



# **CENTRO UNIVERSITÁRIO LUTERANO DE PALMAS**

*Redeenciado pela Portaria Ministerial nº 1.162, de 13/10/16, D.O.U nº 198, de 14/10/2016*  
ASSOCIAÇÃO EDUCACIONAL LUTERANA DO BRASIL

Eliane Carvalho de Belem

A ELABORAÇÃO DO LUTO DO FAMILIAR CUIDADOR: há suporte após a morte?

Palmas – TO

2019

Eliane Carvalho de Belem

A ELABORAÇÃO DO LUTO DO FAMILIAR CUIDADOR: há suporte após a morte?

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) II elaborado e apresentado como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Psicologia pelo Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).

Orientadora: Profa. M.e. Izabela Almeida Querido.

Palmas – TO

2019

Eliane Carvalho de Belem

A ELABORAÇÃO DO LUTO DO FAMILIAR CUIDADOR: há suporte após a morte?

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) II elaborado e apresentado como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Psicologia pelo Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).

Orientadora: Profa. M.e. Izabela Almeida Querido.

Aprovado em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

BANCA EXAMINADORA

---

Profa. M.e Izabela Almeida Querido.

Orientadora

Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP

---

Profa. M.e Ruth do Prado Cabral

Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP

---

Prof.a Dra. Renata Alves Bandeira

Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP

Palmas – TO

2019

Dedico este trabalho àquele que me deu forças e sabedoria para chegar até aqui, a Ele que me guia em todos os momentos e é meu consolo nos dias de angústias, Autor e Consumador da nossa fé, o que merece toda honra e glória, ao meu Deus.

Dedico também a minha querida mãe, Maria Belem de Carvalho, aquela que sempre esteve ao meu lado, e em todos os momentos acreditou que seria possível, por ter sido a pessoa que mais me incentivou, amou e contribuiu com essa conquista. Eu jamais poderei retribuir tudo que a senhora fez e faz por mim, obrigada mãe!

Ao meu irmão Rodrigo Carvalho de Belem, por ser tão cuidadoso e presente na minha vida. Essa conquista também é sua.

## AGRADECIMENTOS

Primeiramente quero aqui agradecer a Deus por me possibilitar chegar até o final deste trabalho acadêmico de grande relevância pessoal. Há muitas pessoas importantes em que gostaria de citar o nome, porém isso talvez não será possível. Entre essas muitas pessoas quero aqui citar os nomes de amigas que não mais importante, no entanto, marcantes, como a Joyce, Camila e a Raquel Sampaio, pessoas a quem tenho grande admiração.

Aos meus familiares, a minha mãe e meu irmão sem vocês, eu posso afirmar com muita certeza que nada do que conquistei seria possível, a vocês dois minha eterna gratidão. Agradeço ainda aos tios e primos que se preocuparam comigo ao longo desses cinco anos, em especial a tia Vanilda e tio Jean Carlos e a minha prima Larissa por não se cansar de ouvir lamentações e sempre acolher meus sentimentos, por chorar e sorrir comigo das surpresas que a faculdade me pregava.

Agradeço também aquele que desde 2015 esteve comigo e ao longo desses cinco anos nunca me negou qualquer tipo de ajuda, Thaynan você foi abrigo, foi amigo, e foi socorro, principalmente em assuntos tecnológicos e matemáticos. Obrigada por todos os conselhos, dicas e ensinamentos, sua suavidade e bom humor tornaram minha vida mais leve e afortunada.

Aos amigos que conquistei durante a graduação Adrielly Matins, Janinne Rodrigues, Fabrício Viríssimo, Joel Chaves, Yasmilsa, Rafaela, Raissa Bitzcof, Bruna Machado, Eulália Anne e Wiliane, bem como todos os integrantes da turma Teixeira Filipakis. Vocês são a certeza de refúgio, alegria, risadas e lanches. Amigas Ana Paula, Keldna Sousa e Inês Bandeira, nenhuma palavra pode descrever quanto as amo e sou feliz pela conquista dessas amizades. Passamos por tantas situações boas e ruins juntas e todas nos confirmaram o quanto este laço é forte. Obrigada amigas por tudo que fizeram e fazem por mim.

Agradeço ainda a minha banca, composta pela professora Mestre Ruth Cabral e professora Doutora Renata Bandeira que sem medir esforços contribuíram para o aprimoramento deste trabalho, sempre atenciosas, carinhosas, e com muito profissionalismo se prontificaram a participar deste e a sanar as dúvidas que por vezes apareceram. A minha querida orientadora, professora Mestre Izabela Querido que sempre esteve aberta a novas ideias, que me guiou nesta trajetória com muita paciência, afeto e dedicação. Minha gratidão por terem contribuído de forma tão significativa na minha formação acadêmica. Obrigada!

“De muitas formas o luto pode ser considerado uma doença. Mas pode também trazer força. Assim como ossos quebrados podem se tornar mais fortes do que os não quebrados, a experiência de enlutamento pode fortalecer e trazer maturidade àqueles que até então estiveram protegidos de desgraças. A dor do luto é tanto parte da vida quanto a alegria de viver; é, talvez, o preço que pagamos pelo amor, o preço do compromisso” (PARKES, 1996, p. 22).

## RESUMO

BELEM, Eliane Carvalho. **A ELABORAÇÃO DO LUTO DO FAMILIAR CUIDADOR: há suporte após a morte?**. 2019. 73 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Curso de Psicologia, Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas/TO.

Sabe-se que a morte é um assunto, culturalmente, considerado como um tabu na sociedade atual. Devido a isso pouco se é falado sobre esse assunto, e conseqüentemente sobre o luto. Dessa forma quando uma pessoa depara-se com a realidade da morte de um ente querido e passa pelo processo de luto, raramente se sabe sobre esta experiência dolorosa e assim não existem mecanismos suficientes para lidar com a situação. Este trabalho teve o objetivo de abordar o tema luto e discorrer sobre a elaboração do luto dos familiares cuidadores. Para tal utilizou-se o procedimento metodológico de uma revisão narrativa, onde foi realizado buscas por materiais que falem sobre o luto de forma terapêutica e informativa, em bases de dados eletrônicas e livros físicos, bem como na plataforma eletrônica de vídeos – YouTube. A pesquisa contou com análises de vídeos da plataforma supracitada, onde esta análise foi dividida em dois momentos, o primeiro foi a análise do vídeo pelo título e o segundo que foi a análise do vídeo propriamente, ou seja, no segundo momento os vídeos foram assistidos. A partir disso foi possível concluir que existem poucos materiais e vídeos que destinam-se a falar sobre o luto do familiar cuidador, especificamente. Sendo ainda uma área de estudo que necessita ser muito estudada e explorada. Bem como, foi possível identificar, na literatura fatores que podem ser determinantes de como o familiar cuidador vivenciará seu luto, sendo estes, o tipo de morte, o vínculo estabelecido entre o cuidador e a pessoa cuidada, e se há sobrecarga para o cuidador. Todos estes fatores podem influenciar na elaboração do luto.

Palavras-chave: Morte. Luto. Cuidador.

## ABSTRACT

BELEM, Eliane Carvalho. **MAKING FAMILY CARE FIGHT: Is there support after death?**. 2019. 73 f. Final Paper (Undergraduate) - Psychology Course, Lutheran Palms University Center, Palmas/TO.

Death is known to be a culturally regarded subject as a taboo in today's society. Because of this little is said about this subject, and consequently about mourning. Thus when a person encounters the reality of the death of a loved one and goes through the grieving process, one rarely knows about this painful experience and thus there are not enough mechanisms to deal with the situation. This paper aimed to address the theme mourning and to discuss the elaboration of grief of family caregivers. For this, we used the methodological procedure of a narrative review, where we searched for materials that talk about grief in a therapeutic and informative way, in electronic databases and physical books, as well as in the electronic video platform - YouTube. The research included video analysis from the above platform, where this analysis was divided into two moments, the first was the video analysis by the title and the second was the video analysis itself, that is, in the second moment the videos were watched. From this it was concluded that there are few materials and videos that are intended to talk about the bereavement of the family caregiver, specifically. Being still an area of study that needs to be much studied and explored. As well as, it was possible to identify in the literature factors that may be determinants of how the family caregiver will experience their grief, such as the type of death, the bond established between the caregiver and the caregiver, and if there is burden for the caregiver. All these factors can influence the elaboration of grief.

Keywords: Death. Mourning. Caregiver

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

### Figuras

Figura 1 - Ilustração geral das atividades desenvolvidas nas etapas de busca e análise dos vídeos da pesquisa...	28
Figura 2 – Ilustração em porcentagem do resultado da busca inicial contando os 1000 vídeos analisados por título. ....	29
Figura 3 - Ilustração em porcentagem do resultado geral da análise minuciosa contando os 67 vídeos assistidos.	29
Figura 4 - Ilustração detalhada de como foi desenvolvida a pesquisa com o conjunto de palavras “Luto Cuidadores”.....	31
Figura 5- Ilustração detalhada de como foi desenvolvida a pesquisa com o conjunto de palavras “Morte Familiar”.....	41
Figura 6 - Ilustração detalhada de como foi desenvolvida a pesquisa com o conjunto “Morte Cuidadores”.....	45
Figura 7 - Ilustração detalhada de como foi desenvolvida a pesquisa com o conjunto “Suporte Pós-Morte”.....	52
Figura 8- Ilustração detalhada de como foi desenvolvida a pesquisa com o conjunto “Elaboração do Luto Familiar Cuidador”.....	56

### Quadros

Quadro 1 – Descrição dos vídeos analisados minuciosamente no conjunto de palavras “Luto Cuidadores”.....	33
Quadro 2 – Descrição dos vídeos analisados minuciosamente no conjunto de palavras “Morte Familiar”. ....	42
Quadro 3 - Ilustração do resultado da análise minuciosa com o conjunto de palavras “Morte Cuidadores”. ....	47
Quadro 4 - Resultado da análise minuciosa com o conjunto de palavras “Suporte Pós-Morte”. ....	54
Quadro 5 - Ilustração do resultado da análise minuciosa com o conjunto de palavras “Elaboração do Luto Familiar Cuidador”.....	57

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

AM	Análise Minuciosa
CEULP	Centro Universitário Luterano de Palmas
DSM-V	Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – 5º edição
ULBRA	Universidade Luterana do Brasil
TEPT	Transtorno de Estresse Pós-Traumático

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>10</b>
<b>2 OBJETIVOS .....</b>	<b>12</b>
<b>3 MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>12</b>
<b>3.1 O LUTO E SUAS FASES .....</b>	<b>12</b>
<b>3.2 O SOFRIMENTO PSICOLÓGICO APÓS A MORTE DECORRENTE DO ROMPIMENTO DO VÍNCULO DE CUIDADO.....</b>	<b>17</b>
<b>3.3 A NOVA ROTINA E O SUPORTE PÓS-MORTE PARA O CUIDADOR FAMILIAR ENLUTADO.....</b>	<b>22</b>
<b>4 METODOLOGIA.....</b>	<b>25</b>
<b>5 <i>VÍDEOS</i> E MÍDIAS SOCIAIS COMO RECURSOS DE CUIDADO E INFORMAÇÃO AO ENLUTADO .....</b>	<b>27</b>
<b>5.1 LUTO CUIDADORES .....</b>	<b>30</b>
<b>5.2 MORTE FAMILIAR .....</b>	<b>40</b>
<b>5.3 MORTE CUIDADORES .....</b>	<b>45</b>
<b>5.4 SUPORTE PÓS-MORTE .....</b>	<b>51</b>
<b>5.5 ELABORAÇÃO DO LUTO FAMILIAR CUIDADOR.....</b>	<b>55</b>
<b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>59</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>61</b>
<b>APÊNDICES .....</b>	<b>65</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Sabe-se que, quando uma pessoa passa a dedicar parte de sua vida a oferecer cuidados à outra, sua rotina é significativamente alterada (DELALIBERA *et al.* 2015). No decorrer deste trabalho, discorreu-se sobre como se dá a forma de enfrentamento do luto, após a morte daquele a quem os cuidados eram ofertados. Além disso, explicitou-se como o familiar cuidador lida com o rompimento do vínculo, após a perda por morte.

Marques (2015), afirma que para lidar com a realidade da morte de alguém que lhe é próximo, precisa-se de mecanismos e recursos para que haja uma adaptação à nova realidade sem a pessoa que morreu, fato este que necessita de uma reorganização dos processos psicológicos (ARANTES, 2019). Este trabalho teve o intuito de abordar o luto e discorrer sobre a elaboração do luto dos familiares que, antes do óbito, exerciam o papel de cuidadores. Aborda-se também, sobre a existência ou não de um suporte às pessoas enlutadas, bem como a forma como este se dá.

Outros fatores importantes discutidos neste trabalho são o luto mal elaborado e as psicopatologias decorrentes do processo de perda. De acordo com Parkes (1998), fatores como: grau de parentesco, vínculo e o tipo de morte, influenciam na vivência da tristeza por perda e na elaboração do luto. O luto por vezes é um tema negligenciado, pois comumente remete a tristeza e sofrimento, sendo visto como um fenômeno “doloroso e devastador”, que “pode afetar os diversos contextos da vida do enlutado” (MARQUES, 2015, p. 2), tornando-se então um conteúdo que as pessoas não desejam acessar (OLINTO, 1997; ARANTES, 2019)

Porém, é necessário falar sobre o luto, tanto para que se possa ter mais conhecimento sobre este fenômeno, quanto para ter uma maior sustentação teórica para embasar práticas profissionais quando se fizer necessário trabalhar com este tema (TINOCO, 2003; ARANTES, 2019). O fato de uma pessoa ter um laço familiar com a outra, sustenta a crença de que há a existência de um vínculo afetivo entre estes e que o rompimento desse vínculo, causa naquele que perdeu seu ente, uma forte tristeza. Silva e Nardi (2011, p. 213), afirmam que “a qualidade dessa relação afeta a saudade percebida após a perda”.

Quando se refere à pessoa que além de familiar também era cuidador deste que veio a óbito, presume-se que exista um laço de amor e afeto ainda maior, quando o cuidado é oferecido genuinamente. A morte do familiar por vezes pode gerar alívio, e por

consequência desse alívio, o cuidador sente também uma forte culpa. Diante disso, o cuidador precisará de uma atenção mais intensa, que nem sempre é concedida, como afirmam Fernandes e Angelo (2016). Esse evento apresenta-se como uma das principais relevâncias deste trabalho, visto que, aborda-se aqui sobre a negligência de cuidados a um público que muito o precisa.

Seguindo a discussão de que o familiar enlutado não recebe a atenção devida, surgiu a pergunta que motivou a realização desta pesquisa: “Como se dá a assistência ao familiar enlutado após a perda por morte de seus entes?”. Com o desenvolvimento desta pesquisa, houve a possibilidade de obter informações sobre a existência ou não, de um suporte assistencial com os cuidadores familiares enlutados. Tendo em vista que, os familiares cuidadores que se dedicam a oferecer cuidados àquele familiar que por algum motivo necessita, quando se deparam com a morte desse familiar, têm suas rotinas totalmente alteradas e um luto a ser elaborado (RAMOS, 2016).

Foi utilizado como procedimento metodológico a revisão narrativa, descrita como pesquisa bibliográfica não sistemática. Realizou-se uma busca por materiais que falam sobre o luto de forma terapêutica e informativa em bases de dados eletrônicas (artigos e/ou literaturas), e também em livros físicos. E posteriormente foi realizada uma análise de vídeos na plataforma eletrônica de compartilhamento de vídeos (*YouTube*). Para a seleção dos vídeos foram usadas as seguintes combinações de palavras: “Luto Cuidadores”; “Morte Familiar”; “Morte Cuidadores”; “Suporte Pós-Morte” e “Elaboração do Luto Familiar Cuidador”. Vale ressaltar que a pesquisa torna-se assistemática devido aos critérios de pesquisa terem sido estabelecidos pela pesquisadora, e não houve o seguimento de algum protocolo já elaborado anteriormente.

Quanto à metodologia utilizada na busca e análise dos vídeos, é válido ressaltar que aparecendo dois ou mais vídeos iguais no mesmo conjunto, consideram-se estes repetidos, sendo excluídos da pesquisa, ficando apenas um, já que o conteúdo seria o mesmo. Como isso não aconteceu e os vídeos que apareceram em “duplicidade” não fizeram parte do mesmo conjunto, além do que ainda foram novamente analisados pela pesquisadora, todos foram considerados na contagem final.

Diante disso, este trabalho é socialmente relevante, pois se trata de um tema pouco abordado. Mesmo que todos saibam que um dia irão morrer, falar sobre a morte ainda gera

muito medo, tornando-se assim um assunto por vezes censurado. Existe ainda uma relevância acadêmica que o justifica, onde se identifica a escassez de trabalhos sobre este tema, tornando-se assim relevante, dado o intuito de enriquecer a área de estudos acadêmicos sobre morte, luto e sofrimento pós-morte.

Desenvolver este trabalho, promovendo o saber teórico e a ampliação do conhecimento na área e possibilitando uma intervenção prática mais rica em detalhes, justifica o engajamento na produção do mesmo.

## **2 OBJETIVOS**

A presente pesquisa teve como objetivo geral, verificar se existe suporte ao familiar cuidador enlutado e qual a importância deste cuidado. Para alcançar tais resultados, estabeleceram-se os seguintes objetivos específicos: discutir teoricamente como o rompimento do vínculo, devido a morte, é enfrentado pelos familiares que cuidavam da pessoa que veio a óbito; discorrer sobre as dificuldades enfrentadas pela pessoa enlutada no retorno a rotina, quando não há mais a pessoa adoecida para ser cuidada; identificar na literatura referente a perdas e elaboração do luto, e na plataforma eletrônica de vídeos – *YouTube* – se há o suporte ao familiar cuidador enlutado, e caso haja, como este é realizado.

## **3 MARCO TEÓRICO**

### **3.1 O LUTO E SUAS FASES**

A morte de uma pessoa próxima é de toda forma dolorosa, sendo um dos confrontos mais sofridos do ciclo de vida. Marques (2015), afirma que “O sofrimento que advém desta perda é tremendo, indescritível e incomensurável”. Tal acontecimento é classificado como esperado para a vida, mas é uma “tragédia inigualável” para a pessoa enlutada (MARQUES, 2015).

Quando uma pessoa próxima a quem é nutrido afeto e cuidado vem a óbito, pode acontecer um desequilíbrio na vida da pessoa que ficou, especialmente no campo emocional. Essa quebra exige várias mudanças pessoais para lidar com a nova realidade, provocando assim a necessidade de um rearranjo dos processos psicológicos existentes (MARQUES, 2015).

“a família diante de situações de doença e morte enfrenta um rearranjo, sendo que, através desta reorganização irá construir uma nova identidade na tentativa de

manter-se em equilíbrio ou homeostase” (SCHMIDT; GABARRA; GONÇALVES, 2011 *apud*, ENCARNAÇÃO; FARINASSO, 2014, p. 138).

A morte ainda é um evento muito temido na sociedade atual, exatamente pelo processo de sofrimento e experiência de sentimentos desagradáveis gerados. Além de acarretar sofrimento para aqueles que ficam durante esse sofrimento ainda há uma adaptação em suas vidas e rotinas. Essas alterações na vida e rotina trazem consigo consequências e dores, tanto físicas, quanto psicológicas e emocionais, para o familiar enlutado (MARTINS, 2015).

