

LUTO MATERNO NA PERSPECTIVA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL¹

Marcília Silva Florêncio Junges²

Oswaldo José Sobral³

RESUMO

A finitude marca a existência humana. A morte, apesar de natural, gera sentimentos relacionados a perda, saudade, melancolia etc. O luto é culturalmente mais significativo e penoso para mães que em algum momento de sua vida se vêem na condição de lidar com a morte do filho/filha amado/amada. Sobre isso, este artigo propõe a pensar a eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) para mães enlutadas conseguirem viver o luto e tratar comorbidades de um luto patológico. Para tanto, utilizou-se de uma análise bibliográfica, mediante uma revisão bibliográfica e verificação de estudos de casos clínicos. Verifica-se que os resultados apontados nos estudos de casos dentro da TCC com mães enlutadas corroboram com a relevância e vitalidade desta abordagem no auxílio dessas mulheres.

Palavras-chave: luto; maternidade; luto materno; Terapia Cognitivo-Comportamental.

ABSTRACT

Finitude marks human existence. Death, although natural, generates feelings related to loss, longing, melancholy, etc. Mourning is culturally more significant and painful for mothers who, at some point in their lives, find themselves in a position to deal with the death of their beloved son/daughter. About this, this article proposes to think about the effectiveness of Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) for bereaved mothers to be able to experience grief and treat comorbidities of pathological grief. For that, a bibliographical analysis was used, through a bibliographical revision and verification of clinical case studies. It appears that the results shown in case studies within CBT with bereaved mothers corroborate the relevance and vitality of this approach in helping these women.

Keywords: mourning; maternity; maternal mourning; Cognitive-Behavioral Therapy.

¹ Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado ao Curso de Psicologia, do Centro de Educação Superior Mais – FacMais – Unidade Acadêmica de Inhumas, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia, no primeiro semestre de 2023.

² Discente do 10.º Período do Curso de Psicologia, da FacMais - Unidade Acadêmica de Inhumas. E-mail: marciliaflorencio@aluno.facmais.edu.br

³ Professor-orientador, docente do Curso de Psicologia. Psicólogo. Especialista em Gestalt-Terapia e Docência Universitária. Mestre em Educação. E mail: osvaldojose@facmais.edu.br

“Saudade que talvez seja o sentimento mais poético que existe, mais até do que o amor. Porque nem todo mundo sentiu amor na vida, mas saudade, sim” (Bráulio Bessa).

1 INTRODUÇÃO

O tema deste trabalho de conclusão do Curso de Psicologia versa sobre o luto, especificamente, o luto materno na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e, assim, pensar as contribuições desta abordagem psicológica no acompanhamento de mulheres enlutadas. A escolha deste objeto de estudo surgiu das vivências dos Estágios Básicos Supervisionados I e II, em uma Unidade Básica de Saúde (UBS), da cidade de Inhumas - GO.

Durante observações diretas no atendimento, na rede pública de saúde, encontra-se uma significativa demanda de indivíduos procurando a psicoterapia para lidarem como processo de luto em que estavam vivenciando, na experiência como estagiária da UBS Genesy e Alegriño, percebi que muitos pacientes buscam ajuda na psicoterapia para poder lidar com o processo de luto em que estava vivendo. Porém, um caso em especial me chamou mais atenção: o de uma mãe que enfrentava o luto por dois filhos. Estudamos no curso que devemos praticar sempre uma empatia intelectual, porém, nesse caso, o enfoque se deu por meio do processo de empatia emocional, por ser, primeiramente, ser humano e depois, mãe. Daí decorreu o interesse em estudar e aprofundar para compreender melhor como ajudar outras mulheres que em dado momento terão de enfrentar este sofrimento chamado de dor sem nome.

Nesse entendimento, o projeto de pesquisa que resultou na produção deste trabalho, teve como direcionamento de investigação a compreensão de como lidar com a morte sendo ela uma consequência inerente à existência humana. Quando a morte está relacionada a alguém próximo ou um ente querido, é comumente relatado o sentimento de perda, de vazio, de saudade. A American Psychological Association (APA), em 2014, apresentou a diferença entre o luto e um Episódio Depressivo Maior (EDM), sendo este um sentimento de humor deprimido mais persistente e incapaz de racionalizar um futuro melhor. Contudo, o luto vivido por uma pessoa com predisposição às psicopatologias pode ocasionar um EDM, ou seja, a manifestação de um sofrimento persistente até mesmo com ideação suicida. Além disso, sintomas cognitivos como descrença, pensamentos catastróficos e

alucinações podem estar relacionados com o luto. Ao chegar ao nível patológico é imprescindível a intervenção psicoterápica. Diante disso, foi elaborada a seguinte problematização: De que forma a Abordagem Cognitivo-Comportamental pode contribuir para pacientes que precisam lidar com o luto, mais especificamente o luto materno, vivido por mães que sofreram a perda de um filho?

