

A INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA NA ELABORAÇÃO DO LUTO NA INFÂNCIA

PSYCHOLOGICAL INTERVENTION IN THE PROCESSING OF GRIEF IN CHILDHOOD

Débora Nathalia Amedino Barboza¹

Regina Lúcia de Oliveira Prudente²

RESUMO: O luto na infância, apesar de ser um processo natural, pode apresentar particularidades. O objetivo geral desta pesquisa foi investigar as contribuições da atuação do psicólogo na promoção da elaboração do luto na infância. Para isso, buscou-se explicar o luto na infância e suas particularidades psicológicas; caracterizar o processo de elaboração do luto infantil à luz da psicologia; e analisar as estratégias que os psicólogos podem utilizar para ajudar as crianças a nomear, compreender e elaborar o luto. Para atingir os objetivos, foram realizadas entrevistas semiestruturadas com sete profissionais da psicologia, tendo em vista captar suas percepções e estratégias de trabalho utilizadas. Os resultados apontaram que o luto é um processo natural e ao mesmo tempo singular, cuja experiência usualmente é manifesta por meio de comportamentos e brincadeiras. Além disso, os profissionais entrevistados reconhecem que o luto pode ocorrer diante de diferentes tipos de perdas. Os psicólogos apontaram que a elaboração varia conforme fatores como a etapa do desenvolvimento, natureza do vínculo com o objeto perdido, suporte familiar e circunstâncias nas quais a perda se deu. As principais estratégias empregadas pelos profissionais foram a escuta ampliada e o diálogo genuíno, o uso de recursos lúdicos diversos e orientação parental. Em investigações posteriores, sugere-se ampliar a amostragem por contextos de atuação, como clínico, escolar e saúde pública, assim como buscar diferenciar como as intervenções são tratadas por diferentes abordagens teóricas.

426

Palavras-chave: Intervenção psicológica. Luto infantil. Elaboração.

ABSTRACT: Grief in childhood, despite being a natural process, can present particularities. The general objective of this research was to investigate the contributions of the psychologist's role in promoting the elaboration of grief in childhood. To this end, the study sought to explain grief in childhood and its psychological particularities; to characterize the process of elaborating childhood grief in light of psychology; and to analyze the strategies that psychologists can use to help children name, understand, and process grief. To achieve these objectives, semi-structured interviews were conducted with seven psychology professionals, aiming to capture their perceptions and work strategies. The results indicated that grief is a natural and at the same time unique process, whose experience is usually manifested through behaviors and play. Furthermore, the professionals interviewed recognize that grief can occur in the face of different types of losses. The psychologists pointed out that the elaboration varies according to factors such as the stage of development, the nature of the bond with the lost object, family support, and the circumstances in which the loss occurred. The main strategies employed by professionals were extended listening and genuine dialogue, the use of diverse play resources, and parental guidance. In subsequent investigations, it is suggested to expand the sampling by contexts of practice, such as clinical, school, and public health, as well as to seek to differentiate how interventions are treated by different theoretical approaches.

Keywords: Psychological intervention. Childhood grief. Processing.

¹ Acadêmica de graduação do curso de Psicologia - Centro Universitário Univel.

² Professora orientadora - Centro Universitário Univel.

INTRODUÇÃO

O luto pode ser compreendido como um processo de transição psicossocial no qual a dor e o sofrimento emocional se manifestam em resposta a uma perda significativa, seja ela de caráter material ou simbólico. Embora as definições acerca do luto possam apresentar distintas características, conforme as perspectivas de diferentes autores, de modo geral, esse fenômeno se caracteriza por um conjunto de vivências que envolvem sofrimento psíquico e a necessidade de reorganização interna frente à ausência de alguém ou algo que possuía valor afetivo (Msawa *et al.*, 2022).

O processo de vivência do luto pode, ainda, ser conceituado como o conjunto de mecanismos adotados pelo indivíduo enlutado para lidar com a perda, demandando a busca por uma nova estruturação e reorganização da vida diante da ausência do ente querido e suas múltiplas repercussões, sejam elas físicas, emocionais, sociais ou cognitivas. Por sua amplitude e complexidade, o luto torna-se um tópico ainda mais sensível quando considerado em relação à infância, período em que as capacidades de compreensão e elaboração de experiências, como a perda, ainda estão em desenvolvimento (Mello; Lima; Mota, 2021).

Historicamente, nem sempre as crianças foram vistas de acordo com suas particularidades desenvolvimentais, pois por volta do século XIX, antes do Romantismo, elas eram vistas como seres sem história, sem voz nem vez, e tudo que provinha delas era desvalorizado, inclusive suas brincadeiras. A partir do Romantismo, com Rousseau, surge uma nova concepção, na qual os comportamentos naturais do infante passam a ser valorizados (Pozas, 2012).

O desenvolvimento infantil, de acordo com Pozas (2012), consiste no processo de construção progressiva do conhecimento, em que a criança, a partir de sua interação com o mundo e com o outro, desenvolve suas potencialidades físicas, cognitivas e afetivas, buscando harmonizar a dinâmica externa com a sua própria, principalmente através do brincar.

Quanto ao luto, embora o seu processo seja semelhante entre adultos e crianças, pois também inclui sentimento de tristeza, saudades, recordações persistentes do objeto da perda e necessidade de conforto, existem alguns pontos de divergência, tal como as dificuldades que as crianças, principalmente as mais jovens, apresentam em entender o conceito de morte e o que ela representa, podendo necessitar de apoio para elaborar essa compreensão (Santos; Muner, 2020).

Nesse cenário, a atuação do psicólogo, torna-se essencial. Sua intervenção pode ocorrer por meio de estratégias específicas da psicologia (Pereira *et al.*, 2021). A psicologia, área de saber e profissão, examina o luto como uma reação comum frente a uma perda importante, vivenciada por todas as pessoas em diferentes momentos da vida. Dispõe de conhecimentos teóricos, práticos, técnicos e instrumentais que permitem fundamentação diferentes tipos de intervenção junto aos enlutados, classificadas como primárias, secundárias e terciárias, de acordo com a necessidade de cada pessoa (Santos, 2019).

