

INTERVENÇÃO DO ENFERMEIRO NO LUTO ANTECIPATÓRIO DE CUIDADOS FAMILIARES EM CUIDADOS PALIATIVOS

NURSING INTERVENTION IN THE ANTICIPATORY GRIEF OF FAMILY CAREGIVERS IN PALLIATIVE CARE: SCOPING REVIEW

INTERVENCIÓN DE ENFERMERÍA EN EL DUELO ANTICIPATORIO DE LOS CUIDADORES FAMILIARES EN CUIDADOS PALIATIVOS

Adriana Patricia Meneses Arguelles Leandro¹
Teresa Maria de Castro Coimbra Ribeiro Teles²
Cidália de Fátima Carvoeiras Nobre³

RESUMO: Este artigo procurou mapear as intervenções de enfermagem facilitadoras no processo de luto antecipatório dos cuidadores familiares da pessoa em situação paliativa. Foi definido o protocolo de scoping review, baseado na metodologia de Joanna Briggs Institute de acordo com as Guidelines do PRISMA-ScR. A pesquisa foi realizada na base de dados MEDLINE complete (EBSCOhost) e CINAHL complete (EBSCOhost). Foram incluídos artigos publicados em português, espanhol e inglês, entre janeiro de 2020 e setembro de 2025. Os resultados destacam a importância de desenvolver planos de cuidados centrados na família assentes numa comunicação eficaz, na resolução de problemas e na tomada de decisões informadas, bem como na aceitação e adaptação a um futuro incerto, através da identificação e gestão das preocupações existentes no seio familiar. Os estudos incluídos identificam diversas intervenções consideradas benéficas neste contexto, entre as quais intervenções criativas, como a arteterapia e a musicoterapia, bem como intervenções educativas e psicossociais. O mapeamento das intervenções no luto antecipatório evidencia a necessidade de serem desenvolvidos e aprofundados os conhecimentos e as estratégias de intervenção direcionados para o luto antecipatório pelos próprios profissionais, permitindo uma melhor orientação e preparação dos cuidadores familiares, contribuindo para a prestação de cuidados de qualidade.

Palavras-chave: Cuidados paliativos. Luto antecipatório. Cuidadores familiares.

ABSTRACT: This article aimed to map nursing interventions that facilitate the anticipatory grief process for family caregivers of individuals receiving palliative care. A scoping review protocol was established based on the Joanna Briggs Institute methodology and in accordance with PRISMA-ScR guidelines. The research was conducted using the MEDLINE Complete (EBSCOhost) and CINAHL Complete (EBSCOhost) databases. Articles published in Portuguese, Spanish, and English between January 2020 and September 2025 were included. The results highlight the importance of developing family-centered care plans grounded in effective communication, problem-solving, and informed decision-making—as well as acceptance of and adaptation to an uncertain future—by identifying and managing concerns within the family unit. The included studies identify various interventions considered beneficial in this context, such as creative interventions (e.g., art therapy and music therapy) and educational and psychosocial interventions. Mapping these anticipatory grief interventions underscores the need for healthcare professionals to further develop and deepen their knowledge and intervention strategies regarding anticipatory grief; this enables better guidance and preparation for family caregivers, thereby contributing to the delivery of quality care.

Keywords: Palliative care. Anticipatory grief. Family caregivers.

¹Especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica, Mestre em Cuidados Paliativos, ULS Lezíria, Unidade de Cuidados Paliativos, Santarém, Portugal.

²Mestrado em Enfermagem Médico-Cirúrgica na área de Enfermagem à Pessoa em Situação Paliativa, Hospital dos Lusíadas, Alfragide, Unidade de Cuidados Paliativos, Lisboa, Portugal.

³Doutorada, Professora Adjunta do Departamento Fundamentos de Enfermagem. Escola Superior de Enfermagem da Universidade de Lisboa.

RESUMEN: Este artículo tuvo como objetivo identificar las intervenciones de enfermería que facilitan el proceso de duelo anticipatorio en los cuidadores familiares de personas en situación de cuidados paliativos. Se definió un protocolo de revisión de alcance (*scoping review*) basado en la metodología del Joanna Briggs Institute y conforme a las directrices PRISMA-ScR. La búsqueda se realizó en las bases de datos MEDLINE Complete (EBSCOhost) y CINAHL Complete (EBSCOhost). La búsqueda bibliográfica se realizó utilizando las bases de datos MEDLINE Complete (EBSCOhost) y CINAHL Complete (EBSCOhost). Se incluyeron artículos publicados en portugués, español e inglés, entre enero de 2020 y septiembre de 2025. Los resultados destacan la importancia de desarrollar planes de cuidados centrados en la familia, fundamentados en una comunicación eficaz, la resolución de problemas y la toma de decisiones informadas, así como en la aceptación y adaptación a un futuro incierto mediante la identificación y gestión de las preocupaciones existentes en el seno familiar. Los estudios incluidos señalan diversas intervenciones consideradas beneficiosas en este contexto, tales como intervenciones creativas (arteterapia y musicoterapia) e intervenciones educativas y psicosociales. El mapeo de las intervenciones en el duelo anticipatorio pone de manifiesto la necesidad de que los profesionales desarrollen y profundicen sus conocimientos y estrategias de intervención en este ámbito, lo que permitirá orientar y preparar mejor a los cuidadores familiares y contribuirá a la prestación de cuidados de calidad.

Palabras clave: Cuidados paliativos. Duelo anticipatorio. Cuidadores familiares.

INTRODUÇÃO

Os cuidados paliativos definem-se como cuidados que procuram promover a qualidade de vida das pessoas e famílias que enfrentam problemas associados a doenças fatais, através da prevenção e do alívio do sofrimento, por meio da identificação, avaliação e tratamento de diversos problemas que englobam as esferas de ordem física, psicológica, social, emocional e espiritual (Sousa et al., 2022).

A experiência da morte, enquanto fenómeno inerente do ciclo de vida do ser humano, tem passado por transformações ao longo dos séculos, se inicialmente era vivenciada como um assunto doméstico com o avanço da ciência e da medicina deixou de ser partilhada em contexto doméstico e foi afastada para os hospitais (Silva, 2019; Sallnow et al., 2022). Esta mudança de paradigma na forma como a morte é experienciada dá origem à perda da dimensão humana do morrer, assim como extingue a preparação consciente da mesma, tanto por parte de quem morre como por parte daqueles que permanecem (Silva, 2019).

Sendo um dos pilares dos cuidados paliativos a família, os enfermeiros devem ter especial atenção ao processo de luto, sendo que a literatura demonstra que esse processo ocorre a partir da fase de diagnóstico da doença do seu familiar, uma vez que, os projetos familiares ficaram postos em causa o que irá originar uma crise familiar (Cabral et al., 2024).

O luto é uma fase caracterizada por diversas emoções, tais como: choque, tristeza, raiva e culpa assim como sentimentos entre os quais a incerteza, a ansiedade, o evitamento, revolta, exaustão o que pode originar a hesitação da partilha do diagnóstico e a conspiração do silêncio (Cabral et al., 2024).

O luto específico dos familiares, identifica-se como luto antecipatório e é descrito como sendo um processo dinâmico e ativo, que possibilita a elaboração das perdas, ao longo da trajetória do adoecimento favorecendo a adaptação e a aceitação da iminência da finitude (Sousa et al., 2022; Costa dos Reis et al., 2023).

A intervenção dos enfermeiros no processo de luto é essencial e embora a maioria das pessoas disponha de recursos internos assim como rede de apoio informal que facilitam a adaptação a esta transição de vida, outros encontram-se em situação de maior vulnerabilidade, por não possuírem esses recursos e, como tal, em risco de desenvolver luto complicado (Sousa et al., 2022).

Estudos (Lundorff et al., 2017) demonstram que a prevalência do luto complicado é de 9,8%, contudo, outros estudos (Kristensen et al., 2012) enfatizam que as circunstâncias da morte (súbita ou violenta) também têm um enorme impacto, originando uma ascensão para os valores de 14-76% de pessoas diagnosticadas com luto complicado (Direção-Geral da Saúde, 2019).

3

A relevância de um acompanhamento adequado durante o processo de luto antecipatório advém das complicações associadas ao desenvolvimento do luto complicado, sendo que as manifestações mais recorrentes, encontradas na literatura, são o desenvolvimento de depressão, abuso de substâncias, ideação suicida e desenvolvimento de patologias a nível cardiovascular e perturbações do sono (Direção-Geral da Saúde, 2019).

