



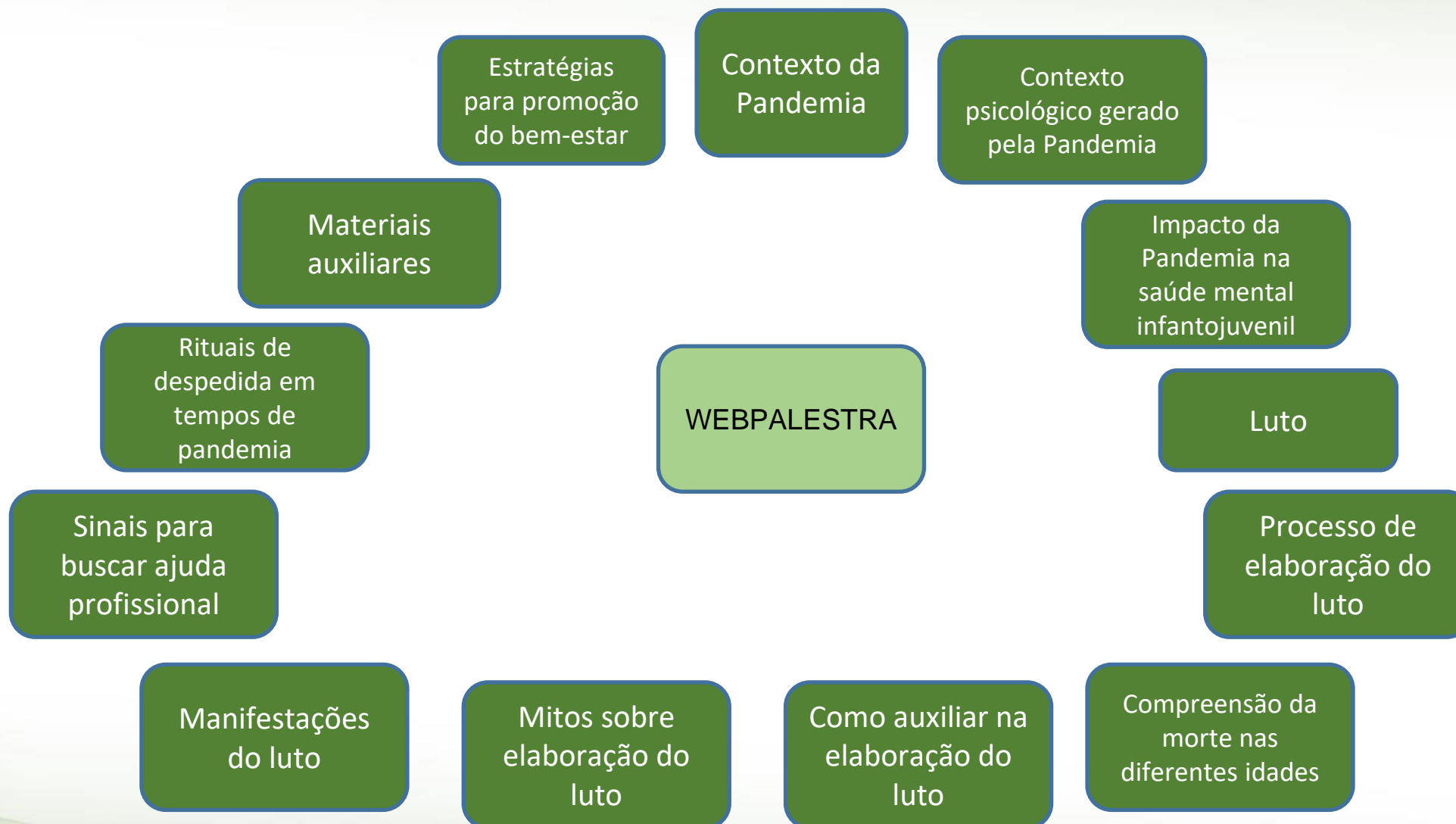
**Telessaúde**  
UFSC



apresentam

# **LUTO E SOFRIMENTO NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA EM TEMPOS DE PANDEMIA**

**Simone Scheibe**



# Contexto da Pandemia

- Primeiro evento global de trauma coletivo desde a Segunda Guerra Mundial;
- Medidas de biossegurança: efeito cascata nas atividades humanas;
- Perda repentina e abrupta do modo de vida como a conhecemos;
- A morte escancarada todos os dias;
- Imposições do confinamento – novos desafios à família