As intervenções primárias direcionam-se àqueles que experienciam uma perda recente, buscando orientar, validar o sofrimento e organizar, cognitivamente, o impacto gerado pelo estresse da perda. Já as intervenções secundárias destinam-se a indivíduos com propensão a desenvolver complicações no processo de luto, fornecendo apoio, reduzindo o isolamento e minimizando fatores de risco. As intervenções terciárias, por sua vez, atendem os que já demonstram dificuldades durante o luto, com o intuito de fortalecer seus recursos para enfrentamento, oferecendo suporte para gerenciar crises e enfatizando a adaptação à vida após a perda (Santos, 2019).

O objetivo das intervenções do psicólogo é proporcionar tanto informação, quanto validar a expressão do pesar e do compartilhar a dor, auxiliando a promover a organização cognitiva diante do estresse decorrente da perda e fortalecer os recursos de enfrentamento da pessoa enlutada, podendo acontecer através de psicoterapia ou aconselhamento, grupal ou individual (Santos, 2019).

428

A forma como o luto e a morte são percebidos também varia de acordo com o contexto histórico e cultural. Na Idade Média, a morte, embora temida, era vivenciada com mais naturalidade, permeando o cotidiano e os espaços comuns, como era evidenciado pela localização dos cemitérios, que geralmente eram integrados às comunidades (Schmitt, 2023).

A ascensão da cultura cristã trouxe consigo a busca por uma “boa morte”, exemplificada pelos *Ars Moriendi*, manuais que instruíam as pessoas a se prepararem para o inevitável (Schmitt, 2023).

Com o passar dos séculos, de acordo com Schmitt (2023), a morte foi sendo afastada, paulatinamente, do convívio social, passando a ser confinada a espaços específicos como hospitais e cemitérios, culminando na sua transformação em tabu a partir do século XX.

A vivência e elaboração do luto, que antigamente, no período vitoriano, apresentavam certos aspectos ritualísticos e metódicos, como o uso de vestimentas pretas, sem detalhes

chamativos, o uso de véu para as mulheres e de fumo para os homens, aos poucos transmutou-se para possibilitar mais espaço à subjetividade e individualidade dos sujeitos em suas vivências e processos pós-perda, ao mesmo tempo em que o ritmo acelerado da modernidade lhes cobra um rápido retorno às atividades rotineiras (Schmitt, 2023).

Deve-se considerar também que, ainda hoje, o luto é retratado e vivenciado de diferentes formas, a depender da cultura. Para exemplificar isso, tem-se um estudo conduzido na cidade de Ocoatepec, no México, por Guedes, Andery e Comaru (2021), psicólogas e pesquisadoras brasileiras, que identificou que os rituais associados ao Dia dos Mortos ocupam lugar importante no processo de luto daquela população, proporcionando aos enlutados uma maneira de preservar os laços com os entes queridos que faleceram e fortalecer a sensação de pertencimento à comunidade. Os achados indicam que, ao contrário do Brasil, a cultura mexicana lida com a morte de forma mais aberta e integrada à rotina cotidiana, permitindo que até mesmo as crianças participem dos rituais e desenvolvam desde cedo uma compreensão sobre a finitude da vida (Guedes; Andery; Comaru, 2021).

Atualmente, sabe-se que falar sobre a morte, o morrer e os processos a eles adjacentes, como o luto, é algo de extrema necessidade, pois, ao dar espaço para o sofrimento, abre-se possibilidade para a sua superação, ampliando a consciência dos sujeitos sobre a impermanência das coisas, em um mundo dinâmico onde nada é estático (Azevedo; Siqueira, 2020).

429

Para acompanhar os desdobramentos mais recentes no campo dos estudos sobre o luto, é importante destacar que a versão revisada do DSM-V (DSM-V-TR) passou a conceituar o luto como uma vivência decorrente da perda de alguém significativo, acompanhada por sentimentos de tristeza, sensação de vazio e manifestações como a perturbação do sono, ressaltando ainda que o luto considerado normativo tende a apresentar uma redução gradual em sua intensidade com o passar dos dias ou semanas, sendo o humor disfórico frequentemente associado a pensamentos ou recordações da pessoa que faleceu (*American Psychiatric Association*, 2023).

Em contrapartida, o chamado transtorno do luto prolongado, descrito no DSM-V-TR, se diferencia do processo de luto habitual por se caracterizar por respostas emocionais intensas e persistentes que permanecem por um período igual ou superior a 12 meses ou, no caso de crianças e adolescentes, por mais de seis meses após a perda, sendo que tal diagnóstico é considerado quando a intensidade dos sintomas compromete de forma significativa o

funcionamento cotidiano do sujeito e ultrapassa os limites estabelecidos pelas convenções sociais, culturais ou religiosas do grupo ao qual pertence (*American Psychiatric Association*, 2023).

No que diz respeito às crianças, a maneira como estas passam a compreender a morte e a elaborar os sentimentos que a envolvem se relacionam com as experiências vivenciadas durante a infância, pois é nesse período que ela começa a construir noções mais amplas sobre finitude, perda e ausência. Por conta disso, nesse momento, se torna essencial que os adultos responsáveis por sua educação e cuidado evitem omitir informações ou recorrer a explicações fantasiosas, ainda que com a intenção de protegê-la, já que tais atitudes podem dificultar o processo natural de luto e confundir a criança em relação à realidade dos fatos, sendo, portanto, fundamental que esse momento seja conduzido com acolhimento e, sempre que necessário, com o apoio de um profissional capacitado, capaz de oferecer suporte adequado tanto à criança quanto à sua rede de apoio (Mendes; Costa, 2022).