Para tanto, foi levantada a hipótese de que o processo de luto é, também, um processo cognitivo e que, por vezes, a pessoa enlutada pode apresentar pensamentos automáticos irracionais ou sabotadores, além de sentimento de culpa, entre outros. Assim, a TCC pode trazer resultados positivos na psicoterapia clínica.

Nessa direção, a definição do objetivo geral foi a de compreender de que forma a TCC pode auxiliar a pessoa enlutada a lidar com o sentimento de perda e/ou psicopatologias decorrentes do luto. O objetivo desta revisão é: 1) distinguir o luto como um processo natural da perda com sintomas psicopatológicos; 2) entender os protocolos clínicos utilizados pela Abordagem Cognitivo-Comportamental, com pessoas enlutadas; 3) caracterizar o luto materno; e 4) identificar a efetividade da TCC no tratamento de mães que necessitam aprender a lidar com o luto e/ou psicopatologias decorrentes deste.

No intuito de responder à questão-problema, confirmar a hipótese levantada e alcançar os objetivos propostos, este artigo científico de revisão será desenvolvido mediante a discussão do luto, com o enfoque no luto materno, e nos protocolos clínicos da TCC utilizados como recursos psicoterapêuticos de mães enlutadas, que desenvolvem sinais e sintomas psicopatológicos durante esse processo.

Sendo assim, este artigo de revisão possui uma estrutura desenvolvimental que destaca a Abordagem Cognitivo-Comportamental, luto na dinâmica de dois pólos - a vida e a morte -, enfatizando a metodologia utilizada para a realização da pesquisa, a apresentação da discussão e dos resultados objetivos, e, finalmente, as considerações finais.

2 ABORDAGEM COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

Em conformidade com o entendimento de Waltman (2023, p. 11-12), o princípio básico, elementar, proposto pelo “modelo cognitivo geral” da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC)

[...] é que a percepção de uma situação influencia diretamente a emoção, a

fisiologia e o comportamento [...]. O modelo cognitivo geral sustenta que os pensamentos específicos da situação ou os pensamentos automáticos em geral surgem de forma espontânea, costumam ser breves e fugazes, assumem a forma de um pensamento ou imagem e são considerados verdadeiros sem reflexão ou avaliação. Esses pensamentos automáticos derivam de um sistema de crenças subjacente e influenciam o modo como nos sentimos e o que fazemos. Enquanto os terapeutas da TCC podem visar diretamente a mudança de comportamento [...] usando estratégias focadas na emoção [...] as estratégias de mudanças cognitivas são ferramentas clínicas valiosas que podem mudar os sistemas de crenças e as crenças e respostas emocionais correspondentes [...]. Como a TCC possui uma tradição robusta de pesquisa e investigação científica, o modelo cognitivo geral da TCC foi revisado e refinado ao longo dos anos [...].

Como toda abordagem da Psicologia, há diferentes vertentes dentro dessa mesma linha de raciocínio, mas, basicamente, todas consideram a cognição de vital importância na psicoterapia. Considerando a dimensão cognitiva, há segundo Falcone (2015), para fins de análise, a categorização em três níveis de pensamento:

- I. níveis superficiais (de pensamento automáticos) - os quais correspondem às avaliações que o sujeito atribui a eventos específicos;
- II. de suposições e auto-regras - menos acessíveis à nossa consciência;
- III. as crenças nucleares, as quais constituem um nível mais global da cognição que são constituídas no início do desenvolvimento e fortalecidas com as experiências de vida.

Dessa forma, alguns protocolos de intervenção psicoterapêutica desta abordagem parte da identificação desses níveis de pensamento e, por vezes, trabalham alguns pensamentos que geram o desgaste emocional da pessoa.

