

**UNIVERSIDADE DE UBERABA
GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**ALEXANDRA RIBEIRO RORATO DA SILVA
JULIANA DIAS ALVES DOMINGUES
LETÍCIA LISBOA MONTEIRO**

**Luto e aspectos da realidade Brasileira
Intervenção psicológica no processo de luto sobre uma perspectiva
cognitivo comportamental**

**UBERABA-MG
2023**

**ALEXANDRA RIBEIRO RORATO DA SILVA
JULIANA DIAS ALVES DOMINGUES
LETÍCIA LISBOA MONTEIRO**

**Luto e aspectos da realidade Brasileira
Intervenção psicológica no processo de luto sobre uma perspectiva
cognitivo comportamental**

Artigo apresentado como requisito parcial para a disciplina orientação de trabalho de conclusão de curso, pela Universidade de Uberaba.

Orientador: Prof. Me. Rafael Silvério Borges
Pro. Me. Arthur Afonso Silva-Sousa

UBERABA-MG
2023

Luto e aspectos da realidade Brasileira
Intervenção psicológica no processo de luto sobre uma perspectiva
cognitivo comportamental

Palavras chaves: Luto. Morte. TCC.

Resumo

O luto é um processo individual que traz diversos sentimentos que precisam ser elaborados. A morte é a quebra de um vínculo e, na maioria das vezes, as pessoas não estão preparadas para tal processo. A pesquisa presente tem como base defender que a elaboração do luto se torna necessária para que um indivíduo enlutado possa passar por esse processo sendo auxiliado e orientado para que se diminuam os danos causados na rotina do enlutado.

A Teoria Cognitivo Comportamental tem uma grande importância para auxiliar no enfrentamento do luto. O objetivo do terapeuta na TCC é identificar recursos para avaliar os pontos principais de preocupação do paciente. Orientando, acolhendo e levar em consideração o estado psicológico e emocional do paciente (REMOR, 1999 apud BASSO & WAINER, 2011).

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	5
REFERENCIAL TEÓRICO	6
OBJETIVOS	6
MÉTODO	7
RESULTADOS E DISCUSSÕES	7
TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL FRENTE A TAL PROBLEMÁTICA	7
INVESTIGAR ESTRATÉGIAS DA TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL FRENTE A TAL PROBLEMÁTICA.....	10
REPRESENTAÇÕES SOCIAIS SOBRE O LUTO NA CONTEMPORANEIDADE	10
AS PRINCIPAIS ESTRATÉGIAS PSICOLÓGICAS UTILIZADAS NO CUIDADO DE LUTO NA PERSPECTIVA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL	12
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	13
REFERÊNCIAS	14

INTRODUÇÃO

Normalmente, o luto é um assunto que traz consigo vários tipos de sentimentos, tabus, ideias e concepções. A morte se baseia pela quebra de um vínculo eternamente e, na maioria das vezes, as pessoas não estão preparadas para se despedir de alguém que fez parte de sua história.

A elaboração do luto se torna cada vez mais necessária, pois a má elaboração pode trazer prejuízos nas atividades de vida diária. Além disso, o sofrimento, pode evoluir para possíveis patologias, como dependência química.

É considerável citar que esse processo é algo subjetivo, cada um enfrenta de uma forma, não é comum e nem uma regra que o enlutado apresente todos os sintomas da fase do luto, por isso, muitos indivíduos e até mesmo terapeutas não utilizam a palavra “fase” pois repercute como uma ideia de que todos vão passar por cada uma dessas etapas em suas devidas ordens, e isso não é uma certeza, visto que, quem está passando por um luto, pode passar por um processo de oscilação.

Para esclarecer de forma mais adequada e clara, o enlutado pode passar por apenas algumas das fases e não todas, podendo acontecer também uma regressão como por exemplo, já ter vivenciado a fase de negação, mas com o passar do tempo voltar a este mesmo estágio, isso acontece porque o luto é uma passagem difícil e que necessita ser bem elaborada, passando por um composto de ações psíquicas que terminem por compreender no interior daquilo que foi perdido e irreparável.

De fato, a única certeza que se tem frente a existência humana é a finitude, todavia, muitas pessoas não se encontram preparadas para tal acontecimento, além do mais, é comum que a maioria delas não consigam pensar por muito tempo em como será sua morte, visto que, esse tipo de questão ainda é um tema pouco declarado e que traz muitas confusões e incertezas.