Conforme apontam Tabaczinski e Frighetto (2017), a vivência do luto na infância pode gerar repercussões emocionais, como sentimentos de tristeza, angústia e sofrimento psíquico significativo, especialmente quando a criança não encontra espaço seguro ou estímulo suficiente para expressar suas emoções. Nesse contexto, o sofrimento silenciado e não simbolizado pode repercutir na constituição subjetiva do indivíduo, podendo manifestar-se por meio de comportamentos agressivos, medos intensificados, como o medo do escuro, estados de apatia, dificuldades na fala, queda no desempenho escolar, além de sintomas de ansiedade (Mendes; Costa, 2022).

430

Segundo os apontamentos de Trapp e Santos (2018), os impactos emocionais decorrentes do luto na infância relacionam-se a uma variedade de aspectos, entre os quais se destacam a idade da criança, o estágio específico do seu desenvolvimento psicológico, a maneira como ela experienciou perdas anteriores ao longo de sua história de vida e o modo como o núcleo familiar enfrenta, compreende e expressa o próprio processo de luto, já que este ambiente atua como principal referência emocional e afetiva para a criança nesse momento.

Posto isso, a forma como o luto se manifesta no contexto familiar gera impactos na maneira como esse processo é compreendido pela própria criança, influenciando também os mecanismos de enfrentamento que ela poderá acionar para lidar com essa vivência, de modo que as estratégias de cuidado voltadas à criança enlutada se mostram essenciais para que ela consiga elaborar o momento vivido, reconhecendo suas emoções e atribuindo algum sentido à perda sofrida. Isso demanda, entretanto, atenção ao fato de que os familiares mais próximos

também estarão envolvidos em seu próprio sofrimento pessoal decorrente da perda e, portanto, podem igualmente necessitar de acolhimento e suporte, o que reforça a importância de se garantir à criança a possibilidade de acessar outros espaços de escuta e acolhimento quando o núcleo familiar, responsável por seu cuidado, encontra-se fragilizado (Klinger; Miranda; Oliveira, 2021).

Diante do exposto, este estudo tem como propósito investigar o papel da psicologia no acolhimento da criança enlutada, tendo como norteador o seguinte problema: de que maneira os psicólogos podem auxiliar as crianças a nomear, compreender e elaborar o luto? Busca-se, assim, contribuir para o enriquecimento e fundamentação teórica da práxis psicológica nesse contexto. Hipotetiza-se que a atuação do psicólogo na elaboração do luto infantil é pertinente e contribui significativamente para a adaptação da criança diante da perda, auxiliando na redução do sofrimento e na prevenção de possíveis conflitos decorrentes de um luto não elaborado. Essa contribuição se dá por meio da aplicação dos saberes oriundos das diferentes subáreas e abordagens da psicologia.

Desse modo, o objetivo geral desta pesquisa foi investigar as contribuições da atuação do psicólogo na promoção da elaboração do luto na infância. Para isso, buscou-se explicar o luto na infância e suas particularidades psicológicas; caracterizar o processo de elaboração do luto infantil à luz da psicologia; e analisar as estratégias que os psicólogos podem utilizar para ajudar as crianças a nomear, compreender e elaborar o luto.

MÉTODO

Tratou-se de um estudo exploratório, realizado em campo, com uma abordagem qualitativa. De acordo com Gil (2017), a pesquisa exploratória visa coletar informações de forma direta sobre o objeto de estudo, permitindo uma análise aprofundada da questão investigada. Esse tipo de estudo contribui para a ampliação da compreensão do problema, podendo também gerar hipóteses que orientarão pesquisas futuras.

A pesquisa foi conduzida de forma totalmente online, utilizando a plataforma Microsoft Teams para a coleta de dados. Os participantes eram profissionais graduados e em atuação na área de psicologia infantil, sem restrições em relação a idade ou sexo. A previsão inicial era de que a pesquisa contasse com a participação de oito psicólogos. No entanto, devido a incompatibilidades no agendamento, somente foi possível entrevistar sete psicólogos. Foram incluídos na pesquisa os profissionais graduados em psicologia e em atuação ou que já atuaram

nas áreas do luto infantil ou psicoterapia infantil. Foi necessário que os participantes estivessem disponíveis e dispostos a colaborar com o estudo, mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos os profissionais que não possuíam experiência nas áreas de interesse mencionadas.

O instrumento de pesquisa empregado foi a entrevista semiestruturada de modalidade online, elaborada a partir da aplicação de um questionário com o objetivo de obter informações sobre a problemática em estudo. O questionário apresentou dezenove perguntas divididas nas categorias: aspectos gerais, formação e experiência profissional; compreensão e abordagem do luto infantil; aspectos éticos e culturais; estratégias de intervenção psicológicas; e reflexões sobre a trajetória profissional.

Inicialmente, foi realizado o contato inicial com os potenciais participantes da pesquisa, por meio de suas redes sociais profissionais, preferencialmente o Instagram, para divulgar o estudo. Após o aceite, foi solicitado o preenchimento do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que foi assinado digitalmente. Alguns dos participantes também foram contatados por meio de indicações através da técnica de pesquisa *snowball*, referente à amostragem em bola de neve.

Após o preenchimento do consentimento, os dados foram coletados por meio de uma entrevista online com perguntas semiestruturadas, permitindo que os participantes respondessem de maneira remota em um horário previamente agendado evitando, assim, a necessidade de encontros presenciais de modo a favorecer a maior conveniência possível para a participação dos profissionais.

A análise de dados foi realizada por meio da Análise de Conteúdo, conforme os procedimentos descritos por Bardin (2016). Este processo é dividido em três etapas principais: pré-análise, na qual se realiza a codificação inicial do material qualitativo obtido, descartando trechos que não atendiam aos objetivos de pesquisa; exploração das informações, com a organização por temas, agrupando-as em categorias por unidades de registro; e tratamento dos resultados, que envolveu a formulação de inferências dos dados (Bardin, 2016). Para facilitar esse processo, as entrevistas foram transcritas por meio da plataforma Microsoft Teams.

