram melhora na capacidade de identificar e expressar emoções relacionadas à perda, reduzindo pensamentos distorcidos de culpa e medo.

A utilização de recursos lúdicos, como jogos, desenhos e baralhos de emoções, mostrou-se crucial para a mediação do entendimento cognitivo, permitindo que as crianças internalizassem conceitos de irreversibilidade e universalidade da morte de forma mais concreta e acessível.

Além disso, Lima, Gomes e Cândido (2018) destacam que a eficácia da TCC no luto infantil não inclui somente o processo com a criança mas também depende do processo realizado com os pais para obter uma maior eficácia e para que a família possa estar psicologicamente saudável para lidar com período de luto, psicologicamente

No que diz respeito à compreensão da morte, estudos baseados nas teorias de Piaget e Vigotski mostram que crianças entre 6 e 12 anos, ao receberem intervenções estruturadas, conseguem integrar a noção de irreversibilidade e universalidade da morte em seus esquemas cognitivos, o que favorece a redução de fantasias distorcidas e a diminuição da ansiedade relacionada à perda (Palangana, 2015; Vigotski, 2001). Tais resultados indicam que a TCC não apenas atua sobre sintomas emocionais imediatos, mas também contribui para o desenvolvimento de uma compreensão mais adaptativa da morte, respeitando o estágio cognitivo e afetivo de cada criança.

Em síntese, as evidências empíricas corroboram que a TCC aplicada ao luto infantil promove um efeito positivo duplo: facilita a expressão e a regulação emocional da criança diante da perda e auxilia na construção de um entendimento saudável sobre a morte. O uso de recursos lúdicos, aliado à reestruturação cognitiva e ao vínculo terapêutico, surge como um elemento central para o sucesso das intervenções, consolidando a abordagem como uma prática fundamentada cientificamente e adaptada às necessidades do desenvolvimento infantil.

Desafios e perspectivas futuras

Embora a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tenha demonstrado eficácia no manejo do luto infantil, a aplicação dessa abordagem ainda enfrenta desafios significativos. Um dos principais obstáculos é a necessidade de adequação das técnicas ao nível cognitivo e emocional da criança. Conforme destacado por Palangana (2015) e Vigotski (2001), compreender conceitos complexos, como irreversibilidade e universalidade da morte, exige uma mediação cuidadosa por parte do terapeuta e o uso de recursos lúdicos, histórias e metáforas. A falta de materiais adaptados ou a aplicação inadequada da TCC pode limitar a efetividade da intervenção, prejudicando o desenvolvimento de uma compreensão saudável sobre a perda.

Outro desafio identificado refere-se à sensibilidade emocional e à formação dos profissionais que atuam com crianças enlutadas. Estudos de Lima, Gomes e Cândido (2018) e

Silva Santos e Pinto Soares (2022) enfatizam que o atendimento da família que requer uma escuta empática e a capacidade de acolhimento são tão importantes quanto as técnicas cognitivas e comportamentais em si. Profissionais sem preparo específico podem encontrar dificuldades em equilibrar a intervenção estruturada com a flexibilidade necessária para atender às demandas emocionais individuais, o que pode comprometer a adesão da criança ao processo terapêutico.

Além disso, a lacuna de pesquisas representa uma limitação relevante. A maior parte dos estudos concentra-se em efeitos imediatos ou de curto prazo, deixando pouco evidenciado como a TCC influencia a compreensão da morte e o enfrentamento do luto ao longo do desenvolvimento infantil. Investigações futuras poderiam explorar o impacto de intervenções prolongadas e o acompanhamento das crianças após a conclusão da terapia, oferecendo subsídios para aprimorar protocolos e estratégias de prevenção.

As perspectivas futuras apontam para uma integração maior entre TCC e abordagens multidisciplinares, envolvendo educadores, cuidadores e profissionais de saúde mental. A cooperação entre família, escola e terapia permite que a criança receba suporte consistente em diferentes contextos, reforçando aprendizagens cognitivas e emocionais e promovendo um enfrentamento mais adaptativo do luto. Ademais, o desenvolvimento de recursos digitais e lúdicos, como aplicativos terapêuticos e jogos interativos, surge como uma possibilidade promissora para engajar crianças e potencializar os resultados das intervenções.

5530

Em suma, os desafios atuais destacam a necessidade de formação específica, adaptação contínua das técnicas e acompanhamento prolongado, enquanto as perspectivas futuras indicam a expansão da TCC infantil para contextos mais integrados e tecnologicamente inovadores, fortalecendo seu papel no apoio ao desenvolvimento emocional e cognitivo diante da morte e da perda.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão narrativa evidenciou que a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) constitui uma abordagem altamente indicada e adaptável para auxiliar crianças de 6 a 12 anos na compreensão e elaboração do luto. Os resultados analisados demonstram que a TCC atua de maneira integrada sobre os aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais do luto infantil, permitindo que as crianças identifiquem pensamentos disfuncionais, reconheçam e regulem emoções intensas e desenvolvam estratégias de enfrentamento saudáveis diante da perda. A utilização de recursos lúdicos, como jogos, desenhos, dramatizações e baralhos de emoções, mostrou-se fundamental para facilitar a mediação cognitiva e emocional, tornando

conceitos complexos, como irreversibilidade e universalidade da morte, mais concretos e acessíveis, promovendo assim a internalização gradual de uma compreensão mais adaptativa da finitude.