Nessa premissa, as contribuições desses protocolos de intervenção da TCC tornam-se necessários, entre outras instâncias da vida humana, para a diminuição do sofrimento e a dor psíquica desencadeados em processos de luto. Sendo assim, para uma ampliação da temática pesquisada e uma compreensão mais teórico-prática, é possível elencar algumas técnicas que podem ser utilizadas para trabalhar com mães enlutadas:

a) Avaliação

Os Inventários de Beck são instrumentos que permitem avaliar a situação emocional na qual a paciente se encontra e acompanhar de forma sistematizada o seu progresso. A anamnese, também, é fundamental na avaliação do quadro clínico da pessoa enlutada. Juntos eles permitem ao psicoterapeuta conseguir informações preliminares e conduzir a paciente a reflexão sobre si mesma.

Durante todo o processo faz-se necessário a demonstração do compromisso, respeito e atitude empática, por parte do terapeuta, mediante a utilização da linguagem verbal ou mesmo corporal. Tal postura se faz necessária, principalmente, por se considerar que no momento da psicoterapia a pessoa enlutada deve se sentir segura para externalizar seus sentimentos e pensamento de forma espontânea (BECK, 2013).

b) Psicoeducação

Tem por finalidade a aquisição da compreensão da situação em que o paciente se encontra. O terapeuta media este processo de conhecimento e ajuda a pessoa enlutada a reconhecer os pensamentos disfuncionais e a lidar com eles.

Começa-se pela conceituação cognitiva, a qual seria a ideia que tanto paciente quanto terapeuta tem sobre a situação. Nesta há uma explicação significativa sobre a realidade vivida, acerca dos motivos e vivências. O que fornece subsídios para prever comportamentos em determinadas situações. Envolve tarefas de casa e revisão de tarefas que serão realizadas no sentido de viver o momento de luto, identificar as disfunções cognitivas e reestruturar o pensamento e o comportamento (TRISTÃO; GOMES, 2019; SILVA, 2016; BERLOZZA; FERREIRA, 2016).

c) Automonitoramento

A pessoa enlutada pratica o exercício de se perceber, identificar seus pensamentos, suas crenças e refletir sobre como elas afetam seu comportamento cotidiano. Ajuda no questionamento sobre a veracidade do pensamento. Fundamental no processo de psicoeducação e reestruturação cognitiva (TRISTÃO;

GOMES, 2019; SILVA, 2016; BERLOZZA; FERREIRA, 2016).

d) Registro de Pensamentos Disfuncionais (RPD)

Utilizada com o objetivo de perceber os pensamentos que foram ativados na pessoa enlutada diante de um situação específica e em que medida este pensamento apresentam ou não distorção da realidade, por meio dos sentimentos de pesar, culpa, tristeza, desamparo que podem surgir decorrentes do processo de luto, e como estes pensamentos prejudicam a vida funcional e cotidiana da paciente. O diário pode ser um instrumento de RPD.

e) Dessensibilização Sistemática

A pessoa enlutada e o terapeuta, de forma colaborativa, identificam as situações que provocam desestabilidade emocional (ansiedade, por exemplo) e, paulatinamente, vão confrontando essas ocorrências com o objetivo de dessensibilizar e extinguir o sofrimento psíquico causado pelo luto. Esta técnica também é utilizada para pacientes que apresentam o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT).

Neste protocolo, pode-se citar como exemplo a revivência do dia da morte por meio de fotos e a carta à fonte ausente. Importante que seja realizada com o acompanhamento do terapeuta para que os sentimentos, as vezes, reprimidos fluam, o que permite a pessoa viver o luto para conseguir lidar com a perda cognitiva (TRISTÃO; GOMES, 2019; SILVA, 2016; BERLOZZA; FERREIRA, 2016).

3 O LUTO MATERNO

O luto pode ser compreendido como algo inevitavelmente inerente à existência humana na dinâmica de dois pólos: a vida e a morte. Segundo Cavalcanti, Samczuk e Bonfim (2013), diferentes culturas têm o seu sistema de crença como forma de acomodação diante da perda vivida. De acordo com Zwielewski e Sant'ana (2016), alguns segmentos espirituais como por exemplo o cristianismo católico ou protestante, a morte necessariamente significa o fim desta vida terrena. Diante

disso, surgiu o questionamento: como o luto se coloca como esse lugar de sofrimento para as pessoas uma vez que faz parte do processo da vida?

Uma resposta possível a esse questionamento é o trabalho de Cavalcanti, Samczuk e Bonfim (2013, p. 88), que compreendem que o luto não se trata apenas de lidar com a morte, mas com “[...] as sucessivas perdas reais e simbólicas dentro do desenvolvimento humano”.