A falta de conhecimento sobre o conceito de luto antecipatório tende a dificultar a vivência do processo, assim como a ausência de compreensão desse momento compromete a capacidade de reconhecer e expressar sentimentos e emoções ligados à finitude (Silva & Coutinho, 2022).

A relevância do enfermeiro na intervenção do luto antecipatório, dado o lugar privilegiado do enfermeiro e o seu papel fundamental no processo de adaptação a essa etapa de vida, através de intervenções estruturadas que permitam a exploração e consciencialização das emoções e sentimentos associados ao futuro incerto, ao medo, à culpa e impotência relativamente ao trajeto de doença do seu familiar, permitindo desta forma a redução da carga emocional (Destro et al., 2022).

Para assegurar a originalidade do tema proposto, foi realizada uma pesquisa nas bases de dados de PROSPERO, não tendo sido encontradas scoping review semelhantes, já finalizadas ou com protocolo registrado. Assim, considera-se pertinente a realização de uma revisão scoping nesta área.

Esta revisão tem como objetivo: Mapear as intervenções de enfermagem facilitadoras no processo de luto antecipatório dos cuidadores familiares da pessoa em situação paliativa.

MÉTODOS

A presente revisão de mapeamento foi conduzida de acordo com a metodologia do Instituto Joanna Briggs (Aromataris & Munn, 2020), a estratégia de pesquisa e a análise dos artigos foi efetuada tendo por base as orientações de revisões sistemáticas e extensão de meta-análises: PRISMA-ScR (Tricco et al., 2018). A scoping review aqui apresentada foi registrada prospectivamente na Open Science Framework e o seu protocolo esta disponível em: <https://osf.io/dr7x3/overview>

Critérios de Elegibilidade

Os critérios de elegibilidade foram determinados com base nos elementos da População, Contexto e Conceito (PCC), de acordo com os princípios orientadores do Instituto Joanna Briggs (Aromataris & Munn., 2020). Neste sentido foi construída a questão de investigação: Que estratégias facilitadoras em enfermagem contribuem para o processo de luto antecipatório dos cuidadores familiares da pessoa em situação paliativa?

População: cuidadores familiares;

Conceito: intervenção no luto antecipatório;

Contexto: todos os contextos de cuidados;

Critérios de inclusão do estudo

Cuidadores familiares de pessoas com 19 anos ou mais que tivessem familiares em situação paliativa;

Artigos com acesso ao texto integral;

Artigos em português, espanhol e inglês;

Artigos com delimitação temporal entre janeiro de 2020 a setembro de 2025;

Estudos com desenho qualitativo, quantitativo, misto e engloba também outras revisões sistemáticas realizadas previamente.

Critérios de exclusão do estudo:

Cuidadores Familiares com idade inferior a 19 anos;

Artigos que não seja possível obter texto integral;

Artigos que estejam num idioma que não português, inglês ou espanhol;

Fontes de informação

A estratégia de pesquisa foi atualizada em setembro de 2025 para verificar eventuais novas publicações relevantes para o tema em revisão. As bases de dados eletrônicas utilizadas foram MEDLINE (via PubMed) e CINAHL Complete (EBSCOhost), os descritores foram validados no Medical Subject Headings (MeSH) e foram analisados os artigos nos idiomas inglês e português para garantir um procedimento de seleção e extração de dados de boa qualidade. A estratégia de pesquisa é apresentada na tabela 1.

Tabela 1. Estratégia de pesquisa MEDLINE e CINAHL – Lisboa, Portugal, 2025

MEDLINE (EBSCOhost)	[("caregivers" OR "family caregivers" OR "Informal caregivers" OR "spouse") AND ("Bereavement" OR "Grief" OR "Anticipatory grief") AND ("Palliative care" OR "Palliative care nursing" OR "Hospice and palliative care nursing")]
CINHAL (EBSCOhost)	[("caregivers" OR "family caregivers status") AND ("Bereavement" OR "Grief" OR "Anticipatory grief") AND ("Palliative care" OR "Palliative care nursing" OR "Hospice and palliative care nursing")]

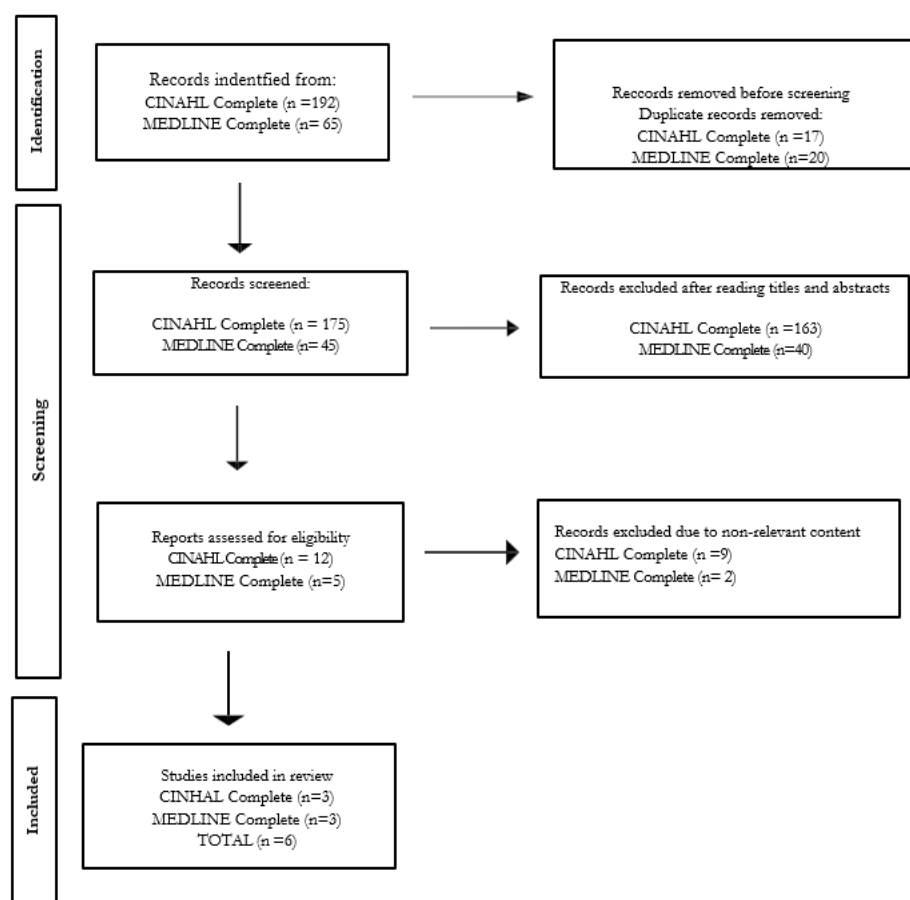
5

Fonte: Elaborado pelas autoras (2025).

Seleção dos estudos

A estratégia de busca (McGowan et al., 2016) possibilitou a identificação de 257 artigos, que foram exportados para a ferramenta eletrônica Rayyan para gestão e screening dos documentos. 37 foram excluídos por se encontrarem duplicados nas bases de dados. Na etapa seguinte, em 220 artigos, foi realizada uma observação mais detalhada do título e dos resumos e foram excluídos 203 artigos. Foram considerados para leitura de conteúdo integral 17, dos quais foram excluídos 11 por conteúdo pouco pertinente. A amostra final desta scoping review contempla 6 artigos, os quais foram apreciados pormenorizadamente. O processo de seleção e inclusão dos estudos encontra-se representado no fluxograma do PRISMA 2020 (Figura 1).

Figura 1. Fluxograma do processo de identificação e seleção dos estudos.



Fonte: Elaborado pelas autoras (2025).

RESULTADOS

Os dados foram extraídos e sistematizados numa tabela construída da seguinte forma: autor(es), ano e país do estudo; objetivo; tipo de estudo, população em estudo, composição da amostra, conceito, contexto de cuidados e resultados. Os dados obtidos nesta scoping review abrange aspetos como: conceito de luto antecipatório, as vivências dos cuidadores familiares no processo de luto antecipatório e as intervenções facilitadores de luto antecipatório dos cuidadores familiares da pessoa em situação paliativa.

A tabela 2 apresenta a extração de resultados dos artigos analisados, relacionando-os com a questão, subquestão de investigação e os objetivos da presente scoping review.

Tabela 2. Sistematização dos estudos incluídos na Revisão Scoping.