Sendo assim, a TCC tem uma grande importância para o enfrentamento do luto nas situações de indivíduos com pensamentos disfuncionais. O objetivo terapêutico na Terapia Cognitivo-Comportamental perante uma situação de luto por perda repentina tem como base, identificar recursos disponíveis e avaliar quais são as principais preocupações do paciente. Num primeiro momento, recomenda-se defini-las; por seguinte, priorizá-las; e, por fim, abordá-las, levando em consideração e avaliando a rede de apoio social e auxiliando na tomada de decisões,

pois possivelmente o enlutado encontra-se em estados psicológico e emocional prejudicados (REMOR, 1999 apud BASSO & WAINER, 2011).

Segundo Basso:

(...) a perda é um acontecimento difícil de ser processado, organizado e ressignificado devido diversas reações emocionais e comportamentais desestruturantes e dolorosas causadas pelo luto. Nesse contexto, a abordagem terapêutica baseada na terapia cognitivo-comportamental pode ser utilizada com eficácia por trabalhar com a identificação e o monitoramento dos pensamentos, emoções e comportamentos com foco na verificação e modificação dos esquemas e crenças irrealistas. (BASSO & WAINER, 2011).

REFERENCIAL TEÓRICO

O presente artigo tem como pressuposto inicial compreender as possibilidades de intervenção psicológica frente ao luto. Portanto, delimitou-se como referencial teórico a leitura referente às contribuições da terapia cognitivo-comportamental para a compreensão do luto, a terapia cognitivo comportamental na resolução do luto, a elaboração de um luto não disfuncional, técnicas da abordagem como forma de auxiliar o paciente enlutado, historiologia da morte e como ela é abordada no Brasil, o luto e suas manifestações.

OBJETIVOS

Geral

- Compreender as diferentes possibilidades de intervenção do psicólogo frente a situações de luto.

Específicos

- Investigar estratégias da Terapia Cognitivo Comportamental frente a tal problemática;
- Analisar as representações sociais sobre o luto na contemporaneidade;
- Quais as principais estratégias psicológicas utilizadas no cuidado considerando aspectos da realidade brasileira.

MÉTODO

O presente trabalho utilizou-se da pesquisa bibliográfica, de forma a explorar a temática com base em artigos científicos, registrando-se os conceitos e as teorias científicas já comprovadas.

Neste contexto, foi realizada uma consulta por meio de palavras chaves que envolvem o luto, a terapia cognitivo comportamental e as formas de enfrentamento, principalmente com foco na estratégias psicológicas para se cuidar deste tipo de momento vivenciado pelo ser humano.

Com isso, os resultados encontrados, na forma de artigos, foram analisados, fichados e organizados em função do contexto deste trabalho, adequando as narrativas ao objetivo geral e aos objetivos específicos.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Com base nas contribuições mais relevantes sobre o contexto deste trabalho, identificadas nas referências bibliográficas, as narrativas foram dispostas em tópicos que abordam em profundidade cada tema, sempre com foco na eficácia da TCC no tratamento do luto, como, por exemplo, o processo de aceitação da perda.

Por fim, amparados pela teoria e pelas estratégias, foi registrado neste trabalho as principais referências e uma visão sobre as estratégias de enfrentamento.

TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL FRENTE A TAL PROBLEMÁTICA

Conforme (NOGUEIRA, 2018) nos ilumina em seu artigo, a teoria cognitiva comportamental é uma abordagem no qual se compreende como os indivíduos veem os acontecimentos como aquilo que os afeta, e não o acontecimento em si.

Já Martins afirma que:

TCC, traz, então uma série de estratégias e técnicas que seriam boas aliadas para auxiliar o processo e resolução do luto. O modelo cognitivo-comportamental propõe que o pensamento disfuncional (ou mal adaptativo) é comum a todos os transtornos psicológicos, e afirma que quando as pessoas avaliam seus pensamentos, podem obter uma melhora em seu estado emocional e seu comportamento. (MARTINS, 2015 apud LEAL, 2020).