A pesquisa envolveu riscos como possíveis desconfortos acarretados aos participantes devido à sensibilidade da temática abordada. Diante dessa possibilidade, foi reforçado que caso algum participante se sentisse desconfortável, este poderia interromper sua participação a qualquer momento. Para minimizar essa ocorrência, por sua vez, foram selecionados apenas

profissionais que já atuassem como esse tipo de demanda e que, portanto, estivessem familiarizados com o tema. Além do mais, caso necessário, os participantes seriam orientados e encaminhados para atendimento psicológico na clínica-Univel. Todavia, não foi necessário aplicar essas ações remediativas, visto que não ocorreu desconfortos ou intercorrências na condução das entrevistas.

Os benefícios para os participantes da pesquisa apresentaram caráter indireto, uma vez que os resultados do estudo contribuíram para o aprofundamento teórico e metodológico da prática dos psicólogos no manejo do luto infantil, com o objetivo de alcançar desfechos terapêuticos favoráveis para esse tipo de demanda. Além disso, o estudo ampliou a sensibilização social sobre a temática, possibilitando sua abrangência em nível de sensibilização social para o conhecimento sobre o luto infantil.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da exploração qualitativa das unidades de registro obtidas nas entrevistas com os profissionais, separadas por temática correlata aos objetivos específicos deste estudo, foi possível identificar as seguintes categorias de análise, dispostas no Quadro 1.

Quadro 1 – Categorias elencadas por tema a partir das unidades de registro

TEMÁTICA	CATEGORIAS
O que é o luto na infância e suas particularidades psicológicas.	<ul style="list-style-type: none"> ● Algo natural; ● Pode haver maior dificuldade de compreensão da morte e suas implicações; ● Não decorre só da morte; ● É uma vivência singular; ● Geralmente não é expresso pela fala, mas por outras vias, como o brincar e demais comportamentos.
Características do processo de elaboração do luto infantil à luz da psicologia.	<ul style="list-style-type: none"> ● Varia com a idade, proximidade, apego, apoio da família e contexto em que a perda ocorreu; ● Vivenciado de forma subjetiva e lúdica; ● Pode apresentar complicações, como o luto prolongado.
Estratégias que os psicólogos podem utilizar para ajudar as crianças a nomear, compreender e elaborar o luto.	<ul style="list-style-type: none"> ● Escuta e diálogo franco e transparente, mas cauteloso; ● Uso de recursos lúdicos variados; ● Orientação familiar/parental; ● Possibilitar a expressão do sofrimento e acolhê-lo.

Fonte: As autoras (2025).

Percebe-se que o luto na infância é compreendido como um processo natural e ao mesmo tempo singular, caracterizado por especificidades relacionadas à forma como a criança entende a morte e as implicações desse evento, o que frequentemente a leva a manifestar a experiência por meio de comportamentos e brincadeiras, já que a expressão verbal nem sempre constitui sua principal via de comunicação. Além disso, os profissionais entrevistados reconhecem que o luto pode ocorrer diante de diferentes tipos de perdas, não se restringindo exclusivamente à morte.

No que concerne ao modo como a criança elabora a perda, os psicólogos apontam que esse percurso varia conforme fatores como a etapa do desenvolvimento, a natureza do vínculo estabelecido com o objeto perdido, o suporte oferecido pela família e as circunstâncias nas quais a perda se deu, considerando-se, por exemplo, se o evento era esperado ou se ocorreu de forma repentina.

Quanto às estratégias empregadas pelos profissionais que atuam com essas demandas, as principais identificadas foram a escuta ampliada e o diálogo genuíno, sem recorrer a omissões ou informações inconsistentes, mas sempre observando a capacidade de compreensão da criança naquele momento, de modo a possibilitar que ela expresse seu luto com segurança e acolhimento. Recursos lúdicos diversos, como livros, desenhos e materiais terapêuticos, costumam ser empregados como facilitadores, assim como o trabalho de orientação dirigido aos familiares, que desempenha papel relevante no andamento das intervenções deste profissional.

434

O luto na infância e suas particularidades psicológicas

A morte é um acontecimento biológico, universal e inevitável (Silva; Rocha, 2025). O luto na infância, apesar de frequentemente envolto por tabus e compreensões sociais ambíguas, ainda assim representa uma resposta emocional humana característica de perdas significativas, não devendo ser suprimido ou evitado (Vieira, 2022). Esse processo pode ser definido como um conjunto de vivências afetivas que surgem frente a uma ruptura relevante e que demandam um movimento interno de reorganização e reestruturação psíquica (Klinger; Miranda; Oliveira, 2021). Isso foi pontuado pelo Participante 2 da pesquisa, que declarou

Com relação às crianças, eu vejo que depende muito da faixa etária, da noção que a criança tem do que é ou não a morte. Às vezes a família conversa, às vezes não conversa sobre, às vezes tem abertura, às vezes não tem. Então, é bem subjetivo mesmo, mas se fosse para dizer numa descrição única, sem levar em consideração, aliás, levando em consideração, mas não me restringindo só a isso, eu acho que é um processo natural da vida, que faz parte e que é subjetivo sentir, porque cada um vai apresentar de uma forma, vai sentir por um tempo, embora a gente tenha ali alguns parâmetros que são

importantes de serem olhados, mas é algo muito subjetivo. Eu acredito que é uma fase desafiadora, na infância é muito desafiadora, mas é natural.

Embora o luto faça parte da experiência humana em qualquer fase da vida, sua vivência na infância costuma assumir formas próprias, já que a criança, ainda em processo de desenvolvimento emocional e cognitivo, entende e reage à perda de maneiras que não necessariamente se aproximam da experiência adulta, articulando essa vivência a seu próprio modo (Silva; Rocha, 2025). Essa importância de considerar o momento do desenvolvimento em que a criança se encontra quando ocorreu o luto foi ressaltado pelo Participante 7, que afirmou que *“com certeza o luto para a criança tem suas particularidades que precisam ser consideradas [...] Até do ponto de vista psíquico do desenvolvimento da criança, né? Em qual momento, em qual etapa essa criança está”*. A Participante 4, por sua vez, trouxe que, na infância *“não há uma compreensão do morrer enquanto deixar de existir, mas o luto infantil, assim como para pessoas adultas, ele existe”*.