Artigo 1	
Título	Exploring the Role of Practical and Emotional Death Preparation in Reducing Emotional Distress Among Family Caregivers of Terminally Ill Cancer Patients: A Multicenter Cross-Sectional Study
Autores\Ano\Pais	Kim et al., Ano:2025 Pais: Coreia do Sul
Participantes	171 cuidadores familiares Idade média dos cuidadores: 54,0 anos (desvio padrão $\approx 13,0$). Maioria eram mulheres (75,4%). Relação com o paciente: cerca de 40,4% eram cônjuges
Tipo de Estudo	Estudo transversal multicêntrico realizado em 9 unidades de cuidados paliativos num período compreendido entre 2021 e 2023.
Objetivos	Investigar a relação entre a preparação para a morte (em duas dimensões: prática e emocional) dos cuidadores informais e o seu sofrimento psicológico durante os cuidados em fim de vida.
Resultados	Investigar a relação entre a preparação para a morte (em duas dimensões: prática e emocional) dos cuidadores informais e o seu sofrimento psicológico durante os cuidados em fim de vida.
Artigo 2	
Título	Families' experience of anticipatory grief in home-based palliative cancer care and their support needs: A qualitative study
Autores\Ano\Pais	Svop, Dieperink, Livingston & Marcussen Ano:2025 Pais: Dinamarca
Participantes	3 famílias de pessoas diagnosticadas com Câncer que recebem cuidados paliativos. Num total de 11 pessoas, entre as quais 7 eram do sexo feminino e 4 eram do sexo masculino.
Tipo de Estudo	Abordagem qualitativa, segundo um quadro de hermenêutica-fenomenologia através de entrevistas semiestruturadas.
Objetivos	Investigar como as famílias de pacientes com câncer em cuidados paliativos vivenciam o luto antecipatório e quais são as suas necessidades de apoio relacionadas com a perda e o sofrimento.
Resultados	O luto antecipatório é definido como o luto que se vivencia antes da perda efetiva pela morte e pode incluir o luto pela perda da identidade, a perda de um futuro compartilhado. Os cuidadores apresentam elevados níveis de ansiedade, depressão, e baixa qualidade de vida. Os Temas abordados: - Luto antecipatório, constante no quotidiano; - Experiência de apoio da família e dos profissionais; - Mudança de perceção das famílias quando a doença está presente no quotidiano; Foi demonstrada a relevância dos enfermeiros na avaliação das necessidades e no acompanhamento e apoio das famílias.
Artigo 3	
Título	Anticipatory grief and experience of providing at-home palliative care among informal caregivers of spouses in Croatia: a qualitative study
Autores\Ano\Pais	Bilić, Skokandić & Puljak, Ano:2022 Pais: Croácia
Participantes	Cuidadores informais de pessoas com doenças terminais que recebem cuidados paliativos em casa; Participaram 8 cuidadores dos quais 7 mulheres e 1 homem, com idades compreendidas entre os 38 e os 75 anos. Os participantes eram cuidadores informais a acompanhar um familiar durante o período de 6 meses a 4 anos.

Tipo de Estudo	Estudo qualitativo com entrevistas semiestruturadas, presenciais;
Objetivos	Obter uma compreensão aprofundada sobre o luto antecipatório experienciado por cuidadores informais que prestam cuidados em contexto domiciliário através da análise do significado atribuído à experiência de prestar cuidados e da perda iminente do familiar.
Resultados	A família deve ser inserida no modelo de prestação de cuidados paliativos, no sentido de responder às necessidades psicológicas complexas inerentes ao cuidado através de uma melhor compreensão do luto antecipatório experienciando pelos cuidadores informais. Os sentimentos mais relatados foram a tristeza, o medo, a ansiedade, a raiva. Os participantes atribuíram 3 principais significados à experiência do cuidar: “Estamos a lutar juntos contra isto, juntos” (Bilic et al., 2022, p. 6); “como posso eu queixar-me quando ele é que está a morrer (Bilic et al., 2022, p.6) e “por fim eu estou a sobreviver” (Bilic et al., 2022, p.9). Estes significados demonstram a complexidade e ambivalência do estado emocional e mental dos cuidadores.
Artigo 4	
Título	Exploring the Taiwanese Anticipatory Experience of Grief Among Primary Caregivers in Palliative Home Care
Autores\Ano\Pais	Chen, Yang & Wu Ano:2023 Pais: Taiwan
Participantes	16 cuidadores informais a prestar cuidados em domicílio.
Tipo de Estudo	Estudo qualitativo, com desenho exploratório Abordagem fenomenologia com entrevistas semiestruturadas
Objetivos	Explorar as experiências de luto antecipatório entre cuidador informais de pessoas acompanhadas por cuidados paliativos em casa, no sentido de melhor compreender as reações típicas do luto e as reais necessidades dos cuidadores quando confrontados com uma perda iminente
Resultados	O luto antecipatório refere-se à experiência de luto que ocorre antes de uma perda iminente. É descrito como uma técnica de enfrentamento protetora que pode mitigar as reações de luto causadas pela perda real, por esse motivo os cuidadores tendem a vivenciar um processo dinâmico de oscilação entre o enfrentamento orientado para a perda e o enfrentamento orientado para a restauração, até alcançarem o seu estado emocional normal. Os temas abordados foram: 1- O sentido e a manifestação essencial da vida; 2- A arte de lidar com a morte; 3- A Compreensão e a Dádiva da Morte; 4- Adaptação, lidar com e controlar emoções;
Artigo 5	
Título	The Impact of Receiving a Family-Oriented Therapeutic Conversation Intervention Before and During Bereavement Among Family Cancer Caregivers: A Nonrandomized Trial
Autores\Ano\Pais	Pétursdóttir, Sigurðardóttir, Rayens & Svavarsdóttir Ano: 2020 Pais: Islândia
Participantes	Composto por 51 cuidadores informais de pessoas diagnósticas com cancro que se encontram a receber cuidados paliativos em domicílio.
Tipo de Estudo	Estudo quase-experimental com comparação pós-teste apenas entre os grupos de intervenção e controle.
Objetivos	Investigar o impacto de uma intervenção multicomponente de Conversa Terapêutica Orientada para as Forças da Família (FAM-SOTC) no sofrimento psicológico dos cuidadores informais.
Resultados	O estudo mostrou que a intervenção de enfermagem FAM-SOTC contribuiu para reduzir os sintomas de sofrimento psicológico, assim como os níveis de ansiedade,

	stress, o que permitiu aos cuidadores lidarem de forma menos intensa com as reações ao luto.
Artigo 6	
Título	Interventions for Grieving and Bereaved Informal Caregivers: A Scoping Review of the Canadian Literature
Autores\Ano\Pais	Thrower, Barrie, Baxter, Bloom et al Ano:2022 Pais: Canada
Participantes	Cuidadores informais de idosos que recebem cuidados paliativos ou de fim de vida no contexto canadense.
Tipo de Estudo	Scoping review - critérios de inclusão: intervenções realizadas no Canadá, em inglês, direcionadas a cuidadores informais de pacientes geriátricos em cuidados paliativos / fim da vida.
Objetivos	Identificar as intervenções existentes dirigidas ao luto para cuidadores informais.
Resultados	O estudo demonstrou vários mediadores que afetam a experiência de luto, incluindo o tipo de doença do paciente, fatores demográficos do cuidador e o contexto do cuidado. A complexidade do luto dos cuidadores informais destaca a necessidade de intervenções eficazes. Algumas intervenções apresentadas foram do âmbito de intervenções criativas (ex. musicoterapia, arteterapia, intervenções através da escrita, intervenções educativas) e intervenções psicossociais (Ex: assistência espiritual, grupos de apoio).

Fonte: Elaborado pelas autoras (2025).

Características dos estudos incluídos

Foram selecionados seis artigos publicados entre janeiro de 2020 a setembro de 2025. Os artigos incluídos foram realizados em 6 Países diferentes: Coreia do Sul (n=1); Croácia (n=1); Dinamarca (n=1); Canadá (n=1); Taiwan (n=1) e Islândia (n=1).

Tendo em consideração os diferentes desenhos de estudos incluídos é possível verificar que, predominam os estudos qualitativos (n=3), seguindo-se os estudos quase-experimental (n=1), os estudos transversais multicêntricos (n=1) e por fim uma revisão scoping (n=1).