Para entender melhor como a TCC pode auxiliar com suas técnicas sobre o luto, é necessário que se tenha um conhecimento a respeito de tal temática. Quando se trata da perda sabe-se que não é um assunto simples de lidar, seja ela simbólica ou não, mas ao falar sobre perder uma pessoa querida é ainda mais difícil, pois ninguém está preparado para romper um vínculo durante toda uma eternidade, nunca se sabe quando será a despedida. É algo que não se tem o controle e que pela lei da vida todos irão passar um dia, e que apesar de doloroso, esse processo é natural, onde todos nascem, crescem e morrem.

Contudo, esse processo da vida pode-se tornar um problema quando se torna mais difícil do que o habitual. (BOWLBY apud RAMOS, 2016) observou quatro fases do luto: 1) o entorpecimento, 2) o anseio, 3) a desorganização, o desespero e 4) a reorganização. Quando as pessoas são noticiadas a respeito da perda, passam por uma fase de choque e negação da realidade, ficam extremamente aflitas, características principais da primeira fase, que tem duração de horas a uma semana - o entorpecimento. A segunda fase - o anseio -, é marcada pelo desejo de recuperar o ente querido, de trazê-lo de volta. Há buscas frequentes e espera pela aparição do morto; o enlutado passa a ter sonhos com ela e muita inquietação. Logo, culpa e ansiedade são manifestadas após o enlutado compreender a morte, devido a isso entra na terceira fase - o desespero e desorganização, sentimentos de raiva e tristeza são comumente encontrados, pois a pessoa se sente abandonada pela pessoa que partiu e incapacitada de fazer algo. No entanto, ainda segundo (BOWLBY apud RAMOS, 2016), depois que a pessoa tiver passado por momentos de raiva, choque, tristeza, entorpecimento, é que vai conseguir se restabelecer. Embora com a saudade presente, e ainda se adaptando às modificações causadas pela perda, poderá retomar suas atividades, completando a última fase do luto - a reorganização.

O luto se caracteriza por reações intensas diante a morte de alguém importante, causando reações como descritas acima. O processo de luto é algo que comove a maioria da população é algo que causa desconforto, angústia, sofrimento, entre outros sentimentos. Basicamente, o luto se torna disfuncional quando o indivíduo fica preso em um desses processos, não conseguindo assim seguir com sua vida, e sua rotina, podendo causar uma depressão e um isolamento social.

De acordo com Santos:

Luto é tido pela Psicologia como uma resposta natural e esperada diante de rupturas de vínculos. No entanto, considera-se que 10 a 25% dos enlutados da população mundial tendem a apresentar reações de intensidade, duração e funcionalidade consideradas comprometidas, desenvolvendo um quadro denominado “luto complicado”. Ações

preventivas, suportivas e de tratamento foram empreendidas nas últimas duas décadas no Brasil e em outros países. (SANTOS, 2017).

O psicólogo tem um papel importante diante dessa situação, pois é ele quem vai acolher o paciente como um todo durante esse processo, nesse sentido o psicólogo envolvido tem que estar preparado para os diversos tipos de demandas e vinculado no lado da escuta acolhedora, compreendendo e analisando o lado do paciente envolvido. Visando fazer as intervenções necessárias, utilizando de métodos e técnicas psicológicas, certificada pela ciência, pela prática e ética profissional, nesse sentido essa escuta do profissional precisa ser compreensiva, para auxiliar com os sentimentos que o paciente não consegue elaborar, o psicólogo faz um acolhimento sem julgamentos, e ajuda a trabalhar os sentimentos apresentados.

A intervenção psicológica é de suma importância para o paciente/cliente, que está na busca de uma ajuda para seus conflitos internos, nessa intervenção o paciente espera que o profissional esteja pronto a ajudá-lo a seguir em frente e amenizar um pouco do sofrimento que ele enfrenta.

Desta forma, Ramos enfatiza que:

O objetivo primário da intervenção em torno da morte é fortalecer as famílias para que façam o luto e sigam em frente. Este trabalho passa pelo reconhecimento comum da realidade da morte (para normalizar a perda e diminuir a sensação de mistificação, os membros da família são estimulados a aprender a respeito da morte e a encarar sua reação; se os factos a respeito da morte não forem adquiridos, um terapeuta pode facilitar a sua aprendizagem e a aceitação da realidade). (RAMOS, 2016).

