

# SUICÍDIO: ASPECTOS REACIONAIS E O PROCESSO DE ELABORAÇÃO DO LUTO NA FAMÍLIA.

2017

## **Lorena Galvão Barreto da Silva**

Graduanda em Psicologia da Faculdade de Ciências Humanas ESUDA. Estágio de formação profissional na área de Saúde Mental e Hospitalar. Pesquisadora científica na área de Psicologia, subjetividade, saúde e processos educacionais e do Grupo de Estudos em Álcool e outras Drogas (GEAD)/UFPE, Brasil

## **Carlos Antônio de Sá Marinho**

Possui graduação em psicologia pela Faculdade de Ciências Humanas ESUDA. Especialização em Administração Escolar e Planejamento Educacional pela Universidade Federal de Pernambuco - UFPE. Atualmente é professor - Faculdades Integradas da Vitória de Santo Antão (FAINTVISA) e professor da Faculdade de Ciências Humanas Esuda, atuando principalmente nos seguintes temas: Análise Comportamental; História da Psicologia; e Estresse.

E-mail de contato:

[lorenagbs@outlook.com](mailto:lorenagbs@outlook.com)

---

## RESUMO

Este artigo tem como objetivo compreender os aspectos reacionais dos enlutados e o processo de elaboração do luto na família. O estudo foi permeado por levantamentos bibliográficos, no que se refere a publicações e estudos já existentes em torno do assunto. É sabido que a perda de um ente querido pode gerar aspectos intensos reacionais, como tristeza, raiva, impotência, desamparo e também culpa. A magnitude dessa perda vai depender do vínculo estabelecido entre o enlutado e o suicida. Através do percurso traçado, observou-se que o suicídio é um fenômeno que pode contribuir para o desencadeamento do luto denominado "complicado". Neste tipo, verifica-se uma dificuldade extrema de aceitar a perda, impactando significativamente a vida do ser humano. Mesmo diante de uma perda, no mundo pós-moderno, o indivíduo sente-se impelido a retornar suas atividades cotidianas e mascarar os sentimentos como se nada tivesse acontecido. Todavia, viver o suicídio de uma pessoa amada é mobilizador de intensos sentimentos e se não houver cuidado, respeito e atenção, poderá nascer um espaço de sofrimento psíquico. Sendo assim, o acolhimento ao enlutado permite uma adaptação frente à perda. Respeitar o tempo e a maneira

como cada sujeito lidará com a situação vivenciada são fundamentais, assim como a compreensão da experiência de quem perde alguém por suicídio. Considerou-se pertinente estudar este tema devido à necessidade da expansão do cuidado e ao enfrentamento desse problema de saúde pública, que vem afetando a qualidade de vida e o bem-estar social.

**Palavras-chave:** Família, luto, suicídio.

Copyright © 2017.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License 4.0.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



---

## INTRODUÇÃO

A morte constitui-se ainda como um tema tabu, em que falar a seu respeito não é algo que faz parte do cotidiano da sociedade pós-moderna. Desde o nascimento, o indivíduo vivencia situações de morte e lidar com ela e elaborá-la são elementos constitutivos no processo de desenvolvimento humano. Atualmente são mais vistos em meios midiáticos assuntos em torno da morte, seja devido à necessidade ao enfrentamento da realidade social ou ao estímulo do processo educacional sobre a morte, que cresceu de maneira significativa – quando comparado a épocas remotas – ao criar espaços proporcionadores de diálogos e discussões por profissionais da saúde e da educação, considerando a incipiência da sociedade pós-moderna quanto à prática de cuidado, em especial, aos enlutados.

A possibilidade do surgimento de aspectos reacionais, como incredulidade, inconformismo, temores e angústia, além da autoimpotência são consideravelmente existentes na vida de quem perde um ente. Caso essa perda ocorra de maneira brusca e inesperada, ela tem uma maior potencialidade de desorganização do sujeito. Tal fato pode ser observado, em especial, no suicídio, uma vivência de aniquilamento existencial, em que o silenciamento diante ao ocorrido tende a se agravar e as pessoas que ficaram, chamadas de “sobreviventes”, muitas vezes calam em seus íntimos inúmeros questionamentos e possíveis justificativas, que de alguma forma tentam apaziguar os sentimentos que surgem, já que as interrogações não serão inteiramente respondidas. Alarmantes números indicam um aumento nos casos ocorridos de suicídio, que, considerado um

grave problema de saúde pública e de fenómeno social, vitimiza quase um milhão de pessoas no mundo inteiro.

O primeiro tópico do trabalho aborda os impactos que o suicídio tem na vida dos enlutados, as consequências devastadoras aos que ficam e a permanência nas histórias existenciais de cada um, uma vez que a família geralmente é surpreendida e as vivências costumam ser complexas e de difícil compreensão. Os fatores envolvidos, usualmente, interferem na vida das pessoas, de maneira a influenciar seus comportamentos, gerando um intenso sofrimento psíquico, que pode comprometer o cotidiano dos sujeitos. Em seguida, será tratado como a família ressignifica a vida após o acontecimento, visto que, quando a morte se aproxima, o indivíduo necessita lidar com a finitude e passar por um processo elaborativo da perda de quem ama. Já no terceiro tópico, será possível analisar como a Psicologia pode auxiliar na compreensão do suicídio, assim como a contribuição ofertada no processo de luto, vivência esperada diante da perda de um ente querido. O objetivo deste artigo é refletir acerca do suicídio, os aspectos reacionais e o processo de elaboração do luto na família.

## FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

### OS IMPACTOS QUE O SUICÍDIO TEM NA VIDA DOS ENLUTADOS

A finitude humana é um assunto considerado tabu ao longo da história ocidental, por isso, a morte é uma temática habitualmente rejeitada e oculta em nossa sociedade. Desde épocas remotas, o indivíduo a abominou, no entanto, sabe-se que é um dispêndio fracassado de energia pensar na existência humana como interminável, quando se tem como característica diferenciadora da espécie a consciência da finitude. O homem busca desafiar e vencer a morte a todo o momento em seu dia a dia, como se ela fosse algo que acontecesse apenas com os outros. A experiência de perder alguém é inerente à vida humana e é provável que os indivíduos, em algum momento da vida, precisarão aprender ou utilizar estratégias próprias para lidar com tal situação. A morte, segundo Kübler-Ross (2008, p. 9) “[...] constitui ainda um acontecimento medonho, pavoroso, um medo universal [...]”, representada comumente por uma figura obscura e aterrorizante. Diante disso, Kovács (2002, p. 15) assinala que “o medo é a resposta psicológica mais comum diante da morte. O medo de morrer é universal e atinge todos os seres humanos”. É a partir da morte do outro que o enlutado – aquele que sofre pela morte de alguém – fica a mercê de sua vulnerabilidade, frente à única certeza da vida: a própria finitude, que interrompe os projetos de vida construídos pelo indivíduo.

Kovács (2002), ao tratar acerca da morte, traz algumas representações sociais difundidas, como ausência, vivência de aniquilamento, desamparo, perda e separação. A autora refere que, em

muitas culturas, “O símbolo da foice, frequentemente usado nas representações da morte, dá esta ideia de corte.” (p. 8), que resulta justamente na interrupção vivencial que ocorre quando alguém morre. É sabido que a vida é marcada pela transitoriedade das pessoas, elas vêm e vão o tempo todo, e, muitas vezes, partem de forma repentina, seja em casos de separação conjugal, de um amigo que se muda para outra região ou até mesmo de um ente querido que efetive o suicídio.

Considerado um finalizador para o sofrimento psíquico vivenciado pelo indivíduo, o suicídio, acarreta aos que ficam um impacto que gera consequências negativas, de modo que necessitam traçar um percurso de dor psicológica intensa. Quando a morte é provocada pelo próprio indivíduo, o silenciamento diante do ocorrido acaba sendo potencializado devido aos sentimentos causados e aos estigmas sociais, que contribuem para que os familiares e amigos não toquem no assunto, enquanto permanecem assolados e não sabem o que fazer, pensar ou até mesmo sentir (SILVA, 2015).

A magnitude da reação dessa perda vai depender do vínculo estabelecido entre o enlutado e o suicida, os recursos pessoais que possui de resiliência, aspectos como intimidade, intensidade, frequência do contato, a forma como o ente se suicidou e o suporte recebido pela rede social são fatores que podem influenciar o processo de luto, por isso há a necessidade do acolhimento à família com a finalidade de atenuar o abalo emocional do caso consumado que não pôde ser ocultado (CÂNDIDO, 2011; COLOMA, 2013; FUKUMITSU; KOVÁCS, 2016).

Segundo Smith (2013 apud FUKUMITSU; KOVÁCS, 2016) a palavra "cometer" é comumente associada ao pecado ou crime. O verbo para alguns enlutados pode potencializar a vergonha sentida, por estarem atrelados ao contexto cultural e implicar em uma violação de “lei social”. No entanto, ao "cometer suicídio", o indivíduo revela em demasia o desespero humano vivido e este tipo de morte deliberada altera o estado afetivo dos membros próximos do indivíduo. Há algumas reações comumente vistas frente ao acontecimento, como raiva por ter retirado a vida de maneira abrupta e injustificável, em que a pessoa falecida não pensou na rede social – aos olhos dos enlutados –; sentimentos ainda de impotência; ludibriação; frustração; desamparo e também culpa. Em geral, os familiares entendem que é melhor não falar sobre o assunto por vergonha e medo de serem julgados socialmente por negligência ou loucura.

O ato suicida quando acontece rompe com a privacidade familiar e, além do remorso, os enlutados se veem na necessidade de enfrentar o preconceito existente. Sendo assim, por vezes optam por dizer que o ente faleceu por outra causa e não, a verdadeira. Quando o indivíduo realiza o ato, há um desafio, ainda que oculto, da potência da família, pois desperta na mesma uma série de questionamentos e pensamentos a respeito do que poderia ter sido feito de diferente para evitar o ocorrido, como aponta Silva (2013, p. 62):

[...] os familiares vão se perguntar: “por que meu ente querido, meu familiar se matou? Não fizemos aquilo que deveríamos? Não soubemos ver o sofrimento dele, não soubemos acudir”? Os familiares podem ficar indignados, irados pelo falecido ter feito o que fez. “Como é que ele fez isso? Por que ele fez isso com a gente? Qual foi o motivo? Não pensou como a gente ia sofrer”?

A culpa acaba se tornando um sentimento que inviabiliza o enlutado a se reorganizar, visto que há uma dificuldade intensa de se desvencilhar dela. Dessa maneira, no luto por suicídio, as pessoas precisam de um tempo mais prolongado para que possam compreender e atribuir sentido a ausência do ente que morreu. (FUKUMITSU; KOVÁCS, 2016).