Em uma perspectiva que amplia a compreensão desses autores, a psiquiatra suíça Elisabeth Kübler-Ross (1926-2004) apresenta em sua obra as “fases do luto” (KÜBLER-ROSS, 2017), conforme segue:

- **Negação** – quando a pessoa recebe a notícia de sua terminalidade, ou seja, o prognóstico da evolução do seu estado de saúde não é promissor, ou que ela não terá muito tempo de vida, sua primeira reação, na maioria das vezes, é dizer: “Não, isso não é verdade”;
- **Raiva** – a raiva não é um sentimento que possua muita lógica, na medida em que ela pode ser direcionado para qualquer coisa ou pessoa que o paciente terminal queira;
- **Barganha** – aqui o sujeito diante do prognóstico de terminalidade começa a suplicar a Deus, a fazer promessas e juramentos, barganhando pela cura e a vida, em troca do cumprimento de algum sacrifício;
- **Depressão** – é muito importante se ter em mente que a “depressão” aqui não deve ser compreendida como um estado patológico, pois, nesse processo, deve ser compreendida como uma reação diante da consciência da finitude;
- **Aceitação** – esta última fase é caracterizada como o reconhecimento da realidade. Assim, o paciente terminal passa a aceitar a própria finitude e o encerramento da vida.

Vale ressaltar que esse processo é tão difícil para pessoa que vivencia o momento de finitude quanto para a sua família, cujos membros podem apresentar sintomas emocionais (tristeza profunda, culpa etc.), cognitivos (descrença e outros

pensamentos irracionais) e físicos (falta de ar, por exemplo), como também, no caso de haver uma predisposição, desencadear psicopatologias decorrentes do acompanhamento das “fases do luto” (KÜBLER-ROSS, 2017) do ente amado, e/ou oriundas do luto vivido, após a partida deste (APA, 2014).

Nesse caso, percebemos que viver o luto é algo absolutamente saudável, no sentido de se despedir, conscientizar-se da perda, dos sentimentos que são manifestos, um jeito de adaptar-se. Contudo, o sofrimento psíquico intenso e adoecimento decorrente destes, pode se tornar um problema quando há negação ou repressão do sentimento de perda (PARKES, 1998).

Alarcão, Carvalho e Peloso (2008) num estudo sobre mulheres que perderam seus filhos de forma violenta mostra como a perda de um filho ou filha é vivida de forma mais intensa pelas mães. Durante o estágio, um caso de luto materno me sensibilizou bastante, o que me levou a afinar meu objeto de estudo. Em nossa sociedade, a maternidade é culturalmente encucada nas crianças do sexo feminino, desde as brincadeiras com bonecas e casinha. Assim, é inegável o vínculo de mãe e filho ou filha. Uma relação que começa desde o útero. Quanto mais forte o vínculo, maior o sentimento de perda vivido.

Dessa forma, é necessária a realização de pesquisas que colaborem com as práticas de psicoterapia na clínica, com mães que enfrentam dificuldades em lidar com luto e que, às vezes, até chegam a desenvolver psicopatologias em virtude disso.

4 METODOLOGIA

Mediante a constatação da relevância do tema, este trabalho realizou uma revisão de literatura sobre o luto materno na TCC, vários trabalhos já foram realizados como os de Hartmann et al. (2020), Tristão e Gomes (2019), ou mesmo o estudo de caso de Zwielewski e Sant’ana (2016). Entretanto, o diferencial é que a pesquisa foi centrada em estudos dirigidos, produzindo nos últimos cinco anos, a respeito do luto materno na TCC, o qual não apenas proporcionou um levantamento dos protocolos utilizados, como no caso de Tristão e Gomes (2019), mas se atentou aos resultados apresentados nos casos estudados.

A metodologia utilizada foi o levantamento bibliográfico, por intermédio do qual foram encontrados artigos científicos que apresentam estudos de caso sobre a psicoterapia na Abordagem Cognitivo-Comportamental, para mães que precisam lidar com a perda (luto) dos filhos. Tais trabalhos foram produzidos nos últimos três anos, durante o período pandêmico, haja vista que os anos de 2020, 2021 e 2022 foram marcados pela pandemia da COVID-19, que ocasionou o luto em muitas pessoas do mundo⁴, principalmente, nos países de capitalismo periférico, como o Brasil, nos quais a vacina chegou um pouco mais tarde para a população. Isso pode ter aumentado as produções acadêmicas acerca do luto. Entretanto, não nos restringimos em analisar apenas os casos de luto dados em consequência desta infecção viral; mas sim em estudos de casos publicados nos últimos cinco anos, os quais incluem os anos pandêmicos da atualidade.