Em relação aos contextos de cuidados observados compreendem unidades de cuidados paliativos internamento hospitalar (n=1) e cuidados paliativos domiciliários (n=4). Quanto à população, a maioria dos artigos incluídos reflete a perspectiva do familiar cuidador (n=6). Todos os estudos englobam a pessoa em situação paliativa em idade adulta, sendo a patologia predominante a oncológica (n=4), e estudos que não especificam a patologia da população (n=1).

Quanto ao conceito da intervenção no luto antecipatório, foi possível enquadrar e organizar os resultados nos respetivos subtemas: Conceito de luto antecipatório (n=4), Vivências pelos cuidadores familiares durante o processo de luto antecipatório (n=3) e Intervenções de enfermagem facilitadoras do luto antecipatório (n=5). Os resultados, por subtemas, encontram-se representados na tabela 3.

Tabela 3. Sistematização dos resultados por subtemas.

Subtemas	Síntese de resultados
Conceito de Luto antecipatório	- Vivência emocional e psicológica que se manifesta antes da ocorrência efetiva da perda (Chen et al., 2023). - Os sintomas podem manifestar-se a nível físico, emocional, cognitivo e/ou espiritual. - Sentimentos de raiva, perda de controlo, ansiedade de separação, solidão existencial, tristeza, ressentimento, negação e desespero, são mais intensos em comparação com o luto pós-morte (Svop et al., 2025; (Bilić et al., 2022); Chen et al., 2023) . - Descrito como uma técnica de coping protetora das reações do luto post-morte, pois permite o reencontro do sentido de vida (Chen et al., 2023) . - Associado a diversos fatores, incluindo as características sociodemográficas e psicológicas do cuidador, assim como as características do familiar em situação paliativa, do sofrimento psicológico e das consequências do processo de enfrentamento da perda (Bilić et al., 2022).
Vivências pelos cuidadores familiares durante o processo de luto antecipatório	- Luto antecipatório, uma constante no quotidiano: encontram-se divididos entre o desejo de terem mais tempo valioso com o seu ente querido e a perspectiva de um futuro sem eles (Svop et al., 2025) . - Experiência de apoio da família pelos profissionais: relatam que quando são envolvidos nos cuidados diretos, nas tomadas de decisão e são acolhidos nas suas emoções e sentimentos, sentem uma ligação de maior proximidade com o seu familiar assim como uma melhor coordenação relacional com os enfermeiros e maior facilidade em abordar tópicos difíceis (Svop et al., 2025) . - Mudança de perceção das famílias quando a doença está presente no quotidiano: um processo dinâmico que oscila entre a vida quotidiana e a consciência do processo de saúde-doença, da progressão da doença e da possibilidade de finitude do seu familiar (Svop et al., 2025). - O significado e a manifestação da essência da vida: a vida como o início da morte e a morte como sendo o fim da vida. O cuidador familiar, quando vivencia o processo de saúde-doença do seu familiar, toma consciência do processo da morte iminente, em função do seu género, idade, percurso de vida e daí em diante dará resposta ao enfrentamento e ao significado da essência da vida (Chen et al., 2023). - A Arte de Lidar com a Morte: diante da doença incurável e do processo de finitude, coloca no cuidador uma pressão interna, mas também externa, o lidar com a expectativa da doença, com o tempo para o processo de consciencialização e até mesmo o tempo do próprio processo de saúde-doença, e todos estes elementos irão afetar a relação com a morte (Chen et al., 2023). - Condições Médicas e Esperança de Sobrevivência: a velocidade influencia a preparação emocional do cuidador para o processo de finitude do seu familiar, por esse motivo, capacitar o cuidador para os sinais e sintomas das últimas horas e dias de vida auxilia não só o cuidador a se adaptar aos cuidados que poderá vir a ter de realizar mas permite também uma melhor elaboração do processo de luto (Chen et al., 2023). - A Compreensão e a Dádiva da Morte: o cuidador sempre permanece presente e oferece assistência contínua e, por esse motivo, o companheirismo desenvolvido, a carga emocional imposta e as memórias associadas ao processo e a expressão de intimidade afetam a experiência emocional e fortalece a resposta interna e externa da finitude da vida do

	seu ente querido. O poder da religião e a espiritualidade são fontes de paz e gratidão tanto para o familiar cuidado como para o cuidador (Chen et al., 2023). - Adaptação, Lidar com e Controlar Emoções: processo de adaptação e o facto de que os métodos de enfrentamento do luto por parte dos cuidadores familiares são afetados pela progressão da doença e pela tomada de consciência do processo de finitude do seu ente-querido (Chen et al., 2023) .
Intervenções de enfermagem facilitadoras do luto antecipatório	- Abordagem centrada na família pode ser benéfica ao abordar as preocupações no seio familiar, sendo que existem instrumentos de avaliação relevantes disponíveis, como Anticipatory Grief Scale (AGS) e Supportive and Palliative Care Indicators Tool (SPICT) (Svop et al., 2025) . - Plano de cuidados baseado na comunicação eficaz, na resolução de problemas e em tomadas de decisão informadas, assim como na aceitação e adaptação a um futuro incerto, é por isso fundamental considerar a díade pessoa-cuidador como uma unidade de abordagem (Kim et al., 2025) . - Intervenções promotoras de coping focadas nas emoções incluíam a distração, o auto encorajamento, técnicas de auto motivação, autoajuda, a procura de apoio emocional, delegação de resolução de problemas a terceiros, a espiritualidade e a aceitação do papel de cuidador como estratégias adequadas para gerir o luto antecipatório (Bilić et al., 2022). - Estabelecimento de uma relação terapêutica eficaz que permite uma conversa terapêutica baseada numa atitude empática, de escuta ativa, de uma atitude não julgadora, facilitando a expressão de emoções e permitindo a identificação de aspetos verbais e não verbais relacionados com diversos sintomas, entre os quais a ansiedade, irritabilidade e a capacitação dos cuidadores familiares para o enfrentamento da situação tanto de processo saúde-doença como do processo de finitude (Petursdottir et al., 2020) . - Abordagens narrativas, que permitem aos cuidadores familiares falarem sobre a experiência de ser cuidador, do processo de luto antecipatório, da experiência de fim de vida permitindo a atribuição de sentido à perda (Petursdottir et al., 2020). - Intervenções criativas, onde se enquadra a arteterapia (Thrower et al., 2023), um apego positivo ao artefacto específico, além de funcionar como uma lembrança imortal por meio da qual a memória de seu ente querido poderia continuar viva. - Intervenções de escrita, sendo que estas intervenções permitem aos participantes concentrarem-se nos seus pensamentos, nas suas emoções e nas suas atividades diárias (Thrower et al., 2023).

Fonte: Elaborado pelas autoras (2025).

DISCUSSÃO

Constata-se que nos 6 artigos incluídos na scoping review é abordado o conceito de luto antecipatório, as vivências dos cuidadores familiares no processo de luto antecipatório, bem como as intervenções de enfermagem facilitadoras no processo de luto antecipatório dos cuidadores familiares da pessoa em situação paliativa, estão expressas nos estudos analisados. Desta forma, para a discussão dos dados obtidos optou-se pela análise dos seguintes subtemas:

Conceito de luto antecipatório

Os cuidadores familiares desempenham um papel fundamental na prestação de cuidados a nível físico, prático e emocional ao longo da trajetória de doença. Contudo, o exercício desse papel, durante o trajeto de doença e durante o processo de finitude, impõe um fardo emocional e físico substancial (Kim et al., 2025). Os estudos de Kim et al. (2025) e Svop et al. (2025), indicam uma taxa de prevalência de ansiedade e depressão que variam entre os 38-73% nos cuidadores familiares, fenómeno relacionado com as demandas diárias inerentes à prestação de cuidados e ao facto de testemunharem o sofrimento do seu familiar durante a trajetória de doença, enquanto enfrentam o seu próprio luto e as perdas sucessivas associadas à evolução da doença, originando sofrimento psicológico, exaustão e diminuição da qualidade de vida, comprometendo a capacidade do cuidador familiar de prestar cuidados de forma eficaz (Kim et al., 2025; Svop et al., 2025). Por este motivo, os cuidadores familiares requerem cuidados de enfermagem que deem resposta à vivência do luto resultante das perdas sucessivas provenientes da trajetória da doença (Svop et al., 2025).

O termo luto antecipatório foi introduzido pela primeira vez durante a Segunda Guerra Mundial, quando se observou que os familiares dos soldados vivenciavam fases do luto antes da perda efetiva (Bilić et al., 2022).