Fonte: Freepik/Canva

(OMS, 2021; KOVÁCS, 2021, SILVA et al, 2020)

# Contexto Psicológico gerado pela Pandemia

- Sofrimento psíquico, medo, insegurança, incerteza;
- “Languishing” ou Definhamento como o sentimento predominante em 2021 (mal-estar: vazio, estagnação, falta de motivação).
- Luto coletivo - todos estamos em luto: simbólicos e/ou concretos

(GRANT, 2021; KOVÁCS, 2021)



Fonte: Canva

# Impacto da Pandemia na Saúde Mental Infantojuvenil

## Pesquisa UNICEF:

66% das famílias mencionaram algum sintoma.

54% dos pais identificaram sintomas em seus filhos: preocupações exageradas com o futuro; alterações no sono; mudanças no humor e irritabilidade; perda de interesse em atividades rotineiras; alterações no apetite; agitação, tristeza, choro fácil. (UNICEF, 2021)



Fonte: Unicef.org

# Impacto da Pandemia na Saúde Mental Infantojuvenil

**King's College Londres:** revisão em banco de dados evidenciou que os efeitos psicológicos negativos podem ser substanciais e de longa duração tais como irritabilidade, insônia, depressão, esgotamento emocional.

**European Paediatric Association e China** destacaram entre cças de 3 a 18 anos distração, irritabilidade, agitação, insegurança, o que se associou com falta de apetite, desconforto físico, problemas de sono. Nas cças de 3 a 6 anos, prevaleceu excesso de apego aos pais e medo dos familiares ficarem doentes.

(JIAO et al, 2020; BROOKS et al 2020; RACINE et al, 2020)



## Luto

- Reação normal frente a uma perda significativa;
- Abordagens contemporâneas tem abandonado o conceito de fases do luto (negação, raiva, barganha, depressão e aceitação);
- Um processo singular de adaptação à vida sem a presença de algo ou alguém significativo.



Fonte: [hsvp.com.br](http://hsvp.com.br)

(KOVÁCS, 2021)



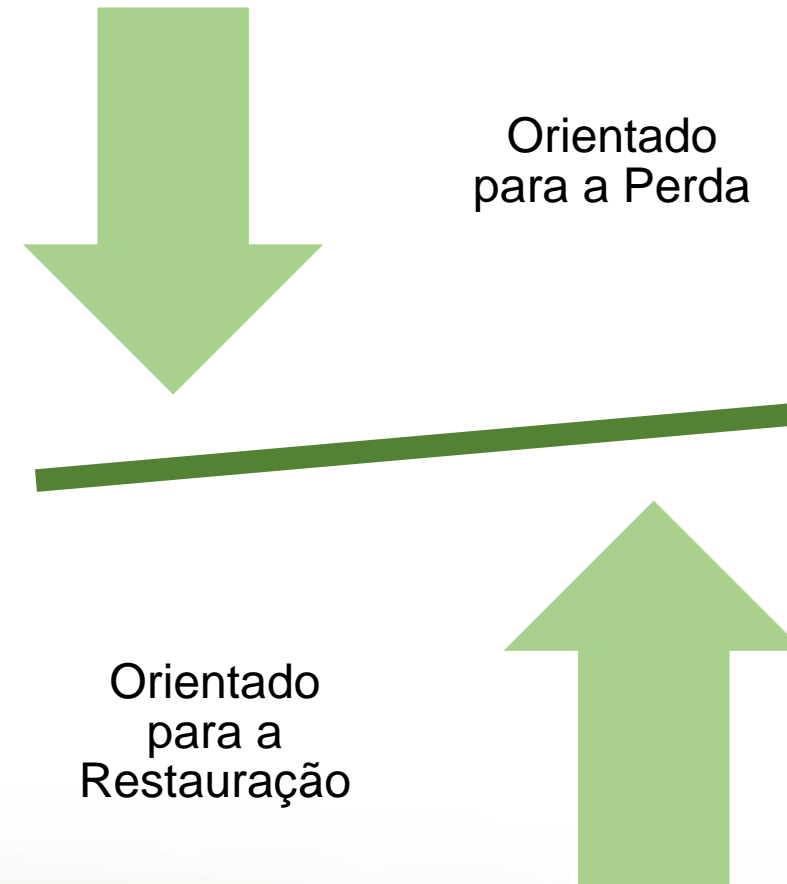
# Processo de elaboração do luto

## MODELO DO PROCESSO DUAL DE ENFRENTAMENTO DO LUTO

(Shut e Stroebe, 1999)