Tendo em vista que esta pesquisa bibliográfica tinha por intuito a produção de um artigo científico de revisão, referente ao trabalho de conclusão do curso de graduação, bacharelado em Psicologia, e em virtude do tempo para realizar a investigação, buscou-se por textos acadêmicos digitais, publicados na plataforma SciELO, PubMed e Google Acadêmico, relativos aos últimos cinco anos, a partir das palavras-chaves: “luto materno” + “Terapia Cognitivo Comportamental”⁵.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos artigos científicos encontrados destacaram-se o de Bruna Fraga Tristão e Karin Martins Gomes (2019), o qual versa sobre os protocolos da TCC na clínica com mães que perderam seus filhos. Trata-se, também, de uma pesquisa bibliográfica, porém, diferentemente desta pesquisa, a de Tristão e Gomes (2019) investiga apenas os protocolos de intervenção psicoterapêutica de mães para que o

⁴ Segundo o site Coronavírus Brasil (oficial do governo), com dados atualizados até o dia 14 de outubro de 2022, com um total de 687.144 casos de óbitos pelo vírus Covid-19, só no Brasil. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>. Acesso em: 16 out. 2022.

⁵ A expressão entre aspas como também o símbolo de adição são utilizados na pesquisa pela internet como critérios de pesquisa. As aspas, nesse caso, são utilizadas para buscar textos que contenham necessariamente as palavras contidas nas aspas. O símbolo de adição é para que seja realizada busca por texto que apresenta ambos os termos entre aspas sem a exclusão de nenhum deles nos textos pesquisados.

luto vivido não se desenvolva para um quadro psicopatológico, sem se preocuparem com os estudos de caso e os resultados obtidos nos casos relatados.

O artigo de Jéssica Paula Hartmann, Kelen Braga do Nascimento, Sabrin Salah Abdel Fatah e Laura Morais Machado (2020), também, realiza uma pesquisa bibliográfica na qual explana estratégias, protocolos e contribuições da TCC na elaboração do luto na clínica. Da mesma forma que o trabalho de Tristão e Gomes (2019) não houve a intenção de lançar mão de estudos de casos para pensar nos resultados alcançados, como nos propomos, apesar de terem apresentado os protocolos de enfrentamento do luto na clínica.

Conforme os artigos supracitados de Tristão e Gomes (2019) e Hartmann et al. (2020), também, foram encontrados alguns estudos de caso como o de Sheila Alves dos Santos, Ana Carolina Aquino de Souza e Ueliton dos Santos Gomes (2020), que no caso analisado houve a aplicação de um protocolo, dentro da Abordagem Cognitivo-Comportamental, chamado de flexibilidade psicológica para reduzir, principalmente, o comportamento de esquiva experiencial.

Os resultados alcançados no estudo de Santos, Sousa e Gomes (2020) demonstraram uma melhora no processo de aceitação do luto materno na medida em que a evitação dos eventos aversivos foram diminuindo significativamente com o procedimento psicoterapêutico adotado. Outros artigos como este último serviram como material de estudo desta pesquisa. Igualmente, vislumbra-se a possibilidade de contribuir com a comunidade acadêmica e profissional da Psicologia que, provavelmente, enfrenta as demandas clínicas advindas do período trágico que vivenciamos com a pandemia.

No estudo de caso realizado por Zwielewski e Sant'ana (2016, p. 31) na clínica com uma mãe que sofria pelo luto do filho e seu quadro clínico já indicava um Episódio Depressivo Maior (EDM), a paciente manifestava o seguinte pensamento automático negativo: "Ele morreu, pois precisou de mim e eu estava dormindo". Tal pensamento carregava consigo uma tristeza profunda e a manifestação de choro.