Quando algum membro da família tinha conhecimento prévio a respeito do risco existente de suicídio, é possível o surgimento de sentimentos como impotência e fracasso no cuidado com o ente, o que potencializa ainda mais a culpa. Além disso, reações como raiva, autoacusação, tristeza, medo, vergonha e saudade são vistas pós-acontecimento e em decorrência dessas reações, podem ocorrer à presença de negação, sensação de desamparo, isolamento, desenvolvimento de transtornos mentais, aumento do uso de substâncias psicoativas, problemas de ajustamento, assim como dificuldade de estabelecer novas relações e desinteresse pela própria vida. O suicídio marca irremediavelmente a história das pessoas e, diante desse cenário, aquelas que conseguiram continuar existindo mesmo após terem passado por uma experiência traumática e intensa também são chamadas de “sobreviventes”. (TAVARES, 2013).

A sensação de ruína e pertencimento como parte do destino é algo presente em pessoas que perderam alguém por suicídio, em especial, os filhos, que suspeitam poder tirar a própria vida, devido à tendência da transmissão psíquica transgeracional, que se realiza através da transmissão de conteúdos e representações, favorecendo assim um fator de risco considerável entre as gerações. A morte por suicídio é uma perda socialmente não comentada, os familiares e amigos permanecem em silêncio, o que pode ser danoso para a própria saúde já que é relevante falar sobre seu luto e manifestação de seus sentimentos (OSMARIN, 2015).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2014), a cada 40 segundos uma pessoa acaba com a própria vida. As taxas de suicídio estão aumentando consideravelmente, o que ultrapassa o índice de morte em decorrência de homicídios e guerras em conjunto mundialmente, além de deixar o País em oitavo lugar em número de suicídios. O suicídio, ainda segundo a OMS (2014), causa um impacto na vida de seis outras pessoas, trazendo consequências psicológicas, emocionais, financeiras e sociais. Outra fonte, como a *Associação Brasileira de Estudos e Prevenção do Suicídio (ABEPS)* refere que cerca de 7% da população é exposta ao luto por suicídio a cada ano e os dados estimam que um número de 60 pessoas seja

intimamente afetada em cada morte por suicídio, incluindo família, amigos e colegas de classe. Desse modo, é um ato que causa um trauma psicológico em muitas pessoas.

O sociólogo Durkheim (2005), no século XIX, com sua obra intitulada “*O Suicídio*”, contribuiu de maneira significativa para compreensão desse fenômeno, ao redirecionar o suicídio dentro de uma perspectiva social. Na medida em que um indivíduo está inserido em um contexto, ele está suscetível a sofrer influências externas e ter comportamentos que, independente do parentesco ou proximidade, repetem um ato semelhante, o que o autor vai denominar de “imitação” “[...] um fenômeno puramente psicológico, é o que se conclui do fato de poder se dar entre indivíduos que não estão unidos por qualquer laço social [...]” (p.111). Segundo o sociólogo, a respeito do contágio social – termo metafórico – afirmou não duvidar da possibilidade do suicídio ocorrer em função desta imitação, ao se referir como um fenômeno eminentemente social e contagioso, sendo especialmente direcionada as pessoas que já possuem certa tendência. De acordo com o autor, a sociedade exerce papel fundamental na construção do indivíduo, os fatores sociais como a família, a escola, os grupos que o indivíduo participa influenciam incisivamente na produção de um episódio suicida, tanto para que esse ocorra quanto para evitá-lo, de maneira a considerar a insuficiência do suicídio como algo pessoal, havendo a necessidade de se reconstituir através de um sistema de apoio e proteção tanto para os que possuem ideações suicidas quanto para os enlutados que vivenciam a dor da perda.

Segundo Cunha (2016), um dos meios utilizados para expressão do indivíduo em suas interações sociais se dá por meio da musicalidade, que abrange sentimentos e significados com base na realidade sociocultural. A partir da letra musical também pode ser vista algumas reações diante da morte, como na primeira estrofe da música de Edson Trindade, intitulada “Gostava tanto de você”, eternizada na voz do cantor Tim Maia: “Não sei por que você se foi. Quantas saudades eu senti. E de tristezas vou viver. E aquele adeus não pude dar. Você marcou na minha vida. Viveu, morreu na minha história. Chego a ter medo do futuro. E da solidão, que em minha porta bate”.

Ao fazer uma análise da letra é possível perceber a sensação de desamparo, desconhecimento e a incompreensão do acontecimento. No tocante ao questionamento pessoal, busca-se especular o motivo do outro ter partido sem aparentemente encontrar explicação para tal. A saudade e o sofrimento são algumas das reações provocadas ao perder um ente querido, como foram demonstradas na canção, que refere estados sentimentais que se perpetuarão ao longo da vida (TAVARES, 2013).

No decorrer da estrofe, fala-se da ida sem o adeus, o que remete a falta do ritual da despedida, impossibilitando a manifestação de questões pertinentes anteriores à perda, como por exemplo, agradecimentos ou redefinição de situações pendentes com o falecido, o que pode acabar dificultando o enfrentamento e o processo elaborativo da perda, visto que, na experiência não houve um “fim” (OLIVEIRA et al., 2015).