É importante salientar que a forma como o fenômeno morte é visto pode mudar de acordo com a cultura de cada sociedade. Existem sociedades que não consideram este fenômeno algo ruim e doloroso como é visto na maior parte da cultura ocidental. Sobre isso Borges et al. (2006, p. 366) afirmam que “Na sociedade ocidental, a idéia de morte parece ser mais aceita para o idoso”. Pois estes já completaram seu ciclo de vida e, viveram e produziram tudo que deveriam ao longo de suas vidas (VILHENA, 2004; CARVALHO, 2005; BELLATO; BORGES et al., 2006).

Martins (2015), afirma que a morte está presente no dia-a-dia da sociedade a todo custo, seja ela via noticiários trazendo as grandes catástrofes da humanidade, ou de outras formas, que geralmente também são catastróficas. Porém, ainda assim ela é negada. Santos (2007) *apud* Martins (2015 p. 8), traz que “quanto mais se nega a morte, mais ela aparece, como a trazer um desafio à Humanidade”.

“[...] não é fácil lidar com a morte, mas ela espera por todos. Deixar de pensar na morte não a evita, nem retarda. Pensar nela pode ajudar a aceitá-la e a perceber que ela é uma experiência tão importante e valiosa quanto qualquer outra” (MARTINS, 2015, p. 8).”

O autor assegura ainda, que diversos são os fatores que determinam o sofrimento do familiar após a perda por morte. Pode-se citar como um dos fatores, a forma como ocorre essa perda, pois se o familiar já se encontra doente por algum tempo e tem uma morte natural, o processo de luto pode ser menos complicado do que para aquele que perde o familiar por morte súbita. Ao contrário do primeiro caso, no segundo, não existe a possibilidade da despedida e o fator “surpresa” ainda pode ser um agravante para o desenvolvimento de um luto complicado (MARTINS, 2015).

É importante afirmar que o luto possui diferentes fases. Para Bowlby, são quatro fases. Já Kubler-Ross e Parkes consideram que o luto possui cinco fases distintas. Mesmo

com essa diversidade de estágios ou fases, esses autores que tanto falam sobre o luto, são categóricos ao afirmar que este é um processo mutável, ou seja, não necessariamente a pessoa enlutada vai seguir os quatro ou cinco “passos” e assim se restabelecer. Durante o processo de luto, a pessoa pode alternar do último para o primeiro, variando de uma fase para a outra (KUBLER-ROSS, 1996; MARTINS, 2015; BOZARTH-CAMPBELL, 2019).

Sobre isso Rangé *et al.* (2011) trazem que:

“Em qualquer dos modelos adotados, é fundamental lembrar que as fases do luto têm finalidade apenas didática, não apresentando uma sequência fixa e nem todos os pacientes passando por todas elas” (RANGÉ *et al.*, 2011, p. 722).

O luto é um processo individual e que muda de pessoa para pessoa. Assim sendo, enquanto uma pessoa pode passar por todas as fases do luto, outra pessoa poderá passar apenas por uma ou duas e outras passarão por todas e ainda desenvolverão um luto complicado e crônico. Terá ainda aquela pessoa que poderá passar por todas as fases, chegar a última e retornar novamente para alguma das fases iniciais (RANGÉ *et al.*, 2011; MARQUES, 2015; MARTINS, 2015).

Além disso, é importante frisar que o luto pode ser sentido e expressado de várias formas distintas, visto que este é um processo único e subjetivo para cada indivíduo, bem como, a perda pode não desencadear luto se não houver afeto entre o sobrevivente e o falecido. Sobre isso Soares e Mautoni (2013, p. 19) afirmam que:

“A dor será proporcional ao significado da perda e dependerá da ligação afetiva construída em um relacionamento amoroso, com um objeto, com um animal de estimação ou uma pessoa que já morreu”.

Será falado a seguir, sobre as fases do luto na visão dos três autores acima mencionados, sendo eles Kubler-Ross, Parkes, e Bowlby.

Iniciando por Kubler-Ross (1996), a qual em sua obra *Sobre a morte e o morrer* (1996) explica as fases do luto como:

- Negação e Isolamento - para a autora (Kubler-Ross), em sua obra *Sobre a morte e o morrer* (1996) essa fase é como um estado de defesa temporária e que pode ser logo substituída por um estado de aceitação parcial. Neste estágio a pessoa enlutada nega-se a enfrentar a situação, usando este mecanismo para minimizar o impacto da notícia. Dessa forma, para não entrar em contato com a realidade, o enlutado procura isolar-se o máximo que lhe for possível.

- A segunda fase, a Raiva, é considerada por Kubler-Ross (1996) um dos estágios mais difíceis de lidar, principalmente pela família, que é com quem geralmente o enlutado tem mais contato. E geralmente a expressão deste sentimento se dá sem motivos aparentes, externalizando a grande revolta pela perda sofrida, podendo este enlutado expressar-se até mesmo de maneira agressiva.
- Ainda na visão da autora, em terceiro lugar vem a fase da Barganha. Neste estágio a pessoa que se encontra em luto fica constantemente tentando ou propondo negociações. Geralmente esta negociação é feita com Deus ou algum ser superior no qual esta pessoa creia, bem como, com a equipe de saúde ou os familiares, na tentativa de minimizar a dor que está sentido.
- No quarto estágio, a depressão surge em duas formas distintas, sendo elas a depressão reativa e a depressão preparatória. A depressão reativa aparece quando, além da perda, a pessoa enlutada perde outras coisas em decorrência do falecimento do familiar. Como exemplo, pode-se citar a perda de um emprego, ou da proteção financeira quando àquele que morreu era o responsável pelo sustento da família. Já a depressão preparatória é o momento em que o enlutado começa a refletir sobre a perda de maneira mais realista, e então aos poucos começa a aceitar o fato. É também a fase onde a pessoa torna-se mais quieta e analisa sobre a vivência experienciada.
- A Aceitação é a última das fases propostas por Kubler-Ross (1996). Neste estágio o familiar que sofreu a perda já se encontra mais sossegado, diante da realidade da morte. Neste momento ele possui ideias mais organizadas que nos outros estágios e consegue expressar com mais facilidade seus sentimentos.

Em continuidade surge-se Parkes (1996), outro pesquisador sobre o tema do luto que escreveu o livro *LUTO: Estudos sobre a perda na vida adulta* (1996). Neste livro o autor define as cinco fases a seguir:

- A primeira fase é o estágio de Alarme, onde a pessoa que sofreu a perda passa a ter reações fisiológicas, devido ao intenso estresse que a ruptura do vínculo lhe causa. Essas reações fisiológicas podem ser desde aumento da pressão arterial, a uma complicação no coração (PARKES, 1996).

- O Torpor é a segunda fase proposta por Parkes, nela a pessoa enlutada procura preservar-se da dor e sofrimento intenso, mostrando que seu desequilíbrio é apenas superficial.
- A Procura é a terceira fase, nela o indivíduo vai em busca daquele que ele perdeu. Como o próprio nome traz, o enlutado começa a viver em busca da pessoa falecida.
- Na quarta fase, que é a Depressão, a pessoa procura isolar-se socialmente, demonstra falta de esperança para o futuro, sendo também o momento que ela possui uma visão mais realista do processo que está vivendo.
- Recuperação/organização é a quinta e última fase proposta por Parkes. Neste estágio do luto o indivíduo apresenta potencial para reerguer-se e refazer sua vida, para reorganizar sua rotina sem a pessoa falecida.

E por fim, temos Bowlby, o qual diferentemente dos outros dois autores, afirma que o luto possui apenas quatro fases, e estas são: Entorpecimento, Anseio, Desorganização e Desespero, e Reorganização.

- O Entorpecimento é a primeira fase do Luto, proposta por Bowlby (1998) *apud* Martins (2015). Nessa fase o sujeito enlutado tem um grande choque e enfrenta uma confusão de sensações e sentimentos. Ele nega a sua realidade com a finalidade de proteger-se desta perda.

- A segunda fase é o Anseio. Este é o momento em que o indivíduo em luto começa a procurar a pessoa falecida. Essa procura pode ser extensa, chegando a durar meses e até mesmo anos. Nesta busca pelo ente querido, o enlutado, não raramente ouve a voz do morto o chamando, sente cheiros e frequentemente tem a impressão que o morto encontra-se presente no ambiente. É comum nesta fase também, que os enlutados sintam raiva. (BOWLBY, 1998 *apud*, MARTINS, 2015)

- Desorganização e Desespero é a terceira fase e nesta o sujeito em luto inicia um maior contato com a realidade. Nesta fase, é comum o aparecimento de sentimentos como: raiva, agressividade e desesperança. Neste momento da vivência do luto, o familiar vai se dá conta de que seu ente querido não irá voltar então se cessa a procura pelo falecido. Soares e Mautoni (2013, p. 86) afirmam que “essa é considerada a fase mais difícil”.

- A Reorganização é a quarta e última fase do luto, para Bowlby. Sendo esta fase caracterizada pelo momento em que a pessoa busca se restabelecer ressignificando a vida e adotando novos papéis. Nessa fase o sofrimento pela dor da perda já diminuiu e a pessoa em luto volta a socializar (SOARES; MAUTONI, 2013; MARTINS, 2015).

Parkes (1998) *apud* Martins (2015) menciona que no processo de luto, podem aparecer três tipos de complicações, sendo estas o Luto crônico, o Luto adiado e o Luto inibido, definidos por Martins (2015, p. 13) como:

“No Luto Crônico há um prolongamento de forma indefinida no processo, possivelmente mais presente em relações com forte conteúdo de dependência. O Luto Adiado caracteriza-se quando a pessoa não entra em contato com a perda, não consegue expressar os seus sentimentos, e não procede à elaboração. No Luto Inibido, como o próprio nome diz, a expressão do luto está inibida e seus sinais estão ausentes”.

Outro tipo de luto que também é real e autores como Kovács (2008) e Martins (2015) trazem em suas obras, é o luto antecipatório. Este tipo de luto acontece comumente em familiares de pessoas adoecidas a muito tempo. Durante o curso da doença, o familiar cuidador ou outro familiar, começa a elaborar a perda deste ente que está tendo o curso de sua vida interrompido por uma doença. Dessa forma quando o familiar de fato vem a óbito, a perda já foi elaborada (RANGÉ *et al.* 2011). Encarnação e Farinasso (2014, p. 142) trazem que sobre este tipo de luto “cabe ressaltar que a vivência do luto ocorre antes mesmo do óbito, este é o luto antecipatório”.

Tendo visto as várias fases do luto na visão dos três autores de maior referência no assunto, é possível afirmar que o luto traz à memória fortes sentimentos, sendo que, repetidas vezes esses sentimentos são ambivalentes, indo da tristeza até a culpa. Dessa forma, o familiar enlutado necessita de tempo para que consiga elaborar o luto, pois a perda de uma pessoa de muito significado pode apresentar uma grande potencialidade de desorganização, a qual impacta várias esferas da vida do enlutado (KOVÁCS, 1992).

### **3.2 O SOFRIMENTO PSICOLÓGICO APÓS A MORTE DECORRENTE DO ROMPIMENTO DO VÍNCULO DE CUIDADO**

Encarnação e Farinasso (2014) afirmam que o morrer tornou-se algo excessivamente traumático e não mais um fato inerente à condição de ser/estar vivo. Estes autores acreditam que este fenômeno, acontece pelo fato de que, culturalmente, falar sobre a morte tornou-se um tabu nos dias atuais e com isso o processo de luto passou, ao longo dos anos, ser cada

vez mais difícil de ser aceito e elaborado de forma saudável (TINOCO, 2003; BASSO; WAINER, 2011).

O fato de a morte de alguém próximo ter se tornado algo tão traumático, muitas vezes leva às pessoas a confundir o processo de luto com o quadro de Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT). Porém, esses processos têm uma clara diferença, pois o TEPT só é desenvolvido após a vivência de um momento aterrorizante e as principais características deste transtorno são as lembranças apavorantes do acontecimento traumático, tendo a impressão de que se está repetidamente vivenciando o trauma (PARKES, 1996).

Parkes (1996, p. 21) define ainda que as características do luto, diferentemente do TEPT, é “uma resposta normal para um estresse que, [...] será vivido pela maioria, sem que seja considerado uma doença mental”. Tal equívoco, faz com que a pessoa enlutada seja tratada como um doente mental, dando assim subsídios ao enlutado, por este estigma, para se enxergar como doente e assim isolar-se.

“De muitas formas o luto pode ser considerado uma doença. Mas pode também trazer força. Assim como ossos quebrados podem se tornar mais fortes do que os não quebrados, a experiência de enlutamento pode fortalecer e trazer maturidade àqueles que até então estivera protegidos de desgraças. A dor do luto é tanto parte da vida quanto a alegria de viver; é, talvez, o preço que pagamos pelo amor, o preço do compromisso” (PARKES, 1996, p. 22).

No decorrer da vida, as famílias vivenciam situações em que um dos seus membros passa por um momento crítico de adoecimento, com isso estas famílias veem a sua frente um novo papel, totalmente diferente e cheio de atribuições: Ser Cuidador. Esse novo papel é assumido por um membro da família - geralmente do sexo feminino e de meia-idade, sendo a mãe, esposa, filha ou nora - como um recurso para desospitalizar àquele familiar que encontra-se adoecido (FERNANDES; ANGELO, 2016; ENCARNAÇÃO; FARINASSO, 2014). Meira et al. (2017, p. 2) falam sobre o papel do cuidado ser assumido por majoritariamente por mulheres “embora a abordagem temática use sempre o termo linguístico masculino: o cuidador”. Este “costume” vem de uma questão cultural, onde independente da ocupação ou do desejo da mulher, ela deve desenvolver essa prática, unicamente pelo fato de ser mulher (MUYLAERT; DELFINI; REIS, 2015).

Os cuidados que são esperados deste cuidador, para com o familiar adoecido, sem que este tenha um preparo prévio para exercer tal tarefa, muitas vezes o deixa confuso e até mesmo inseguro sobre como os exercer (FERNANDES; ANGELO, 2016; ENCARNAÇÃO;

FARINASSO, 2014). Durante o processo do cuidar, quando o familiar necessitado ainda está em vida, o cuidador passa por alguns sofrimentos, resistências e negações, as quais vão da falta de informação no exercício do cuidado, à privação de momentos de lazer e descanso, estendendo-se ainda a ambiguidade de sentimento em relação à perda do familiar. Todos estes são fatores que podem interferir diretamente no processo de luto pós-morte e no sofrimento psicológico decorrente da perda (PARKES, 1996; MARQUES, 2015; SILVA e NARDI, 2011).

Sobre isso, Fernandes e Angelo (2016), afirmam que:

“O cuidador(a) vivencia uma ambivalência de sentimentos demonstrados por felicidade e esperança, em contraste com os sentimentos de estresse, angústia e tristeza profunda, [...] o que demonstra sentimentos próximos do descontrole, acompanhados da abdicação do cuidado consigo para cuidar do outro” (FERNANDES; ANGELO, 2016, p. 679).

O cuidador familiar vive uma sobrecarga, que pode ser nos âmbitos emocional, físico e financeiro. O fato de receber pouca informação e formação, para exercer este novo papel, o faz se sentir por muitas vezes perdidos sobre quais são suas reais atribuições e como exercê-las. Dessa forma, tornam-se cada vez mais exaustos e sobrecarregados. Esta sobrecarga do cuidador familiar frequentemente está associada à falta de apoio social, bem como, ao fato de o cuidador muitas vezes ter sido escolhido pela família por julgarem que ele tem mais tempo livre ou condição financeira melhor que os demais familiares (DELALIBERA *et al.*, 2015; FERNANDES; ANGELO, 2016; ENCARNAÇÃO; FARINASSO, 2014).

Sobre a forma como é designado quem será o cuidador Encarnação e Farinasso (2014, p. 143) trazem que:

“Inúmeros motivos levam uma pessoa a assumir o cuidado de um familiar [...]. Silva e Acker (2007) pontuam a existência de três motivações para a escolha do cuidador: motivação pessoal; decisão conjunta entre os familiares e; falta de opção. Fratezi e Gutierrez (2011), por sua vez, detectam os seguintes fatores preponderantes para esta decisão: gênero, idade, grau de parentesco, local de residência, situação financeira, tempo, afetividade e personalidade. Quando a decisão é pautada pela relação afetiva com o enfermo estes sentimentos se transformam em gestos de respeito e solidariedade, amenizando o sofrimento de ambos. Porém, a decisão de cuidar pode também estar relacionada a outros fatores – como: o familiar que possui maior tempo disponível ou condição financeira estável – deste modo, o familiar nem sempre se reconhece como cuidador”

Não é apenas a falta de informação sobre como lidar com a situação ou exercer o cuidado ao familiar necessitado, o fator de importância neste processo do cuidar. Encarnação e Farinasso (2014) afirmam ainda que, a informação sobre a doença e o prognóstico são

fatores de suma importância para os familiares, bem como, a assistência a estes durante o período de doença e no momento pós-morte.

Fernandes e Angelo (2016) sustentam que estes familiares cuidadores sem subsídios técnicos e teóricos suficientes, acabam por exercer cuidados que seriam remunerados e de incumbência dos profissionais no ambiente do hospital. Dessa forma, o cuidador acaba deixando uma lacuna no cuidado e conseqüentemente sentindo-se culpado por não saber o que fazer. Este “não saber” gera ainda insegurança e sobrecarga no cuidador, que necessita desdobrar-se para exercer de forma satisfatória todas as suas atribuições, sendo estes, fatores que podem vir a causar um forte sofrimento psicológico nos cuidadores, após o óbito desse familiar.

Delalibera et al. (2015) afirmam que para além da sobrecarga, o familiar cuidador demonstra conseqüências positivas e satisfação em cuidar. Enxergando este momento de cuidado, como uma possibilidade de demonstrar amor, e reconhecimento da importância do familiar que recebe os cuidados, bem como, sendo este momento fortalecedor de vínculos e de crescimento pessoal.

De acordo com Delalibera et al. (2015) é possível afirmar que os cuidadores que demonstraram maiores sobrecargas durante o exercício do cuidado com o familiar, apresentam maiores possibilidades de desenvolverem um luto patológico do que aqueles cuidadores que não se sentiam tão sobrecarregados com a tarefa de cuidar, pelo fato de terem apoio social. “De acordo com a literatura, a sobrecarga no cuidar é um dos fatores de risco para o desenvolvimento de complicações na elaboração do luto” (FERRARIO et al., 2004, apud DELALIBERA et al., 2015, p. 2744).

Entre os sentimentos experimentados pelos cuidadores diante do processo de doença e morte estão: ansiedade, depressão, culpa, solidão, dentre outros. Estes sentimentos unidos geram a sensação de impotência que, por sua vez, é comumente enfrentada através da negação – que é a busca temporária de respostas inversas à realidade (ENCARNAÇÃO; FARINASSO, 2014, p. 144).

De acordo com a 5ª edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V) (American Psychiatric Association, 2014), algumas pessoas em sofrimento pela perda de um ente querido, podem vivenciar no período de luto, características semelhantes a um episódio depressivo maior. Como exemplo, o próprio DSM-V (2014, p. 716) traz: “sentimentos de tristeza e sintomas associados, como insônia, apetite reduzido e perda de peso”. Relatando ainda que:

“A pessoa enlutada costuma considerar o humor depressivo como "normal", embora possa procurar ajuda profissional para alívio dos sintomas associados, como insônia ou anorexia. A duração e a expressão do luto "normal" variam muito entre diferentes grupos culturais. Mais orientações para que se diferencie luto de um episódio depressivo maior são parte dos critérios para episódio depressivo maior” (DSM-V, 2014, p. 716-717).