- 1) Enfrentamento voltado para a perda: evocar memórias do falecido, olhar fotos e objetos, fazer atividades que remetam ao falecido, entrar em contato com os sentimentos da perda.
- 2) Enfrentamento voltado para a restauração: estimular continuidade de atividades cotidianas, manter contato com os amigos, manter momentos de diversão, construir outros sentidos para a vida, criação de significados.

(BRAZ, 2013; MAZORRA, 2021)



# Compreensão da morte nas diferentes idades

## O conceito de morte é construído ao longo do desenvolvimento da criança

- **0-2 anos** (sensório-motor): a morte é percebida como ausência e abandono.
- **Entre 2 a 7 anos** (pré-operatório): a morte pode ser reversível. Egocentrismo, pensamento mágico, culpa.
- **Entre 7 a 11 anos** (operatório concreto): começa a entender alguns conceitos: irreversibilidade, universalidade, não-funcionalidade e causalidade.
- **A partir de 11/12 anos** (operatório formal): consolida o conceito de morte como parte do ciclo da vida. Fase de experimentação - risco

(Kovács, 2008, 2021; Mazorra, 2021; SILVA et al, 2020)

## Como auxiliar a criança e o adolescente na elaboração do luto

- **0-2 anos:** não tem a compreensão da morte, mas vivencia e sente a perda como ausência/abandono. Foco na mãe e/ou pessoas que a cuidam. Pode manifestar no corpo esta ausência. Sente a qualidade do cuidado. Viabilizar o desenvolvimento da confiança e segurança, através da relação com um cuidador que se vincule.
  - **2-7 anos:** Contar a verdade sobre o que aconteceu; evitar o uso de metáforas: “dormiu”, “viajou”; usar a palavra “morreu” = dar noção de que a morte é um acontecimento definitivo e não poderá mais ter a relação presencial com esta pessoa, mas poderá manter o vínculo (lembranças, rituais). Perguntas (Ex: vou morrer também? Para onde vão os mortos? Estou segura? Quem vai cuidar de mim?).
    - \* Conversar que não é culpa dela.
    - \* Criar espaço para expressão dos sentimentos, legitimar e nomear os sentimentos.
- (Kovács, 2008, 2021; Mazorra, 2021; SILVA et al, 2020)

## Como auxiliar a criança e o adolescente na elaboração do luto

- **7-11 anos:** começa a compreender os atributos do conceito de morte: irreversibilidade, universalidade, não-funcionalidade, causalidade. Perguntas: responder o que ela quer saber. Acolher e estimular expressão de sentimentos. E se ela não quiser conversar?
- **11/12 anos-vida adulta:** falar a verdade, respeito às crenças, importância de legitimar sentimentos e promover o processo de elaboração do luto (orientado para a perda e para a restauração).

# Como auxiliar a criança e o adolescente na elaboração do luto

Exemplo do processo orientado para a perda e para a restauração

Orientado para a perda	Orientado para a restauração
O que vc mais gostava de fazer com a pessoa?	Que outras pessoas são importantes em sua vida?
Quais momentos vc gosta de lembrar?	Vamos fazer um passeio hoje?
Vc tem algum objeto importante dessa pessoa?	Vamos convidar um amigo para ver um filme? Brincar?
Vamos montar um quadro de fotos para lembrar da pessoa?	Que coisas boas vc deseja fazer este ano?

(MAZORRA, 2021; MAIA, CAMPOS FERREIRA et al, 2021)

# Mitos sobre a criança e a elaboração do luto

- **A CRIANÇA É INCAPAZ DE COMPREENDER A MORTE**  
Ela vai compreender de acordo com os recursos cognitivos e emocionais que tem naquele momento.
- **A CRIANÇA NÃO VIVENCIA O LUTO COM A MESMA INTENSIDADE QUE O ADULTO**  
Vivencia de modo diferente, de acordo com os seus recursos. Ex: Não consegue dizer o que sente, pode demonstrar com irritação, regressão, sintomas físicos.
- **ESCONDER A MORTE, PROTEGE A CRIANÇA DO SOFRIMENTO**  
O pacto do silêncio gera confusão, medo, desamparo. Crianças necessitam de respostas honestas e informativas de acordo com a etapa do seu desenvolvimento. Acolher e acessar os seus sentimentos. Ensinar a regulação emocional.