A marca, como retrata a música, é algo que pode ser gerado em decorrência do acontecimento, na medida em que o indivíduo vive experiências e constrói lembranças na vida de quem esteve presente. A letra também traz o sentimento de solidão e de incerteza; ao dizer que sente medo do futuro, o ser humano remete a imprevisibilidade da vida que bate a porta, e ao receio diante do desconhecido (MIRANDA, 2014).

Fukumitsu e Kovács (2016) apontam que casos nos quais o enlutado encontra o corpo da pessoa querida, sem vida, a sobrecarga tende a ser maior, acompanhada de uma sensação de choque e anestesia que impele a um mundo de incertezas, pois ver a morte personificada na pessoa amada impregna na memória, tornando difícil afastá-la da esfera do pensamento. A ausência do familiar pode acarretar uma solidão existencial, em que a família sente-se perdida e desvalida na trajetória do processo de luto a ponto de repensar se a vida é algo que vale a pena ser vivida. Caso o enlutado tenha dificuldade em lidar com adversidades e frustrações, antes mesmo da perda, é provável que durante e após o acontecimento isso possa ser acentuado, devido ao impacto sofrido.

Em suma, Kovács (2002) define morte como perda que “[...] supõe um sentimento, uma pessoa e um tempo. É a morte que envolve, basicamente, a relação entre pessoas. Se ocorre de maneira brusca e inesperada tem uma potencialidade de desorganização, paralisação e impotência” (p. 154). A partir do acontecimento, irreversível, o enlutado passa a reavaliar suas crenças e valores para uma possível transformação a respeito de como compreende a vida e da brevidade que ela possui.

## **A FAMÍLIA E O RESSIGNIFICADO DA VIDA APÓS O ACONTECIMENTO**

Quando a morte bate à porta e leva com ela um ente querido é esperado, em geral, que isso seja visto como um acontecimento avassalador e repentino, por mais que se tenha consciência de que a morte um dia virá para todos. Esta vivência acarreta em um processo composto de etapas, que nem sempre serão seguidas à risca, além das formas e implicações restritas a cada integrante da família, que lidará com a perda de modo peculiar, de acordo com suas condições próprias em busca de uma reorganização para continuar vivendo, agora com a ausência de quem se foi. O evento demanda a necessidade de reconstruir sentidos a partir da morte trágica do outro, de maneira que o indivíduo continue o trajeto até conceber a finitude, quando internalizar as lembranças da relação que possuía com quem se matou. Vale ressaltar que a manifestação do sofrimento humano frente à morte é escamoteada, os sentimentos são retidos frente ao tecido social, fazendo com que a angústia ganhe maior proporção, já que passa a ser contida no próprio íntimo, além de provocar o sentimento de estar sendo excluído socialmente (AZEVEDO; PEREIRA, 2013).

A perda de um ente querido altera a dinâmica familiar, pois exige um reposicionamento diante dos novos papéis de acordo com os membros restantes para o retorno efetivo de um adequado funcionamento. A estruturação da família pode contribuir ou prejudicar a vivência do luto, ao se levar em consideração o nível de coesão entre os membros, a comunicação e o apoio mútuo, considerados aspectos importantes para um processo adaptativo à situação de perda (DELALIBERA, 2014).

Segundo Cândido (2011, p. 131), “[...] desde o primeiro instante, o luto dos sobreviventes de suicídio parece peculiarmente atravessado pela necessidade premente de reconstruir as condições, os significados e as motivações do ato suicida”, visto que, compromete a estabilidade dos membros da família, além do surgimento da dificuldade existente em lidar com os sentimentos ambíguos. No entanto, no momento em que a rede social do falecido eterniza o tempo vivido com ele, sem o esquecer, é possível considerar esta etapa como uma forma de adaptação e uma maneira de aliviar o sofrimento para continuar vivendo.

Em uma pesquisa realizada por Fukumitsu (2013) com filhos de indivíduos que efetivaram suicídio foram observados relatos de como os enlutados manejaram o processo de luto e a ressignificação da vida através de estratégias, como comportamentos altruístas, receber apoio de familiares e amigos, a escolha de uma profissão, pertencimento a alguma religião e a participação de grupos identificatórios a história pessoal, com o intuito de compartilhar e dividir a dor da experiência traumática através da rede de suporte social promotora da saúde. Além da realização de psicoterapia, havia uma necessidade em comum a todos eles: a busca constante da força para continuar em vida. Os colaboradores, entrevistados pela autora, relataram que precisaram ainda lidar com as manifestações hostis e apontamentos estigmatizantes, que condenavam tanto o ente querido que cometeu o suicídio quanto a família enlutada. Diante disso, os mesmos recuavam, isolando-se, quando se sentiam vulneráveis para tocar no assunto ou quando mais fortalecidos internamente admitiam a perda do familiar por suicídio como parte também de suas histórias existenciais familiares.

Hoch e Rocca Larrosa (2007) afirmam que nas tentativas de reconstituir um sentido positivo para a vida, os indivíduos podem se tornar mais altruístas, ao se colocarem no lugar do outro, que sofre e necessita de cuidados, com isso “Não são poucos os relatos de pessoas que afirmam que só uma forte experiência de amor conseguiu dar-lhes novamente uma razão para lutar e para continuar a vida, oferecendo-lhes um sentido para viver e superar-se” (p.23). Com o intuito de buscar uma transformação e adaptação de toda uma vida que foi amplamente alterada, a espiritualidade, transcendência e também a fé são estratégias utilizadas pelos enlutados, que “[...] têm sido reconhecidas como fatores de saúde mental justamente porque ajudam a pessoa a transcender, a enxergar além da adversidade.” (p. 29).