Outro fator importante a ser citado sobre esse acontecimento e que é decorrente do sofrimento psicológico após o rompimento do vínculo de cuidado, é o uso de medicamentos no período de pós-morte imediato e no processo de luto. O uso indiscriminado de medicamentos é prejudicial ao enlutado, principalmente quando se trata de sedativos ou tranquilizantes, pois o impedem de presentificar o momento da perda e assim têm seu processo de luto dificultado, podendo vir a desenvolver um luto adiado ou inibido (BOZARTH-CAMPBELL, 2019; MARTINS, 2015).

“Para que a dor seja elaborada, é fundamental que os sentimentos sejam manifestados. Isso porque a tentativa de se evitar o sofrimento favorece o surgimento de sintomas patológicos, podendo fazer com que o luto se prolongue” (BOZARTH-CAMPBELL, 2019, p. 56).

Soares e Mautoni (2013) e Fujisaka (2014) aludem ainda sobre a importância do profissional de saúde neste processo de “medicalização da vida” no processo de luto, pois é comum que as pessoas que vão ao velório levem um remédio com a intenção de medicalizar o enlutado, sem nenhuma avaliação médica psiquiátrica. As autoras citam ainda, que muitas vezes os enlutados são medicados mesmo sem querer, pois os familiares, principalmente aqueles de classe média alta, não acham elegante que se expresse o desespero pela perda, e assim entorpecem a pessoa em luto a fim de contê-la (LOPES, 2009; VERAS, 2015).

É importante que, se os sintomas de depressão continuarem vívidos por um período de tempo extenso torna-se preciso procurar um médico psiquiatra para avaliar se a administração de psicofármacos se fazem necessários e se terão uma contribuição positiva no processo. O uso indiscriminado, sem a avaliação de um especialista, pode acarretar complicações no luto, pois essa inibição temporária da dor da perda somente adiará o sentir, e quando esse luto for realmente vivenciado, poderá ter proporções muito maiores que o luto sentido no momento certo, com devastações indescritíveis (PARKES, 1996; MARQUES, 2015; VERAS, 2015; ARANTES, 2019).

As reações ao luto se manifestam de várias formas, sendo que de acordo com Pereira e Pires (2018) e Soares e Mautoni (2013) as mais comuns são: reações físicas (respiração ofegante, dor física, sensação de secura na boca, fortes tensões musculares, baixa imunidade

a doenças, alteração no sono e no apetite, podendo ser tanto para mais quanto para menos, nos dois casos). Além de reações emocionais (negação, choque, confusão, culpa, irritação, inveja, entre outros).

As autoras trazem ainda as reações comportamentais (busca pela pessoa morta, dificuldade de concentrar-se, apatia, choro frequente e esquecimentos). E as reações sociais e espirituais, onde os enlutados afastam-se das pessoas e fogem dos convites e da interação social e apresentam ainda perda da fé ou uma extrema aproximação de Deus na busca de compreender a perda (SOARES; MAUTONI, 2013; PEREIRA; PIRES, 2018).

Todas as reações acima citadas, são potenciais para o sofrimento psicológico do familiar enlutado, tendo em vista que o ser humano é biopsicossocial e uma esfera sempre afetará a outra. Pereira (2019, p. 154) diz que:

“toda pessoa é considerada um complexo biopsicossocial. [...] um ou outro potencial pode se sobressair conforme respostas às condições de vida que o indivíduo experiencia. [...] Os aspectos psicológicos e sociais afetam diretamente o aspecto biológico, o corpo.”

Sendo assim, todo ser humano, mesmo que não queira ou tente não demonstrar, sentirá a dor pela perda de um ente querido que se tenha vínculos afetivos. O cuidador familiar que dedicou parte de sua vida á ofertar cuidados a esse ente e experimentou o desprovento de condições físicas, psicológicas e/ou financeiras de cuidar-se de si mesmo, o sofrimento psicológico após a morte é ainda maior, pois há o rompimento do vínculo de cuidado com aquele familiar que partiu. Até que este cuidador reinvente sua vida e rotina, é importante que este tenha paciência e suporte familiar e social, pois é um processo por muitas vezes lento e que demanda tempo e apoio (KUBLER-ROSS, 1996; PARKES, 1996; PAZES; NUNES; BARBOSA, 2014).

### **3.3 A NOVA ROTINA E O SUPORTE PÓS-MORTE PARA O CUIDADOR FAMILIAR ENLUTADO**

O fato de não saber como agir frente à tristeza de pessoas enlutadas, faz com que as evitemos, para assim não ter que entrar em contato com aquela dor a qual não temos subsídios para enfrentar. Não há conhecimento de como oferecer suporte ou acolhimento ao familiar enlutado e dessa forma, a melhor escolha acaba sendo a esquiva. Isolando assim, àquele que necessita de suporte social, familiar e espiritual. (PARKES, 1996).

No que diz respeito aos cuidados com os familiares cuidadores, Encarnação e Farinasso (2014, p. 141) em seu estudo sobre *A família e o familiar cuidador de pacientes fora de possibilidades terapêuticas*, afirmam que “os cuidados paliativos ofertam apoio mediante às dificuldades e suporte para que os mesmos possam elaborar o luto diante à perda de um ente querido”. Afirmando ainda, mais a frente, que este paliativismo “auxiliará familiares a resolver e elaborar as situações pendentes para que, na ocorrência da morte do paciente cada familiar possa retomar sua vida com o menor prejuízo possível”.

Ainda em seu estudo, Encarnação e Farinasso (2014) afirmam que a maior parte dos artigos por eles analisados, se referem à importância da sequência deste cuidado ao familiar, que se inicia de forma paliativa e deve ter sequência após o óbito do familiar que recebia os cuidados. Os autores sustentam ainda que estes cuidados são oferecidos por equipes multidisciplinares para “facilitar a aceitação da morte” e frisam a importância do apoio familiar.

Passado o período de forte estresse psicológico vivenciado no período de pós-morte e luto, o cuidador familiar começa a reinventar sua rotina. Essa nova rotina se faz necessária tanto pela cobrança social de amigos e parentes para que o cuidador supere logo, quanto pela visão do próprio cuidador que prioriza outros afazeres que antes de seu familiar evoluir a óbito não eram possíveis de serem executados ou mesmo nem existiam na vida do cuidador. Porém, é importante lembrar que essa nova rotina é diferente de pessoa para pessoa, sendo assim, pode ser em seguida da morte ou pode levar um pouco mais de tempo (CAMPOS, 2013).

Kovács (2007) apud Bozarth-Campbell, (2019, p. 65) expõe a “necessidade de assistir o cuidador principal, favorecendo a expressão dos sentimentos que acompanham a penosa experiência”. A autora traz ainda que, pelo fato de algumas pessoas não demonstrarem tanto ou com facilidade os seus sentimentos, acabam sendo esquecidas e não recebem o apoio que poderiam ter, caso se expressassem mais.

Pazes, Nunes e Barbosa (2014, p. 96) afirmam que o processo de luto é “bastante complexo e distinto em todos os casos, em todos os contextos e em todas as pessoas”. Sendo assim, a rotina que será estabelecida após o óbito do familiar dependerá muito da dinâmica pessoal de cada cuidador e de cada ciclo familiar. Estes autores trazem ainda que, quando os cuidadores sentem que cumpriram sua missão para com o familiar, sua rotina pode até ser

alterada, mas sempre sentem que quem partiu continua presente. Sobre esse aspecto, cabe ainda discutir a possibilidade de que com a morte, o cuidador sinta ambivalência entre sentimentos de alívio, pelo cessar do desgaste do cuidado e sentimento de culpa, pelo sentir-se aliviado.

Gonzaga e Peres (2012) trazem que após o óbito, para haver a reestruturação positiva da vida e rotina, é preciso haver uma mudança psicológica. Caso contrário, pode ocorrer um processo de patológico. Como exemplo, os autores citam as doações dos pertences do falecido. Pois, se estes pertences são doados e isso causa maior sofrimento ao cuidador enlutado, então essa mudança psicológica ainda não aconteceu e este cuidador não está pronto para tal transformação.

Outro fator citado por Gonzaga e Peres (2012), é o fato do isolamento social. Durante o período em que o familiar necessitado está recebendo os cuidados, o familiar cuidador na maior parte dos casos citados pela literatura, se isola socialmente para dedicar-se exclusivamente aos cuidados requeridos pelo adoecido. Com isso, após o familiar evoluir a óbito, o cuidador enlutado permanece neste isolamento, pois de acordo com os autores, por um determinado período de tempo, eles deixam de participar de eventos e reuniões de família, bem como, de qualquer outra atividade social.

Sobre o cuidado da equipe multiprofissional, Carvalho et al. (2019) afirmam que não finda quando a pessoa adoecida evolui a óbito, sendo necessário destinar cuidados ao familiar cuidador enlutado. O aconselhamento durante o luto permite ajudar a lidar com este processo de forma adaptativa, ultrapassando as várias etapas.

O apoio à família/cuidador informal não é suspenso após a morte da pessoa, devendo existir um contacto após o falecimento para apoiar o alvo dos cuidados da equipa multidisciplinar (CARVALHO et al., 2019, p. 1).

Soares e Mautoni (2013) em sua obra *“Conversando Sobre o Luto”*, afirmam que todo ser humano ao passar pela perda de um ente querido necessita de apoio familiar e também dos amigos, quando a dor do luto é expressa. As autoras dizem ainda, que no ciclo familiar é mais improvável de conseguir tal apoio, visto que os familiares mais próximos também estão vivendo suas próprias crises.

No ciclo de amizades esse apoio é variável. Alguns amigos oferecem apoio e buscam ficarem mais próximos do cuidador em luto, dando-lhes todo o suporte necessário neste momento de tamanha dor. Já outros amigos preferem afastar-se, mantendo um contato

superficial, para que assim não tenha espaço para falar sobre a dor do enlutado. As autoras explicam que este fenômeno, acontece devido a estas pessoas se sentirem constrangidas ou mesmo por considerarem que é difícil presenciar tamanha tristeza (BITTENCOURT; QUINTANA; VELHO, 2011).

Na obra já citada de Soares e Mautoni (2013), as autoras dedicam um capítulo inteiro para falar sobre como ajudar um familiar ou amigo enlutado. Neste capítulo, além de afirmarem a importância da família e dos amigos no processo de luto, as autoras trazem ainda, como esse apoio deve ser prestado, pois é comum que as pessoas por não saberem como lidar com a situação, falem coisas que machucam ainda mais o cuidador em luto. Elas citam que o fato de não saber lidar com a situação, não necessariamente faz com que alguém não esteja apto a oferecer apoio, pois para quem está em sofrimento, um abraço e um ombro para chorar, são de grande importância.

Uma das maiores necessidades dos enlutados é encontrar alguém com quem compartilhar seus sentimentos, falar das suas tristezas, frustrações, lembranças e dores. Precisam de alguém que lhes dê espaço e tempo para elaborar a perda. Porém, muitas vezes esse tempo não lhes é dado (SOARES E MAUTONI, 2013, P. 46).

Sobre essa ausência de apoio, Caterina (2019) vem dizer que muitas vezes, faz-se necessário que os enlutados busquem ajuda de um profissional da saúde, sendo este profissional, em sua maioria, o psicólogo. A psicoterapia entra neste processo como um suporte ao enlutado, para que consiga restabelecer sua vida e rotina de forma saudável, pois quando falam sobre suas dores conseguem elaborar o que sentem e reorganizar-se psicologicamente (CATERINA, 2019; FUJISAKA, 2014).

Fujisaka (2014) traz um questionamento que esta autora que vos escreve também acha pertinente. Fujisaka questiona-se sobre o excesso de medicação aos enlutados, quando estes vão a rede de saúde procurar ajuda. Segundo ela, esse apoio é de difícil acesso em todas as esferas da vida, pois até mesmo onde deveriam ter cuidados integrais, não há preparo suficiente para receber este público que tanto necessita. Assim, como forma de fuga, o enlutado acaba sendo entorpecido com medicamentos.

#### **4 METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo com procedimento metodológico de uma revisão narrativa. Sendo essa revisão de cunho exploratória e qualitativa.

A revisão narrativa é considerada a revisão tradicional ou exploratória, onde não há a definição de critérios explícitos e a seleção dos artigos é feita de forma arbitrária, não seguindo uma sistemática, na qual o autor pode incluir documentos de acordo como seu viés, sendo assim, não há preocupação em esgotar as fontes de informação (CORDEIRO et al., 2007). A maneira com que se coleta os documentos é comumente denominada de busca exploratória, podendo ser utilizada para complementar buscas sistemáticas (Ferenhof e Fernandes, 2016).

A revisão narrativa é um tipo de pesquisa que utiliza informações bibliográficas físicas e eletrônicas para a obtenção de um conhecimento e para fundamentar teoricamente um dado. Esse tipo de pesquisa não tem a obrigação de informar quais as fontes foram utilizadas para adquirir a informação. Tampouco a metodologia para busca das referências, nem os critérios utilizados na avaliação e seleção dos trabalhos. Constituem, basicamente, de análise da literatura publicada, na interpretação e análise crítica pessoal do autor. (ROTHRT, 2007).

É importante ressaltar que a pesquisa foi realizada em duas etapas, sendo a primeira a busca em bases de dados eletrônicas por artigos e/ou literaturas que abordam sobre o tema “luto em cuidadores”, bem como buscas em livros físicos. A segunda etapa foi composta por buscas por vídeos, na plataforma eletrônica de vídeos – *YouTube*, nesta plataforma os vídeos analisados foram aqueles que destinam-se a falar sobre a terapêutica e informações sobre o tema abordado no trabalho. Para a seleção dos vídeos disponibilizados na plataforma *YouTube* foi usado algumas combinações de palavras, tais como: Luto + Cuidadores; Morte + Familiar; Morte + Cuidadores; Suporte + Pós-Morte; e Elaboração do Luto + Familiar Cuidador.

Após essa busca realizou-se uma análise dos vídeos que resultaram da busca inicial. Nesta análise, foi observado a qual canal o vídeo pertence, o seu conteúdo principal, o ano de publicação, a área de conhecimento do interlocutor, a categoria do vídeo, classificada pelo YouTube, bem como as curtidas e visualizações que o mesmo obteve. O uso da plataforma eletrônica de vídeos – YouTube neste trabalho, teve o intuito de selecionar materiais que possam ser usados para psicoeducação em projetos futuros envolvendo a assistência ao cuidador, bem como em psicoterapia, grupos de apoio ao enlutado e grupos psicoterapêuticos.

Para que os materiais literários encontrados fossem usados na pesquisa estes passaram pelos seguintes critérios, selecionados pela pesquisadora: que os artigos e/ou literaturas encontradas tragam conteúdos sobre o luto do familiar, ou sua rotina após a morte

daquela pessoa a qual ele dedicava cuidados. Serão selecionados, também aqueles artigos e/ou literaturas, que abordam sobre a elaboração do luto em um contexto geral.

Os instrumentos usados para a coleta de dados foram aparelhos eletrônicos que tenham acesso a rede móvel de internet, exemplares de livros e artigos físicos e digitais, bem como vídeos disponibilizados na plataforma eletrônica de vídeos – YouTube. De acordo com o tipo de pesquisa, sendo esta de revisão narrativa e assistemática, sua coleta de dados segue este mesmo formato assistemático, visto que os critérios estabelecidos para busca dos vídeos e literaturas foram impostos pela pesquisadora, e não houve o seguimento de um protocolo pré-estabelecido.

## **5 VÍDEOS E MÍDIAS SOCIAIS COMO RECURSOS DE CUIDADO E INFORMAÇÃO AO ENLUTADO**

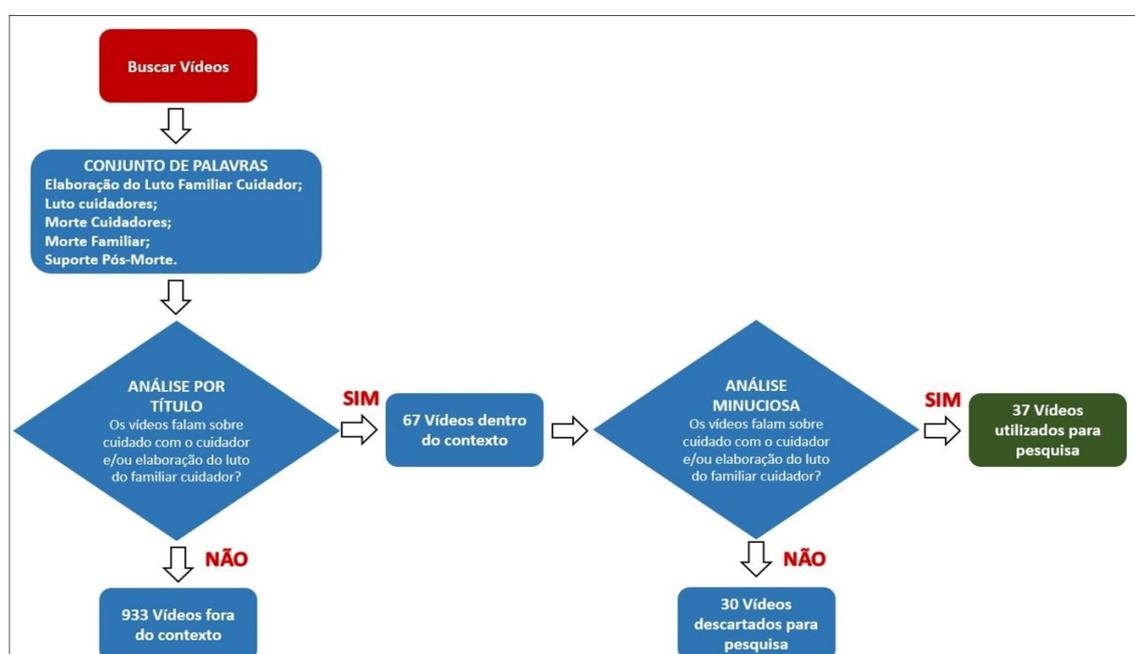
Como recurso tecnológico para busca de vídeos, foi usada a plataforma eletrônica de vídeos *YouTube*. A plataforma é uma ferramenta relativamente nova, criada em 2005 por um trio de colegas de serviço. Hoje conta com mais de 1 bilhão de acessos e possui vídeos com diferentes conteúdos e categorias (TECMUNDO, 2017). Nos dias atuais as mídias sociais, tais como *Instagram*, *Facebook*, *YouTube* e *Twitter*, estão se tornando cada vez mais presentes no dia-a-dia das pessoas, de crianças a idosos. Nestas mídias, é possível que os usuários compartilhem vídeos, fotos e pensamentos, bem como, é permitido responder com comentários aos demais usuários. Sendo assim, essas redes abrangem várias pessoas no mundo inteiro, todos os dias (PEREIRA; BORGES, 2012). Pensando na facilidade de acesso e na diversidade de materiais disponíveis nessas redes, este trabalho contou com a análise de vídeos do *YouTube*, como recurso de cuidado e informação a pessoa enlutada.