Crianças em idade pré-escolar, por exemplo, tendem a apresentar maior dificuldade em apreender noções como irreversibilidade e universalidade da morte, frequentemente interpretando-a como um estado transitório ou comparável ao sono (Silva; Rocha, 2025). Esse impasse apareceu no discurso do Participante 2, que afirmou que *“às vezes a criança, dependendo da idade, principalmente os menores de 5 anos, eles acham que a pessoa que morreu, ela vai voltar, que a morte é reversível”*.

A literatura descreve que essa não assimilação da irreversibilidade pode dificultar a elaboração psíquica do luto, levando a criança a esperar continuamente o retorno da pessoa ausente, o que pode originar sentimentos de abandono ou rejeição (Yamaura; Veronez, 2016). Entre os cinco e os sete anos, porém, a compreensão das consequências permanentes da morte torna-se mais estável, embora a capacidade de enfrentamento emocional ainda seja limitada, necessitando, muitas vezes, de suporte (Worden, 2013).

O Participante 6 exemplificou essa singularidade na vivência do luto trazendo que cada sujeito é único, e que até mesmo irmãos que vivenciaram a mesma perda, podem apresentar manifestações diferentes do luto, uns necessitando de suporte maior, outros não.

É fundamental observar, no entanto, que o luto infantil não se circunscreve aos eventos relacionados à morte biológica (Pereira *et al.*, 2021). A infância é atravessada por múltiplas formas de perda simbólica ou concreta, que podem incluir separações parentais, mudanças de casa, rupturas de vínculos afetivos importantes, adoção de novas dinâmicas familiares ou mesmo a perda de um animal de estimação. Além disso, o desenvolvimento implica renúncias progressivas e a necessidade de lidar com frustrações e limites, compondo um conjunto de

experiências que exigem da criança sucessivos processos de elaboração diante dessas perdas (Paiva, 2011). O Participante 7, abordou exatamente isso, argumentando que

[...] não é só o luto relacionado à perda de fato, a morte em si de algum ente querido, de alguém próximo, familiar, mas também... Pensando em algo mais geral, o luto infantil se relaciona às pequenas perdas que a gente vai tendo, que a criança vai tendo durante a infância [...] a perda da chupeta, a perda do lugar que vai ocupando.

Complementando, ainda, em outro momento da entrevista que “[...] o luto quando se perde alguém, ou um luto por a perda de um animal, ou até a questão das saídas, né? De uma criança que estava em casa, vai precisar ir para a creche, é uma perda, né?”.

Isso também foi abordado pelo Participante 6, 1, 3 e 5, que reconheceram que o luto infantil não decorre apenas da morte de um ente querido, mas também de perdas simbólicas, como as citadas, além do luto pelo desmame, desfralde e pela separação (divórcio) dos pais.

Por fim, outro aspecto que caracteriza o luto infantil, apontado pelos profissionais entrevistados, é que ele geralmente não é expresso primariamente pela fala, o que está de acordo com o que foi argumentado por Rocha e Barreto (2015), que também acrescentaram que essa expressão costuma ocorrer por vias lúdicas ou mediante outros comportamentos sintomáticos. Para o Participante 6 é comum que a criança apresente “*dificuldade de colocar nomes*” nas emoções e dores quando está vivenciando o luto, ao passo que o Participante 3 esclareceu que “*existe um perfil de criança que é um pouco raro, que chega no consultório independentemente da idade, senta-se no sofá e fala sobre o que está sentindo*”, acrescentando que é no brincar que, usualmente, as crianças demonstram, compreendem e elaboram o luto, e não pela verbalização direta, o que também foi corroborado pelo Participante 5.

436

Características do processo de elaboração do luto infantil à luz da psicologia

As formas pelas quais a criança elabora o luto variam amplamente e são atravessadas por diversos fatores, o que reforça o caráter singular de cada experiência (Bento; Gameiro, 2025). A idade e o nível de desenvolvimento cognitivo são apontados como elementos centrais, já que a compreensão da morte se constrói de maneira gradual, assim como o desenvolvimento. Crianças menores, como já mencionado, tendem a interpretar a morte como algo reversível, e somente por volta da terceira infância ou ao longo da adolescência é que passam a reconhecer sua permanência e inevitabilidade de modo mais consistente (Silva; Rocha, 2025).

A intensidade e o modo como a perda é vivida também se relacionam com a qualidade do vínculo estabelecido com a pessoa perdida. Relações em que predominam segurança e previsibilidade costumam proporcionar fundamentos emocionais mais estáveis, ao passo que

vínculos frágeis ou inseguros podem aumentar a ansiedade e a sensação de desamparo (Silva; Rocha, 2025). O Participante 2, falou sobre isso, afirmando que a intensidade do luto infantil e de sua elaboração dependerá, além da idade, “do grau de proximidade que ela tinha naquela pessoa, o apego [...], o entendimento que ela tem sobre a morte ou não, o apoio da família”, ao passo que o Participante 6 reforçou que a elaboração dependerá do vínculo e do apoio recebido pela criança, sendo importante que o adulto, de acordo com o Participante 7, procure ouvir e acolher àquilo que a criança já entendeu sobre a morte e o morrer.

O contexto específico em que a morte ocorre também interfere na forma de elaboração. Perdas repentinas, violentas ou associadas a adoecimentos rápidos tendem a exigir maior cautela no manejo, sobretudo quando podem ser vivenciadas pela criança de forma traumática, demandando uma abordagem informada pelo trauma e suporte sensível (Sousa; Silva, 2025). Tal constatação foi trazida pelo Participante 7 em sua fala, que assinalou que a elaboração do luto depende, em partes, da

Relação que essa criança tinha com a pessoa que partiu, do que essa pessoa morreu, como isso ocorreu, se foi algo muito rápido, se foi um adoecimento ou se foi um acidente, que geralmente é algo mais traumático para criança. Então, a gente precisa olhar para tudo isso, porque, em certo nível, a forma com que acontece a morte também tem um impacto diferente. E as consequências podem ser muito graves para o desenvolvimento, mas nem sempre, porque vai depender também de como essa família está organizada, de como algumas coisas vão se reorganizando para essa criança e o espaço que ela vai ter para ser acolhida.