Segundo Miranda (2014), familiares e amigos necessitam receber o devido apoio para que não seja instalada a responsabilização do ato suicida. Enquanto que no âmbito da clínica psicológica se faz preciso identificar e monitorar a dinâmica psíquica, assim como os pensamentos e comportamentos que direcionam ao patológico. Desta forma, as intervenções devem perpassar pelo suporte, aconselhamento e psicoterapia, pois é preciso levar em consideração que se trata de uma população de risco para um novo caso de suicídio e o desenvolvimento de transtornos mentais.

Há pessoas que superam de maneira positiva a perda, pois acabam adquirindo lições e consolidando aprendizados importantes a respeito da existência, das relações e de si mesmas. Consideradas resilientes, conseguem se reerguer e readaptar-se à vida abarcante de uma experiência traumática frente a uma nova realidade. Parkes (1998) corrobora ao dizer que "Pode ser confortador saber que os seres humanos são criaturas altamente adaptáveis e, a longo prazo, que a maioria é capaz de enfrentar até mesmo os acontecimentos que causam grande desorganização e sofrimento." (p. 45). A partir do apresentado, percebe-se que a resiliência após uma perda dolorosa mostra a capacidade da construção de uma nova vida, apesar do sofrimento vivido. É atribuir significado, sentido e uma direção para continuar seguindo, é permitir-se sentir as emoções que a morte suscita, mas com o intuito de sair fortalecido e amparado para dar continuidade à caminhada (ALMEIDA, 2017).

## O ATO SUICIDA E O PROCESSO DE LUTO NA FAMÍLIA

O processo de existência requer condições necessárias atribuídas pelo indivíduo que possibilitem o crescimento e desenvolvimento das suas potencialidades. A inexistência do sentido da vida anula todas essas possibilidades e contribui para um vazio existencial, que pode levar o ser humano ao ápice do desespero, ao ver o tempo transcorrer e não estar pondo em prática o desenvolvimento de suas possibilidades existenciais. Diante então do sofrimento vivenciado, o indivíduo pode perceber o suicídio como um meio para extinguir a sua dor e obter assim um alívio para a existência (SILVA et al., 2016).

Heidegger (2012), filósofo alemão, ao propor o ser-aí, também denominado *Dasein*, que refere a um ser repleto de projetos existenciais, considera a morte como uma nulidade dos planos construídos, um meio de lidar com a angústia, constitutiva do *Dasein*, eliminando-a, na medida em que o indivíduo escolhe a finitude. O ser-para-morte restringe não só a atuação do ser-no-mundo, como também realiza o corte do vínculo de ser-com-outra. No tédio vivido pelo indivíduo há uma recusa de todas as coisas, o homem é absorvido pela técnica, atual relação de mundo com a sociedade e perde o interesse da sua existência e da continuidade da vida de uma vida sem sentido, atribuída por ele.

A sociedade líquida, denominada por Bauman (2007), ao referir-se a sociedade contemporânea, aproxima-se do que Heidegger nomeia de era da técnica. Nesta, impera a pressa, a eficiência, o consumo e o imediatismo do aqui e agora. Ao ampliar a concepção, é possível perceber que a sociedade é uma via de mão dupla que, tanto favorece melhorias com os avanços na medicina na descoberta de cura das doenças, quanto favorece a violência, a síndrome do pânico, as depressões e o próprio suicídio. A sensação de descartabilidade e substituição faz com que as pessoas vivam em um estado de ansiedade e de incompletude, que geram implicações afetivas e, por vezes, o questionamento se a vida é algo que vale ou não ser vivida, sendo esta uma questão chave da filosofia e “um problema filosófico realmente sério” (p. 7), segundo Camus (2004).

As causas que levam alguém ao suicídio são multifatoriais e elas são formadas no decorrer da sua história, nas próprias experiências existenciais. E um dos desafios mais árduos está em lidar com a escolha que o outro faz com a própria vida. Ao tratar suicídio como tabu, os enlutados podem se distanciar ainda mais e sofrerem sozinhos, além de acreditarem serem responsáveis pela morte do ente. A expressão dos sentimentos deve acontecer, para que seja minimamente acolhida e a interiorização destes não machuque em demasiado a existência de quem ficou (FUKUMITSU, 2013).

No processo de luto, alguns sintomas físicos são possíveis aparecer, como dormência, perda de interesse por atividades cotidianas, alteração no apetite, cansaço, anestesia emocional e desprendimento da realidade. A cena do ocorrido também tende a aparecer durante o sono, na forma de pesadelos. A sensação de alívio misturada a sentimentos contraditórios é algo que também pode aparecer, pois muitas vezes a família já vem lidando com o sofrimento da pessoa, ligado à falta de perspectiva de vida, problemáticas referentes a transtorno mental, dependência de drogas e comportamentos desinvestidos na própria vida. O alívio não é por conta da morte em si, mas pelo estresse dos membros que acompanham essas vivências e acabam ficando desgastados e os vínculos tornam-se fragilizados ou até mesmo rompidos frente a essa dinâmica (SILVA, 2013).