De fato, deve-se ter o entendimento que a morte e o luto causam dor em qualquer circunstância, além de trazer consigo variados tipos de comportamentos e reações que devem ser observados e acompanhados por profissionais. Assim, Ramos complementa que:

O luto leva tempo e, de uma forma geral, é vivenciado consoante os significados que lhe são atribuídos. A fase do choque pode durar horas ou dias, constituindo-se de desespero, raiva, irritabilidade, amargura e isolamento. Estes sentimentos podem manifestar-se através de atitudes emocionais intensas, mas a aceitação destes mesmos sentimentos faz com que a perda se reafirme, permitindo que seja vivenciada e ultrapassada de forma mais ajustada e saudável. (RAMOS, 2016)

Logo, pode-se concluir que o luto é um processo que precisa ser vivenciado, sentido e bem elaborado para que posteriormente o enlutado consiga voltar a sua rotina e dar seguimento

a vida gradativamente, buscando um novo sentido para prosseguir e passando por um processo de amadurecimento e melhor entendimento sobre a finitude.

INVESTIGAR ESTRATÉGIAS DA TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL FRENTE A TAL PROBLEMÁTICA

É importante resgatar a visão de BASSO & WAINER (2011) em que a terapia cognitivo comportamental, para as pessoas que se encontram em situação de luto, tem uma importância e eficiência, já que é uma abordagem que tem um efeito mais diretivo, dependendo do vínculo de paciente e terapeuta, fazendo então uma estruturação psicológica do indivíduo.

Pensando na abordagem como contribuição para as pessoas enlutadas, segundo (RODRIGUES et al., 2018), ela tem o intuito de promover novos meios de habilidades e comportamentos, para que o indivíduo enlutado consiga se readaptar no meio em que vive. O terapeuta da TCC deve se atentar às demandas que o paciente lhe trazer, e focar no emocional, em seu comportamento e naquilo que é mais emergente para o paciente. Para então o terapeuta fazer as devidas intervenções.

REPRESENTAÇÕES SOCIAIS SOBRE O LUTO NA CONTEMPORANEIDADE

Analisando (KOURY, 2014), temos que a morte e a perda atualmente na realidade brasileira tiveram uma mudança ativada através do medo causado por epidemias na última década do século XIX. Ainda na metade do século XX os enterros e velórios passaram a ser mais rápidos por conta dos discursos de autoridades sanitárias que identificam o morto como transmissores de doenças. Na realidade brasileira o luto é um processo necessário culturalmente. Expressar a dor e demonstrar afeto por aquilo que foi perdido faz parte do cotidiano da população brasileira.

Para (MAUSS, 1980 apud KOURY, 2014), o processo de individuação do sujeito que sofre a perda - através da ocultação da face e da busca de demonstração de leve indiferença às formas culturais de representação do sofrimento e da morte tradicionalmente usadas - revela, de um lado, uma tendência social, no Brasil atual, de escamoteamento da expressão pública dos sentimentos. Denota, também, a valorização da interiorização como subjetividade ou espaço da

intimidade, ou do privado, e, dessa maneira, ela é sentida pelo sujeito como não social, por definição. Além disso, ela cria uma disposição prévia e permanente no indivíduo para a desconfiança no outro, e, por extensão, no social.

(KOURY, 2014) ainda reforça que a perda, considerada como "ausência", "desaparecimento", "perda de si" ou "dano", dessa forma, como foi visto até agora, constitui um conjunto compreensivo de categorias através das quais se pode inferir o sentimento do brasileiro urbano de classe média, atual. É claro que essas quatro categorias, para efeito de análise, têm de ser vistas como inter-relacionadas, uma influenciando e sendo influenciada pelas demais, por fazerem parte de um mesmo universo societário e relacional.

No século XX o vestir preto, e o resguardo de uma vida social ativa e até abstinências de alguns alimentos era adotado pelos familiares do indivíduo que morria. Esses costumes acabaram ficando no inconsciente coletivo e trazido ainda consigo. As demonstrações de sofrimento em público, embora menos que no final do século XIX permaneceram no período do século XX. (KOURY, 2014).

Nos anos setenta, ainda relatado por (KOURY, 2014), com a modernização brasileira se inicia uma transformação intensa do comportamento e hábito da cultura brasileira em que se diminuem as famílias, sendo assim os enterros e velórios passam a se tornar menores logo que na contemporaneidade as famílias estão sendo compostas por um número menor de pessoas.