Chen et al. (2023), na sua investigação, expressam que o luto antecipatório consiste numa vivência emocional e psicológica que se manifesta antes da ocorrência efetiva da perda. Ainda, Chen et al. (2023), assim como Bilić et al. (2022) e Svop et al. (2025), nos seus estudos, referem que os sintomas podem manifestar-se a nível físico, emocional, cognitivo e/ou espiritual e, em comparação com o luto pós-morte, o luto antecipatório encontra-se caracterizado como um luto onde sentimentos de raiva, perda de controlo, ansiedade de separação, solidão existencial, tristeza, ressentimento, negação e desespero, são mais intensos (Svop et al., 2025; Bilić et al., 2022; Chen et al., 2023).

Neste sentido, Chen et al. (2023), acrescentam que perante o luto as pessoas tendem a experienciar alterações significativas no ritmo da sua vida e nos seus papéis familiares, implicando um período de adaptação a uma nova estrutura familiar, estrutura social e identidade de papel. Os mesmos autores reforçam que esse período de adaptação envolve igualmente a gestão do impacto da perda do seu papel no núcleo familiar e das perdas sucessivas vivenciadas pelo familiar no percurso da doença, por este motivo o luto antecipatório é descrito

como uma técnica de coping protetora das reações do luto post-mortem, pois permite o reencontro do sentido de vida (Chen et al., 2023).

Nesta perspectiva, Kim et al. (2025), referem que trabalhar o luto antecipatório é, por isso, fundamental uma vez que pode atenuar o sofrimento emocional dos cuidadores familiares, e essa preparação inclui não apenas a preparação prática, ou seja, o preparo do funeral, mas também a preparação emocional dos cuidadores familiares. Os mesmos autores acrescentam que perante uma preparação inadequada, aumenta o sofrimento emocional dos cuidados familiares, assim como o risco da prevalência da ansiedade, da dificuldade de adaptação ao luto pós-morte, o que pode originar o risco de luto complicado. Neste contexto, Bilić et al. (2022), no seu estudo, relataram também que níveis elevados de luto antecipatório e baixos níveis de preparação para a finitude do familiar durante o período de cuidado estão associados a desfechos desfavoráveis que originam o luto complicado. Ainda, Bilić et al. (2022), aludem que o luto antecipatório está associado a diversos fatores, incluindo as características sociodemográficas e psicológicas do cuidador, assim como as características do familiar em situação paliativa, do sofrimento psicológico e das consequências do processo de enfrentamento da perda. Acrescentam os autores que na sua pesquisa evidenciam-se níveis mais elevados de luto antecipatório em famílias caracterizadas por dependência relacional, menor nível de escolaridade e de apoio específico para o luto, associando-se também o desconforto face à proximidade e intimidade, traços de neuroticismo, crise espiritual e incapacidade de compreender a perda (Bilić et al., 2022). Por este motivo, reforçam os mesmos autores que o modelo de cuidados paliativos integra a família como sendo um dos seus objetivos de cuidados, permitindo dar resposta às necessidades psicológicas complexas e possibilitando também uma melhor compreensão do conceito de luto antecipatório, experienciado pelos cuidadores familiares (Bilić et al., 2022).

Vivências pelos cuidadores familiares durante o processo de luto antecipatório

13

Na investigação de Svop et al. (2025), foi analisada a forma como os cuidadores familiares vivenciam o luto antecipatório, assim como quais são as suas necessidades, tendo sido identificados três temas principais:

O primeiro tema designado Luto antecipatório, uma constante no quotidiano, os autores mencionam que os cuidadores familiares experienciam uma consciência constante acerca da finitude do seu familiar enquanto expressam a necessidade de conseguirem partilhar durante mais tempo as vivências familiares e, por esse motivo, sentem vergonha ao verbalizar a temática da morte pois encontram-se divididos entre o desejo de terem mais tempo valioso com o seu ente querido e a perspectiva de um futuro sem eles (Svop et al., 2025).

Também, Svop et al. (2025), destacam que os cuidadores familiares referem igualmente uma sobrecarga associada ao seu papel de cuidador, devido à imprevisibilidade da doença e ao esforço que realizam para ocultar as suas preocupações ao seu familiar, uma vez que consideram que o seu trabalho é estar presentes para apoiar o seu familiar e, como tal, experienciam sentimentos de urgência em responder às suas necessidades. Por esse motivo, acrescentam os mesmos autores que existem relatos de isolamento no seio da própria família, de sensação de

cansaço, sensação de comportamento de evitamento por parte de amigos e/ou familiares, por não conseguirem iniciar atividades sociais, como anteriormente (Svop et al., 2025). Os relatos incluem também perdas relacionais de amizades, o que resulta em sentimento de perda e dissociação do mundo, mas também no sentimento de culpa pela percepção de serem um peso na relação e de não conseguirem participar de forma equitativa nas interações sociais (Svop et al., 2025). Ainda no estudo de Svop et al. (2025), os autores aludem que as famílias estabelecem também uma associação clara entre os breves momentos de esperança e o esquecimento temporário da doença, seguidos de sentimentos de perda mais exacerbados quando ocorre uma agudização e descontrolo dos sintomas do seu familiar. Reforçam os autores, que há medida que a doença progride e os passatempos e valores anteriormente significativos deixam de o ser para o familiar, os mesmos vivenciam sentimentos de perda e desespero decorrentes da alteração da dinâmica familiar (Svop et al., 2025).

O segundo tema a Experiência de apoio da família pelos profissionais, indica que a grande maioria dos cuidadores refere que a falta de informação acerca da trajetória de doença, do tema de fim de vida e dos cuidados necessários a prestar, por parte dos profissionais de saúde, confere-lhes uma sensação de insegurança, desamparo e confusão o que contribui para o sentimento de perda e preocupação. Por esse motivo, quando ocorre um declínio de saúde do seu ente-querido, sentem-se inseguros no seu papel de cuidadores e têm dúvidas relativamente aos recursos necessários para prestar o apoio adequado, o que origina sentimentos de incerteza quanto ao que esperar e conduz ao aumento do pensamento sobre o seu familiar falecer de forma iminente (Svop et al., 2025).

Os mesmos autores, na sua pesquisa, expõem que em contrapartida os cuidadores familiares relatam que quando são envolvidos nos cuidados diretos, nas tomadas de decisão e são acolhidos nas suas emoções e sentimentos, sentem uma ligação de maior proximidade com o seu familiar, assim como uma melhor coordenação relacional com os enfermeiros e maior facilidade em abordar tópicos difíceis (Svop et al., 2025).

Ainda na pesquisa de Svop et al (2025), como terceiro tema, a Mudança de percepção das famílias quando a doença está presente no quotidiano, em que mostram que os cuidadores vivenciam o luto antecipatório como um processo dinâmico que oscila entre a vida quotidiana e a consciência do processo de saúde-doença, e da progressão da doença e a possibilidade de finitude do seu familiar. Por esse motivo, um aspeto destacado pelos autores¹⁵, evidencia que quando os familiares estavam hospitalizados, os cuidadores apresentavam uma sensação de

estar a viver num vácuo, enquanto procuravam algo para fazer durante o tempo em que não podiam ser cuidadores.

No estudo de Bilić et al (2022), os autores observam que enquanto certos participantes se demonstravam relutantes em refletir acerca do processo de finitude dos seus familiares, tentando manter-se otimistas e esperançosos através da auto-motivação, reconhecendo contudo a inevitabilidade da morte mas com dificuldade em aceita-la, outros tentavam encarar o processo de finitude como uma etapa do ciclo de vida, encontrando-se perante sentimentos de racionalização da aceitação da morte, mantendo a esperança que tudo corresse pelo melhor. Os mesmos autores, relatam também que cuidadores familiares jovens demonstram maior dificuldade em aceitar o processo de finitude e, além de poderem estar conscientes do mesmo, ainda esperam uma cura (Bilić et al., 2022). Na mesma investigação, os autores, destacam a dificuldade que os cuidadores familiares têm em expressar as suas emoções e em valorizar as suas próprias necessidades, uma vez que concentram a sua atenção nos cuidados ao familiar e no sofrimento experienciado por esse, frequentemente negligenciando-se a si mesmos (Bilić et al., 2022). Acrescentam os autores, que quando existe suporte social, este tende a incentivar o cuidador a tomar melhor conta de si mesmo, uma vez que o seu trabalho é exigente e exaustivo (Bilić et al., 2022).