Segundo Kovács (2002), o processo de luto passa a ser necessário, visto que, o enlutado vivencia intensos aspectos reacionais pós-morte e assim precisa expressá-los para processar a perda. O tempo que o indivíduo vivencia o luto é relativo, dependerá de cada pessoa e como ela enfrenta as situações de perda e qual estratégia utiliza para a superação, no entanto, a característica mais permanente no luto é o sentimento de solidão.

Ao considerar o luto como um processo, Kübler-Ross (2008) elenca etapas pelas quais o enlutado passa. O primeiro estágio refere-se à negação do acontecimento, uma defesa temporária que funciona "como um para-choque depois de notícias inesperadas e chocantes" (p. 44). Neste estágio, para não enfrentar o que aconteceu, o indivíduo se isola do contato social, que trará à tona a realidade do ocorrido. Já na segunda etapa, o indivíduo não pode mais negar o que aconteceu, passa a sentir raiva e agir com agressividade contra familiares e outras pessoas do seu convívio

social. O terceiro estágio trata-se da barganha, em que há a tentativa de negociar bons comportamentos através de promessas, muitas vezes de cunho religioso, em troca de benefícios e realização de seus desejos. A depressão, reação de tristeza comumente vista após a perda, é o quarto estágio, quando o indivíduo não pode mais negar a morte. Vale esclarecer que dizer para o enlutado não ficar entristecido é contraproducente, já que a perda de algo desejado ou de alguém amado ocasiona conseqüentemente uma reação como esta. A autora define a aceitação, o último estágio, como uma etapa em que o indivíduo não se sente mais deprimido e nem com sentimento de raiva em relação à morte, conseguindo enxergar a realidade como de fato ela é. A autora cita a esperança que considera estar presente em todas as outras fases, o que sustenta o processo de luto.

Jordan e McIntosh (2011 apud SANTOS et al., 2015) demonstraram que os sobreviventes apresentam propensão para sintomatologia psicopatológica e transtornos psiquiátricos, clinicamente significativa, como depressão e ansiedade, além de apresentarem um elevado grau de ideação suicida.

A morte autoprovocada, em seu caráter repentino e imediatista, provoca reações intensas, que variam entre raiva e a necessidade do isolamento social, além das vivências de culpa, impotência e vergonha, supracitadas. O suicídio é um fenômeno que pode contribuir para o desencadeamento do luto denominado "complicado". Neste tipo, verifica-se uma dificuldade extrema de aceitar a perda, o que interfere não só no estado emocional, mas causa um impacto significativo em outros âmbitos da vida do indivíduo. A pessoa não consegue se desligar e desvincular o pensamento ao ato, como se uma parte de quem ficou morresse junto ao ente, devido à relação e o vínculo estabelecidos (FUKUMITSU; KOVÁCS, 2016).

Alguns fatores que auxiliam para a identificação são: o foco extremo na perda; permanência de lembranças da pessoa; intenso desejo ou receio de encontrá-la, assim como a dificuldade para realizar atividades do cotidiano; estado de humor permanentemente alterado; comportamento antissocial; ideação suicida e comportamentos autodestrutivos. Esta sintomatologia também pode ocorrer em um processo de luto normal, todavia, no luto complicado estes sintomas não apresentam evolução e/ou melhora no transcorrer do tempo (PARKES, 1998).

A dor que o enlutado sente o acompanha por todo o processo e o impele a pensar a respeito da perda da pessoa significativa enquanto concomitantemente busca uma reorganização para viver com a ausência do ente, sem esquecê-lo, considerando a dor da perda como um fato pertencente à vida humana. Aos que ficam, há a necessidade de continuar, construir e se lançar frente a novas possibilidades que se apresentam cotidianamente assim como o desenvolvimento de atividades, pois embora possua consciência de sua finitude, o homem, cotidianamente, tem a tendência de evitá-la, o que o faz buscar no dia a dia ocupações e projetos de vida de modo a significar a existência enquanto o corte do fim a vida não aparece (AZEVEDO, 2013).

Foi Shneidman (1972 apud SANTOS et. al, 2015) que cunhou o termo “Pósvenção”, que, ainda pouco conhecido, refere-se a um serviço destinado aos indivíduos que perderam alguém por suicídio, de maneira a visar à recuperação psicológica pós-acontecimento, ao incluir também a prevenção de possíveis comportamentos autodestrutivos àqueles que ficaram em vida em um estado de vulnerabilidade e condições de risco.

As estratégias do âmbito da pósvenção são direcionadas aos que foram afetados por um caso consumado de suicídio. Elas são realizadas por meio da informação, apoio, assistência e acompanhamento, considerando o fator de risco presente nos enlutados que continuam vivendo devido ao impacto psicológico intenso, especialmente nos mais jovens, que são mais suscetíveis ao que acontece no meio externo (BATISTA; SANTOS, 2014).

No tratamento às famílias enlutadas se faz necessário trabalhar o impacto causado pelo autoextermínio. É imprescindível que o papel da Saúde da Família seja efetivo na vigilância, controle, prevenção, pósvenção e acompanhamento dos enlutados, e que os profissionais estejam capacitados para atender tal demanda e elaborar alternativas como a formação de grupos de pessoas que vivenciam situações do mesmo cunho; uma ação que tem demonstrado bons resultados. A área da educação também deve ser incluída para a criação e desenvolvimento de ações conjuntas com o intuito de oferecer distintas modalidades de atenção, no que se refere a pensar em uma educação para a morte e atividades que desenvolva habilidades para enfrentar adversidades da vida (SILVA, 2013).