Para a elaboração da pesquisa, bem como, para a busca e análise dos vídeos, foram estabelecidos critérios de inclusão, que são explicitados ao longo do trabalho. Sabendo que o foco do trabalho é o cuidado com o cuidador familiar e como este elabora o luto após a perda por morte de seu ente, na busca inicial no *YouTube*, foram descartados os vídeos que não tivessem algum tipo de ligação com este tema. Essa seleção foi realizada de acordo com o título dos vídeos.

No decorrer da pesquisa foram estabelecidos cinco conjuntos de palavras para serem usadas no buscador do YouTube e um intervalo de até 200 vídeos por resultado de cada conjunto. Ou seja, ao colocar no buscador o conjunto de palavras desejadas, foram

analisados os 200 primeiros resultados da busca e após isso selecionou-se por título, quais vídeos entrariam ou não, no processo de Análise Minuciosa (AM). Este intervalo é necessário, pelo fato de que a ferramenta utilizada – *YouTube* – sempre carrega mais vídeos, mesmo que fora do contexto pesquisado. É válido ressaltar que, para cada conjunto de palavras foi utilizado este intervalo de 200 vídeos. Sendo assim, 1000 vídeos passaram pela análise de títulos, como mostra a figura 1, a seguir.

Figura 1 - Ilustração geral das atividades desenvolvidas nas etapas de busca e análise dos vídeos da pesquisa.



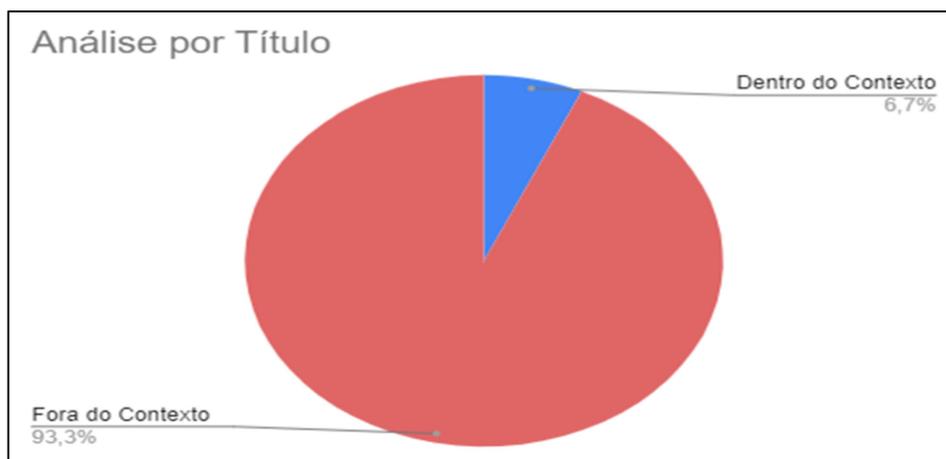
Fonte: Figura elaborada pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados.

Em seguida, como ilustrado na figura 1, os títulos dos vídeos serviram como critério para incluí-los ou não, no próximo passo do trabalho, que foi a AM de cada vídeo resultante da primeira fase. Esta análise foi o momento da pesquisa em que os vídeos selecionados na busca inicial foram assistidos e tiveram seu conteúdo minuciosamente analisados.

Após a realização das cinco buscas com os conjuntos de palavras pré- estabelecidos resultaram ao todo 6,7% (N=67) vídeos, que aparecem descritos nos quadros que serão expostos ao longo da pesquisa, com nome e canal, conteúdo, ano de publicação, interlocutor, categoria, curtidas e visualizações, duração do vídeo, bem como, se o vídeo foi utilizado ou descartado para a pesquisa. Tais descrições são imprescindíveis para que os vídeos não sejam confundidos, devido ao grande número de materiais e para facilitar a visualização para

o leitor. Os quadros foram divididos de acordo com os conjuntos de palavras buscados e seus respectivos resultados. Sendo possível observar que após a AM, muitos vídeos foram descartados, pois não abordavam o tema de interesse da pesquisa. A figura 2, exposta a seguir, traz estes dados em porcentagem.

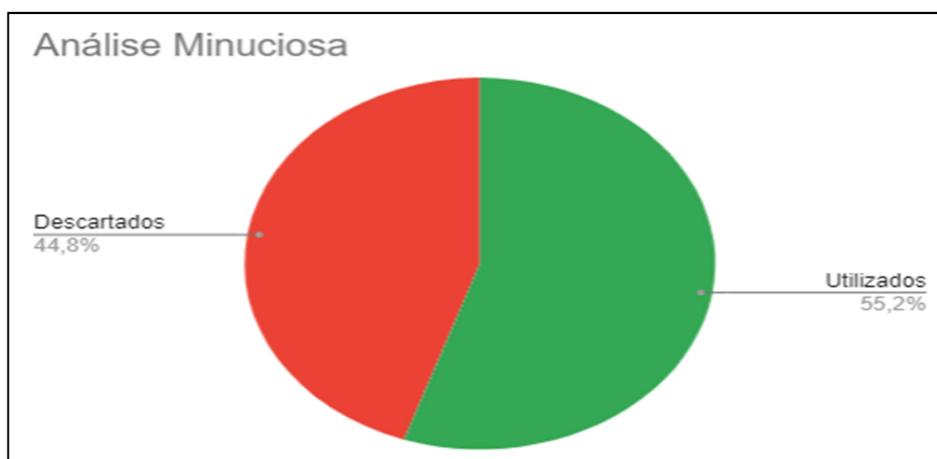
Figura 2 – Ilustração em porcentagem do resultado da busca inicial contando os 1000 vídeos analisados por título.



Fonte: Figura elaborada pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados.

Como ilustrado na figura 2, que é o resultado total das cinco buscas, 93,3% (N=933) não entraram no contexto da pesquisa e apenas 6,7% (N=67) estavam dentro do contexto da pesquisa, e passaram para a próxima fase de análise. Nesta segunda fase, intitulada como “Análise Minuciosa- AM” todos os vídeos selecionados dentro do contexto foram assistidos. A figura 3, exposta a seguir, traz os dados da AM deste conjunto.

Figura 3 - Ilustração em porcentagem do resultado geral da análise minuciosa contando os 67 vídeos assistidos.



Fonte: Figura elaborada pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados minuciosamente.

Na figura 3, os 6,7% (N=67) representados na figura 2 se tornaram 100%, onde 55,2% (N=37) dos vídeos assistidos foram utilizados para a pesquisa e 44,8% (N=30) foram descartados da pesquisa. Sendo assim, os vídeos descartados não necessariamente deixam de oferecer algum tipo de contribuição para pessoas enlutadas, mas para o objetivo desta pesquisa, estes não atenderam aos critérios.

A seguir serão expostas figuras e quadros com informações detalhadas sobre os vídeos que passaram pela fase de AM. Os resultados serão expostos aqui, seguindo a ordem em que a pesquisa foi realizada.

## 5.1 LUTO CUIDADORES

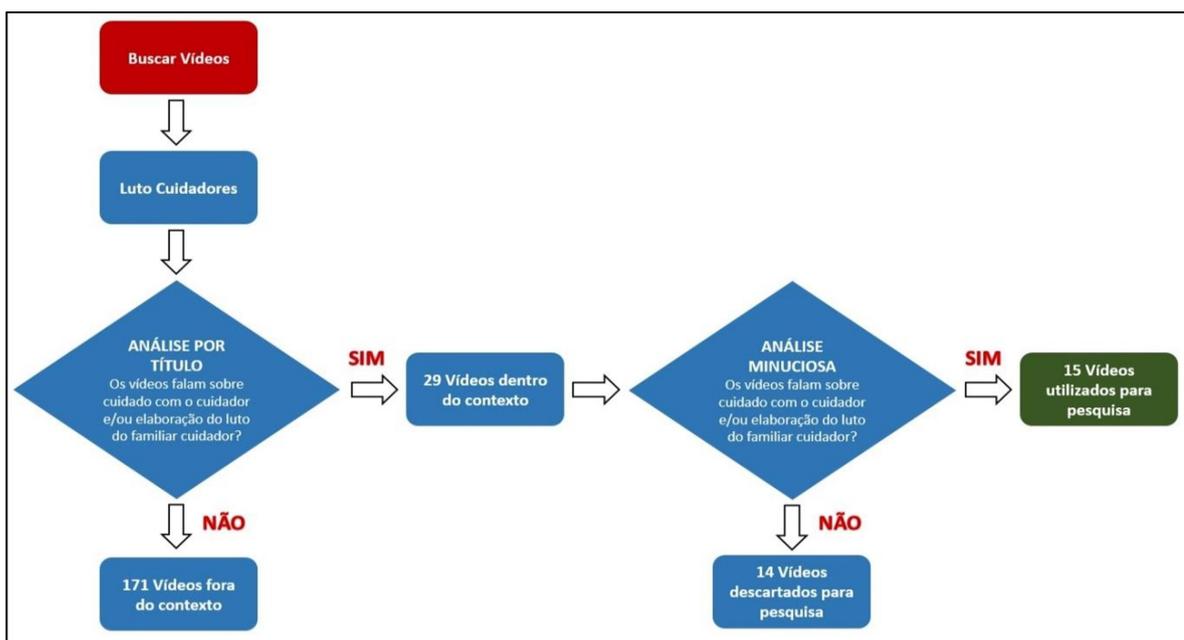
Atualmente, tem-se visto a prática do cuidado sendo realizada por familiares, majoritariamente. Na maioria dos casos, para tirar um familiar da situação de internação hospitalar isso acontece e então este familiar passa a receber cuidados em casa. Segundo Yamashita et al. (2013) no Brasil, o número de adultos jovens que dependem de cuidados vem aumentando muito devido a acidentes automobilísticos, bem como de idosos que sofrem quedas nas ruas e até mesmo em casa. Desses acidentes, boa parte das vítimas necessitam de cuidados pelo resto de suas vidas e o familiar que lhes oferece, geralmente, é o mesmo durante todo o tempo, especialmente quando se trata de pessoas idosas.

Quando o familiar cuidador se vê sem este ente, o qual dedicou parte de sua vida para cuidar, as reações são as mais diversas possíveis, sendo que, como já discutido no capítulo 3.1, as fases e reações ao luto variam de pessoa para pessoa. Um dos aspectos que segundo Campos (2013) pode aparecer também, são as disfuncionalidades alimentares, causando assim prejuízos físicos à pessoa enlutada. A seguir, será explicitado os resultados da busca para este conjunto de palavras, através de figuras e quadros com informações detalhadas dos vídeos e os passos da pesquisa.

Os critérios estabelecidos para que os vídeos fossem classificados como “utilizado” ou “descartado”, foi a seguinte pergunta “O vídeo fala sobre cuidado com o cuidador e/ou elaboração do luto do familiar cuidador?”. Se sim, o vídeo foi classificado como útil para a pesquisa. Se não, o vídeo foi descartado da pesquisa, como ilustrado na figura 4, que será exibida a seguir. Assim como, o vídeo deveria também, estar na língua materna.

A figura 4 ilustra os passos da pesquisa realizados neste conjunto de palavras, bem como a quantidade detalhada de vídeos, dentro e fora do contexto, trazendo ainda o resultado da AM, explicitando a quantidade em número, dos vídeos que foram utilizados e descartados para a pesquisa.

Figura 4 - Ilustração detalhada de como foi desenvolvida a pesquisa com o conjunto de palavras “Luto Cuidadores”.



Fonte: Figura elaborada pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados.

O resultado obtido na análise por títulos do conjunto de palavras supracitado, é que, de 100% (N=200) dos vídeos, 85,5% (N=171) estavam fora do contexto e apenas 14,5% (N=29) estavam dentro do contexto da pesquisa. Após a AM, onde 14,5 (N=29) passa a ser 100%, 48,3% (N=14) foram descartados e 51,7% (N=15) foram utilizados para a pesquisa.

Neste conjunto de palavras, 29 vídeos passaram pela AM, sendo que destes, 14 foram descartados, pois não estavam de acordo com os critérios estabelecidos para que fossem utilizados. É importante reforçar, que alguns destes vídeos que foram descartados para esta pesquisa possuem conteúdos importantes quando se trata apenas do luto, não especificando o público, dessa forma, não o sendo totalmente vão, se o foco for mais aberto.

Pensando nisso, a pesquisadora produziu um quadro com o *Link* de acesso de todos os vídeos que passaram pela AM e o disponibiliza no Apêndice A. Este encontra-se

devidamente separado por conjunto de palavras, contendo o nome e o endereço eletrônico para acesso aos vídeos.

A seguir será exposto o quadro 1, que contém a descrição de todos os vídeos que passaram pela AM, referente a este conjunto de palavras.

Quadro 1 – Descrição dos vídeos analisados minuciosamente no conjunto de palavras “Luto Cuidadores”.

Nome e Canal	Utilizado / Descartado	Conteúdo	Ano	Interlocutor	Categoria	Curtidas e Visualizações	Duração do Vídeo
Cuidando de quem cuida / Metrus Instituto de Seguridade Social	Utilizado	Explicação sobre o cuidar do outro, trazendo à realidade que um dia quem cuida também poderá necessitar de cuidados. Reflexão sobre o lugar do doente e como ele se sente.	2015	Ana Claudia Arantes - Geriatra	Pessoas e Blogs	105.941 Visualizações / 3,2 Mil curtidas	1:37:20
Programa Insight – Rede social de apoio a cuidadores / Canal Profissional	Descartado	Relata apenas sobre o método utilizado para a realização de uma pesquisa de mestrado.	2013	Cintia Yamashita - Enfermeira	Pessoas e Blogs	601 Visualizações / 3 Curtidas	29:22
Cuidador e o cuidado consigo mesmo / Psicóloga Daniela da Silva	Utilizado	No vídeo é abordado sobre a importância do cuidador cuidar de si mesmo! Com algumas dicas de como esse cuidado pode ser iniciado, com pequenas atitudes, mas que auxiliam muito no dia-a-dia.	2016	Daniela da Silva – Psicóloga	Pessoas e Blogs	2.022 Visualizações / 46 Curtidas	6:02
O que é ser um cuidador familiar / Escola de Cuidados	Descartado	Fala como é ser um cuidador e quais suas atribuições.	2018	Marta Fontenele – Especialista em Envelhecimento	Pessoas e Blogs	442 Visualizações / 39 Curtidas	2:31
Cuidando de quem cuida / Hospital Pró-Cardíaco	Descartado	Palestra voltada a funcionários de um hospital cardiológico.	2019	Eugênio Campos – Médico Cardiologista e Psicólogo.	Pessoas e Blogs	160 visualizações / 7 curtidas	1:15:50
Desgaste do cuidador / Psicóloga Daniela da Silva	Utilizado	Advertência ao cuidador dos desgastes físicos e emocionais que irão aparecer no decorrer do tempo de cuidado prestado e orientação sobre a importância de falar sobre seus sentimentos e sobre o cansaço que o cuidado gera, seja com amigos, familiares ou terapeuta.	2017	Daniela da Silva – Psicóloga	Pessoas e Blogs	1.398 Visualizações / 70 curtidas	5:29

Âncora da esperança! A vitória sobre o luto. / Caio Fábio	Utilizado	Conteúdo Religioso. Caio responde a pergunta de um pai que perdeu seu filho vítima de bala perdida e ainda sente muita dor pela perda. Caio relata que também sofreu a perda de um filho, mas Deus o consola. Diz ainda que vez ou outra é normal sentir saudades e até mesmo chorar.	2015	Caio Fábio – Pastor	Pessoas e Blogs	7.756 Visualizações / 314 Curtidas	13:20
2018/10/23 – Luto e cuidados paliativos / Conselho Regional de Medicina do Paraná (CRM- PR)	Descartado	Palestra para médicos do Estado do Paraná, onde o palestrante destrincha as fases do luto, falando ainda sobre cuidados paliativos.	2018	Ronny Kurashiki – Psicólogo	Educação	247 Visualizações / 0 curtidas	2: 03:32
As dores (in)visíveis do cuidador familiar / Escola de Cuidados	Utilizado	Destinado ao cuidador familiar de pessoas idosas, as interlocutoras abordam 3 tipos de dores invisíveis vivenciadas pelos cuidadores. 1º Dor Empática; 2º Dor Física; 3º Dor do Isolamento Social.	2018	Marta Fontenele – Especialista em Envelhecimento. Diva Moraes – Psicóloga e Especialista em Envelhecimento	Pessoas e Blogs	220 Visualizações / 19 Curtidas	4:52
Fala, Doutor: Ana Paula Fujisaka – O familiar cuidador, e o processo de fim de vida. / UNIVESP	Utilizado	Ana Paula fala sobre o tema luto em cuidadores. Ela destaca as vivências e formas de elaboração do luto. Em sua pesquisa entrevistou 6 pessoas, das quais a psicóloga trás no vídeo que enfrentaram e ressignificaram suas perdas de diferentes maneiras. Ana Paula fala ainda sobre pontos positivos do luto e cita alguns de seus entrevistados como exemplo.	2014	Ana Paula Fujisaka – Psicóloga	Educação	1.314 Visualizações / 16 Curtidas	29:54
O cuidador não aguenta mais!! / Psicóloga Daniela da Silva.	Utilizado	A psicóloga Daniela trás a importância do cuidador ter um cuidado consigo próprio para que assim ele tenha energia para cuidar de seu familiar. Diz ainda dos benefícios que o autocuidado pode ter a longo prazo não apenas para o cuidador, mas também para a pessoa a quem ele destina os cuidados.	2018	Daniela da Silva – Psicóloga	Pessoas e Blogs	2.366 Visualizações / 175 Curtidas	5:19

A morte é um dia que vale a pena viver   Ana Claudia Quintana Arantes. / TEDxTalks	Utilizado	A médica Ana Claudia fala sobre o sentido de oferecer cuidados a pessoas em fim de vida. Especialista em cuidados paliativos, ela fala da importância de oferecer um resgate de “Vida”, não no sentido físico, mas sim no sentido emocional e espiritual. Relata sobre seu trabalho como médica responsável por cuidados paliativos e a importância que o paciente deve ter para todos os profissionais que lhe atender, pois esse paciente não tem mais tempo a perder com quem o trata apenas como mais um.	2013	Ana Claudia Quintana Arantes – Geriatra	Sem fins lucrativos/ativismo.	2.037.826 Visualizações / 46 Mil Curtidas	18:09
Força para superar o luto – Pe Fábio de Melo / Fabiano Pereira	Descartado	Vídeo relata o testemunho de uma fiel que perdeu seu filho, a mesma pede conselhos ao Padre, o qual compartilhou uma história parecida com a dela.	2016	Pe. Fábio de Melo	Pessoas e Blogs	473.548 Visualizações / 8,3 Mil Curtidas	6:45
2 Sentimentos e emoções do cuidador / filmesadvita	Descartado	Trata-se de um vídeo em idioma estrangeiro e explicativo sobre as fases do cuidado.	2016	Várias pessoas sem identificação	Pessoas e Blogs	3.218 Visualizações / 40 Curtidas	20:26
Luto   Mundo maior em debate / TV Mundo Maior	Descartado	Conteúdo religioso. Visão do espiritismo sobre a vida após a morte e o desencarne.	2017	Alexandre Caldinni; André Marouço; Marisa Alem.	Entretenimento	1.031 Visualizações / 33 Curtidas	27:18
Quem cuida do cuidador resumido / Convivendo com o Alzheimer	Utilizado	Ao ser questionada sobre o perfil das pessoas que cuidam, a psicóloga fala que os principais cuidadores são mulheres e de meia-idade, sendo assim há uma sobrecarga sobre estas mulheres, pois é uma etapa da vida que elas acabam sendo responsáveis por cuidar tanto da geração de cima (pais/avós) quanto da geração de baixo (filhos/netos). Fala ainda da importância do cuidador aceitar a doença e o manejo da mesma se tornará mais fácil para o cuidador e o familiar adoecido (O entrevistador é um neto e ex cuidador de uma avó que tinha Alzheimer).	2017	Fernando Aguzzoli – Neto e Cuidador. Fernanda Alves Gouveia Paulino – Psicóloga.	Pessoas e Blogs	13.734 Visualizações / 663 Curtidas	13:14