Entre os protocolos utilizados na psicoterapia, realizou-se o questionamento do pensamento automático irracional com a organização de uma tabela com evidências a favor e contra o pensamento negativo, levando, assim, a paciente à racionalização do pensamento automático. A partir disso, realizou-se um "cartão de enfrentamento" deste pensamento irracional com as seguintes conclusões da paciente: "Não tenho evidência de que este pensamento é verdadeiro"; "Meu filho

tinha câncer terminal e por esse motivo morreu”; “Mesmo que eu estivesse acordada, ele teria morrido, pois eu não o perceberia, já que a sua morte, conforme os médicos, foi tranquila e ele não agonizou”; “Eu não sou culpada pela morte dele, fiz o meu melhor. Ele se foi pois chegou a hora dele” (ZWIELEWSKI; SANT’ANA, 2016, p. 32). Isso é apenas uma pequena parte do estudo de caso e de como um profissional da Abordagem Cognitivo-Comportamental pode ajudar a paciente a lidar com o luto e com EDM, decorrente deste.

Dessa maneira, a morte se constitui como um acontecimento natural da vida. O ser humano se relaciona com esta de forma constante, porém diferentes culturas atribuem diferentes significados a este evento. No sistema de crença de culturas orientais tradicionais como Budismo e Hinduísmo, a morte não é o fim, mas o início de um novo ciclo dado por meio da reencarnação, por exemplo. Na cultura ocidental, na qual o cristianismo católico é preponderante, a morte é concebida como o fim desta vida terrena.

O luto, quando não patológico, é tido como uma resposta saudável, um meio pelo qual a pessoa enlutada vai expressar seu sofrimento por intermédio do reconhecimento do sentimento de perda e da adaptação necessária a partir disso. Todavia, algumas pessoas podem apresentar maior dificuldade em lidar com o luto. Parkes (1998) aponta que a negação e/ou repressão da perda podem dificultar no processo e agravar até mesmo para um quadro psicopatológico, o que Malkinson (2010) denomina como processo de luto mal adaptativo ou mesmo luto irracional.

Além dos sintomas relacionados ao pensamento, como descrença, alucinações, preocupação exacerbada, outros sintomas de cunho emocional (solidão, ansiedade, culpa) e até mesmo físicos (falta de energia, sensibilidade aos ruídos etc) podem ser manifestados no processo de luto, segundo a APA (2014). Segundo Basso e Wainer (2011), o luto é um evento estressor que pode causar na pessoa enlutada dificuldade de organização da vida social, familiar, profissional

Ao considerarmos que a maternidade é uma atribuição cultural ao conceito de mulher na sociedade ocidental⁶, o vínculo existente na relação mãe e filho (filha) é, geralmente, mais forte do que a relação entre outros membros da família, porque se estabelece cultural e emocionalmente desde a gestação até toda vida (TRISTÃO;

⁶ Haja vista que, segundo Alarcão, Carvalho e Pelloso (2008), as brincadeiras de crianças do sexo feminino como bonecas e casinha reforçam essa função materna da mulher com cuidadora e responsável pelo bem-estar da família.

GOMES, 2019). De tal forma, podemos considerar que o luto vivido por mães pode também ser mais intenso, apesar de que cada caso seja singular.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao finalizar este trabalho de conclusão de curso, é preciso retomar a problematização do projeto de pesquisa que possibilitou a realização desta investigação acadêmica e considerar conforme o intuito da pesquisa conclui se que Abordagem Cognitivo-Comportamental pode, sim, contribuir para pacientes que são mães que perderam seus filhos e precisam lidar com o luto. Portanto, a hipótese levantada de que o processo de luto é, também, um processo cognitivo que dificulta a vivência do enlutamento, pois é comum a existência de pensamentos disfuncionais que levam ao sentimento de culpa, e uma tristeza profunda. E, assim, a TCC pode trazer resultados positivos na psicoterapia clínica.

Nessa compreensão, também, foi possível alcançar o objetivo geral na medida em que se tornou compreensível a forma como a TCC pode ajudar a pessoa enlutada a lidar com o sentimento de perda e/ou outras possíveis psicopatologias decorrentes do luto. Para tanto, o alcance dos objetivos específicos foram decisivos para se distinguir o processo de “luto natural” do luto com sintomas psicopatológicos. Por isso, foi necessário caracterizar o luto materno e identificar a efetividade da TCC no tratamento de mães que precisam aprender a lidar com o luto e/ou psicopatologias decorrentes deste, mediante o entendimento dos protocolos clínicos utilizados pela Abordagem Cognitivo-Comportamental, com pessoas enlutadas.