Os achados empíricos apontam que a TCC não apenas atua sobre sintomas imediatos de ansiedade, medo e culpa, mas também favorece o desenvolvimento de habilidades cognitivas e emocionais que contribuem para a ressignificação da perda. Intervenções estruturadas e bem conduzidas permitem que as crianças integrem a experiência do luto em seus esquemas mentais, reduzindo fantasias distorcidas e promovendo maior equilíbrio emocional. Além disso, evidencia-se que o sucesso da abordagem depende da atuação conjunta com os cuidadores e familiares, uma vez que a mediação das interações sociais e o suporte emocional disponível são fatores determinantes para que a criança possa elaborar o luto de maneira saudável.

A revisão também revelou desafios importantes na aplicação da TCC no contexto do luto infantil. A necessidade de adaptação das técnicas ao nível cognitivo e emocional da criança, a escassez de materiais lúdicos adequados, a formação específica dos profissionais e a falta de estudos longitudinais representam obstáculos que podem limitar a eficácia das intervenções. É fundamental que os terapeutas possuam habilidades para equilibrar a estruturação das técnicas cognitivas e comportamentais com a sensibilidade emocional necessária para atender às demandas individuais de cada criança, promovendo um ambiente terapêutico seguro, acolhedor e empático.

5531

As perspectivas futuras indicam que a TCC infantil poderá se expandir para contextos mais integrados, envolvendo a escola, a família e outros profissionais da saúde, garantindo suporte consistente e contínuo em múltiplos ambientes de desenvolvimento da criança. O desenvolvimento de recursos digitais e interativos, como aplicativos terapêuticos, jogos e materiais lúdicos tecnológicos, surge como uma oportunidade promissora para potencializar o engajamento infantil e otimizar os resultados das intervenções. Adicionalmente, investigações futuras devem se concentrar em estudos que avaliem os efeitos da TCC ao longo do tempo, permitindo compreender como a abordagem influencia a compreensão da morte, a resiliência emocional e a adaptação psicológica em diferentes fases do desenvolvimento infantil.

Em síntese, a TCC se apresenta como uma ferramenta promissora e cientificamente fundamentada para auxiliar crianças enlutadas, ao combinar estratégias cognitivas, comportamentais e psicoeducativas com recursos lúdicos e práticas de acolhimento emocional. A abordagem não apenas contribui para o enfrentamento saudável do luto, mas também fortalece habilidades cognitivas e emocionais essenciais para a construção de significados

adaptativos sobre a morte. Dessa forma, investir na formação de profissionais capacitados, na adaptação contínua de técnicas e no desenvolvimento de recursos inovadores é fundamental para consolidar a TCC como uma prática terapêutica efetiva, capaz de promover a saúde emocional e o desenvolvimento integral das crianças diante da experiência da perda.

REFERÊNCIAS

- BECK JS. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2013.
- LIMA CF, GOMES DS, CÂNDIDO VL. O luto infantil pelo olhar da terapia cognitivo-comportamental. Anais do Congresso Mineiro de Ciências da Saúde – COMCISA, 2018; 3(1): 1-10.
- PALANGANA IC. Desenvolvimento e aprendizagem em Piaget e Vigotski. 1ª ed. São Paulo: Summus; 2015.
- PASSARELA C, OLIVEIRA B, RAMALHO L, BORGES G. Revisão sistemática para estudar a eficácia da terapia cognitivo-comportamental. Revista Portuguesa de Clínica Geral, 2010; 26(3): 266-272.
- PUREZA JR, RIBEIRO AO, PUREZA JR, LISBOA CSM. Fundamentos e aplicações da Terapia Cognitivo-Comportamental com crianças e adolescentes. Revista Brasileira de Psicoterapia, 2014; 16(1): 85-103.
- ROTHER ET. Revisão sistemática x revisão narrativa. Acta Paulista de Enfermagem, 2007; 20(2):
- SILVA SANTOS CA, PINTO SOARES LA. Terapia Cognitivo-Comportamental e suas contribuições para a abordagem do luto infantil. Ensaio e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde, 2022; 5(2): 1-14.
- SLAUGHTER V. Young children's understanding of death. Australian Psychologist, 2005; 40(3): 179-186.
- VYGOTSKY LS. A construção do pensamento e da linguagem. São Paulo: Martins Fontes; 2001.