



PAPEL DA PSICOTERAPIA NO PROCESSO DE LUTO DE FAMILIARES ENLUTADOS POR SUICÍDIO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

THE ROLE OF PSYCHOTHERAPY IN THE BEREAVEMENT PROCESS OF FAMILY MEMBERS BEREAVED BY SUICIDE: AN INTEGRATIVE REVIEW

  Anna Beatriz Cezar Oliveira, Universidade Estadual de Feira de Santana, Feira de Santana, Bahia, Brasil.

  Rayana Gomes Almeida Pereira, Universidade do Estado da Bahia, Salvador, Bahia, Brasil.

PAPEL DA PSICOTERAPIA NO PROCESSO DE LUTO DE FAMILIARES ENLUTADOS POR SUICÍDIO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

THE ROLE OF PSYCHOTHERAPY IN THE BEREAVEMENT PROCESS OF FAMILY MEMBERS BEREAVED BY SUICIDE: AN INTEGRATIVE REVIEW

Anna Beatriz Cezar Oliveira¹
Rayana Gomes Almeida Pereira²

Resumo: O presente estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura que tem como objetivo analisar as contribuições da psicoterapia no processo de elaboração do luto em familiares enlutados por suicídio. A pesquisa buscou identificar e sintetizar publicações científicas sobre o tema, com o intuito de ampliar a compreensão acerca de práticas eficazes e contribuir para o fortalecimento de redes de cuidado mais sensíveis. A metodologia envolveu buscas nas bases de dados SciELO, LILACS, PePSIC, IndexPsi e PsycInfo, utilizando os descritores "psicoterapia", "luto" e "suicídio". Foram selecionados artigos publicados entre 2020 e 2025 que atendiam aos critérios de inclusão. As considerações finais indicam que a psicoterapia oferece contribuições significativas para o enfrentamento do luto por suicídio, com abordagens como a Terapia Cognitivo-Comportamental Baseada na Internet (ICBGT) e o Modelo de Duas Pistas do Luto (TTMB) destacando-se como relevantes. No entanto, ressalta-se a necessidade de mais pesquisas voltadas à adaptação e avaliação de intervenções específicas, a fim de superar as barreiras ao apoio psicossocial destinado a essa população.

Palavras-chave: Psicoterapia; Luto; Suicídio.

Abstract: This study is an integrative literature review aimed at analyzing the contributions of psychotherapy to the grief elaboration process in family members bereaved by suicide. The research sought to identify and synthesize scientific publications on the subject, with the goal of expanding the understanding of effective practices and contributing to the development of more sensitive care networks. The methodology involved searches in the SciELO, LILACS, PePSIC, IndexPsi, and PsycInfo databases, using descriptors such as "psychotherapy," "grief," and "suicide." Articles published between 2020 and 2025 that met the inclusion criteria were selected. The final considerations indicate that psychotherapy offers significant contributions to coping with suicide bereavement, with approaches such as Internet-Based Cognitive Behavioral Therapy (ICBGT) and the Two-Track Model of Bereavement (TTMB) proving to be relevant. However, further research is needed to adapt and evaluate specific interventions in order to overcome barriers to psychosocial support for this population.

Keywords: Psychotherapy; Bereavement; Suicide.

¹ Acadêmica do curso de Psicologia da Universidade Estadual de Feira de Santana. Desenvolve pesquisa nas áreas de Psicologia, Tanatologia e Luto. E-mail: annabeatrizcezar@gmail.com

² Psicóloga, graduada pela Universidade Estadual de Feira de Santana, e pós-graduanda em Psicologia Clínica pela Universidade do Estado da Bahia. Desenvolve pesquisa nas áreas de Psicologia Clínica, Tanatologia e Luto. E-mail: arayanapereirapsicologia@gmail.com

INTRODUÇÃO

O luto corresponde a uma resposta natural e esperada diante da ruptura de vínculos afetivos significativos, sendo uma experiência universal e multifacetada (Parkes, 1998). As manifestações do luto variam amplamente entre os indivíduos, influenciadas por uma diversidade de fatores que mediam a vivência dessa experiência. Entre tais fatores destacam-se a natureza do vínculo com a pessoa falecida, as circunstâncias da morte - como sua ocorrência repentina e estigmatização - além de aspectos da personalidade, variáveis sociais e eventos estressores concomitantes (Worden, 2013).