Finalmente, mediante a realização desta pesquisa acadêmica, foi possível compreender mais sobre o luto materno e identificar os protocolos da TCC para o tratamento com pessoas enlutadas. Para tanto, foi importante observar em que medida os protocolos se repetem ou não de um estudo de caso para o outro, levantando dados estatísticos sobre esses protocolos e observar os resultados alcançados por meio destes, bem como problematizar a repetição (ou não) dos métodos trabalhados na psicoterapia. Tal pesquisa pode, dessa forma, apresentar-se como subsídio a psicoterapeutas clínicos da Abordagem Cognitivo-Comportamental que deparam-se com a demanda do luto materno.

REFERÊNCIAS

- ALARCÃO, Ana Carolina Jacinto; CARVALHO, Maria Dalva de Barros; PELLOSO, Sandra Marisa. **A Morte de um Filho Jovem em Circunstância Violenta: compreendendo vivência da mãe.** 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/JYbmHvhHc3jkDgm6bdjCjgp/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 16 out. 2022.
- APA. American Psychiatric Association. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5.** 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- BASSO, Lissia Ana; WAINER, Ricardo. Luto e Perdas Repentinhas: contribuições da terapia cognitivo comportamental. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 7, n. 1, p. 35-43, 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtc/v7n1/v7n1a07.pdf>. Acesso em: 24 maio 2023.
- BECK, J. S. **Terapia Cognitivo Comportamental: teoria e prática.** 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.
- BERLOZZA, Francine Giaquelin; FERREIRA, Pâmella de Jesus. **Conceituação Cognitiva de um Caso de Luto Materno em Grey's Anatomy.** 2017. Disponível em: file:///C:/Users/Osvaldo%20Sobral/Downloads/CONCEITUACAO_COGNITIVA_DE_UM_CASO_DE_LUT.pdf. Acesso em: 24 maio 2023.
- CAVALCANTI, Andressa Katherine Santos; SAMCZUK, Milena Lieto; BONFIM, Tânia Elena. O Conceito Psicanalítico do Luto: uma perspectiva a partir de Freud e Klein. **Psicólogo Informação**, São Paulo, v. 17, n. 17, 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-8809201300020000
- FALCONE, Eliane M. O. As Bases Teóricas e Filosóficas das Abordagens Cognitivo-Comportamentais. *In*: JACÓ-VILELA, A. M.; FERREIRA, A. A. L.; PORTUGAL, F. T. **História da Psicologia: rumos e percursos.** 3. ed. Rio de Janeiro: NAU, 2015.
- HARTMANN, Jéssica Paula et al. As (Inter)faces do Luto na Clínica: desdobramentos do processo terapêutico na elaboração do luto a partir da terapia cognitivo-comportamental. **Congresso Internacional - Interfaces da Psicologia: aproximando distâncias**, v. 1, n. 1, 2020. Disponível em: <https://www.ulbracds.com.br/index.php/interfaces/article/view/2955>. Acesso em: 14 out. 2022.
- KÜBLER-ROSS, Elisabeth. **Sobre a Morte e o Morrer.** 10. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2017.
- PARKES, Colin Murray. **Luto: estudos sobre a perda na vida adulta.** São Paulo: Summus, 1998.
- SANTOS; Sheila Alves dos; SOUSA, Ana Carolina Aquino; GOMES, Ueliton dos Santos. Esquiva Experiencial e Processo de Aceitação num Caso de Luto Materno. **Revista Psicologia em Ênfase**, v. 1, n. 2, p. 84-95, 2020. Disponível em: <http://ojs.unialfa.com.br/index.php/psicologiaemenfase/article/view/84/47>. Acesso em: 14 out. 2022.

TRISTÃO, Bruna Fraga; GOMES, Karina Martins. Luto Materno: aplicabilidade de um protocolo de psicoterapia cognitiva comportamental. **Revista de Iniciação Científica**, UNESC, Criciúma, v. 17, n. 1, 2019. Disponível em: <https://periodicos.unesc.net/ojs/index.php/iniciacaocientifica/article/view/4679/5549>. Acesso em: 14 out. 2022.

WALTMAN, Scot H. et al. **Questionamento Socrático para Terapeutas**: aprenda a pensar e a intervir como um terapeuta cognitivo-comportamental. Porto Alegre: ArtMed, 2023.

ZWIELEWSKI, Grazielle; SANT'ANA, Vânia. Detalhes do Protocolo de Luto e a Terapia Cognitivo-Comportamental. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**. Rio de Janeiro, v. 12, n. 1, jun. 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872016000100005. Acesso em: 16 out. 2022.