Ao considerar que não há a possibilidade de se ter o controle sobre a vida e os sentimentos do outro diante às situações vivenciadas, o psicoterapeuta não deve assumir a figura do ser onipotente, tampouco se encaixar na impotência, mas sim assumir e estimular a potência de cada um, que está no controle de suas responsabilidades existenciais, assim como de ressignificar acontecimentos através da ampliação de outras maneiras de se enfrentar o sofrimento (FUKUMITSU, 2014).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos permitiram uma maior ampliação acerca da morte e concernente ao objetivo, observou-se que o suicídio tem um maior potencial de gerar fortes impactos aos indivíduos que compunham a rede social do falecido. Além disso, surge a incompreensão dos que ficam por não conseguirem entender e até por vezes não saberem as motivações reais para tal ato. A pessoa que tira a própria vida pode não deixar nenhuma carta de despedida e ao deparar-se com o ocorrido, o sobrevivente parece perder a solidez e não encontrar algo que o sustente nesse momento de tamanha dor, fazendo com que o acontecimento em si altere a dimensão afetiva do sujeito.

Diante de uma perda, é demandada ao indivíduo a utilização de muita energia psíquica para a elaboração do luto e, por vezes, ele se sente impelido a retornar suas atividades cotidianas e mascarar os sentimentos como se nada tivesse acontecido, visto que, a dinâmica do mundo pós-moderno exige dele: força, praticidade, agilidade e adaptação frente a novas realidades e o estímulo constante a objetivação. Todavia, viver o suicídio de um ente querido é mobilizador de intensos sentimentos, que precisam ser vivenciados e trabalhados, pois, se não houver cuidado, respeito e atenção, os enlutados terão maior dificuldade para ressignificar a perda dessa pessoa e reconstruir condições para continuar vivendo. Defronte esse cenário, se faz necessário refletir acerca do suicídio, o processo de luto e a família envolvida, pois nem sempre é dado o suporte efetivo social ao sujeito que passa pelo sofrimento de perder um familiar.

É de caráter emergencial e de necessidade humana a expressão do que se pensa e sente para que a elaboração do luto ocorra de maneira efetiva. O acolhimento ao enlutado por suicídio permite uma adaptação frente à perda, sendo imprescindível respeitar o tempo e a maneira que cada sujeito lidará com a situação vivenciada. Este assunto tem merecido atenção e estudos a respeito e a compreensão da experiência requer cada vez mais destaque devido à necessidade de enfrentamento direto desse problema, que vem afetando a qualidade de vida e o bem-estar social.

No Brasil, o termo pós-venção e as práticas correspondentes precisam ser evidenciadas para que possam ser expandidas as ações de atenção às pessoas que vivem profundo sofrimento diante da perda. Juntamente deve haver um cuidado especial no que se refere a comparações do suicídio a outros tipos de morte, pois este não deve ser caracterizado como pior tipo de perda, visto que, não há um medidor da intensidade da dor de quem sofre, todo sentimento e processo de luto são válidos, e o suicídio não precisa ser visto de modo maximizado ou minimizado, mas sim realístico e significativo, como de fato ele é. Por fim, espera-se que essa pesquisa bibliográfica possa contribuir para sociedade científica e acadêmica ao proporcionar uma compreensão e fomentar uma reflexão sobre o tema, assim como estimular mais estudos a fim de contribuir com a prática dos profissionais que estão ligados a este complexo e multifatorial acontecimento que tem aumentado desenfadadamente.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, Tatiene Ciribelli Santos. **A espiritualidade como elemento de resiliência psicológica no enfrentamento do luto: uma análise a partir de estudos de casos de pais enlutados**. Tese (Doutorado). Brasil: Universidade Federal de Juiz de Fora, 2017. Disponível em: <<https://repositorio.ufjf.br/jspui/handle/ufjf/4611>>. Acesso em 25 de jul de 2017.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS E PREVENÇÃO DO SUICÍDIO. **Posvenção**. Disponível em: <<http://www.abeps.org.br/posvencao/>>. Acesso em 22 de ago. 2017.

AZEVEDO, Ana Karina Silva e PEREIRA, Maria Aldeci. **O luto na clínica psicológica: um olhar fenomenológico**. ISSN: 2317-2509. Natal: Clínica & Cultura v.II, n.II. 2013, 54-67. Disponível em: <<https://seer.ufs.br/index.php/clinicaecultura/article/view/1546/1695>>. Acesso em 22 de maio de 2017.

BATISTA, Patrícia; SANTOS, José Carlos. **Processo de Luto dos familiares de idosos que se suicidaram**. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental (12), 2014. Disponível em: < [http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1647-21602014000300003](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602014000300003)>. Acesso em 22 de jul. 2017.

BAUMAN, Zygmunt. **Tempos líquidos**. Trad. Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Zahar, 2007.

CAMUS, Albert. **O mito de Sísifo**. Rio de Janeiro: Record, 2004.

CÂNDIDO, Artur Mamed. **O enlutamento por suicídio elementos de compreensão na clínica da perda** (Dissertação de Mestrado). Brasília: Universidade de Brasília, 2011. Disponível em: < [http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/10000/1/2011\\_ArturMamedCandido.pdf](http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/10000/1/2011_ArturMamedCandido.pdf)>. Acesso em 15 de maio de 2017.