Fonte: Canva

(KOVÁCS, 2008, 2021; MAZORRA, 2020; SILVA et al, 2020)



# Mitos sobre o adolescente e a elaboração do luto

## O ADOLESCENTE NÃO ESTÁ SOFRENDO A PERDA, POIS:

- Não quer conversar
- Só fica no celular, tv, pc

Período de transição – Demarcação da identidade – vivência de perdas (luto) e ganhos – quem sou eu? Para onde vou? Que mundo me espera?

(KOVÁCS, 2021; MAZORRA, 2021)



Fonte: Canva



# Manifestações do luto nas crianças e adolescentes

- Podem apresentar tristeza, choro, perda de interesse, irritabilidade, agressividade, ansiedade e medo para separar-se dos seus cuidadores, dores no corpo, regressão a estágios anteriores.
- Outras manifestações comuns: desempenho escolar diminuído, dificuldade de concentração, menor interação social, dificuldades no sono.
- Adolescentes: adiciona-se a isso comportamentos de risco e autodestrutivos.

(KOVÁCS, 2021; MAZORRA, 2021)

# Sinais de que a criança e o adolescente necessitam de ajuda profissional para elaboração do luto

- Manutenção de reações agressivas e irritabilidade;
- Ficar doente ou acidentarse com frequência;
  - Não conseguir brincar;
  - Tristeza permanente;
- Verbalização de ideação suicida;
- Isolamento e retraimento;
  - Medo - pânico

## **ADOLESCENTES**

### Atentar para estes comportamentos:

- Evitar entrar em contato com a dor da perda (uso excessivo de telas/mídias sociais, compto hiperssexualizado);
- Automutilação, ideação suicida e TS

# Rituais de despedida em tempos de pandemia

- As crianças e adolescentes devem participar dos velórios e rituais de despedida se quiserem. Caso não queiram, conversar o porquê. Acolhimento.
- Rituais ajudam na elaboração do luto (ressignificação da vida), permite o compartilhamento de sentimentos, trazem sentimento de pertencimento.
- Hoje – reinvenção de rituais - cerimônias online: cultos e missas, memoriais, livro de visitas para mensagens. Construção de um memorial em casa, construir uma homenagem que seja significativa para a família.



Fonte: Canva

LIVROS/CARTILHAS/SITES	AUTOR / LINK
Quando alguém muito especial morre	Marge Heegaard
A história de uma folha	Leo Buscaglia
O dia em que o passarinho não cantou	Luciana Mazorra e Valéria Tinoco (livro) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=yM1AE02sE20">https://www.youtube.com/watch?v=yM1AE02sE20</a>
“E os que ficam?” - Cartilha de orientações sobre o luto decorrente da morte de ente querido no contexto da Covid-19	<a href="https://www.assis.unesp.br/Home/administracao/secaotecnicadeapoioaoensinopesquisaeeextensao/e-os-que-ficam-cartilha-de-orientacoes-sobre-o-luto-decorrente-da-morte-de-um-ente-querido-no-contexto-da-covid-19-padu-2021.pdf">https://www.assis.unesp.br/Home/administracao/secaotecnicadeapoioaoensinopesquisaeeextensao/e-os-que-ficam-cartilha-de-orientacoes-sobre-o-luto-decorrente-da-morte-de-um-ente-querido-no-contexto-da-covid-19-padu-2021.pdf</a>
Cartilha “Como falar de morte com crianças”	<a href="https://unifcv.edu.br/wp-content/uploads/2021/01/Como-falar-de-morte-com-as-criancas.pdf">https://unifcv.edu.br/wp-content/uploads/2021/01/Como-falar-de-morte-com-as-criancas.pdf</a>
Cartilha “O processo de luto a partir das diferentes perdas em tempos de pandemia”	<a href="https://www.pucrs.br/coronavirus/wp-content/uploads/sites/270/2020/09/2020_09_03-coronavirus-cartilhas-o-processo-de-luto-a-partir-das-diferentes-perdas-em-tempos-de-pandemia.pdf">https://www.pucrs.br/coronavirus/wp-content/uploads/sites/270/2020/09/2020_09_03-coronavirus-cartilhas-o-processo-de-luto-a-partir-das-diferentes-perdas-em-tempos-de-pandemia.pdf</a>
Livro “Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial”	FIOCRUZ/Ministério da Saúde/ Organizadores: Débora da Silva Noal, Maria Fabiana Damasio Passos e Carlos Machado de Freitas
Instituto Quatro Estações	<a href="https://www.4estacoes.com/">https://www.4estacoes.com/</a>