(BASSO & WAINER, 2011) nos remete à reflexão de que, quando o luto acontece de forma repentina, tende a causar inúmeras alterações nos funcionamentos emocionais e cognitivos. Nesse momento as pessoas que estão passando pelo processo de luto tendem a procurar algum tipo de tratamento psicológico. Perder alguém pode influenciar os comportamentos de uma família inteira.

Sendo assim, o luto é socialmente visto como um momento de lamentação e tristeza tendo que ser processado e cuidado para que não se torne até mesmo patológico, como pode-se observar:

O luto patológico pode ser definido como a intensificação do luto a um nível em que a pessoa se encontra destrocada, originando um comportamento não adaptativa face à perda, permanecendo interminavelmente numa única fase, impedindo a sua progressão com vista à finalização do processo de luto. (HOROWITZ, 1980 cit, por WORDEN, 1983, apud RAMOS, 2016)

Diferente de outras realidades, onde o luto pode ser considerado como um descanso e até mesmo comemorado. Por exemplo: no México se é comemorado o “Dia de los Muertos”, ou seja, um dia de festas para todos os finados (CULTURA PLURAL, 2021).

Assim, a perda na realidade brasileira é vivida de uma forma triste e depressiva, enquanto morte e não como uma forma de liberdade e renascimento.

AS PRINCIPAIS ESTRATÉGIAS PSICOLÓGICAS UTILIZADAS NO CUIDADO DE LUTO NA PERSPECTIVA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

Neste contexto, (BASSO & WAINER, 2011) apresentam algumas estratégias que consideram essenciais na ajuda ao de forma a que ele possa produzir uma resposta saudável.

Entre elas, podemos citar:

- Resolução de problemas: neste momento é avaliado como o enlutado está priorizando e de que forma.

- Automonitoramento: consiste na percepção de pensamentos disfuncionais, onde a crença do paciente está latente, fazê-lo perceber o que pensa, sente e o que está fazendo.

- Treino de habilidade social: consiste em fazer com que o paciente desenvolva novas habilidades sociais e comportamentais. É proposto para ele algumas situações nas quais criam-se meios para resolver a problemática da situação proposta.

- Estratégia de *Coping*: é o conjunto de estratégias usadas para lidar com situações que geram estresse.

- Reestruturação cognitiva: Onde se identifica os pensamentos irracionais, fazendo com que o paciente pense e ressignifique tais pensamentos.

- Prevenção e recaída: desenvolve-se, neste ponto, uma psicoeducação com o enlutado quanto ao seu funcionamento, as suas dificuldades e a sua autoeficácia.

(LEAL, 2020) complementa o trabalho com o item motivação: o terapeuta está em um vínculo com o paciente o suficiente para encorajá-lo para ter êxito em sua jornada no enfrentamento do luto, fazendo com que o enlutado desenvolvas suas próprias habilidades.

Outras técnicas agregam o terapeuta de teoria cognitivo comportamental a auxiliar seu paciente em estado de luto, essas técnicas no qual são de suma importância para o desenvolvimento do paciente em seu processo de terapia. (BASSO & WAINER, 2011) consideraram outras técnicas de grande influência em pensamentos disfuncionais, são elas:

- Psicoeducação: neste contexto, o terapeuta presente faz um seguimento explicando ao paciente sobre seus pensamentos disfuncionais mostrando-lhe uma compreensão sobre a perda sofrida.

- Registros de pensamentos disfuncionais: corresponde ao registro de pensamento durante o acontecimento da situação.

- *Role-play*: evento em que o paciente e o terapeuta simulam juntos e conseguem identificar qual pensamento ocorreu no momento, promovendo caminhos para pensamentos funcionais.

- Descoberta guiada: tem o objetivo de identificar significados mais amplos das informações dadas pelo cliente, o que ele atribui, pensa e entende diante da situação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho se baseou em pesquisas em artigos científicos como referência; pesquisa essa realizada com base em conceitos e nas teorias científicas comprovadas.