5 Passos para a superação / Cantinho da Sinapsi	Descartado	Dicas e passo a passo para superar o luto. Vídeo não específico para cuidadores.	2019	Marilia Paschoal – Enfermeira	Pessoas e Blogs	72 Visualizações / 12 curtidas	18:19
Luto e Perdas / (Não possui canal específico)	Descartado	Trata-se de uma Playlist com vários vídeos, não sendo específicos para cuidadores. Não possui informações precisas para o preenchimento dos campos a seguir.	-	-	-	-	-
Cuidando do cuidador / Fernanda Brito Azevedo	Utilizado	Fernanda fala que durante suas férias lhe veio insight da importância de se cuidar para ter vitalidade para oferecer cuidados a outros, Fernanda fala ainda que é necessário ter reservas para que se possa ir adiante ou até mesmo para “emprestar” a quem precisa.	2018	Fernanda Brito – Azevedo Psicóloga	Pessoas e Blogs	380 Visualizações / 42 Curtidas	09:10
Luto em vida / Compartilhando Cuidados	Utilizado	A apresentadora fala sobre as dificuldades do cuidador em aceitar a progressão da doença e os sentimentos de raiva e medo começam a aparecer.	2017	Soraia Boudarini	Pessoas e Blogs	614 Visualizações / 37 Curtidas	3:25
Luto parental: o enfrentamento da perda de um filho / One Life Alive Projeto Educacional	Descartado	Convite da Dra. Gabriela para assistir a uma palestra sobre luto na perda parental (Não deixou link da palestra).	2019	Gabriela Casellato – Doutora em Psicologia	Pessoas e Blogs	265 Visualizações / 5 Curtidas	1:47
20 – Cuidando do cuidador / Congresso Amfac	Descartado	Palestra voltada a profissionais da saúde e cuidadores profissionais.	2012	Não identificado	Ciência e Tecnologia	2.938 Visualizações	1:09:32
Home Angels – Cuidadores de pessoas. / Câmera Brasil	Descartado	Trata-se da propaganda de uma empresa que oferece cuidados a pessoas enfermas. Agência de cuidadores	2018	Deborah L. Rodrigues – Diretora Home Angels Cabral	Pessoas e Blogs	835 Visualizações / 65 curtidas	10:58

Psicóloga fala sobre a morte e o luto/ Jung na Prática	Utilizado	A psicóloga fala da morte e o processo de luto na visão de Jung. Aborda ainda sobre a funcionalidade dos grupos terapêuticos para a pessoa enlutada.	2015	Cristina Guarnieri – Doutora em Psicologia	Pessoas e Blogs	19.031 Visualizações / 288 Curtidas	08:46
Cuidado com o cuidador / Sarah Nicolleli	Utilizado	Sarah fala das dificuldades em ser cuidadora de uma pessoa com esquizofrenia, especialmente quando é um filho e a mãe quer o super proteger. Encerra falando falando da importância de cuidar-se antes de oferecer o cuidado, e usa a metáfora do avião e as máscaras de oxigênio.	2018	Sarah Nicolleli – Mãe e cuidadora de pessoa com esquizofrenia	Pessoas e Blogs	732 Visualizações / 90 Curtidas	09:15
Relação cuidadores familiares/ filmesadvida	Descartado	Encontra-se em língua estrangeira.	2016	Não identificado	Pessoas e Blogs	1.141 Visualizações / 9 curtidas	16:17
Cuidados com o cuidador/ Dr. Luís Guilherme de Oliveira Labinas	Utilizado	O psiquiatra fala do papel do cuidador, explica o que é ser cuidador e enfatiza a importância do cuidado com o cuidador.	2017	Luís Guilherme de Oliveira Labinas – Médico Psiquiatra	Pessoas e Blogs	3.827 Visualizações / 235 Curtidas	3:52
Luto: como é possível superar a dor da perda/ TV BrasilGov	Utilizado	A Psicóloga explica o luto e suas fases e responde a perguntas da apresentadora, bem como dos telespectadores sobre como superar a perda de um familiar.	2017	Gláucia Flores - psicóloga especialista em Psico-oncologia e em Luto	Notícias e Política	16.603 Visualizações / 0 Curtidas	13:09
Luto não reconhecido. Prof. Dr. Kenneth J. Doka- trailer de 5 min promocional / One Life Avile Projeto Educacional	Descartado	Trata-se de um pequeno trecho de uma aula. Está em idioma estrangeiro.	2019	Kenneth J. Doka	Pessoas e Blogs	75 Visualizações / 0 Curtidas	5:00

Fonte: Figura elaborada pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados minuciosamente.

Dessa busca, foi possível observar alguns resultados, tais como: quando pesquisado no buscador do *YouTube* a palavra cuidador, automaticamente aparecem inúmeros resultados falando sobre cuidadores de idosos ou como cuidar de idosos. Ou seja, dá-se a impressão que durante o ciclo vital, apenas pessoas idosas necessitam de cuidados. Outro resultado também importante de se observar é “o cuidador da pessoa com Alzheimer” ou “aprenda como cuidar do idoso com Alzheimer”. Nesta busca, poucos resultados foram encontrados, voltados para o cuidador de pessoas sem rótulo de uma doença ou faixa etária específica.

Muito se encontrou também, sobre cuidadores profissionais ou cuidadores formais, tendo inúmeros vídeos falando sobre como oferecer esse serviço e quanto cobrar por ele, bem como, muitas agências de cuidados fazendo a divulgação de seus serviços. É importante ressaltar que esta é uma profissão que vem crescendo muito nos últimos tempos (ROCHA; VIEIRA; SENA, 2008).

Como já ilustrado nas figuras acima, bem como no quadro 1, e considerando a imensidão de conteúdos da plataforma escolhida para a realização da pesquisa, pode-se afirmar que, poucos são os materiais disponíveis para o suporte ou cuidado, com os familiares cuidadores enlutados.

No quadro 1, 15 vídeos foram considerados úteis para a pesquisa, ou seja, foram utilizados. Neste (quadro 1), muitos tem um discurso predominante do cuidado com o cuidador quando seu ente ainda encontra-se com vida, sendo que apenas algumas partes levam a reflexão sobre o cuidado pós-morte. Outros trazem a fala das fases do luto e como geralmente são vivenciadas, falando sobre essas fases na vida do familiar, mas, não especificamente do familiar cuidador. Tem ainda aqueles que, dividem a experiência de ser cuidador e a importância do cuidado consigo mesmo, tanto durante o tempo em que estão oferecendo os cuidados, bem como, depois que o familiar evolui a óbito.

Assim como relatado em muitas literaturas, os vídeos afirmam que a maioria das pessoas que assumem o papel de cuidador são mulheres, ou seja, cuidadoras, de meia-idade (YAMASHITA et al., 2013). Quando o familiar enfermo é um filho, não há relatos de discussões para distribuir este papel de cuidador, pois é implícito a mãe. Já quando a pessoa que precisa deste cuidado são os pais, avós ou irmãos, o familiar que fica responsável por prestar este cuidado, geralmente é escolhido pelos demais familiares, de acordo com o

tempo disponível e condição financeira. Ou seja, muitas vezes acaba sendo um cuidado imposto e não voluntário.

Cuidar de um familiar no domicílio pode causar uma série de alterações na rotina da família e gerar impactos importantes na vida do cuidador, tais como isolamento social, sobrecarga e problemas de saúde em decorrência do cuidado. O cuidado em tempo integral e, em muitos casos, sem substituição ou auxílio de outras pessoas, ocasiona afastamento dos relacionamentos afetivos e profissionais, diminuição da rede social e das oportunidades de convívio e lazer (Yamashita et al., 2013, p.1360).

Nesta discussão cabe ainda ressaltar, que muitos enlutados, além do rompimento do vínculo decorrente do relacionamento interpessoal com quem morreu, perdem-se também o vínculo e o sentido da função exercida (cuidar). Esta última gera sofrimento tanto quanto, ao da perda interpessoal.

O cuidado seja ele voluntário ou não, já causa uma sobrecarga em quem cuida, porém, quando é de livre e espontânea vontade, não é demasiadamente perturbador quanto é para uma pessoa que se viu obrigada a desenvolver esse trabalho por falta de outra que o faça. Isso não quer dizer que em um há amor e afeto e no outro não há. Nos dois casos, os familiares podem ser cheios de estima por seu ente, porém, não queiram ou não saibam como cuidar e isso lhes gera maior sofrimento (PARKES, 1996; ROCHA; VIEIRA; SENA, 2008; YAMASHITA et al., 2013).

Até mesmo o fato de não querer cuidar de seu familiar gera sofrimento, pois o pensamento de que está sendo egoísta com quem tanto ama não lhe deixa sossegado. O fato de ter que abrir mão de muitas coisas e atividades prazerosas, também são fatores que contribuem para esta não aceitação do papel a ser exercido, tornando este processo muito mais difícil.

É importante salientar que este cuidado do cuidador com ele próprio, como visto nos vídeos, é de fundamental importância para que a atividade que ele exerce gere mais qualidade de vida para ele e para seu ente que recebe os cuidados, sendo até mesmo uma forma de diminuição do sofrimento vivenciado diariamente (ARANTES, 2019). Quando o familiar dependente evolui a óbito e o cuidador tem um luto a ser elaborado, pouco se é falado sobre esse cuidado de si próprio. O familiar enlutado não encontra o sentido de cuidar-se, pois não existe mais uma finalidade em manter-se bem. Nesse sentido, poucos dos vídeos abordam sobre cuidado ou algum tipo de suporte para este momento.

Vale ainda refletir, sobre a temática predominante neste conjunto pesquisado. Quando analisado em um contexto geral é possível afirmar que, dos vídeos classificados como utilizados para a pesquisa, o assunto que se sobressaiu foi a importância do cuidador cuidar de si próprio. Sendo que, se fosse necessário separá-los por temáticas emergentes durante a busca, neste conjunto, apenas uma seria expressa, sendo esta a importância do autocuidado, principalmente quando o familiar ainda se encontra-se com vida.

## 5.2 MORTE FAMILIAR

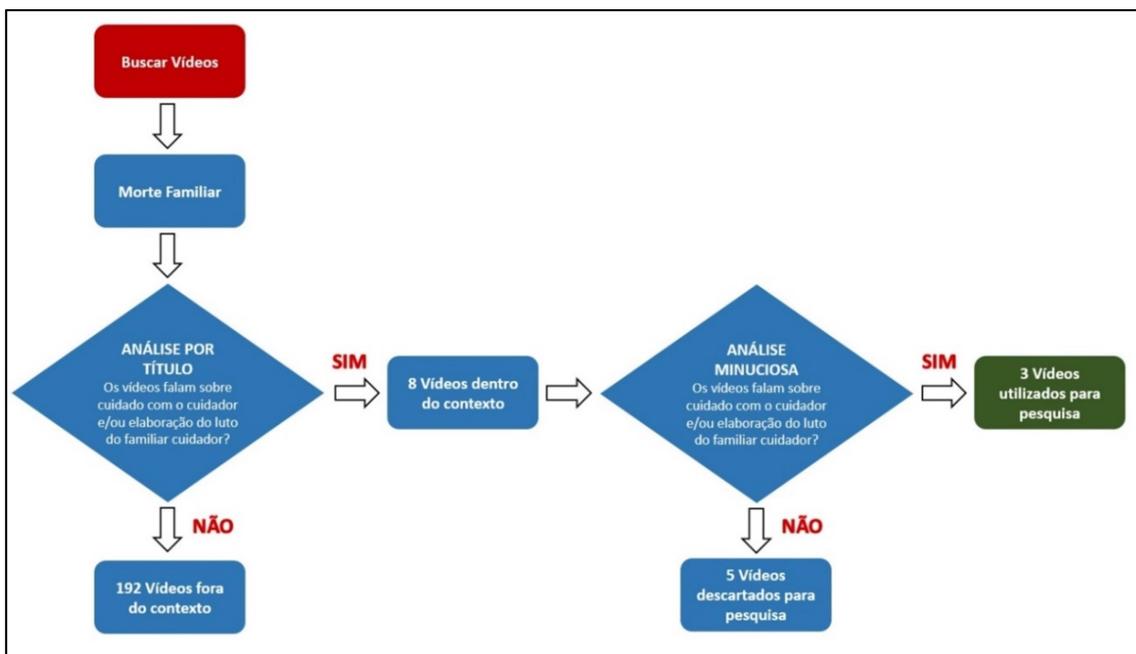
A dor da perda de um familiar, quando existe um afeto genuíno no contato entre estes, é demasiadamente dilacerante. Especialmente quando o familiar falecido é de idade inferior ao do seu cuidador o sentimento de revolta pela ruptura precoce de um ciclo, que nos é ensinado desde os primeiros anos de vida - nascer, crescer, reproduzir e morrer – e que não teve tempo de concluir todas as etapas, é um fator de grande importância na vivência do luto (BITTENCOURT; QUINTANA; VELHO, 2011).

Sobre isso Borges et al (2006) afirmam que:

Na sociedade ocidental, a idéia de morte parece ser mais aceita para o idoso. Isto porque as pessoas desta faixa etária, em sua maioria, completaram todo o processo do desenvolvimento e estão na etapa final do ciclo vital. Eles já realizaram o que é esperado das pessoas em nossa sociedade: trabalharam, casaram-se, tiveram filhos. O idoso é aquele que já cumpriu uma jornada de vida e estaria pronto para morrer

Nesta combinação de palavras os critérios utilizados foram os mesmos já descritos no início deste capítulo. Como ilustrado na figura 5, a seguir, dos 100% (N=200) vídeos que passaram pela análise de títulos apenas 4% (N=8) estavam dentro do contexto e foram para a fase de AM. Desses, 62,5% (N=5) foram descartados e apenas 37,5% (N=3) utilizados.

Figura 5- Ilustração detalhada de como foi desenvolvida a pesquisa com o conjunto de palavras “Morte Familiar”.



Fonte: Figura elaborada pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados.

A seguir é exposto o quadro 2 com informações referente ao resultado da pesquisa realizada para este conjunto de palavras.

Quadro 2 – Descrição dos vídeos analisados minuciosamente no conjunto de palavras “Morte Familiar”.

Nome e Canal	Utilizado / Descartado	Conteúdo	Ano	Interlocutor	Categoria	Curtidas e Visualizações	Duração do Vídeo
Como lidar com a morte de um ente querido? Monja Coen responde   Zen Budismo / MOVA	Descartado	Monja relata como se dá a vivência da perda no Zen Budismo, relatando ainda sobre as orações oferecidas à vida que se foi e um período de transição.	2016	Monja Zen Budista	Entretenimento	223.401 Visualizações / 10 mil curtidas	3:02
Como lidar com a morte de um familiar e como eu enfrentei isso/ Felipe Marx SB	Descartado	Relato/Desabafo de um neto que perdeu a avó paterna a um dia, tendo a avó morrido de infarto fulminante.	2018	Felipe Coach	Pessoas e Blogs	4.103 Visualizações / 755 Curtidas	7:36
José medrado - palestra: "sentimentos de culpa diante de morte de familiar" (01.11.2011) / cidade da luz	Descartado	Palestra com público indefinido e conteúdo religioso atrelado a conteúdos psicológicos.	2011	José Medrado	Pessoas e Blogs	4.416 Visualizações	29:29
Cuidados Paliativos: aos pacientes e também aos familiares / TV Oncoguia	Utilizado	A médica fala sobre a importância do cuidado paliativo com a família também, visto que para os familiares a doença é algo muito assustador e o medo de que a pessoa adoecida passe por grandes sofrimentos os atormentam.	2013	Ana Claudia Arantes - Médica Geriatra	Sem Fins Lucrativos/ativismo	28.224 Visualizações / 633 Curtidas	3:12
Papo Terapêutico: Medo da morte de um familiar / Terapeuta Gianne Gemeli	Utilizado	A terapeuta fala sobre o medo presente nos familiares, de perder um ente querido, seja aquele que já possui uma idade avançada ou que tenha diagnóstico de uma doença terminal.	2016	Gianne Gemeli - Terapeuta Familiar e de Casal	Pessoas e Blogs	65 Visualizações / 4 curtidas	2:56

A morte de um familiar / exterminador 0102	Descartado	Trata-se de um anime onde personagens têm a missão de matar o outro, e por fim o assassino descobre que matou o irmão.	2018	Não Possui	Pessoas e Blogs	15 Visualizações / 3 curtidas	1:15
Pílulas do Evangelho Noturna – Como enfrentar a morte de meus familiares. É muito doloroso... / Instituto Namastê	Descartado	O interlocutor responde uma pergunta de uma de suas telespectadoras e a explica como é o processo de desencarnação e os motivos pelos quais deve-se agradecer pelo tempo em que a pessoa estava viva e participou de um grupo familiar.	2019	Ricardo Melo	Educação	1.082 Visualizações / 134 Curtidas	7:00
A negação da Morte – Andrei Martins / Casa do Saber	Utilizado	O filósofo Andrei fala da negação e do enfrentamento da morte de acordo com a visão de Ernest Becker, o autor do livro “A Negação da Morte”.	2019	Andrei Martins – Doutor em Filosofia	Educação	24.808 Visualizações / 3 mil	11:46

Fonte: Figura elaborada pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados minuciosamente.

Foi possível observar que muitos dos vídeos que resultaram da busca com este conjunto de palavras se referiam a morte de uma pessoa específica, por exemplo, a morte de pessoas famosas e como seus familiares e fãs estavam superando essa perda. Outro resultado que foi observado são os vídeos que falam sobre divisão de herança e questões jurídicas após um familiar ter evoluído a óbito.

Temas como morte sendo explicado sobre a visão da teoria da constelação familiar também foi muito encontrado, porém não é o foco do trabalho. Além disso muitas reportagens sobre investigações da morte uma pessoa específica e vídeos explicativos sobre divisão de bens também foram resultados. É válido ressaltar que vídeos de conteúdo religioso sobre a morte são um dado bem evidente nas buscas realizadas.

Após a realização da AM dos vídeos que foram classificados na primeira etapa do trabalho, é possível verificar no quadro 2 que apenas 3 vídeos foram utilizados para a pesquisa, visto que o conteúdo dos demais não se tratam do foco da pesquisa, sendo que, um em específico une conteúdos religiosos e psicológicos/emocionais em uma mesma palestra, que não possui identificação para que público se destina e nem da formação do interlocutor.

Quando comparado ao conjunto anterior, analisando os vídeos classificados como utilizados, é possível verificar que os temas resultantes se diferenciam. Enquanto no primeiro conjunto os resultados predominantes foram sobre o cuidado que o familiar cuidador deve ter consigo, neste o tema que mais emergiu foi sobre o medo. O medo de perder seu familiar para a doença a qual lhe levou a receber cuidados.