No caso de mortes por suicídio, o processo de luto assume características peculiares e desafiadoras. Aqueles afetados por esse tipo de perda, denominados “sobreviventes” (ABP, 2014), enfrentam não apenas a dor da ausência, mas também o estigma social relacionado à morte autoprovocada. Por ser atravessado por tabus culturais, sociais e religiosos, é comum que haja maior dificuldade na expressão e validação do sofrimento dos enlutados (Silva, 2015).

O silêncio social que costuma envolver mortes por suicídio reduz o suporte recebido pelos enlutados, favorecendo o surgimento do chamado “luto não reconhecido”. Segundo Franco (2021), esse conceito refere-se à impossibilidade de expressar e vivenciar o luto de forma legítima, tanto por repressões externas quanto por mecanismos internos de censura. Desse modo, a pessoa enlutada frequentemente se vê privada do direito de sofrer e elaborar a perda, o que pode intensificar sentimentos de isolamento, culpa e inadequação.

Diante desse cenário, torna-se essencial pensar em estratégias de acompanhamento e cuidado especificamente para essa população. O termo “posvenção” refere-se a ações de suporte destinadas a auxiliar os sobreviventes na elaboração do luto e prevenir desdobramentos, como o risco de novos suicídios (Ruckert; Frizzo; Rigoli, 2019). Botega (2015) afirma que a posvenção compreende um conjunto de medidas que favorecem a expressão do sofrimento, promovem acolhimento e previnem a morbidade psicológica associada à perda.

Embora o suicídio seja reconhecido como um grave problema de saúde pública, há uma lacuna na literatura científica nacional sobre intervenções de posvenção, especialmente no contexto psicoterapêutico. A produção acadêmica foca principalmente na prevenção, avaliação de risco e manejo clínico de pessoas com ideação suicida em

detrimento de investigações sobre o acompanhamento de familiares após a perda (Ruckert; Frizzo; Rigoli, 2019).

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura com foco nas contribuições da psicoterapia para o processo de elaboração do luto em familiares enlutados por suicídio. Pretende-se, assim, ampliar a compreensão sobre práticas clínicas que possam favorecer a elaboração da experiência de perda e contribuir para a construção de redes de cuidado mais sensíveis às especificidades desse público.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura que objetiva reunir, analisar e sintetizar publicações científicas que abordam as contribuições da psicoterapia no processo de elaboração do luto em familiares enlutados por suicídio. A revisão integrativa permite a incorporação de diferentes métodos e abordagens, oferecendo uma visão abrangente sobre o estado atual do conhecimento em determinado tema (Whittemore; Knafl, 2005).

A busca foi realizada em abril de 2025, nas bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePSIC), IndexPsi e PsycInfo. Utilizou-se descritores em português e inglês, com as combinações: “psicoterapia” AND “luto” AND “suicídio”; e “psychotherapy” AND “bereavement” AND “suicide”. Os critérios de inclusão foram: artigos publicados entre 2020 e 2025, em texto completo, em português ou inglês, e alinhados com os objetivos do estudo. Excluíram-se duplicadas e as produções sem relação direta com o tema.

A seleção das produções ocorreu em duas etapas: leitura dos títulos e, posteriormente, dos resumos. Aqueles mais alinhados ao objeto de estudo compuseram na amostra final para análise e discussão. A sistematização dos dados permitiu identificar categorias temáticas que subsidiaram a compreensão crítica do material selecionado.

RESULTADOS

A busca inicial resultou na identificação de 81 artigos. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão previamente definidos, apenas oito estudos foram considerados

potencialmente relevantes para os objetivos desta revisão. Na primeira etapa de triagem, pela leitura dos títulos, foram selecionados cinco artigos com relação direta com a temática da psicoterapia no contexto do luto por suicídio. Na etapa seguinte, com a análise dos resumos, somente três estudos foram mantidos por atenderem com mais precisão aos critérios de elegibilidade. Tais artigos foram lidos integralmente, permitindo uma avaliação mais aprofundada do conteúdo e a integração dos dados relevantes à presente análise. Evidenciaram-se diferentes estratégias de cuidado voltadas à promoção do enfrentamento e elaboração do luto, além da identificação de lacunas importantes na literatura científica nacional.