No decorrer da revisão narrativa desse trabalho, com foco nas pessoas enlutadas e na colaboração da terapia cognitivo comportamental, pode-se compreender que o luto traz consigo diversos sentimentos. Entre eles, podemos citar tristeza, raiva, descrença, angústia, e pensamentos disfuncionais. Assim, nesta pesquisa, foi possível observar que o luto ainda é algo de incomodo e que não é muito falado na contemporaneidade, de forma que se observa que o luto é uma palavra que causa angústia e medo na sociedade brasileira.

Assim, a teoria cognitiva comportamental traz técnicas eficientes como meios que auxiliam o indivíduo a processar os pensamentos disfuncionais relacionados ao luto. Assim, colabora no sentido de que o mesmo reflita sobre os acontecidos e possa elaborar melhor o processo do luto e conseguir tornar seus pensamentos mais funcionais. Esse processo de reestruturação de pensamentos não é um processo fácil. O paciente irá trabalhar junto com seu terapeuta para construir caminhos em que os pensamentos disfuncionais se encerrem, trazendo ao paciente um novo recomeço.

Por fim, as técnicas mencionadas são de uso fundamental na abordagem da Teoria Cognitivo Comportamental - TCC.

REFERÊNCIAS

BASSO, Lissia Ana. WAINER, Ricardo. (2011). Luto e perdas repentinas: contribuições da Terapia Cognitivo-comportamental. Recurso eletrônico. Rio de Janeiro: Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, 2011. ISSN 1808-5687. Vol.7. No.1. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872011000100007#:~:text=Quand%20a%20morte%20ocorre%20de,nos%20funcionamentos%20emocionais%20e%20cognitivos.>.

CULTURA PLURAL. (2021). Dia de Los Muertos: a tradição cultural da América Latina que vai muito além do “Halloween”. Recurso eletrônico. Disponível em <<https://www2.uepg.br/culturaplural/dia-de-los-muertos-a-tradicao-cultural-da-america-latina-que-vai-muito-alem-do-halloween/>>. Acesso em <20 mar 2023>.

KOURY, Mauro Guilherme Pinheiro. (2014). **O Luto no Brasil no final do século xx**. Recurso eletrônico. Scielo: Brasil. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ccrh/a/67MkfspntYm9kBcgTss9nMx/>>. Acesso: em 14 dez 2022.

LEAL, Sara Gabrielle de Melo. (2020). **Terapia cognitivo-comportamental no processo de resolução de luto**. Recurso eletrônico. PUC Minas: Revista da Graduação em Psicologia. v. 5, n. 9, jan/jun. ISSN 2448-0738. Disponível em: <<http://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/24413/17102>>. Acesso em <20 mar 2023>.

NOGUEIRA, Tainan Morena Baldivia. (2018). **Terapia cognitivo comportamental: o que é, como funciona e quando devo procurar?** Recurso eletrônico. VITTUDE: Brasil, 2018. Disponível em <<https://www.vittude.com/blog/terapia-cognitivo-comportamental/#:~:text=A%20TCC%20entende%20a%20forma,ou%20qualquer%20outra%20sensa%C3%A7%C3%A3o%20negativa.>>. Acesso em <20 mar 2023>.

RAMOS, Vera Alexandra Barbosa. (2016). **O processo de luto: O papel do psicólogo no processo de luto**. Recurso eletrônico. Revista Psicologia.PT. ISSN 1646-6977. Disponível em: <<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1021.pdf>>. Acesso em: 19 set 2022.

RODRIGUES, Isacar. CUNHA, Vivian. SCORSOLINI, Fábio. GUIMARÃES, Adriana. (2018). **Contribuições da terapia cognitivo-comportamental para a compreensão do luto**. REVISTA CIÊNCIAS EM SAÚDE. 8. 19. 10.21876/RCSFMIT.V8I4.832. Recurso eletrônico.

Disponível

em:

<https://www.researchgate.net/publication/329264827_Contribuicoes_da_terapia_cognitivo-comportamental_para_a_compreensao_do_luto> Acesso em: 16 dez 2022.

SANTOS, Gabriela Casellato Brown Ferreira. (2017). **Intervenção do profissional de saúde mental em situações de perda e luto no Brasil**. Recurso eletrônico. Rio de Janeiro: REVISTA M, 2017. Disponível em <<http://seer.unirio.br/index.php/revistam/article/view/8152>>. Acesso em <20 mar 2023>.