Também o estudo de Bilić et al (2022), permitiu igualmente identificar diversas emoções e estados emocionais vivenciados durante o processo de luto antecipatório, entre os quais sentimentos de tristeza, medo/ansiedade, raiva e impotência, e muitos relataram que reprimiam as suas próprias necessidades e sentimentos por sentirem que estavam a ser egoístas. Os mesmos autores, indicam que as estratégias que os participantes usam para lidar com os desafios do dia a dia, relatadas no estudo, descrevem a significância de viver o presente – o que pode ser entendido como o aspeto comportamental do luto antecipatório, e as mesmas são: a auto motivação (uma atitude positiva consigo para lidar com os desafios impostos), o auto encorajamento, a autoconfiança, a autoeficácia, a aceitação do seu papel de cuidador e a procura de ajuda seja ela emocional, fiscal, espiritual, ou até orientação profissional de como ser um cuidador (Bilić et al., 2022). Acrescentam ainda os autores, que outras estratégias utilizadas pelos cuidadores familiares envolvem o manter aspetos da sua vida iguais, como tratar da casa, dedicar-se a hobbies e participar em atividades familiares (Bilić et al., 2022).

Na investigação de Chen et al (2023), os autores referem que as crenças, práticas e ritos funerários variam entre culturas, contextos e grupos sociais e estão intrinsecamente

relacionadas com as tradições culturais e religiosas. Considerando que vivemos numa sociedade multicultural, torna-se fundamental que os enfermeiros possuam conhecimentos acerca das diferentes culturas e da forma como elas vivenciam a experiência do processo de saúde-doença, o luto e a morte dos seus entes queridos (Chen et al., 2023).

Na mesma pesquisa, Chen et al (2023), apresentam cinco temas principais acerca da forma como os taiwaneses experienciam o luto antecipatório. No primeiro tema, denominado, O significado e a manifestação da essência da vida, os autores abordam a vida como o início da morte, e a morte como sendo o fim da vida, sendo que o cuidador familiar, quando vivencia o processo de saúde-doença do seu familiar, toma consciência do processo da morte iminente em função do seu gênero, idade, percurso de vida e daí em diante dará resposta ao enfrentamento e ao significado da essência da vida (Chen et al., 2023). Relativamente às diferenças de gênero, os autores, relatam que é notória a prevalência de mulheres dado o seu papel na sociedade e, devido a crenças sociais e culturais que esperam que estas se tornem obrigatoriamente cuidadoras (Chen et al., 2023). Acrescentam os autores, que no âmbito da diferença de idades, conclui-se que existe uma influência no processo de adaptação ao luto consoante a idade, ou seja, quando a perda é de uma mãe ou de um pai, existe uma mudança, uma vez que os pais estão associados ao conceito de lar (Chen et al., 2023). Na faixa etária dos irmãos, a perda, devido ao vínculo emocional, é mais intensa e origina a emoção de solidão. Em idades mais avançadas, a perda permite um processo de luto antecipatório mais resiliente uma vez que é esperado como acontecimento de vida (Chen et al., 2023).

Chen et al (2023), destacam ainda que quanto às diferenças nas experiências de vida, estas possuem uma grande influência nos cuidadores em relação às fases finais de vida, sendo comum relatarem sentimentos de raiva e referirem sentimentos de injustiça quando a vida do seu ente querido também foi marcada por sofrimento ou, então, quando o familiar é obrigado a suportar um sofrimento atroz perante a finitude.

O segundo tema apontado por Chen et al (2023), A Arte de Lidar com a Morte, aborda o luto antecipatório como uma arte e é descrito como a tomada de consciência dos cuidadores informais relativamente à vivência de serem confrontados com a morte e o sentimento de terem de seguir em frente ou ativar os seus mecanismos internos de autoproteção e afastar-se da realidade. Explicitam os autores, que a realidade, diante da doença incurável e do processo de finitude, coloca no cuidador uma pressão interna, mas também externa, o lidar com a expectativa da doença, com o tempo para o processo de consciencialização e até mesmo o tempo

do próprio processo de saúde-doença, e todos estes elementos irão afetar a relação com a morte (Chen et al., 2023). Chen et al (2023) reforçam que, por este motivo, o luto antecipatório é uma arte que vivemos de forma singular, sem experiência prévia nem compreensão profunda do acontecimento, mas só e apenas quando se aceita a dor da futura perda e se aceita a realidade é possível transcender.

Chen et al (2023), destacam também que relativamente às alterações nas Condições Médicas e Esperança de Sobrevivência, este subtema aborda um ponto crucial na adaptação do processo de luto antecipatório referente à velocidade da condição de doença do ente querido, uma vez que essa velocidade influencia a preparação emocional do cuidador para o processo de finitude do seu familiar. Por esse motivo, capacitar o cuidador para os sinais e sintomas das últimas horas e dias de vida, auxilia não só o cuidador a se adaptar aos cuidados que poderá vir a ter de realizar, mas permite também uma melhor elaboração do processo de luto (Chen et al., 2023).

Chen et al (2023), citam ainda que em relação ao tempo, desde o diagnóstico e consciência da inevitabilidade da morte, este desempenha um papel significativo no processo de luto antecipatório, uma vez que o processo de tomada de consciência da doença e da possibilidade de finitude vai-se dissipando até ao momento em que ocorre efetivamente uma agudização da

O terceiro tema indicado por Chen et al (2023), A Compreensão e a Dádiva da Morte refere-se à compreensão de que desde o momento do diagnóstico até ao momento de serem informados de que não existe tratamento possível, o cuidador sempre permanece presente e oferece assistência contínua e, por esse motivo, o companheirismo desenvolvido, a carga emocional imposta, as memórias associadas ao processo e a expressão de intimidade, afetam a experiência emocional e fortalecem a resposta interna e externa da finitude da vida do seu ente querido. Neste sentido, os autores mencionam que este fortalecimento de relações permite aos cuidadores informais refletir acerca do sentido da vida, assim como da morte, sendo importante referir que o apoio social é importante para os cuidadores informais uma vez que reduz o stress e a exaustão dos mesmos (Chen et al., 2023). Chen et al (2023), salientam também que o poder da religião e a espiritualidade são fontes de paz e gratidão tanto para o familiar cuidado como para o cuidador. Revelam os mesmos autores, que a maioria dos cuidadores familiares quando confrontados com a impossibilidade de cura, desistem de planos pessoais futuros e dedicam-se exclusivamente ao cuidado diário do seu familiar e, por esse motivo, reforçam os autores,

quando as tarefas são compartilhadas entre diferentes membros da família, essa assistência alivia o stress do cuidador familiar permitindo-o dedicar-se a si mesmo, mas também possibilita uma reorientação familiar em que todos trabalham em sintonia para alcançar o mesmo objetivo, ou seja, o melhor cuidado para o seu ente querido, permitindo o fortalecimento de laços familiares (Chen et al., 2023).

O quarto tema designado por Chen et al (2023), Adaptação, Lidar com e Controlar Emoções, refere-se ao processo de adaptação e ao facto de que os métodos de enfrentamento do luto por parte dos cuidadores familiares são afetados pela progressão da doença e pela tomada de consciência do processo de finitude do seu ente-querido. Os autores, aludem que no que concerne ao enfrentamento orientado para a perda, existe referência ao facto de que a maioria dos cuidadores familiares reage de forma emocional ou evasiva à descoberta de que o seu ente querido padece de uma doença terminal em fase avançada, e, de uma forma geral, as respostas são negativas e centradas no sentimento de perda (Chen et al., 2023).

Chen et al (2023), ainda no seu estudo, demonstram que diversos cuidadores recorrem a estratégias que lhes permitem adaptar e lidar com a nova etapa, sendo que a maioria dos cuidadores referiu que a morte faz parte de um ciclo de reencarnação, e que a chegada da doença fazia parte do destino, por este motivo os cuidadores acreditavam que era melhor aceitar o evento e aproveitar o máximo dos dias que ainda tinham com o seu familiar para se despedirem adequadamente.

18

Intervenções de enfermagem facilitadoras do luto antecipatório

De acordo com Chen et al (2023), na sua pesquisa, os autores alertam que devido à consciencialização por parte dos cuidadores informais do processo de finitude, é importante que os profissionais de saúde, entre os quais os enfermeiros, estejam capacitados para prestar cuidados emocionais direcionados para o processo de adaptação, aconselhamento e enfrentamento do luto, uma vez que cada vivência de perda é singular e se este cuidado for menosprezado, o risco de sofrimento por parte dos cuidadores aumenta, o que irá afetar negativamente a vida diária dos mesmos assim como a sua saúde mental. Reforçam os autores, que cerca de 7% das pessoas que apresentam manifestações intensas de luto antecipatório tendem a desenvolver luto complicado (Chen et al., 2023).