437

Diante desses complicadores e da eventual dificuldade de verbalizar plenamente a dor, é comum que a criança recorra ao brincar como via para expressar sentimentos, conflitos e fantasias relacionados à perda (Pereira *et al.*, 2021). O brincar atua, assim, como um espaço de elaboração simbólica, permitindo que conteúdos difíceis sejam encenados, transformados e gradualmente compreendidos (Rocha; Barreto, 2015). Isso, de fato, foi verificado no discurso do Participante 4 e 5, que afirmaram que a criança compreende, demonstra e elabora o luto através da brincadeira, que é a linguagem da criança.

Por fim, enquanto reação natural à perda, o Participante 2 observou que o processo de luto na infância envolve algumas etapas, até atingir a elaboração, como ocorre com os adultos. Em suas palavras

[...] eu vejo que é de uma mesma forma, digamos, porque passa por um momento de negação, tipo, não, isso não está acontecendo comigo, aí chego com raiva, aí bate boca, e daí se sente mal, e se sente culpado, lembrando do que deixou ou não de fazer, ou do que poderia ter feito, ou do que quer fazer em outros relacionamentos. E aí barganha, fica pedindo, fica implorando, fica orando, porque é difícil mesmo aceitar, e até chegar no estágio de aceitação. Eu vejo que esses estágios não são bem-marcados, mas muitas vezes eles estão presentes tanto em adultos quanto crianças e adolescentes.

Embora o luto seja uma reação emocional natural à perda, ele pode apresentar complicações nessas etapas, podendo tornar-se prolongado e gerar prejuízos emocionais significativos (Silva; Rocha, 2025). Para a Participante 4, quando após transcorrido seis meses desde que a perda ocorreu, a criança continuar a apresentar sofrimento e apego significativo, além de dificuldade escolar e em retomar suas atividades cotidianas, pode-se pensar na possibilidade de ela estar vivenciado um luto prolongado e, portanto, patológico, exigindo intervenções que possibilitem a elaboração do sofrimento acarretado pela perda. Ademais, podem ocorrer mudanças comportamentais, como as relatadas pelo Participante 5

É muito comum que a criança regreda a outros estágios do desenvolvimento. Como quando já tinha desfraldado e volta a usar fralda, ou se fazia pouco tempo que estava dormindo sozinha, volta a dormir com os pais ou requerer alguém para dormir junto, tem pesadelo, tem alteração de apetite, às vezes fica repetitiva em alguns comportamentos.

Nesse contexto, conforme pontuado também por Vieira (2022), sinais como choro frequente, mudanças acentuadas de humor ou conduta, apatia e pensamentos negativos sobre o futuro podem indicar um processo de luto que demanda atenção profissional. Na sequência, serão apresentadas algumas possibilidades de intervenção utilizadas por psicólogos no acompanhamento do luto infantil.

Estratégias interventivas que psicólogos utilizam no manejo do luto infantil

Ao longo da história, a finitude da vida foi tratada como algo difícil de nomear, e a forma como os adultos decidem apresentar essa realidade às crianças, seja por meio de explicações diretas ou pela escolha de omitir, suavizar ou fantasiar o ocorrido, interfere na maneira como elas conseguem assimilar a perda e dar início ao processo de luto (Trapp; Santos, 2018). Diante disso, o psicólogo desempenha um papel vital no manejo do luto infantil, mobilizando estratégias que ofereçam acolhimento, possibilidades de expressão e condições para que o sofrimento seja simbolizado de modo menos angustiante (Pereira *et al.*, 2025). Para a Participante 2, sobre o manejo do luto infantil na clínica psicológica

É algo que não tem como a gente estancar na hora. Tem que ser vivido. Então, assim, não é deixar que a criança não sinta tudo aquilo. Não. É permitir com que ela sinta e promover essa assistência, esse espaço para vivenciar o luto assistido de uma forma saudável.

Ao passo que o Participante 3 acrescentou, nesse mesmo sentido, que abordar a morte e o luto com crianças em sua prática profissional se dá através de fornecer “*abertura, falando sobre e dessensibilizando isso de ‘não tem problema ficar triste’, ‘não tem problema chorar, faz parte, é triste mesmo’ [...] é muito sobre dar abertura para essa criança expressar e sentir isso que ela está sentindo*”.

Diante disso, compreende-se que a intervenção psicológica constitui um ambiente privilegiado para que a criança possa lidar com suas emoções, promovendo o desenvolvimento de recursos que permitam elaborar a perda sem agravos à saúde mental (Rocha; Barreto, 2015).

Entre as estratégias mais importantes nesse processo, Yamaura e Veronez (2016) sublinham a relevância da escuta e do diálogo franco e transparente, mas cauteloso, uma vez que explicações verdadeiras e compatíveis com a capacidade de compreensão da criança ajudam-na a situar o acontecimento, evitando confusões que dificultariam o enfrentamento (Silva; Rocha, 2025). Assim, recomenda-se que adultos evitem metáforas que possam ser interpretadas de modo literal, como dizer que a pessoa "foi dormir", "viajou" ou "virou estrelinha", porque tais expressões, sobretudo entre crianças pequenas, podem gerar mal-entendidos e expectativas irreais (Sengik; Ramos, 2013). Isso, de fato, foi abordado também pelos psicólogos Participantes 2 e 7 que, respectivamente, afirmaram considerar importante "*ser verdadeiro, não enfeitar, não rebuscar*" a morte, e "*tentar trazer dados da realidade*", mas respeitando o que a criança já sabe e aquilo que ela tem capacidade para lidar.