Quando pensado de forma geral nos 8 vídeos resultantes desse conjunto pode-se observar que muitos são de conteúdos religiosos, porém não é o fato do seu conteúdo proferir um tipo de crença que estes não foram incluídos como úteis à pesquisa, e sim o fato de que nenhum desses se referia a luto em familiares cuidadores. Muitos desses abordavam temas como vida após a morte, referindo-se pessoa falecida, e outros sobre desencarnação.

De forma geral, se este conjunto fosse separado por temáticas nem todos os vídeos poderiam se encaixar, porém, duas são predominantes. Sendo a religiosa, contendo 3 vídeos, e a do medo com 3 vídeos também. E 2 não entram em nenhuma dessas categorias por se tratar de conteúdos aleatórios.

Sobre o medo, tema principal de todos os vídeos categorizados como utilizados, Lima e Machado (2018) afirmam que é um sentimento muito comum em cuidadores de pessoas com doenças progressivas, principalmente. Pois o fato de não poder fazer algo para mudar a situação atrelado ao pensamento de que a vida mudará sem a pessoa, mas não sendo possível mensurar como será essa mudança lhes causam medo (LIMA; MACHADO, 2018). Outro fator é a não compreensão do significado da morte pelos familiares, de acordo com as autoras, esta não compreensão potencializa o sentimento de medo.

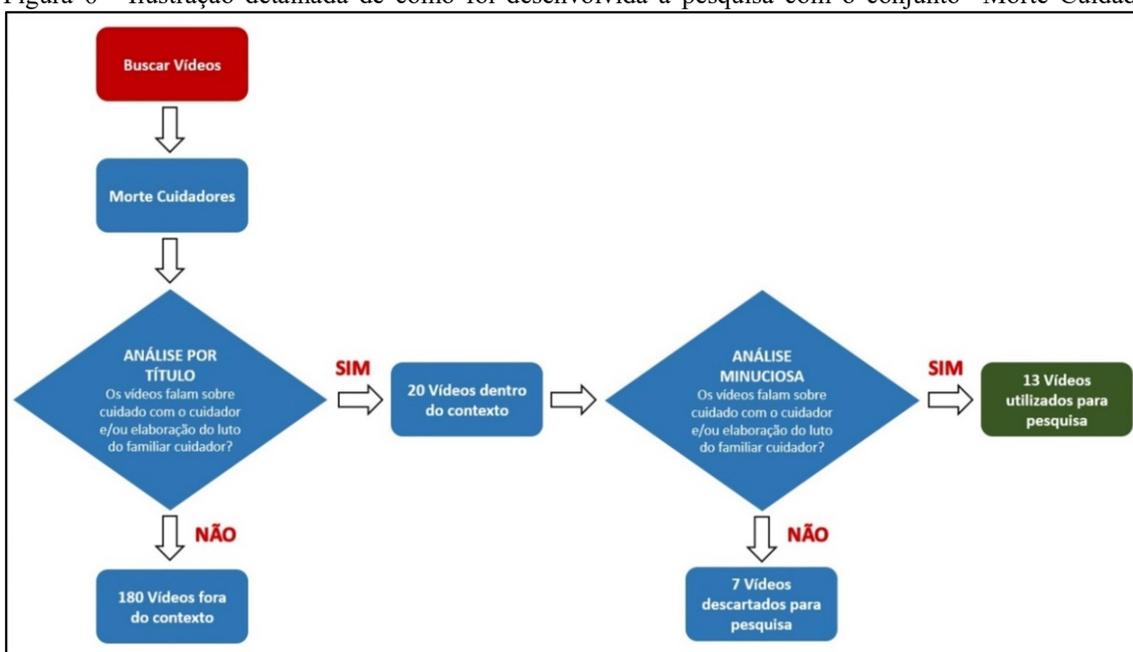
### 5.3 MORTE CUIDADORES

Os cuidadores estão a todo momento tendo que lidar com o luto. Dules e Simião (2015) afirmam que durante o processo de cuidar, as pequenas perdas que o familiar obtém são lutos a serem elaborados por seus cuidadores. O que difere quando o ente evolui a óbito é que acontece uma ruptura de contato físico, e as atividades desenvolvidas pelo cuidador para o bem-estar do familiar já não são mais necessárias (DULES; SIMIÃO, 2015).

[...] o luto não se refere tão somente a morte em si, mas as perdas impostas pelo adoecimento do seu ente. E a interrupção desse luto pode ser até prejudicial, já que é um processo inerente frente à perda de um objeto amado (DULES; SIMIÃO, 2015, p. 119).

Na figura 6 será apresentado os resultados referentes às buscas e análises realizadas com este conjunto de palavras.

Figura 6 - Ilustração detalhada de como foi desenvolvida a pesquisa com o conjunto “Morte Cuidadores”.



Fonte: Figura elaborada pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados.

A figura 6 representa que dos 100% (N=200) vídeos que passaram pela análise de títulos 90% (N=180) estavam fora do contexto, e 10% (N=20) estavam dentro do contexto e foram para a fase de AM. Desses 10% (N=20) vídeos que passaram para a próxima fase, 65% (N=13) foram classificados como utilizados e 35% (N=7) como descartados.

É importante ressaltar que neste conjunto de palavras apareceu pela primeira vez o fenômeno “repetição”, ou seja, quando pensado na pesquisa como um todo, alguns vídeos foram considerados repetidos pois já haviam sido analisados em conjuntos anteriores. Porém quando se pensa no conjunto aqui discutido o vídeo não é repetido.

Vale salientar também que, os vídeos que já foram analisados em conjuntos anteriores e foram classificados para a análise minuciosa neste conjunto também, foram novamente assistidos para eliminar qualquer dúvida de que realmente tratava-se do mesmo vídeo. Sendo que 6 vídeos se “repetiram” e desses, 3 foram utilizados para a pesquisa e 3 foram descartados. Estes estão assinalados no quadro 3, onde na categoria “conteúdo” faz-se um breve resumo sobre o vídeo assistido.

No quadro 3, que será exposto a seguir, estão de forma detalhada as principais informações dos vídeos, informações estas que foram colhidas na plataforma onde o vídeo está exposto – *YouTube*.

Quadro 3 - Ilustração do resultado da análise minuciosa com o conjunto de palavras “Morte Cuidadores”.

Nome e Canal	Utilizado / Descartado	Conteúdo	Ano	Interlocutor	Categoria	Curtidas e Visualizações	Duração do Vídeo
4º Curso sobre a morte e o morrer / Pro-Cura da ELA	Utilizado	A psicóloga palestrante fala sobre a morte e o morrer em um curso direcionado a pessoas portadoras do ELA, bem como a familiares, amigos e profissionais da saúde. Durante sua fala a psicóloga abre espaço para que os ouvintes participem, se tornando assim uma troca de experiências sobre a vida e a morte.	2019	Vânia de Castro Moreira – Psicóloga	Sem fins lucrativos/ativismo	108 Visualizações / 10 Curtidas	2:36:16
Cuidadores da vida – parte 1 / José Raimundo Gomes	Utilizado	O interlocutor fala do cuidado em diversas fases da vida, desde o momento do nascimento até a velhice, e distingue o tipo de cuidado requerido em cada fase. Fala ainda dos prejuízos que a falta do cuidado pode causar.	2013	José Raimundo Gomes – Psicólogo	Ciência e Tecnologia	581 Visualizações / 16 Curtidas	6:25
Cuidadores da vida – parte 2 / José Raimundo Gomes	Utilizado	O Psicólogo dá continuidade ao vídeo anterior falando do cuidador de pessoas, todas as pessoas e não apenas idosos, enfatiza-o. Fala ainda da profissão cuidador e dá dicas de como lidar com as situações, dicas válidas para cuidadores profissionais e não profissionais.	2013	José Raimundo Gomes – Psicólogo	Ciência e Tecnologia	332 Visualizações / 16 Curtidas	5:35
Cuidadores da vida – parte 3 / José Raimundo Gomes	Utilizado	O Psicólogo fala ao longo do vídeo sobre os sentimentos emergentes na velhice e como os cuidadores devem lidar com isso.	2013	José Raimundo Gomes – Psicólogo	Ciência e Tecnologia	286 Visualizações / 7 curtidas	7:03
2 Sentimentos e emoções do cuidador / filmesadvita	Descartado	Vídeo já utilizado e descartado em análise anterior, e portanto descartado para análise com essa combinação de palavras.	2016	Várias pessoas sem identificação	Pessoas e Blogs	3.218 Visualizações / 40 Curtidas	20:26
Live de psicologia - cuidando do cuidador: aspectos psicológicos do cuidar / Pró-Cura da	Utilizado	A psicóloga fala sobre a importância da comunicação entre o familiar adoecido e o cuidador, bem como com os demais familiares. Em seguida a psicóloga começa a responder às perguntas enviadas pelos internautas.	2018	Daniela Morgan – Psicóloga	Sem Fins Lucrativos/ativismo	287 Visualizações / 12 curtidas	1:18:09

ELA							
Cuidar dos cuidadores (diana Valadares)	Descartado	Trata-se de um Playlist com vários outros vídeos inclusos. Portanto não possui as informações necessárias para o preenchimento dos campos a seguir.	-	-	-	-	-
Fala, doutor: Ana Paula Fujisaka: o familiar cuidador e o processo de fim de vida/ UNIVESP	Utilizado	Vídeo já utilizado em análise anterior e portanto descartado para análise com essa combinação de palavras.	2014	Ana Paula Fujisaka – Psicóloga	Educação	1.314 Visualizações / 16 Curtidas	29:54
Dica #7-Como lidar com situações inesperadas-síndrome do cuidador / Tercia Sharpe	Utilizado	Tercia fala sobre estudos realizados nos Estados Unidos que diz que os cuidadores familiares têm maior propensão que outras pessoas de desenvolverem doenças crônicas e até morrerem antes da pessoa cuidada.	2017	Tercia Sharpe – Enfermeira consultora de cuidados paliativos	Pessoas e Blogs	94 Visualizações / 2 curtidas	4:19
O legado do cuidador da família / Cristina Cairo Oficial	Utilizado	Cristina Cairo fala sobre o “dom” de cuidar através da ótica espiritual, usando metáforas para ilustrar a importância que o cuidador tem na vida da pessoa que recebe os cuidados.	2018	Cristina Cairo	Educação	27.142 Visualizações / 1,9 mil curtidas	23:13
Cuidadores / tvsentidos	Utilizado	No vídeo, que é parte de uma reportagem, são retratadas diferentes situações que o cuidador deve desempenhar, contando ainda com o depoimento de profissionais e de pessoas que recebem o cuidado.	2010	Vários entrevistados	Sem fins lucrativos/ativismo	12.458 Visualizações / 78 curtidas	6:30

Cuidando do cuidador / tjr notícias	Descartado	Reportagem sobre um curso oferecido pelo Tribunal de Justiça de Rondônia aos profissionais que lidam com o serviço de violência humana, refletindo sobre a importância de se cuidar antes de oferecer cuidados, além de técnicas de relaxamento para esses profissionais.	2012	Adalberto Barreto – Psiquiatra	Sem fins lucrativos/ativismo	7.898 Visualizações / 91 Curtidas	2:54
Relação cuidadores familiares / Filmesadvita	Descartado	Vídeo já utilizado e descartado em análise anterior e portanto descartado para análise com essa combinação de palavras.	2016	Não identificado	Pessoas e Blogs	1.141 Visualizações / 9 curtidas	16:17
Cuidados com o cuidador / Dr. Luís Guilherme de Oliveira Labinas	Utilizado	Vídeo já utilizado em análise anterior e portanto descartado para análise com essa combinação de palavras.	2017	Luís Guilherme de Oliveira Labinas – Médico Psiquiatra	Pessoas e Blogs	3.827 Visualizações / 235 Curtidas	3:52
Home Angels – Cuidadores de pessoas / Câmera Brasil	Descartado	Vídeo já utilizado e descartado em análise anterior e portanto descartado para análise com essa combinação de palavras.	2018	Deborah L. Rodrigues – Diretora Home Angels Cabral	Pessoas e Blogs	835 Visualizações / 65 curtidas	10:58
cuidadores informais – Cascais cuida / Canal Cascais	Descartado	Trata-se de uma montagem com vários depoimentos de cuidadoras. Vídeo em idioma estrangeiro.	2018	Várias pessoas	Notícias e Política	444 Visualizações / 10 Curtidas	8:09
Quem cuida do cuidador resumido / Convivendo com o Alzheimer	Utilizado	Vídeo já utilizado em análise anterior e portanto descartado para análise com essa combinação de palavras.	2017	Fernando Aguzzoli – Neto e Cuidador. Fernanda Alves Gouveia Paulino – Psicóloga.	Pessoas e Blogs	13.734 Visualizações / 663 Curtidas	13:14

O papel do cuidador e do cuidado / AMEO Medula óssea	Utilizado	Na palestra a psicóloga Andréa fala de como o cuidador age com o familiar, com o intuito de fazer o bem e acaba, por vezes, sufocando o familiar adoecido.	2017	Andréa Cristina da Silva – Psicóloga.	Sem fins lucrativos/ativismo	1.606 Visualizações / 31 Curtidas	32:30
Cuidando do cuidador – parte 1 / Marília Othero	Utilizado	A terapeuta traz dicas aos familiares cuidadores de como cuidar, ressalta ainda a importância de cuidar de si em primeiro lugar, para que assim consiga oferecer cuidados.	2018	Marília Othero – Terapeuta Ocupacional	Educação	542 Visualizações / 13 Curtidas	6:07
Cuidador de pessoas: quem é, o que faz? /Life first	Descartado	Propaganda de agência de cuidadores.	2011	Cláudia Mancini	Ciência e Tecnologia	12.972 Visualizações / 71 curtidas	2:29

Fonte: Quadro elaborado pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados.

Este quadro diferentemente dos demais quadros apresentados até aqui (1 e 2) não possibilita que os vídeos sejam classificados em temáticas de assuntos prevalentes, pois estes abordam conteúdos diversos e sem ligação direta um com o outro, diferentemente do conjunto anterior.

Outra informação relevante e que aparece novamente neste conjunto também, é a falta de foco nos cuidadores que estão em período de pós-morte, sendo que a maioria dos vídeos focam apenas no momento em que o familiar cuidador está se doando para o outro, e apenas em pequenos trechos dos vídeos utilizados é que falam sobre a vivência e/ou elaboração do luto do familiar cuidador. Sendo ainda uma temática pouco visualizada, principalmente pelos profissionais e membros das comunidades acadêmicas, que são os maiores produtores de saber teórico e técnico.

O tema “cuidador de pessoas” sem rótulos e idades específicas foi abordado em parte de um dos vídeos utilizados para a pesquisa neste conjunto de palavras. Tema este que pouco se é mencionado, tanto nos vídeos como em literaturas pesquisadas ao longo do desenvolvimento da pesquisa e é de suma importância, pois nem sempre uma pessoa que recebe cuidados, tem que, necessariamente, possuir um rótulo ou encaixar-se em uma faixa etária específica.

Outro dado importante observado nos vídeos é o fator comunicação, especialmente do cuidador com a pessoa que recebe os cuidados. Durante as análises foi possível observar que na maioria das famílias não há uma comunicação exitosa, e assim muitas vezes essa falta de comunicação causa desconforto, principalmente ao recebedor dos cuidados. O que pode acontecer também é o excesso de cuidado sufocar o ente necessitado. Nos vídeos analisados é aludido ainda que esta deficiência parte de ambos, porém principalmente do cuidador, que acaba reproduzindo este comportamento de não comunicar-se habilidosamente com os demais familiares.

#### **5.4 SUPORTE PÓS-MORTE**

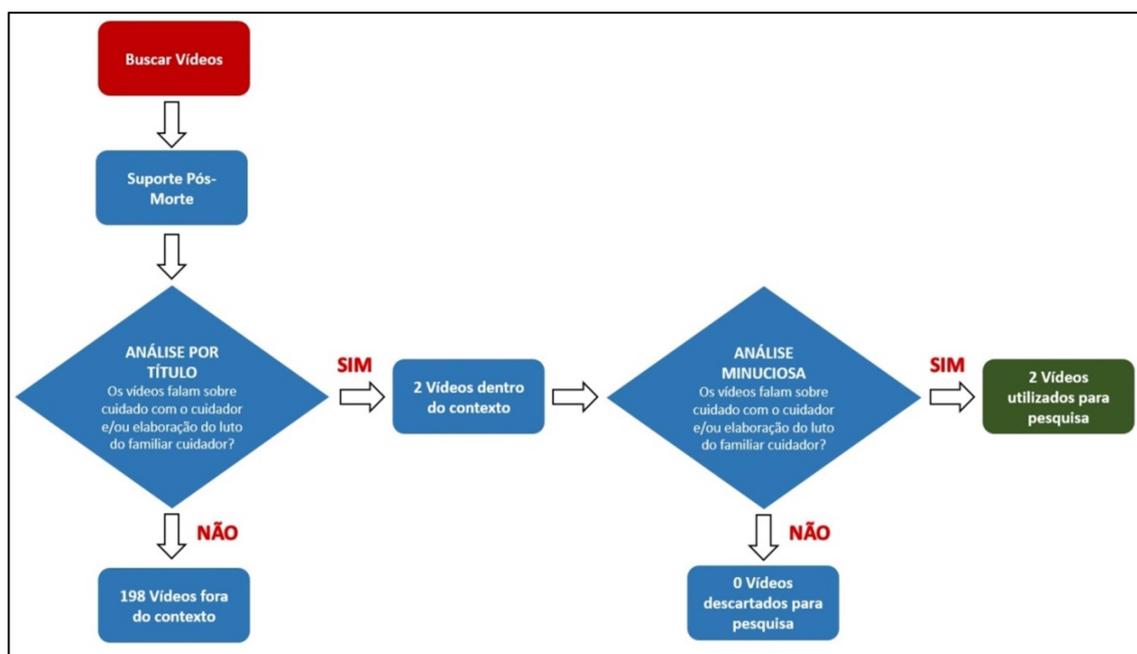
O fato da morte ainda ser um assunto censurado no dia-a-dia da sociedade atual traz consigo inúmeros prejuízos às vidas das pessoas, pois o ato de negar algo que é esperado para todos os viventes faz com que o familiar não desenvolva habilidades necessárias para lidar com esta realidade quando de fato acontecer. Outro prejuízo advindo desta censura, e que já foi mencionado no capítulo 4, é o distanciamento de amigos e familiares da pessoa

enlutada pela falta de habilidades em falar sobre morte e na expressão de sentimento negativos (PARKES, 1996).

Soares e Mautoni (2013) afirmam que o período de pós-morte é um dos momentos onde o familiar cuidador enlutado sofre maior abandono social e familiar, pois cada um dos familiares tem uma crise para resolver e muitos dos amigos se afastam por não saber como se comportar frente a esta temática, acabando o familiar com pouco ou nenhum suporte (PARKES, 1996; MARQUES, 2015).

A seguir será exposta uma figura e um quadro sobre o quarto conjunto de palavras pesquisado: “Suporte Pós-Morte”, bem como a discussão dos resultados obtidos. A figura 7 ilustra como foi realizada as etapas da pesquisa para este conjunto de palavras.