Svop et al (2025) no seu estudo, indicam que uma abordagem centrada na família pode ser benéfica ao abordar as preocupações no seio familiar, sendo que instrumentos de avaliação

relevantes disponíveis, como Anticipatory Grief Scale (AGS) e Supportive and Palliative Care Indicators Tool (SPICT), podem ajudar a identificar quem a pessoa considera família e quais os sintomas de luto antecipatório no seio familiar.

A investigação de Kim et al (2025), que pretendeu investigar a relação entre a preparação para a morte (categorizada na dimensão prática e emocional) e o sofrimento emocional entre os cuidadores familiares no período de fim de vida, os autores¹⁴, demonstraram que, no que diz respeito à ansiedade, uma maior resiliência e maior suporte social estão associados a menor probabilidade de ansiedade, sendo que a idade avançada se revelou um fator protetor. Já a preparação prática para o falecimento revelou ser um fator protetor contra a depressão e, da mesma forma, a preparação emocional revelou ser um fator protetor tanto para a ansiedade como para a depressão (Kim et al., 2025). Ainda os autores, Kim et al (2025), no seu estudo, destacam que cuidadores familiares com níveis mais elevados de apoio social demonstraram uma maior capacidade para gerir as exigências do cuidado, resultando em níveis mais baixos de depressão, enquanto cuidadores mais jovens, do sexo feminino e cônjuges eram mais propensos a relatar sintomas depressivos. Os mesmos autores, acrescentam que a preparação prática requer um plano de cuidados baseado na comunicação eficaz, na resolução de problemas e em tomadas de decisão informadas, assim como na aceitação e adaptação a um futuro incerto, sendo por isso fundamental considerar a díade pessoa-cuidador como uma unidade de abordagem (Kim et al., 2025).

19

Bilić et al (2022), na sua pesquisa, demonstram que intervenções promotoras de coping focadas nas emoções, incluem a distração, o auto encajamento, técnicas de auto motivação, autoajuda, a procura de apoio emocional, delegação de resolução de problemas a terceiros, a espiritualidade e a aceitação do papel de cuidador, como estratégias adequadas para gerir o luto antecipatório.

Na investigação de Petursdottir et al (2020), foi avaliada e desenvolvida a Intervenção multicomponente de Conversa Terapêutica Orientada para as Forças da Família (FAM-SOTC) e centra-se no apoio dos domínios cognitivos, afetivos e comportamentais do cuidador familiar, sendo o objetivo do estudo investigar o impacto que a intervenção tem no sofrimento psicológico dos cuidadores familiares (sintomas depressivos, ansiedade e stress) e as reações do luto (sobrecarga emocional, controlo e resiliência). Os mesmos autores, referem que os resultados desta intervenção demonstraram uma redução significativa nos sintomas de stress após duas sessões da intervenção (Petursdottir et al., 2020).

Também Petursdottir et al (2020), no seu estudo, enfatizam a relevância de reconhecer as respostas emocionais dos cuidadores familiares e de lhes ser permitido ter um espaço para expressar as suas preocupações e angústias, entre as quais, apontam os autores, o estabelecimento de uma relação terapêutica eficaz que permite uma conversa terapêutica baseada numa atitude empática, de escuta ativa, de uma atitude não julgadora, facilitando a expressão de emoções e permitindo a identificação de aspetos verbais e não verbais relacionados com diversos sintomas, entre os quais a ansiedade, irritabilidade e a capacitação dos cuidadores familiares para o enfrentamento da situação tanto do processo saúde-doença como do processo de finitude. Nesta perspetiva, os mesmos autores, aludem que uma das intervenções realizadas se baseia nas abordagens narrativas, que permitem aos cuidadores familiares falarem sobre a experiência de ser cuidador, do processo de luto antecipatório e da experiência de fim de vida, permitindo a atribuição de sentido à perda (Petursdottir et al., 2020). Petursdottir et al (2020)¹⁸, ainda no seu estudo, acrescentam que o profissional durante a intervenção deverá também convidar o cuidador a falar sobre o seu estado de saúde e dar especial ênfase a questões relacionadas com o sono.

Na pesquisa de Thrower et al (2023), os autores referem que outras intervenções encontradas foram as intervenções criativas, onde se enquadra a arteterapia. Explicam os autores, que esta experiência apoiou os cuidadores durante o luto, pois proporcionou um apego positivo ao artefacto específico, além de funcionar como uma lembrança imortal por meio da qual a memória de seu ente querido poderia continuar viva (Thrower et al., 2023) . Os mesmos autores, relatam que outro exemplo de intervenção criativa é a musicoterapia, em que os participantes mostram sentimentos de alegria e autoconsciência renovada, o que permite a continuidade do processo de luto e os ajuda a seguir em frente após a morte de seus entes queridos (Thrower et al., 2023) .

Também no estudo de Thrower et al (2023), os autores descrevem intervenções de escrita, sendo que estas intervenções permitem aos participantes concentrarem-se nos seus pensamentos, nas suas emoções e nas suas atividades diárias. Outras intervenções, ainda descritas pelos mesmos autores, são as educativas em que foram entregues manuais e módulos de aprendizagem, fornecidas informações sobre os diferentes estágios do luto e técnicas para melhor apoiar o cuidador familiar durante o processo de luto (Thrower et al., 2023) . Ainda, no que respeita às intervenções psicossociais, os autores referem que as mesmas incluem a assistência espiritual e grupos de apoio (Thrower et al., 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente scoping review mapeou as intervenções de enfermagem facilitadoras no processo de luto antecipatório dos cuidadores familiares da pessoa em situação paliativa.

As intervenções mapeadas podem ser enquadradas no Modelo de adaptação de Callista Roy, este modelo baseia-se no pressuposto de que o ser humano é um ser biopsicossocial em interação constante com o meio, adaptando-se às situações que emergem no seu cotidiano. No processo de saúde-doença, existem necessidades específicas de adaptação quer da pessoa doente, quer da sua família. Desta forma, o enfermeiro no sentido de obter os melhores resultados em saúde e respeitando a individualidade de cada pessoa, deve estimular a capacidade de adaptação ao novo estilo de vida, assumindo controlo perante as tomadas de decisão. Neste modelo, a enfermagem é vista, por isso, como uma ciência que se centra nos processos de vida humana e na promoção da adaptação, sendo o desafio avaliar os comportamentos e fatores que influenciam a capacidade de adaptação da pessoa, intervindo no sentido de potencializar essas capacidades e melhorar a interação com o meio ambiente, alcançado como resultado uma melhor qualidade de vida.

Tendo em consideração o acima exposto sobre a teórica Callista Roy e, considerando o luto um estímulo focal e que a família precisa de um espaço seguro para falar sobre a possível perda, o enfermeiro deverá utilizar estratégias de comunicação como a escuta ativa, o toque afetivo, a presença, o olhar, o uso de perguntas abertas para transmitir um cuidado compassivo de quem acompanha, apoiando a família na reorganização da vida e na adaptação às mudanças decorrentes da perda, influenciando positivamente respostas ineficientes.

A principal tarefa do processo de luto consiste, deste modo, na confrontação da realidade da perda e para que tal seja possível é necessário a expressão das emoções e de sentimentos vinculados à perda (tristeza, saudade) e reflexão sobre a experiência.

As reações de luto dos cuidadores informais apontam para processos que se desenvolvem através de diferentes fases, com alguns cuidadores em negação, outros em depressão e alguns a aceitar lentamente a possibilidade de perder um cônjuge. Isto poderia ser considerado consistente com o processo de luto descrito por Kübler-Ross, cinco fases de luto: negação, raiva, negociação, depressão e aceitação.

Os contributos para a prática de enfermagem incluem a melhoria contínua da qualidade dos cuidados, a implementação de práticas colaborativas, sendo que a enfermagem avançada

assume um papel fundamental na prestação de cuidados centrado na díade pessoa-família, contribuindo para respostas mais integradas e que vão de encontro às necessidades efetivas, uma vez que os cuidadores familiares experienciam múltiplas mudanças nas diferentes dimensões das suas vidas, decorrente do processo de prestação de cuidados associado ao processo de saúde-doença do seu familiar, o que reforça a necessidade de intervenções de enfermagem direcionadas para o apoio e capacitação dos mesmos.