O uso de recursos lúdicos constitui uma ferramenta terapêutica essencial e eficaz para auxiliar a criança enlutada. Para as crianças, a comunicação não se restringe à forma oral. O brincar, os desenhos, as histórias e demais expressões criativas compõem a linguagem pela qual ela organiza sua percepção do mundo, reconhecendo e nomeando sentimentos muitas vezes difíceis de verbalizar (Pereira *et al.*, 2021; Pereira *et al.*, 2025).

Pela relevância desses recursos, todos os participantes da presente pesquisa afirmaram utilizar ao menos uma das seguintes ferramentas, de acordo com a situação e aceitabilidade da criança: livros temáticos, desenhos, fantoches, música, encenação, escrever cartas de despedida, jogos e filmes.

Outro elemento essencial refere-se a orientação com a família, já que o modo como a criança vivencia o luto possui relação com a forma como seus responsáveis atravessam a perda e organizam o cotidiano após o acontecimento. Nesse sentido, conforme pontuado pelo Participante 2 e 7, a orientação familiar pode favorecer o manejo do luto, auxiliando-os a promover esse suporte para o infante, pois não há como trabalhar com a criança, sem realizar também um trabalho com os pais. A Participante 4, inclusive, pontuou a importância de realizar orientação com a família até mesmo para alinhar o plano de intervenções com a criança, buscando entender como a família e sua cultura compreende a morte e os ritos de despedida.

Vale ressaltar que os pais ou responsáveis, frequentemente abalados pela mesma perda, necessitam de apoio psicológico para que consigam acolher a criança com segurança e estabilidade emocional (Klinger; Miranda; Oliveira, 2021). E, para que a elaboração do luto se dê de forma mais saudável, Worden (2013) ressalta a necessidade de manter um ambiente familiar no qual a comunicação permaneça aberta, as rotinas sejam preservadas e a criança perceba que continua amparada.

É um princípio fundamental da intervenção psicológica possibilitar e incentivar que a criança expresse seu sofrimento sem ser silenciada ou julgada (Souza *et al.*, 2025). Assim, é válido *“explicar que morte e vida andam lado a lado [...] acolher essa criança acima de tudo, e ajudá-la nesse processo de elaboração, [...] que nada mais é regular as emoções”* (Participante 6).

A criança precisa, portanto, desse espaço seguro onde sua dor seja autorizada a existir (Vieira, 2022), fomentando que esta expresse seus afetos, medos, dores e reflexões (Paiva, 2011). Para isso, o espaço terapêutico deve ser isento de qualquer tipo de silenciamento e pré-conceito, o que proporciona acolhimento e respeito pelos sentimentos singulares do infante enlutado (Rocha; Barreto, 2015), afinal, caso contrário, pode ocorrer de a criança *“acabar reprimindo um pouco daquilo que ela vem sentindo, não elaborando o processo”* (Participante 5).

Dessa maneira, valorizar a expressão infantil, verbal ou não verbal, e acompanhar atentamente seus modos particulares de comunicação, acolhendo e proporcionando suporte, é condição indispensável para que o luto possa ser vivenciado e elaborado de forma saudável, de forma que a perda não se transforme em um sofrimento contínuo e patológico (Pereira *et al.*, 2025; Reis; Sartori, 2024).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo buscou investigar as contribuições da atuação do psicólogo na promoção da elaboração do luto na infância. Foi possível verificar, a partir da análise qualitativa das entrevistas com sete profissionais que atuam ou atuaram com luto infantil, que a intervenção psicológica é, de fato, relevante e capaz de favorecer a adaptação da criança frente à perda, reduzindo sofrimento, oferecendo espaços simbólicos para expressão e contribuindo para a prevenção de desdobramentos mais graves, especialmente quando as práticas são articuladas ao desenvolvimento da criança, ao tipo de vínculo perdido e ao suporte familiar.

Verificou-se, também, que o luto na infância e suas particularidades psicológicas implicam em formas de manifestação e comunicação distintas das observadas em adultos, uma

maior dependência do contexto relacional para a elaboração saudável da perda, e a presença frequente de expressões não-verbais, como brincadeiras, desenhos, regressões comportamentais e alterações escolares, que exigem do profissional sensibilidade e habilidade para identificar esses sinais, além da necessidade de considerar perdas simbólicas, como separações, mudanças, perdas de objetos ou de papéis, como desencadeadoras de processos enlutativos.

A elaboração do luto infantil, à luz da psicologia, coloca-se como um processo gradual e singularizado, que demanda espaço para simbolização, oferta de contenção e intervenções ajustadas à faixa etária e ao nível de compreensão da criança, sendo o brincar e as práticas lúdicas vias privilegiadas para que emoções difíceis sejam representadas e trabalhadas. Ao mesmo tempo, salientou-se a importância de práticas orientadas para a família, de preservação de rotinas e de identificação precoce de sinais de luto prolongado ou traumático, quando se faz necessária uma intervenção mais robusta.

Quanto às estratégias que os psicólogos podem utilizar para ajudar as crianças a nomear, compreender e elaborar o luto, as principais descritas pelos psicólogos participantes, e sustentadas pela literatura, foram: diálogo franco e adaptado à capacidade de compreensão da criança, evitando metáforas enganosas; utilização de recursos lúdicos e expressivos, como livros temáticos, desenhos, fantoches, música, encenação, cartas de despedida, jogos e filmes; orientação voltada às famílias para fortalecer o ambiente de suporte e alinhar condutas; promoção de espaços seguros de escuta, onde a criança possa manifestar seu sofrimento sem silenciamento; e, nos casos de perdas repentinas ou potencialmente traumáticas, a adoção de abordagens sensíveis ao trauma e encaminhamentos interdisciplinares quando necessário.

441

Por fim, reconhece-se que para proteger efetivamente a saúde mental infantil no contexto do luto, é importante que haja apoio e atuação conjunta da família, escola e equipe de saúde mental. Nesse sentido, o(a) psicólogo(a) pode contribuir através das práticas acima citadas, favorecendo, assim, que a saúde mental da criança seja preservada, protegida e, em casos de luto prolongado e patológico, efetivamente tratada.