A RELEVÂNCIA DA PSICOTERAPIA E A PROMESSA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL (TCC) DE DUELO BASEADA NA INTERNET (ICBGT)

Apesar dos estudos de revisão apontarem para uma escassez de evidências sobre intervenções de luto eficazes para enlutados por suicídio, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) surge como uma abordagem promissora. Um dos artigos revisados investigou a eficácia de uma Terapia Cognitivo-Comportamental de Duelo Baseada na Internet (ICBGT) especificamente para pessoas enlutadas por suicídio com sintomas de Transtorno de Luto Prolongado (PGD). Esta intervenção de cinco semanas, composta por dez tarefas escritas em três fases (auto confrontação, reestruturação cognitiva e compartilhamento social), demonstrou grandes efeitos na redução dos sintomas de PGD. Houve também diminuição nas reações comuns de luto e nos sintomas depressivos no grupo de intervenção em comparação com o grupo de controle. Os resultados mostraram-se estáveis ao longo do tempo (Treml *et al.*, 2021).

A ICBGT mostra-se uma alternativa válida pelos efeitos significativos, a duração do tratamento e a estabilidade dos resultados. Ela adapta elementos da TCC, como confrontação e reestruturação cognitiva, que contribuíram positivamente na redução dos sintomas de PGD. Além disso, a intervenção aborda aspectos específicos do luto por suicídio, como vergonha, rejeição, culpa e responsabilidade, o que se mostrou particularmente eficaz (Treml *et al.*, 2021).

O MODELO DE DUAS PISTAS DE DUELO (TTMB) COMO REFERENCIAL PARA O LUTO TRAUMÁTICO

Outro modelo relevante para a compreensão e intervenção no luto traumático, como o decorrente de suicídio, é o Modelo de Duas Pistas de Duelo (TTMB). Este modelo adota uma abordagem bifocal, considerando tanto o funcionamento biopsicossocial do enlutado (Pista I) quanto a natureza do vínculo relacional contínuo com o falecido (Pista II). A Pista I examina sintomas de trauma, enquanto a Pista II foca na história da morte e na relação com o falecido, que podem conter elementos traumáticos. O TTMB enfatiza a importância de rebalancear a relação com o falecido e a história da morte em casos de luto traumático. A história da morte, a relação psicológica com o falecido e as dificuldades biopsicossociais desempenham um papel na avaliação e intervenção. Em casos de suicídio, o TTMB ajuda a entender como o fato de o falecido ter retirado a própria vida pode complicar o luto. A atenção a ambas as pistas permite identificar respostas adaptativas e mal adaptativas ao luto, otimizando o foco das intervenções (Rubin; Malkinson; Witztum, 2020).

A IMPORTÂNCIA DOS SERVIÇOS DE APOIO ESPECIALIZADOS PARA ENLUTADOS POR SUICÍDIO

Além de intervenções psicoterapêuticas específicas, a disponibilidade de serviços de apoio dedicados a pessoas enlutadas por suicídio é crucial. O projeto SOPROXI, na Itália, por exemplo, oferece um serviço especializado que fornece informações e tratamento para sobreviventes de suicídio. Os motivos para a busca por serviços com esse perfil variam, incluindo a busca de ajuda para sintomas, a conexão com outros sobreviventes e a necessidade de mais informações. Aqueles que procuram intervenções de "cura" (psicoterapia, grupos de bate-papo, retiros de *mindfulness*) tendem a apresentar mais sintomas de luto complicado, ter perdido um filho ou parceiro com mais frequência e buscar mais contato com outros sobreviventes, além de expressarem mais sentimentos de desesperança, solidão e culpa. A existência de projetos online especializados pode ser um recurso importante para aproximar os enlutados do tratamento de sua dor emocional (Scocco *et al.*, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em suma, a psicoterapia demonstra oferecer contribuições significativas para o processo de elaboração do luto em familiares enlutados por suicídio, com abordagens como a TCC, especialmente na forma da ICBGT, mostrando eficácia na redução de sintomas de PGD e outras dificuldades associadas. O TTMB também se apresenta como um referencial teórico valioso para a compreensão da complexidade do luto traumático decorrente de suicídio, auxiliando na orientação das intervenções. Ademais, serviços de apoio especializados, que oferecem uma gama de recursos de "cuidado" e "cura", desempenham um papel fundamental no acolhimento e no encaminhamento adequado das necessidades dessa população.