# Estratégias para promoção do bem-estar



Fonte: Adobe Stock

- Família como unidade de cuidado
  - Os pais atuam como corretores do comportamento dos filhos, os quais se inspiram nos modelos parentais para lidar com suas emoções.

- Há uma correlação positiva entre a magnitude dos sintomas das crianças e adolescentes e a dos pais.

(BRITTO et al 2021)

# Estratégias para promoção do bem-estar

- Manter uma rotina: proporciona sensação de segurança e previsibilidade;
- Incentivar atividades que auxiliem a autorregulação (rotinas de sono, lazer, atividades físicas, alimentação e estudo; práticas de relaxamento (música, contação de histórias, respiração);
- Manter diálogo com as cças/adol. – abrir espaço para compartilhar medos, preocupações e experiências positivas;
  - Manter contato (virtual) com a rede socioafetiva;
- Desenvolver resiliência (boa adaptação diante das adversidades): ter ciência do que eu posso fazer/controlar de algumas escolhas/fornecer informações adequadas à idade sobre medidas de biossegurança, VAI PASSAR, PERSPECTIVA DE FUTURO E ESPERANÇA.
- Praticar a tolerância e não adotar atitudes coercitivas diante das respostas das cças/adol. aos estressores.

(BROOKS et al, 2020; JIAO et al, 2020)

# Materiais auxiliares – cartilhas e vídeos



<http://educacao.sorocaba.sp.gov.br/wp-content/uploads/2020/04/a-historia-da-ostrea-e-da-borboleta-o-coronavirus-e-eu-ana-m-gomez.pdf>



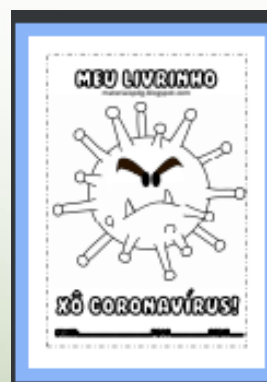
<https://ficaemcasaolga.com/>



<https://sobep.org.br/wp-content/uploads/2020/04/Nosso-Final-Feliz.pdf>



<http://www3.sumare.edu.br/comunicados/2020/superhumanos/Material-Coronavirus.pdf>



<https://www.progesp.ufrn.br/storage/documentos/XZ0fqZswAEPHidEi0BPBYjczsXjhQgdR18WrlJmv.pdf>



<https://www.youtube.com/watch?v=5DIULOx-4ds>



<https://cultura.aranjuez.es/images/files/cultura/cuarentena/nuevanormalidad.pdf>



# Materiais auxiliares: cartilhas e vídeos



<https://coronavirus.rs.gov.br/upload/arquivos/202005/21112017-cartilha-maus-tratos-psiCOVIDa.pdf>



<https://www.pucrs.br/wp-content/uploads/2020/04/Cartilha-para-Enfrentamento-do-Estresse-em-Tempos-de-Pandemia.pdf>



[https://www.facebook.com/labsfac/posts/3273833176017495?locale=pt\\_BR](https://www.facebook.com/labsfac/posts/3273833176017495?locale=pt_BR)

## UNICEF

[https://www.covid19parenting.com/assets/tip\\_sheets/en/16.pdf](https://www.covid19parenting.com/assets/tip_sheets/en/16.pdf)