Figura 7 - Ilustração detalhada de como foi desenvolvida a pesquisa com o conjunto “Suporte Pós-Morte”.



Fonte: Figura elaborada pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados.

Neste conjunto de palavras, como ilustrado na figura 7, apenas 1% (N=2) dos 100% (N=200) de vídeos que passaram pela análise de títulos foi para a fase de AM. Na fase de AM todo o 1% (N=2) foi utilizado para a pesquisa, ou seja, 99% (N=198) dos vídeos resultantes da busca estavam fora do contexto da pesquisa.

Aqui novamente ocorre o fenômeno “repetição”, visto que o primeiro vídeo analisado neste conjunto de palavras já havia sido analisado anteriormente. Sendo que este foi assistido novamente para que não houvesse dúvidas quanto ao seu conteúdo.

A partir da realização das análises por título, é possível ver que os vídeos, em sua maioria, falavam sobre política, suporte para animais e trechos de animes onde os personagens morreram. Foi observado ainda a existência de muitos vídeos de conteúdo religioso, de diversas crenças diferentes, os quais falavam de vida após a morte ou de uma outra dimensão depois desta vida, discutindo escatologicamente o destino de uma pessoa após sua morte.

Outro resultado que também foi gerado a partir das análises por título, neste conjunto, é o: “como proceder com o corpo do falecido após a constatação da morte”. Foi possível observar ainda, vídeos de entrevistas de fãs lamentando a morte de seus ídolos, assim como notícias sobre a morte de alguma pessoa.

A seguir será apresentado visualmente o quadro 4, este contém a descrição detalhada dos dois vídeos resultantes das análises realizadas para este conjunto de palavras.

Quadro 4 - Resultado da análise minuciosa com o conjunto de palavras “Suporte Pós-Morte”.

<b>Nome e Canal</b>	<b>Utilizado/ Descartado</b>	<b>Conteúdo</b>	<b>Ano</b>	<b>Interlocutor</b>	<b>Categoria</b>	<b>Curtidas e Visualizações</b>	<b>Duração do Vídeo</b>
A morte é um dia que vale a pena viver / Tedx Talks	Utilizado	Vídeo já utilizado em análise anterior e portanto descartado para análise com essa combinação de palavras.	2013	Ana Claudia Quintana – Arantes – Geriatra	Sem fins lucrativos/ativismo	2.048.339 Visualizações / 46 mil curtidas	18:09
Como vivenciei meu luto após a morte do meu filho / Letícia Murta	Utilizado	Letícia fala de sua experiência após a perda de seu filho, Francisco. Ela fala da importância de experienciar todas as fases, mesmo que seja um processo doloroso, ressaltando ainda que ter uma rede de apoio foi fundamental para que ela não tirasse sua própria vida. Letícia resalta que seus cachorros são de fundamental importância em seu processo de elaboração do luto.	2016	Letícia Murta – Jornalista	Pessoas e Blogs	9.878 Visualizações / 327 Curtidas	10:24

Fonte: Quadro elaborado pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados.

Após a realização da AM dos dois vídeos que resultaram da análise de títulos e aparecem descritos no quadro 4, os dois foram classificados como utilizados na pesquisa, visto que ambos se referem em algum momento sobre o foco da pesquisa. Destes, um já havia sido analisado em conjuntos anteriores, e foi novamente assistido para que não restassem dúvidas de que se tratava do mesmo conteúdo.

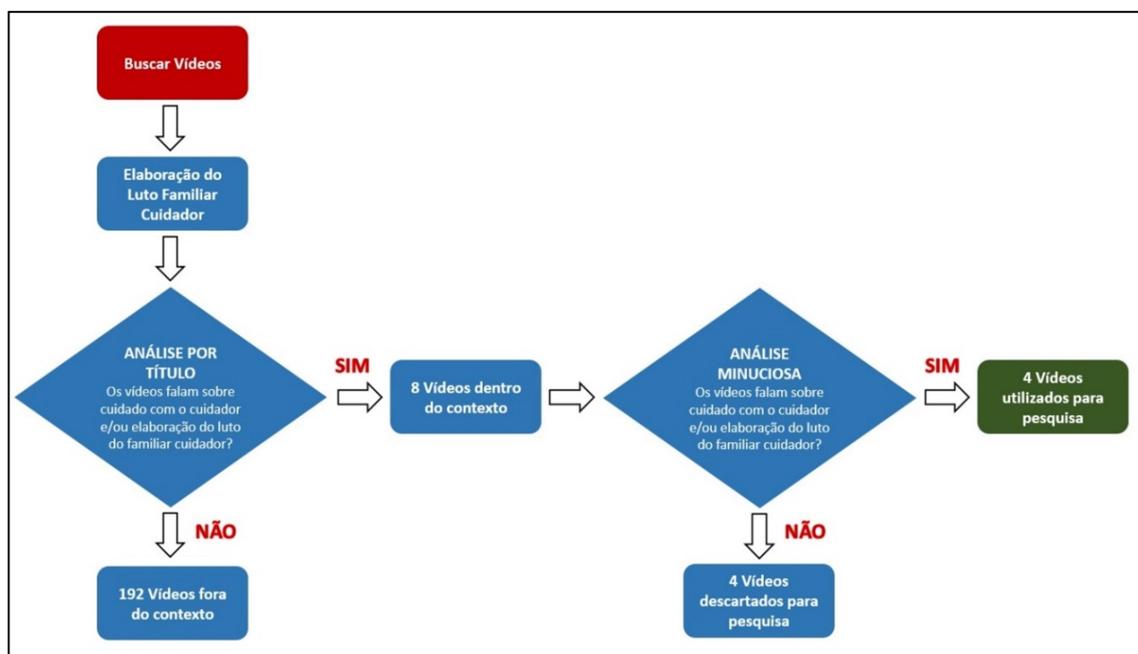
No vídeo intitulado “Como vivenciei meu luto após a morte do meu filho”, uma mãe traz a experiência do luto pela morte do filho e contempla muito bem o tema suporte pós-morte. Considerando que este tema foi o que teve o menor número de vídeos selecionados, é válido ressaltar o fato de que foi o único que, dos vídeos selecionados, utilizaram-se todos. Contendo ainda vídeos que falam diretamente do assunto pesquisado (suporte pós-morte) de forma clara e objetiva, diferentemente dos demais conjuntos de palavras analisados até aqui.

### **5.5 ELABORAÇÃO DO LUTO FAMILIAR CUIDADOR**

O vínculo que é estabelecido entre o familiar que recebe cuidados e o familiar que oferta os cuidados, é de suma importância no momento de elaborar o luto pela morte do ente que se foi. Diferentemente dos demais familiares, o familiar cuidador, pelo fato de ter toda uma rotina junto àquele que recebia seus cuidados e considerando ainda a sobrecarga que o cuidado lhe gera, possui uma grande chance de não elaborar de forma saudável este luto, podendo este vir a se tornar crônico ou até mesmo patológico (ENCARNAÇÃO; FARINASSO, 2014; MARTINS, 2015).

A seguir, será abordado sobre o quinto e último conjunto de palavras pesquisado: “Elaboração do Luto Familiar Cuidador”. A figura 8, exposta a seguir, tem o intuito de explicitar o passo a passo da pesquisa, e mostrar que, quando o material da pesquisa passou pela análise de títulos seguindo a quantidade estabelecida como critério (100%= (N=200)), apenas 4% (N=8) vídeos estavam dentro do contexto da pesquisa e passaram para a fase de AM. Além disso, 96% (N=192) vídeos foram descartados, pois não se encontravam dentro do contexto da pesquisa.

Figura 8- Ilustração detalhada de como foi desenvolvida a pesquisa com o conjunto “Elaboração do Luto Familiar Cuidador”.



Fonte: Figura elaborada pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados.

Dos 4% (N=8) vídeos selecionados para a fase de AM, 50% (N=4) foram utilizados e 50% (N=4) foram descartados da pesquisa, ou seja, na fase de AM, os 4% (N=8) se tornaram 100%.

Vale ainda ressaltar que novamente ocorreu o fenômeno “repetição”, na mesma lógica citada na discussão do conjunto “Morte Cuidadores”. Dessa forma, 50% (N=4) dos vídeos já haviam sido analisados em conjuntos anteriores e foram novamente assistidos e analisados.

A seguir, o quadro cinco, expõe informações detalhadas dos vídeos, resultantes da análise com este conjunto de palavras.

Quadro 5 - Ilustração do resultado da análise minuciosa com o conjunto de palavras “Elaboração do Luto Familiar Cuidador”.

Nome e Canal	Utilizado / Descartado	Conteúdo	Ano	Interlocutor	Categoria	Curtidas e Visualizações	Duração do Vídeo
2 Sentimentos e emoções do cuidador / filmesadvita	Descartado	Vídeo já utilizado e descartado em análise anterior e portanto descartado para análise com essa combinação de palavras.	2016	Várias pessoas sem identificação	Pessoas e Blogs	3.218 Visualizações / 40 Curtidas	20:26
O cuidador não aguenta mais!! / Psicóloga Daniela da Silva.	Utilizado	Vídeo já utilizado em análise anterior e portanto descartado para análise com essa combinação de palavras.	2018	Daniela da Silva - Psicóloga	Pessoas e Blogs	2.366 Visualizações / 175 Curtidas	5:19
5 Passos para a superação / Cantinho da Sinapsi	Descartado	Vídeo já utilizado e descartado em análise anterior e portanto descartado para análise com essa combinação de palavras.	2019	Marília Paschoal – Enfermeira	Pessoas e Blogs	72 Visualizações / 12 curtidas	18:19
Como superar o luto / Marinalva Callegario	Utilizado	Marinalva fala de experiências pessoais com o luto, pois perdeu a os pais, um de forma repentina e o outro de maneira “anunciada”. Ela faz uma diferenciação da dor sentida nessas duas situações e ressalta que a gratidão pelo tempo vivido com essas pessoas é o que lhe conforta e minimiza sua dor.	2017	Marinalva Callegario - Coach	Pessoas e Blogs	21.987 Visualizações / 1,9 mil curtidas	5:42
Como lidar com a morte de um familiar, como eu enfrentei isso / Felipe	Descartado	Vídeo já utilizado e descartado em análise anterior e portanto descartado para análise com essa combinação de palavras.	2018	Felipe – Coach	Pessoas e Blogs	4.103 Visualizações / 755 Curtidas	7:36

Marx SB							
Em família- o luto de cada um / Canal Saúde Oficial	Utilizado	O vídeo é um bate papo entre três profissionais de diferentes áreas que fala sobre diferentes tipos de luto. Foi abordado o luto por morte, o luto por perda de um vínculo empregatício e o luto por ser estéril.	2015	Ana Campitelli – Psiquiatra; Everaldo Braga – Arquiteto; Denise Thomé – Ambientalista.	Educação	1.423 Visualizações / 21 curtidas	26:37
Meditação – vivenciar o luto com conforto / Keli Soares	Utilizado	A interlocutora guia o ouvinte em uma meditação onde ela fala sobre vivenciar o luto, apontando algumas fases do luto.	2017	Keli Soares	Comédia	2.891 Visualizações / 94 curtidas	16:20
Cuidadores de enfermos / Notiséis 360 PR	Descartado	O vídeo contém estrangeirismo na língua.	2013	Não identificado	Notícias e Política	518 Visualizações / 2 Curtidas	2:44

Fonte: Quadro elaborado pela autora com base nos resultados da pesquisa de vídeos que foram analisados.

Em relação ao quadro cinco, é possível apontar que os vídeos classificados como “utilizados”, possuem duas temáticas predominantes, sendo elas: o compartilhar da experiência e, o autocuidado em relação ao cuidador.

Na busca realizada com o conjunto de palavras, ao fazer a análise de títulos, foi possível observar que os resultados da busca não seguiam uma mesma lógica de assuntos, não sendo possível classificar, como nos demais conjuntos.

Sobre o ato de compartilhar experiências, Dules e Simião (2015) afirmam que este compartilhar, pode ser significativo ao familiar enlutado, podendo vir a ser até mesmo terapêutico, visto que é um momento onde esse familiar tem a percepção, que não apenas ele vivencia fases tão difíceis. Esta troca pode gerar ainda, o sentimento de esperança na superação, pois se outras pessoas sobrevivem a isto, ele também poderá conseguir.

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A pesquisa realizada analisou os recursos midiáticos disponíveis na plataforma eletrônica de vídeos *Youtube*, para o público de familiares cuidadores, enlutados pela morte do ente que ofereciam cuidados. Com esta pesquisa foi possível concluir, que pouco se é falado sobre a morte e o luto de forma geral, devido ao fato deste ser um assunto proibido na sociedade. Se tratando especificamente de elaboração do luto do familiar cuidador, os resultados são ainda menores, sendo quase escassos vídeos e literaturas que se voltem em específico para este público, assim como a assistência oferecida é mínima.

Na realização da pesquisa alguns critérios foram estabelecidos, bem como um intervalo temporal para a realização da mesma. Sendo assim, visto que a ferramenta utilizada está em constante atualização, se a pesquisa for reproduzida posteriormente é provável que novos vídeos resultem da busca, pois podem ter sido inseridos após o intervalo temporal utilizado aqui.

Foi observado durante as análises dos vídeos que a discussão sobre o luto aparece de forma ampla, sem um foco ou público específico. Outro dado importante é o fato de que muitas informações estão repetidas nos vídeos. Em alguns momentos da pesquisa, os mesmos vídeos apareceram, porém, não são considerados repetidos pelo fato de não estarem no mesmo conjunto. Foi observada ainda uma tendência de

predominação dos vídeos que falam sobre o cuidado com o cuidador, quando o familiar ainda encontra-se com vida.

A partir do que foi descrito anteriormente, é possível verificar que tal pesquisa possui uma grande relevância social e acadêmica, visto que o tema abordado possui uma grande escassez de estudos, com poucas pesquisas e trabalhos acadêmicos que se refiram a este assunto. Ou seja, se não é estudado, também é pouco falado. É importante que este tema seja melhor discutido pela sociedade acadêmica, para que assim este tabu tenha a possibilidade de ser, aos poucos, reduzido. É pertinente ressaltar também, que essa escassez de materiais, pode estar vinculada a falta de fomento por parte das instituições e colaboradores.

Outro dado que se faz interessante ressaltar, são as mídias sociais como dispositivos de cuidado para pessoas em luto. Nesse sentido, é plausível frisar que existem algumas contas na rede social *Instagram*, que postam textos sobre o assunto e possibilitam o acontecimento de cursos e rodas de conversas, bem como, interação através de comentários nas publicações. Portanto, é possível citar as seguintes contas como exemplo: Luto do homem, Acolhe com amor, Casa do cuidar, Fundação Elizabeth Kubler-Ross, Reabme, Do Luto à Luta e Jornada Goiana Sobre o Luto.

Assim sendo, sugere-se que se desenvolvam outras pesquisas voltadas para este público, que tanto precisa. Uma possível forma de continuar dando visibilidade a estes, é realizando uma pesquisa de campo, onde seja possível ouvir suas experiências e assim tornar este campo de trabalho mais rico e desenvolver estratégias para trabalhar de forma mais assertiva com tal público.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHISTRIC ASSOCIATION (Porto Alegre). **Manual diagnóstico e estatístico de transtorno: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. 948 p. Tradução de: Maria Inês Corrêa Nascimento... et al..

ARANTES, Ana Claudia de Lima Quintana. **A morte é um dia que vale a pena viver**. Rio de Janeiro: Sextante, 2019. 192 p.

BASSO, Lissia Ana; WAINER, Ricardo. Luto e perdas repentinas: Contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, Porto Alegre - Rs, v. 1, n. 7, p.35-43, 05 set. 2011. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtc/v7n1/v7n1a07.pdf>>. Acesso em: 08 jun. 2019.

BELLATO, Rosenev; CARVALHO, Emília Campos de. O JOGO EXISTENCIAL E A RITUALIZAÇÃO DA MORTE. **Rev Latino-am Enfermagem**, N.i, v. 1, n. 13, p.99-104, fev. 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v13n1/v13n1a16.pdf>>. Acesso em: 08 nov. 2019.

BITTENCOURT, Ana Luiza Portela; QUINTANA, Alberto Manuel; VELHO, Maria Teresa Aquino de Campos. A perda do filho: luto e doação de órgãos. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 28, n. 4, p.435-442, out. 2011.

BORGES, Alini Daniéli Viana Sabino et al. PERCEPÇÃO DA MORTE PELO PACIENTE ONCOLÓGICO AO LONGO DO DESENVOLVIMENTO. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 11, n. 2, p.361-369, ago. 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/pe/v11n2/v11n2a14.pdf>>. Acesso em: 09 nov. 2019.

BOZARTH-CAMPBELL, Allá. **O mundo interno diante da morte: a elaboração do luto**. Disponível em: <[https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/34467/34467\\_4.PDFXXvmi=5MhdrHLo4DcBjDiCZ5aAxcCtbW0sQmhW9zbBhW11BdWURfxQllqTU4n72oATLSQUR2wJ0x5BM3wEj5uFNWzJ2xR4msx9IP4NSBxSaEuWH2C177HV5hG7fxcD1bMm1RbTtJNEiC6lf8snPps76BnFN1GZO41HgVb0JQo3tuoJDS8sjBBpdZ611M1QR2x8xJ9IBxL53bPH5xpbAMQNMWONKQECSsLRWUAxsmEwztfFsQ53dVQ1SGODwtgqG2iDWTc](https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/34467/34467_4.PDFXXvmi=5MhdrHLo4DcBjDiCZ5aAxcCtbW0sQmhW9zbBhW11BdWURfxQllqTU4n72oATLSQUR2wJ0x5BM3wEj5uFNWzJ2xR4msx9IP4NSBxSaEuWH2C177HV5hG7fxcD1bMm1RbTtJNEiC6lf8snPps76BnFN1GZO41HgVb0JQo3tuoJDS8sjBBpdZ611M1QR2x8xJ9IBxL53bPH5xpbAMQNMWONKQECSsLRWUAxsmEwztfFsQ53dVQ1SGODwtgqG2iDWTc)>. Acesso em: 19 abr. 2019.

CAMPOS, Maria Teresa Fialho de Sousa. **A influência do luto no comportamento alimentar e suas implicações nas condutas nutricionais**. 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v18n9/v18n9a32.pdf>>. Acesso em: 30 abr. 2019.

CARVALHO, Anabela Cristina S. F. de et al. **Processo De Luto: Um Olhar Sobre a Família/Cuidador Informal**. Disponível em: <[https://www.esenfc.pt/event/event/abstracts/exportAbstractPDF.php?id\\_abstract=4733&id\\_event=97](https://www.esenfc.pt/event/event/abstracts/exportAbstractPDF.php?id_abstract=4733&id_event=97)>. Acesso em: 30 abr. 2019

CATERINA, Marlene de Carvalho. **O Luto: Perdas e Rompimento de Vínculos**. Associação Psicanalítica do Vale da Paraíba - Módulo 28. Disponível em: <<https://docplayer.com.br/3802781-O-luto-perdas-e-rompimento-de-vinculos.html>>. Acesso em: 01 maio 2019.

DELALIBERA, Mayra et al. Sobrecarga no cuidar e suas repercussões nos cuidadores de pacientes em fim de vida: revisão sistemática da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 20, n. 9, p.2731-2747, set. 2015. FapUNIFESP (SciELO). <<http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232015209.09562014>> Acesso em 18 Abr. 2019.