Entretanto, uma limitação importante desta revisão diz respeito ao número reduzido de estudos incluídos, reflexo da escassez de publicações na área. Observa-se uma lacuna significativa na literatura científica nacional no que se refere às intervenções psicoterapêuticas de posvenção voltadas a familiares enlutados por suicídio. No Brasil, a produção acadêmica ainda se concentra majoritariamente em temas como a prevenção do suicídio, a avaliação de risco e o manejo clínico de indivíduos com ideação suicida, relegando a um segundo plano a investigação e a sistematização de práticas clínicas destinadas ao cuidado daqueles que enfrentam o luto por suicídio.

Diante disso, torna-se evidente a necessidade de futuras pesquisas que se dediquem a adaptar e avaliar a efetividade de intervenções psicoterapêuticas específicas para o contexto brasileiro, considerando as particularidades culturais, sociais e religiosas que influenciam a experiência do luto por suicídio. Dessa forma, será possível contribuir para a construção de redes de cuidado mais sensíveis e eficazes no apoio aos familiares enlutados e na prevenção de desdobramentos negativos associados a essa experiência de perda tão singular e complexa.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA (ABP). Conselho Federal de Medicina (CFM). **SUICÍDIO**: informando para prevenir. Brasília: Conselho Federal de Medicina, 2014.

FRANCO, M. H. P. **O luto no século 21**: uma compreensão abrangente do fenômeno. São Paulo: Summus Editorial, 2021.

PARKES, C. M. **LUTO**: Estudos sobre a perda na vida adulta. [S. l.]: Summus Editorial, 1998.

TREML, J.; NAGL, M.; LINDE, K.; KÜNDIGER, C.; PETERHÄNSEL, C.; KERSTING, A. Efficacy of an Internet-based cognitive-behavioural grief therapy for people bereaved by suicide: a randomized controlled trial. *European Journal of Psychotraumatology*, v. 12, n. 1, p. 1-14, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1926650>. Acesso em: 05 abr. 2025.

RUBIN, S. S.; MALKINSON, R.; WITZTUM, E. Traumatic Bereavements: Rebalancing the Relationship to the Deceased and the Death Story Using the Two-Track Model of Bereavement. *Frontiers in Psychiatry*, v. 11, p. 1-12, 2020. DOI: <https://dx.doi.org/10.3389/fpsyt.2020.537596>. Acesso em: 08 abr. 2025.

RUCKERT, M. L. T.; FRIZZO, R. P.; RIGOLI, M. M. Suicídio: a importância de novos estudos de posvenção no Brasil. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, [S. l.], v. 15, n. 2, p. 85-91, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/1808-5687.20190013>. Acesso em: 29 mar. 2025.

SCOCCO, P.; IDOTTA, C.; TOTARO, S.; PRETI, A. Addressing psychological distress in people bereaved through suicide: From care to cure. *Psychiatry Research*, v. 300, p. 1-7, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.113869>. Acesso em: 11 abr. 2025.

SILVA, D. R. Na trilha do silêncio: múltiplos desafios do luto por suicídio. In: CASELLATO, G. (org.). **O RESGATE DA EMPATIA**: suporte psicológico ao luto não reconhecido. São Paulo: Summus Editorial, 2015.

WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, v. 52, n. 5, p. 546–553, 2005. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x>. Acesso em: 5 abr. 2025.

WORDEN, J. W. **ACONSELHAMENTO DO LUTO e TERAPIA DO LUTO**: um manual para profissionais da saúde mental. 4. ed. São Paulo: Roca, 2013.