Destaca-se que o estudo teve como limitações o reduzido número de participantes, bem como a natureza transversal da investigação, que não permite acompanhar desdobramentos temporais ou tecer generalizações. Em investigações posteriores, sugere-se ampliar a amostragem por contextos de atuação, como clínico, escolar e saúde pública, assim como buscar diferenciar como as intervenções são tratadas por diferentes abordagens teóricas. Por fim, sugere-se ampliar as pesquisas sobre essa temática, pois isto pode contribuir para a construção

de práticas clínicas e políticas de saúde que sejam compatíveis com as necessidades da criança em situação de luto.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR. 5. ed., texto revisado. Porto Alegre: Artmed, 2023.

AZEVEDO, Daiane Ferreira; SIQUEIRA, Alessandra Cardoso. Terapia do luto: intervenções clínicas na elaboração do processo de luto. Revista FAROL, Rolim de Moura, v. 9, n. 9, p. 341-355, jan. 2020.

BARDIN, L. Análise de Conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2016.

BARRETO, Jorgiana Baú Mena; ROCHA, Marilise Vanusa. A ludoterapia no processo do luto infantil: Um estudo de caso. Pesquisa em Psicologia, Joaçaba, v.1, n.1, p.7-14, 2015.

BENTO, Bianca; GAMEIRO, Fátima. A Evolução do Luto: Uma Breve Reflexão para a Intervenção Social. Revista Temas Sociais, Campo Grande, n. 8, p. 40-52, 2025.

GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

GUEDES, Izabela Aparecida de Almeida; ANDERY, Maria Carolina Rissoni; COMARU, Claudia Marques. Dia dos Mortos e a vivência do luto: relato de experiência. Estudos Interdisciplinares em Psicologia, Londrina, v. 12, n. 1, p. 226-239, abr. 2021.

KLINGER, Ellen Fernanda; MIRANDA, F. J.; OLIVEIRA, Daniela Ponciano. O luto na infância: uma revisão sistemática. International Journal of Development Research, v. 11, n. 03, p. 44957-44962, 2021.

MELLO, Glenda Ramos Ebert de; LIMA, Louizia Pinto; MOTA, Daniela Cristina Belchior. Percepções e vivências do luto infantil: uma revisão narrativa da literatura brasileira. Revista Saber Digital, Valença, v. 14, n. 1, p. 70-88, 2021.

MENDES, Bruna Alcântara; COSTA, Karina Soares. Luto infantil e seus processos: uma revisão narrativa da literatura. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Universidade de Uberaba, Uberaba, 2022.

MSAWA, Caio Satoshi et al. Os efeitos do luto no cérebro. Revista Simbio-Logias, Botucatu, v. 14, n. 20, p. 68-88, 2022.

PAIVA, Lucélia. A arte de falar da morte para crianças. 2. ed. Aparecida: Editora Ideias e Letras, 2011.

PEREIRA, Ana Carolina Cabral et al. Cinematerapia e educação para a morte: uma possível atuação do psicólogo na escola. REVISTA CEREUS, Gurupi, v. 17, n. 3, p. 398-412, 2025.

PEREIRA, Lohanny Alessandra Gonçalves et al. Atendimento ao Luto na Infância: Percepções e Estratégias Utilizadas pelo Psicólogo. *International Journal of Development Research*, v. 11, n. 11, p. 52204-52212, 2021.

POZAS, Denise. Criança que brinca mais aprende mais: a importância da atividade lúdica para o desenvolvimento cognitivo infantil. Rio de Janeiro: Senac, 2012.

REIS, Simone dos; SARTORI, Cássia Maria Tasca Duarte. Luto infantil: o papel vital da psicologia e da família no enfrentamento. *Cadernos de Psicologia*, Juiz de Fora, v. 6, n. 10, p. 887-902, 2024.

SANTOS, Gabriela Casellato Brown Ferreira. Intervenção do profissional de saúde mental em situações de perda e luto no Brasil. *Revista M. Estudos sobre a morte, os mortos e o morrer*, Rio de Janeiro, v. 2, n. 3, p. 116-137, 2019.

SANTOS, Jhennifer Lima Figueira; MUNER, Luana Comito. Luto: os aspectos psicológicos da criança na segunda infância em seu processo. *Revista Cathedral*, Caçari, v. 2, n. 4, p. 108-118, 2 dez. 2020.

SCHMITT, Juliana. Três lições da história da morte. Rio de Janeiro: Ed. UFRJ, 2023.

SENGIK, Aline Sberse; RAMOS, Flávia Brocchetto. Concepção de morte na infância. *Psicologia & Sociedade*, Recife, v. 25, n. 2, p. 379-387, 2013.

SILVA, Brenda Carla Lima; ROCHA, Pablo Almeida. Falando com as crianças sobre a morte. *Studies in Health Sciences*, Curitiba, v. 6, n. 1, p. 1-20, 2025.

SOUSA, Nayara Vieira Viana; DA SILVA, Rosilene Pereira. Implicações psicológicas em decorrência do luto na infância da figura paterna. *Revista Foco*, v. 18, n. 4, p. 1-20, 2025.

TABACZINSKI, Carine; FRIGHETTO, Juliana. Educação emocional em processos de luto na creche. *Aletheia*, Canoas, v. 50, n. 1-2, p. 154-160, dez. 2017.

TRAPP, Edgar Henrique Hein; SANTOS, Lilya Sousa. A elaboração do luto na primeira infância: estudo de caso clínico. *Revista Ciência Contemporânea*, Guaratinguetá, v. 4, n. 1, p. 50-60, 2018.

VIEIRA, Alessandra Aguiar et al. Cartilha de orientações sobre o luto das crianças: grupo de estudos em luto. Ribeirão Preto: Ed. dos Autores, 2022.

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

YAMAURA, Luciana Parisi Martins; VERONEZ, Fulvia de Souza. Comunicação sobre a morte para crianças: estratégias de intervenção. *Psicologia Hospitalar*, v. 14, n. 1, p. 79-93, 2016.