Salienta-se a importância de reservar um espaço nas intervenções de enfermagem à família, capacitando-a através de estratégias adequadas de enfrentamento ao processo de ser cuidadores, à trajetória de doença do seu familiar e ao processo de finitude. Destaca-se também que a aceitação das alterações do estado de saúde, o apoio social, a capacidade de lidar com o stress e a habilidade de aceitar mudanças, exercem um efeito positivo no luto antecipatório. Tornou-se ainda premente a necessidade de os enfermeiros possuírem conhecimento sobre o luto antecipatório, reconhecerem os diferentes contextos culturais, promoverem conexões significativas, apoiando o cuidador a restaurar o equilíbrio da própria vida, através do favorecimento do autoconhecimento e preservando memórias com o seu familiar.

No que diz respeito a sugestões para estudos futuros, o trabalho desenvolvido permitiu identificar lacunas relativamente a modelos sobre as abordagens terapêuticas de apoio necessário para os membros da família, bem como sobre a intervenção dos enfermeiros no enfrentamento de diferentes trajetórias de cuidados paliativos para facilitar o luto antecipatório nas famílias.

LIMITAÇÕES DO ESTUDO

Apesar do rigor metodológico adotado e da observância das orientações do Joanna Briggs Institute (JBI), este estudo apresenta algumas limitações que devem ser consideradas na interpretação dos resultados. A pesquisa foi efetuada em apenas duas bases de dados internacionais, o que poderá ter condicionado a abrangência da evidência recuperada e limitado a identificação de estudos potencialmente relevantes. Acresce que, sendo esta uma scoping review, não foi realizada a avaliação crítica da qualidade metodológica dos estudos incluídos, em consonância com o propósito deste tipo de revisão, centrado no mapeamento e caracterização da evidência existente. Por outro lado, fatores relacionados com os recursos disponíveis para a investigação, designadamente o tempo, o financiamento e o acesso a fontes complementares de informação, poderão ter influenciado a extensão dos resultados obtidos.

Assim, estudos futuros, desenvolvidos por equipas mais amplas e com acesso a recursos adicionais, poderão proporcionar uma síntese mais abrangente da evidência disponível.

REFERÊNCIAS

AROMATARIS, E., & Munn, Z. (2020). Chapter 1: JBI systematic reviews. In E. Aromataris & Z. Munn (Eds.), *JBI manual for evidence synthesis*. JBI. <https://doi.org/10.46658/JBIMES-20-02>

BILIĆ, J., Skokandić, L., & Puljak, L. (2022). Anticipatory grief and experience of providing at-home palliative care among informal caregivers of spouses in Croatia: A qualitative study. *BMC Palliative Care*, 21, 199. <https://doi.org/10.1186/s12904-022-01093-1>

CABRAL, L. A. M., Guedes, E. C. dos S., Dantas, E. D., Araújo, E. dos S., Carvalho, A. K. A. S. de, Costa, B. H. S., Batista, P. S. de S., Mendonça, S. B. T. de, & Guedes, H. C. dos S. (2024). Assistência de enfermagem frente ao luto antecipatório de familiares de pacientes em cuidados paliativos. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, 17(10), e11746. <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.10-243>

CHEN, N. C., Yang, Y. M., & Wu, L. M. (2023). Exploring the Taiwanese anticipatory experience of grief among primary caregivers in palliative home care. *The American Journal of Hospice & Palliative Care*, 40(2), 136–146. <https://doi.org/10.1177/10499091221096351>

COSTA DOS REIS, C. G., Ojeda Ocampo Moré, C. L., & Menezes, M. (2023). O luto antecipatório e as estratégias de enfrentamento de familiares nos cuidados paliativos. *Psico*, 54(1), e39961. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2023.1.39961>

DESTRO, C., de Souza Destro, C. R., de Souza Destro, L. R., Silva, R. M. C. R. A., & Pereira, E. R. (2022). Evidências científicas do luto do profissional da equipe de enfermagem frente ao óbito do paciente no ambiente hospitalar: Uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 11(6), e30611629126. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i6.29126>

DIREÇÃO-Geral da Saúde. (2019). *Modelo de intervenção diferenciada no luto prolongado em adultos*. <https://normas.dgs.min-saude.pt/2019/04/23/modelo-de-intervencao-diferenciada-no-luto-prolongado-em-adultos/>

KIM, B., Kim, J., Ahn, H. Y., Park, S., Hwang, I. C., & Park, S. J. (2025). Exploring the role of practical and emotional death preparation in reducing emotional distress among family caregivers of terminally ill cancer patients: A multicenter cross-sectional study. *Cancers*, 17(8), 1380. <https://doi.org/10.3390/cancers17081380>

KRISTENSEN, P., Weisæth, L., & Heir, T. (2012). Bereavement and mental health after sudden and violent losses: A review. *Psychiatry*, 75(1), 76–97. <https://doi.org/10.1521/psyc.2012.75.1.76>

LUNDORFF, M., Holmgren, H., Zachariae, R., Farver-Vestergaard, I., & O'Connor, M. (2017). Prevalence of prolonged grief disorder in adult bereavement: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 212, 138–149. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.01.030>

MCGOWAN, J., Sampson, M., Salzwedel, D. M., Cogo, E., Foerster, V., & Lefebvre, C. (2016). PRESS peer review of electronic search strategies: 2015 guideline statement. *Journal of Clinical Epidemiology*, 75, 40–46. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2016.01.021>

PETURSDOTTIR, A. B., Sigurdardottir, V., Rayens, M. K., & Svavarsdottir, E. K. (2020). The impact of receiving a family-oriented therapeutic conversation intervention before and during bereavement among family cancer caregivers: A nonrandomized trial. *Journal of Hospice & Palliative Nursing*, 22(5), 383–391. <https://doi.org/10.1097/NJH.0000000000000679>

SALLNOW, L., Smith, R., Ahmedzai, S. H., Bhadelia, A., Chamberlain, C., Cong, Y., Doble, B., Dullie, L., Durie, R., Finkelstein, E. A., Guglani, S., Hodson, M., Husebø, B. S., Kellehear, A., Kitzinger, C., Knaul, F. M., Murray, S. A., Neuberger, J., O'Mahony, S., ... Wyatt, K. (2022). Report of the Lancet Commission on the Value of Death: Bringing death back into life. *The Lancet*, 399(10327), 837–884. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)02314-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)02314-X)

SILVA, É. Q. (2019). Ideário da morte no Ocidente: A bioética em uma perspectiva antropológica crítica. *Revista Bioética*, 27(1), 38–45. <https://doi.org/10.1590/1983-80422019271284>

SILVA, R. S., & Coutinho, S. M. G. (2022). Percepção de luto e vivência de luto antecipatório de familiares em uma unidade de cuidados paliativos. *Health Residencies Journal – HRJ*, 3(15), 224–240. <https://doi.org/10.51723/hrj.v3i15.283>

SOUSA, J., Ferreira, R., & Guedes, V. (2022). Intervenções desenvolvidas na gestão do luto em cuidados paliativos: Scoping review. *Revista de Investigação & Inovação em Saúde*, 5(2), 97–109. <https://doi.org/10.37914/riis.v5i2.189>

SVOP, K., Dieperink, K. B., Livingston, T., & Marcussen, J. (2025). Families' experience of anticipatory grief in home-based palliative cancer care and their support needs: A qualitative study. *European Journal of Oncology Nursing*, 76, 102880. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2025.102880>

THROWER, C., Barrie, C., Baxter, S., Bloom, M., Borja, M. C., Butters, A., Dudgeon, D., Haque, A., Lee, S., Mahmood, I., Mirhosseini, M., Mirza, R. M., Murzin, K., Ankita, A., Skantharajah, N., Vadeboncoeur, C., Wan, A., & Klinger, C. A. (2023). Interventions for grieving and bereaved informal caregivers: A scoping review of the Canadian literature. *Journal of Palliative Care*, 38(2), 215–224. <https://doi.org/10.1177/08258597221101826>

TRICCO, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., Moher, D., Peters, M. D. J., Horsley, T., Weeks, L., Hempel, S., Akl, E. A., Chang, C., McGowan, J., Stewart, L., Hartling, L., Aldcroft, A., Wilson, M. G., Garritty, C., ... Straus, S. E. (2018). PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): Checklist and explanation. *Annals of Internal Medicine*, 169(7), 467–473. <https://doi.org/10.7326/M18-085>