COLOMA, Carlos. **Suicídio: o luto dos sobreviventes**. In: Conselho Federal de Psicologia, O suicídio e os desafios para a psicologia. Capítulo VI (p. 65-76). Brasília: CFP, 2013. Disponível em: <<https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2013/12/Suicidio-FINAL-revisao61.pdf>>. Acesso em 18 de maio de 2017.

CUNHA, Andréia Borges da. **Música e sociedade: a importância da música no âmbito social.** São Paulo: INTEGRATIO, 2016. Disponível em: <<http://fnbonline.com.br/revista/integratio/index.php/INT/article/view/44/43>>. Acesso em 25 de maio de 2017.

DELALIBERA, Mayra et al. **A dinâmica familiar no processo de luto: revisão sistemática da literatura.** Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 20, n. 4, p. 1119-1134, 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232015000401119&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232015000401119&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 22 jul. 2017.

DURKHEIM, Émile. **O suicídio.** São Paulo: Martin Claret, 2005.

FUKUMITSU, Karina Okajima. **O processo de luto do filho da pessoa que cometeu suicídio.** Tese (Doutorado) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013. Disponível em: <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/revistapsico/ojs/index.php/revistapsico/article/view/19651>>. Acesso em 03 ago. 2017

\_\_\_\_\_. **O psicoterapeuta diante do comportamento suicida.** São Paulo: Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pusp/v25n3/0103-6564-pusp-25-03-0270.pdf>>. Acesso em 12 de maio de 2017.

FUKUMITSU e KOVÁCS, Maria Júlia. **Especificidades sobre processo de luto frente ao suicídio.** Psico, v. 47, n. 1, p. 3-12, 2016. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-53712016000100002](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-53712016000100002)>. Acesso em 06 ago. 2017.

HEIDEGGER, Martin. **Ser e Tempo.** Trad. Márcia de Sá Schuback. Petrópolis: Vozes, 2012.

HOCH, Lothar Carlos; ROCCA LARROSA, Susana María. **Sofrimento, resiliência e fé: implicações para as relações de cuidado.** São Leopoldo: Sinodal/EST, 2007.

KOVÁCS, Maria Júlia. (Org.). **Morte e desenvolvimento humano.** 4ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth. **Sobre a morte e o morrer: o que os doentes terminais têm para ensinar a médicos, enfermeiras, religiosos e aos próprios parentes.** 9ª ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2008.

MIRANDA, Tatiane Gouveia de. **Autópsia psicológica: compreendendo casos de suicídio e o impacto da perda.** 2014. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e cultura). Brasília: Universidade de Brasília, 2014. Disponível em: < [http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/16392/1/2014\\_TatianeGouveiaMiranda.pdf](http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/16392/1/2014_TatianeGouveiaMiranda.pdf)>. Acesso em 25 de maio de 2017.

OLIVEIRA, Ariana Q. de. et al. **Rituais de luto e sua função reconstrutora em desastres.** In: FRANCO, Maria Helena Pereira (Org.). A intervenção psicológica em emergências: fundamentos para a prática. São Paulo: Summus, 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Relatório sobre a Saúde Mental no Mundo.** Genebra: OMS, 2014.

OSMARIN, Vanessa Maria. **Suicídio: o luto dos sobreviventes.** Rio Grande do Sul: Psicologia.Pt, 2015. Disponível em: < <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0981.pdf>>. Acesso em 22 de maio de 2017.

PARKES, Colin Murray. **Luto: estudos sobre a perda na vida adulta.** Tradução: Maria Helena Franco Bromberg. São Paulo: Summus; 1998.

SANTOS, Sara et al. **O impacto do suicídio: evidências atuais.** Escola Superior de Enfermagem da Cruz Vermelha Portuguesa de Oliveira de Azeméis, 2015. Disponível em: < <https://www.esenfcvpoa.eu/wp-content/uploads/2017/01/rcaap1.pdf>>. Acesso em 17 de maio de 2017.

SILVA, Daniela Reis e. **Na trilha do silêncio: múltiplos desafios do luto por suicídio.** In Casellato, G. O resgate da empatia: suporte psicológico ao luto não reconhecido. São Paulo: Summus, 2015, pp.111-128.

SILVA, Karina de Fátima Aparecida da; ALVES, Mariany Aparecida; COUTO, Daniela Paula do. **Suicídio: uma escolha existencial frente ao desespero humano.** Minas Gerais: Pretextos – Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas. nº. 1, vol. 2, jul./dez. 2016.



Disponível em: <<http://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/13618>>. Acesso em 23 de jul. 2017.

SILVA, Lúcia Cecília. **Suicídio: o luto dos sobreviventes**. In: Conselho Federal de Psicologia, O suicídio e os desafios para a psicologia. Capítulo V(p.59-64). Brasília: CFP, 2013. Disponível em: <<https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2013/12/Suicidio-FINAL-revisao61.pdf>>. Acesso em 23 de jul. 2017.

TAVARES, Marcelo da Silva Araújo. **Suicídio: o luto dos sobreviventes**. In: Conselho Federal de Psicologia, O suicídio e os desafios para a psicologia. Capítulo IV (p. 45-58). Brasília: CFP, 2013. Disponível em: <<https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2013/12/Suicidio-FINAL-revisao61.pdf>>. Acesso em 23 de jul. 2017.