DULES, Thayse Maria Ferreira; SIMIÃO, Fernanda Cristina Nunes. O ABALO NA VIDA DO CUIDADOR AO LIDAR COM UM ENTE COM CÂNCER EM FASE FINAL: CONSIDERAÇÕES PSICANALÍTICAS SOBRE O LUTO, MELANCOLIA E O TRAUMA. **Perspectivas em Psicologia**, S.i., v. 19, n. 1, p.115-128, jun. 2015.

ENCARNAÇÃO, Juliana Fiorim da; FARINASSO, Adriano Luiz da Costa. A família e o familiar cuidador de pacientes fora de possibilidades terapêuticas: uma revisão integrativa. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, [s.l.], v. 35, n. 1, p.137-148, 17 jun. 2014. Universidade Estadual de Londrina. <<http://dx.doi.org/10.5433/1679-0367.2014v35n1p137>> Acesso em: 18 Abr. 2019.

FERENHOF, Helio Aisenberg. FERNANDES, Roberto Fabiano. DESMISTIFICANDO A REVISÃO DE LITERATURA COMO BASE PARA REDAÇÃO CIENTÍFICA: MÉTODO SSF Revista. **ACB: Biblioteconomia em Santa Catarina**, Florianópolis, SC: v. 21, n. 3, p. 550-563, ago./Nov. 2016.

FERNANDES, Carla Sílvia; ANGELO, Margareth. Family caregivers: what do they need? An integrative review. **Revista da Escola de Enfermagem da Usp**, [s.l.], v. 50, n. 4, p.675-682, ago. 2016. FapUNIFESP (SciELO). <<http://dx.doi.org/10.1590/s0080-623420160000500019>> Acesso em: 05 de Mar. 2019.

FUJISAKA, Ana Paula. **O familiar cuidador e o processo de fim de vida e morte de seu ente querido**: uma compreensão fenomenológica. 2014. 490 f. Tese (Doutorado) - Curso de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47131/tde-28112014-111303/pt-br.php>>. Acesso em: 19 mar. 2019.

GONZAGA, Ludymilla Zacarias Martins; PERES, Rodrigo Sanches. **ENTRE O ROMPIMENTO CONCRETO E A MANUTENÇÃO SIMBÓLICA DO VÍNCULO: PARTICULARIDADES DO LUTO DE CUIDADORES FAMILIARES DE PORTADORES DE DOENÇAS CRÔNICO-DEGENERATIVAS**. 2012. Revista do NESME, vol. 9, núm. 1, 2012, pp. 10-17. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139428662003>>. Acesso em: 07 abr. 2019.

KOVÁCS, Maria Júlia. **Morte e Desenvolvimento Humano**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1992.

KOVÁCS, Maria Julia. Desenvolvimento da Tanatologia: estudos sobre a morte e o morrer. **Paidéia**, S.i., v. 18, n. 41, p.457-468, out. 2008. Disponível em: <[www.scielo.br/paideia](http://www.scielo.br/paideia)>. Acesso em: 27 ago. 2019.

KUBLER-ROSS, Elisabeth. **Sobre a morte e o morrer**: o que os doentes tem para ensinar a médicos, enfermeiras, religiosos e aos seus próprios parentes. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1996.

LIMA, Carolina Peres de; MACHADO, Mariana de Abreu. Cuidadores Principais Ante a Experiência da Morte: Seus Sentidos e Significados. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [s.l.], v. 38, n. 1, p.88-101, mar. 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703002642015>.

LOPES, Anchyses Jobim. **Luto e melancolia versus Distímia**. 2009. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-34372009000100002](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-34372009000100002)>. Acesso em: 30 abr. 2019.

MARTINS, Kennedy Gomes. **A APLICAÇÃO DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DE LUTO**. 2015. 36 f. Monografia (Especialização) - Curso de Terapia Cognitivo-comportamental, Centro de Estudos em Terapia Cognitivo-comportamental (cetcc), São Paulo, 2015.

MARQUES, Marlene. **LUTO E SAÚDE MENTAL**. 2015. Disponível em: <<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0851.pdf>>. Acesso em: 18 Mar. 2019

MEIRA, Edmeia Campos et al. Women's experiences in terms of the care provided to dependent elderly: gender orientation for care. **Escola Anna Nery - Revista de Enfermagem**, [s.l.], v. 21, n. 2, p.1-8, 2017. GN1 Genesis Network. <http://dx.doi.org/10.5935/1414-8145.20170046>.

MUYLAERT, Camila Junqueira; DELFINI, Patricia Santos de Souza; REIS, Alberto Olavo Advincula. Relações de gênero entre familiares cuidadores de crianças e adolescentes de serviços de saúde mental. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 25, n. 1, p.41-58, mar. 2015. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-73312015000100004>.

PARKES, Colin Murray. **Luto: Estudo sobre perda na vida adulta**. 3. ed. Nova York: Summus Editorial, 1996. 289 p. Tradução de: Maria Helena Franco.

PAZES, Maria; NUNES, Lucília; BARBOSA, António. Factors influencing the experience of the terminal phase and the grieving process: the primary caregiver's perspective. **Revista de Enfermagem Referência**, [s.l.], v. , n. 3, p.95-104, 12 dez. 2014. Health Sciences Research Unit: Nursing. <http://dx.doi.org/10.12707/rrii12135>.

PEREIRA, Joselaine Cordeiro. **Trabalho e comportamento humano na visão biopsicossocial**. E-Tec Brasil – Psicologia do Trabalho. Disponível em: <[http://proedu.rnp.br/bitstream/handle/123456789/604/Aula\\_10.pdf?sequence=10&isAllowed=y](http://proedu.rnp.br/bitstream/handle/123456789/604/Aula_10.pdf?sequence=10&isAllowed=y)>. Acesso em: 30 abr. 2019.

RAMOS, Vera Alexandra Barbosa. **O PROCESSO DE LUTO**. 2016. Disponível em: <<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1021.pdf>>. Acesso em: 22 abr. 2019.

RANGÉ, Bernard e et al. **Psicoterapias cognitivas-comportamentais: um diálogo com a psiquiatria**. 2. ed. São Paulo: Artmed Editora, 2011. 974 p.

ROCHA, Michel Patrick Fonseca; VIEIRA, Maria Aparecida; SENA, Roseni Rosângela de. Desvelando o cotidiano dos cuidadores informais de idosos Desvelando o cotidiano dos cuidadores informais de idosos. **Revista Brasileira de Enfermagem**,

Montes Claros, Mg, v. 6, n. 61, p.801-808, dez. 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reben/v61n6/a02v61n6>>. Acesso em: 03 out. 2019.

ROTHER, Edna Terezinha. **Revisão sistemática X revisão narrativa**. Acta paul. Enferm. São Paulo, v. 20, n. 2, p. v-vi, 2007.

SILVA, Adriana Cardoso de Oliveira e; NARDI, Antonio Egidio. **Terapia cognitivo-comportamental para luto pela morte súbita de cônjuge**. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rpc/v38n5/a10v38n5.pdf>>. Acesso em: 04 abr. 2019.

SOARES, Edirrah Gorett Bucar; MAUTONI, Maria Aparecida de Assis Gaudereto. **Conversando sobre o luto**. São Paulo: Ágora, 2013. 93 p.

TINOCO, Valéria. **O Luto como Vivemos::** Educação para Morte. 2003. Disponível em: <[www.4estacoes.com](http://www.4estacoes.com)>. Acesso em: 18 abr. 2019.

VILHENA, Maria Angela. Os Mortos estão Vivos: traços da religiosidade brasileira. **Revista de Estudos da Religião**, N.i, v. 3, n. 3, p.103-131, dez. 2004.

YAMASHITA, Cintia Hitomi et al. Associação entre o apoio social e o perfil de cuidadores familiares de pacientes com incapacidades e dependência. **Revista da Escola de Enfermagem da Usp**, [s.l.], v. 47, n. 6, p.1359-1366, 1 dez. 2013. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0080-623420130000600016>.

## APÊNDICES

APÊNDICE A – Quadros com os *Links* de acesso aos vídeos do *YouTube*,  
separados por conjuntos de palavras.

Luto Cuidadores

Nº	Nome do Vídeo	Link de Acesso
1	Cuidando de quem cuida	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Fr5WQEyPr4c">https://www.youtube.com/watch?v=Fr5WQEyPr4c</a>
2	Programa Insight – Rede social de apoio a cuidadores	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=4JoatkrZZDE">https://www.youtube.com/watch?v=4JoatkrZZDE</a>
3	Cuidador e o cuidado consigo mesmo	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=QYcDfRAFbrU">https://www.youtube.com/watch?v=QYcDfRAFbrU</a>
4	O que é ser um cuidador familiar	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=5gzXVJ6t4hM">https://www.youtube.com/watch?v=5gzXVJ6t4hM</a>
5	Cuidando de quem cuida	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=MbKfG4KjYG4">https://www.youtube.com/watch?v=MbKfG4KjYG4</a>
6	Desgaste do cuidador	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=G9EJ8VbgYcg">https://www.youtube.com/watch?v=G9EJ8VbgYcg</a>
7	Âncora da esperança! A vitória sobre o luto.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=KKEtprxhLG0">https://www.youtube.com/watch?v=KKEtprxhLG0</a>
8	2018/10/23 – Luto e cuidados paliativos	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=oVTP1QF3YOM">https://www.youtube.com/watch?v=oVTP1QF3YOM</a>
9	As dores (in)visíveis do cuidador familiar	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=BjLeb3817pU">https://www.youtube.com/watch?v=BjLeb3817pU</a>
10	Fala, Doutor: Ana Paula Fujisaka – O familiar cuidador, e o processo de fim de vida.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=o6z_A7O_i-E">https://www.youtube.com/watch?v=o6z_A7O_i-E</a>
11	O cuidador não aguenta mais!!	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ML_e5pG4LBw">https://www.youtube.com/watch?v=ML_e5pG4LBw</a>
12	A morte é um dia que vale a pena viver   Ana Claudia Quintana Arantes.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ep354ZXKBEs">https://www.youtube.com/watch?v=ep354ZXKBEs</a>
13	Força para superar o luto – Pe Fábio de Melo.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=fZ0oa2stes0">https://www.youtube.com/watch?v=fZ0oa2stes0</a>
14	2 Sentimentos e emoções do cuidador.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=n6e0VJcLk78">https://www.youtube.com/watch?v=n6e0VJcLk78</a>
15	Luto   Mundo maior em debate	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=9g4YzyYURPo">https://www.youtube.com/watch?v=9g4YzyYURPo</a>
16	Quem cuida do cuidador resumido	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=RZJ2jJ_XFWs">https://www.youtube.com/watch?v=RZJ2jJ_XFWs</a>
17	5 Passos para a superação	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=NTXeJsKBmjs">https://www.youtube.com/watch?v=NTXeJsKBmjs</a>
18	Luto e perdas – Playlist	<a href="https://www.youtube.com/playlist?list=PL3IStjQU08SGIWwHLj8P-ORY-bB7LZ1aO">https://www.youtube.com/playlist?list=PL3IStjQU08SGIWwHLj8P-ORY-bB7LZ1aO</a>
19	Cuidando do cuidador	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=7gFKKgmVKLM">https://www.youtube.com/watch?v=7gFKKgmVKLM</a>
20	Luto em vida	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=AqDSqEG9bBA">https://www.youtube.com/watch?v=AqDSqEG9bBA</a>
21	Luto parental: o enfrentamento da perda de um filho	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ujpmUgFRGOM">https://www.youtube.com/watch?v=ujpmUgFRGOM</a>
22	20-Cuidando do cuidador	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ZCOZe2sNTXU">https://www.youtube.com/watch?v=ZCOZe2sNTXU</a>
23	Home Angels – Cuidadores de pessoas.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ZujjmtRvDgI">https://www.youtube.com/watch?v=ZujjmtRvDgI</a>
24	Psicóloga fala sobre a morte e o luto.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ff4G2fXS5QM">https://www.youtube.com/watch?v=ff4G2fXS5QM</a>
25	Cuidado com o cuidador	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=bf1bu9PNpcU">https://www.youtube.com/watch?v=bf1bu9PNpcU</a>
26	Relação cuidadores familiares	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=5zYxsJSbK0s">https://www.youtube.com/watch?v=5zYxsJSbK0s</a>

27	Cuidados com o cuidador	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=xOFH1vGTqf8">https://www.youtube.com/watch?v=xOFH1vGTqf8</a>
28	Luto: como é possível superar a dor da perda	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=TeN5B64MTaA">https://www.youtube.com/watch?v=TeN5B64MTaA</a>
29	Luto não reconhecido. Prof. Dr. Kenneth J. Doka	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=tLp_mCs_2bI">https://www.youtube.com/watch?v=tLp_mCs_2bI</a>

#### Morte Familiar

Nº	Nome do Vídeo	Link de Acesso
1	Como lidar com a morte de um ente querido?   Monja Coen responde   Zen Budismo	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=TqJwjwJf9tY">https://www.youtube.com/watch?v=TqJwjwJf9tY</a>
2	Como lidar com a morte de um familiar e como eu enfrentei isso	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=FNZxHc93HGE">https://www.youtube.com/watch?v=FNZxHc93HGE</a>
3	José Medrado - Palestra: "Sentimentos de culpa diante de morte de familiar" (01.11.2011)	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=yNvAM_UK5VA">https://www.youtube.com/watch?v=yNvAM_UK5VA</a>
4	Cuidados Paliativos: aos pacientes e também aos familiares	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=f2b9nOTpC9k">https://www.youtube.com/watch?v=f2b9nOTpC9k</a>
5	Papo Terapêutico: Medo da morte de um familiar	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=AmKMWC72kkM">https://www.youtube.com/watch?v=AmKMWC72kkM</a>
6	A morte de um familiar	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=HNQZXfhBIKg">https://www.youtube.com/watch?v=HNQZXfhBIKg</a>
7	Pílulas do Evangelho Noturna – Como enfrentar a morte de meus familiares. É muito doloroso...	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=OpVjVu4q2kI">https://www.youtube.com/watch?v=OpVjVu4q2kI</a>
8	A negação da Morte – Andrei Martins	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=YIms1g2npRw">https://www.youtube.com/watch?v=YIms1g2npRw</a>

#### Morte Cuidadores

Nº	Nome do Vídeo	Link de Acesso
1	4º Curso sobre a morte e o morrer	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=vXKPyNLDxLs">https://www.youtube.com/watch?v=vXKPyNLDxLs</a>
2	Cuidadores da vida – parte 1	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=nqlmuCJH_IM">https://www.youtube.com/watch?v=nqlmuCJH_IM</a>
3	Cuidadores da vida – parte 2	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=RTiaya5XI1s">https://www.youtube.com/watch?v=RTiaya5XI1s</a>
4	Cuidadores da vida – parte 3	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=e9JmcQJN0hU">https://www.youtube.com/watch?v=e9JmcQJN0hU</a>
5	2 Sentimentos e emoções do cuidador	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=n6e0VJcLk78">https://www.youtube.com/watch?v=n6e0VJcLk78</a>
6	Live de psicologia - cuidando do cuidador: aspectos psicológicos do cuidar.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=xAxSK20CYCM">https://www.youtube.com/watch?v=xAxSK20CYCM</a>
7	Cuidar dos cuidadores (diana Valadares)	<a href="https://www.youtube.com/playlist?list=PLEaL7R1K6YnNtSmsAuzlkus3sPMwokoMJ">https://www.youtube.com/playlist?list=PLEaL7R1K6YnNtSmsAuzlkus3sPMwokoMJ</a>
8	Fala, doutor: Ana Paula Fujisaka: o familiar cuidador e o processo de fim de vida	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=o6z_A7O_i-E">https://www.youtube.com/watch?v=o6z_A7O_i-E</a>
9	Dica #7-Como lidar com situações inesperadas- síndrome do cuidador	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=JjKL_Or-QnA">https://www.youtube.com/watch?v=JjKL_Or-QnA</a>
10	O legado do cuidador da família	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=6W-xYCplkzM">https://www.youtube.com/watch?v=6W-xYCplkzM</a>

11	Cuidadores	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=6AbSmMFrO0c">https://www.youtube.com/watch?v=6AbSmMFrO0c</a>
12	Cuidando do cuidador	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=2l7nfU3tnxY">https://www.youtube.com/watch?v=2l7nfU3tnxY</a>
13	Relação cuidadores familiares	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=5zYxsJSbK0s">https://www.youtube.com/watch?v=5zYxsJSbK0s</a>
14	Cuidados com o cuidador (Dr. Luís Guilherme de Oliveira)	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=xOFH1vGTqf8">https://www.youtube.com/watch?v=xOFH1vGTqf8</a>
15	Home Angels – Cuidadores de pessoas	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ZujjmtRvDgI">https://www.youtube.com/watch?v=ZujjmtRvDgI</a>
16	Cuidadores informais – Cascais cuida	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=DnUXmuWII-s">https://www.youtube.com/watch?v=DnUXmuWII-s</a>
17	Quem cuida do cuidador resumido	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=RZJ2jJ_XFWs">https://www.youtube.com/watch?v=RZJ2jJ_XFWs</a>
18	O papel do cuidador e do cuidado	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Ae14egyOSOk">https://www.youtube.com/watch?v=Ae14egyOSOk</a>
19	Cuidando do cuidador – parte 1 (Marília Othero)	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=5kH0JhpcYgw">https://www.youtube.com/watch?v=5kH0JhpcYgw</a>
20	Cuidador de pessoas: quem é, o que faz? (Life first)	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=gPw_o6yVxrU">https://www.youtube.com/watch?v=gPw_o6yVxrU</a>

#### Suporte Pós-Morte

Nº	Nome do Vídeo	Link de Acesso
1	A morte é um dia que vale a pena viver	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ep354ZXKBEs">https://www.youtube.com/watch?v=ep354ZXKBEs</a>
2	Como vivenciei meu luto após a morte do meu filho	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=OhUwTG-7-Io">https://www.youtube.com/watch?v=OhUwTG-7-Io</a>

#### Elaboração do Luto Familiar Cuidador

Nº	Nome do Vídeo	Link de Acesso
1	2 Sentimentos e emoções do cuidador	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=n6e0VJcLk78">https://www.youtube.com/watch?v=n6e0VJcLk78</a>
2	O cuidador não aguenta mais!!	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ML_e5pG4LBw">https://www.youtube.com/watch?v=ML_e5pG4LBw</a>
3	5 Passos para a superação	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=NTXeJsKBmjs">https://www.youtube.com/watch?v=NTXeJsKBmjs</a>
4	Como superar o luto   Marinalva Callegario	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=oe3vOylEZeU">https://www.youtube.com/watch?v=oe3vOylEZeU</a>
5	Como lidar com a morte de um familiar, como eu enfrentei isso	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=FNZxHc93HGE">https://www.youtube.com/watch?v=FNZxHc93HGE</a>
6	Em família- o luto de cada um	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=gn6RAbpCt5g">https://www.youtube.com/watch?v=gn6RAbpCt5g</a>
7	Meditação – viver o luto com conforto	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=cCC3ooZiaWE">https://www.youtube.com/watch?v=cCC3ooZiaWE</a>
8	Cuidadores de enfermos	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=j32_hEQiYmQ">https://www.youtube.com/watch?v=j32_hEQiYmQ</a>