# Referências

- BOLASÉLI et al. **O processo de luto a partir das diferentes perdas em tempos de pandemia**. Porto Alegre: PUCRS. Projeto gráfico: Luciana Gomes, 2020.
- BRITTO, Ariane; TERUYA, Katia; SOUZA, Miguel; REMOR, Eduardo. **Parentalidade e saúde física e mental na pandemia da Covid-19**. In: Psicologia e Covid-19 : Saúde, Desenvolvimento e Educação. André Faro, Elder Cerqueira-Santos, Joilson Pereira da Silva. – Belo Horizonte: Editora Dialética, 2021.
- BROOKS SK, WEBSTER RK, SMITH LE, WOODLAND L, WESSELY S, GREENBERG N, RUBIN GJ. **The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence**. Lancet. 395 (10227):912-920, 2020.
- FIOCRUZ. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial na COVID-19: Processo de luto no contexto da Covid-19**. Fiocruz, 2020. Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wpcontent/uploads/2020/04/Sa%c3%bade-Mental-e-Aten%c3%a7%c3%a3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid19processo-de-luto-no-contexto-da-Covid-19.pdf>
- GRANT, Adam. **Há um nome para o seu mal-estar na pandemia: chama-se ‘definhamento’**. Folha de S.Paulo/The New York Times. Disponível em <https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2021/04/ha-um-nome-para-seu-mal-estar-na-pandemia-chama-se-definhamento.shtmlhttps>. Acessado em 15 maio 2021.
- JIAO et al. **Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic**. The Journal of Pediatrics, vol 221, p264-266.E1,2020.
- KOVÁCS, Maria Julia. **A criança e a morte**. In: Brinquedoteca hospitalar. Isto é humanização. Org. Drauzio Viegas. Wak Editora: Rio de Janeiro, 2008.
- KOVÁCS, Maria Julia. **A questão do luto infantil**. 2021. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Gv3ujKYkFv0>

# Referências

- MAIA, CAMPOS, FERREIRA et al. E os que ficam? Cartilha de orientações sobre o luto decorrente da morte de um ente querido no contexto da covid-19. Araraquara, SP. Editor Padu Aragon, 2021.
- MAZORRA, Luciana. **Luto da criança e do adolescente no contexto familiar e escolar**. 2021. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ISC3Yt8Bo4&t=3985s>
- RACINE, Nicole et al. **Child and adolescent mental illness during COVID-19: A rapid review**. Psychiatry research vol. 292 13307.doi:10.1016/j.psychres.2020.113307, 2020.
- RIBEIRO, Bruna Luísa Ferlin. **Covid-19: Repercussões do isolamento social na saúde mental infantojuvenil**. TCC Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Hospital de Clínicas de Porto Alegre, Residência Integrada Multiprofissional em Saúde, Porto Alegre, 2021.
- SOCIEDADE DE PEDIATRIA DE SÃO PAULO. Departamento Científico de Saúde Mental da SPSP. **Covid-19: A criança diante da doença, morte e luto em tempos de pandemia**. São Paulo, 2020. Disponível em: <https://www.spsp.org.br/PDF/SPSP-DC%20Sa%C3%BAdede%20mental-Covid%20e%20luto-02.10.2020.pdf>
- SILVA, Isabela Navarro et al. **Ajudando as crianças a enfrentarem o luto pela perda de pessoas significativas por COVID-19**. Rev Soc Bras Enferm Ped. vol. 20(Especial COVID-19):85-90, 2020.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE PSICOLOGIA. **Tópico 6: Luto**. MIYAZAKI, Maria Cristina de Oliveira Santos; TEODORO, Maycoln. Disponível em: <http://www.sbsonline.org.br/enfrentamento-covid19>
- UNICEF Brasil. **Impactos Primários e Secundários da Covid-19 em Crianças e Adolescentes**. Disponível em: [https://www.unicef.org/brazil/media/12546/file/relatorio\\_analise\\_impactos-primarios-e-secundarios-da-covid-19-em-criancas-e-adolescentes\\_segunda-rodada.pdf](https://www.unicef.org/brazil/media/12546/file/relatorio_analise_impactos-primarios-e-secundarios-da-covid-19-em-criancas-e-adolescentes_segunda-rodada.pdf). Acessado em 08 maio 2021.
- VON HOHENDORFF, Jean; MELO, Wilson Vieira de. **Compreensão da morte e desenvolvimento Humano: contribuições à Psicologia Hospitalar**. Estud. pesqui. Psicol., Rio de Janeiro, v.9, n.2, 2009. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812009000200014&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812009000200014&lng=pt&nrm=iso)

# OBRIGADA!!

[scheibehijg@gmail.com](mailto:scheibehijg@gmail.com)



# Perguntas e respostas