



ASPECTOS TEÓRICOS DO PROCESSO DE LUTO

NATASHA KETLEN ROSA DA COSTA, ANGELA MARIA ALVES E
SOUZA

RESUMO

A morte nos dias de hoje, ainda é vista como um tabu, onde as pessoas, em sua maioria não se sentem aptas para lidar ou falar sobre a finitude da vida. Embora nos deparemos com a morte sem perceber, como a perda de um emprego ou de um relacionamento, sem conseguir ver aquilo como uma espécie de morte, como um processo de perda e de consequente luto. Este trabalho é uma revisão bibliográfica incluindo artigos de periódicos eletrônicos e obras literárias, publicados ao longo dos últimos anos, disponibilizados na Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e na Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO). Objetiva elencar um conjunto de aspectos teóricos relacionados ao processo de luto, pontuando a diferença do luto considerado normal e do luto patológico. Bem como explicar as fases e tarefas do processo de luto, segundo os autores estudados. Embora não se possa enquadrar todos em um tipo de luto, há a concepção de que todos sofrem de uma forma ou de outra pela perda de um ente querido, colocando o luto como uma ferida, que como todas precisa de cuidado, atenção e principalmente, tempo. Apesar da perda e o luto sejam individuais e únicos de um modo geral, algumas reações, emoções, sensações físicas e comportamentos são previsíveis, como: a tristeza, a raiva, a confusão e a descrença. Essa variedade de reações mostra a pluralidade de possibilidades de se lidar com o luto, resultado da nossa singularidade. O luto é um fator natural, compreensível e esperado frente a perda de alguém amado, nenhum é menos doloroso ou significativo, mas alguns podem vir a se tornar patológicos e por isso é importante que ele seja vivido, em todas as suas fases ou tarefas para o enlutado conseguir elaborar a perda e ressignificar sua vida mediante aquela perda.

Palavras-chave: Fases do luto; Luto normal; Luto patológico; Morte; Tarefas do processo de luto.

1 INTRODUÇÃO

Normalmente, o termo “Luto” vem associado ao momento posterior a morte de algum ente querido, uma morte “real”, tangível, onde há, de fato, um corpo, ou quando a morte é certa, quando não há possibilidades terapêuticas. Não estamos acostumados ao fato de a morte também ser vivenciadas de outras formas como, a perda de uma parte do corpo, a perda de um emprego ou o término de um relacionamento, por exemplo, mesmo em todas essas situações estarmos passando por um processo de perda, que vivenciamos ao longo da vida e que precisamos de tempo pra aceitar e reaprender a viver com essas mudanças. Nunca o luto, deve ser encarado como sem sentido ou uma fraqueza, segundo Sanders (1999) a dor de uma perda é tão impossivelmente dolorosa, tão semelhante ao pânico, que existe um medo de que se uma pessoa alguma vez se entregar totalmente à dor, ela será devastada, para nunca mais emergir para estados emocionais comuns outra vez.

E segundo a Teoria do Apego do psiquiatra britânico John Bowlby(1995), o grau do apego é um fator essencial para tentar compreender as implicações que a morte gera nas pessoas que perderam alguém. Levando em conta esta teoria precisamos criar laços emocionais com pessoas, o apego é, portanto, inato a humanidade, é instintivo como os dos bebês e das crianças pelas pessoas que representam figuras de proteção e que cuidam delas. E quando há uma separação, mesmo que não pela morte em si, há a existência de um processo de luto, não só pelas razões emocionais, mas também pelo extinto de sobrevivência, já que nessa idade somos totalmente dependentes.

Para além da dificuldade de lidar com a perda, por conta do apego, ainda há o fato dela ser considerada um tabu. Não se pode falar em morte, por que pode atrai-la, por que nos obriga a enfrentar a nossa finitude e que a morte é inevitável, dificultando à adaptação a perda e, por conseguinte ao prosseguimento da vida.

De acordo com Shuchter e Zisook(1993 cit. por Hagman, 1996), o luto é um fenômeno natural que ocorre após a perda de alguém significativo, sendo um processo individual, que varia de pessoa para pessoa, de momento para momento e que envolve muitas dimensões do ser humano. E para Sullivan (1956 cit. por Sanders, 1999), o processo de luto oferece ao sobrevivente à oportunidade de se deslindar dos laços da vinculação.

Uma definição do processo de Luto é, portanto, muito complexa, já que a forma como cada pessoa lida com o Luto é diferente, mediante a personalidade, ao momento de vida, ao local e a cultura inserida, isso e o contexto da perda vão influenciar como cada pessoa vai enfrentar o luto.

O presente trabalho tem como objetivo elucidar a diferença do luto considerado normal e do luto patológico, esclarecendo os principais sentimentos, sensações físicas e comportamentos inerentes aos enlutados. Bem como, explicar as fases e tarefas do processo de luto.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este trabalho é uma revisão bibliográfica incluindo artigos de periódicos eletrônicos e obras literárias, publicados ao longo dos últimos anos, disponibilizados na Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e na Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO). Para seleção dos artigos estudados, foram analisados vários artigos científicos e obras literárias a respeito da temática luto. Para captação dos resultados, foi

realizado um levantamento e comparação entre opiniões de diversos autores: BOWLBY(1985), HAGMAN(1996), KUBLER-ROSS(1996), SANDERS(1999), SOUZA,ALVES e ARAÚJO(2018), WALSCH & MCGOLDRICK(1998) e WORDEN(1991,1998); buscando uma análise mais profunda sobre o tema.

3 LUTO “NORMAL” X LUTO PATOLÓGICO

Embora não se possa enquadrar todos em um tipo de luto, há a concepção de que todos sofrem de uma forma ou de outra pela perda de um ente querido, colocando o luto como uma ferida, que como todas precisa de cuidado, atenção e principalmente, tempo. Embora a perda e o luto sejam individuais e únicos de um modo geral, algumas reações, emoções, sensações físicas e comportamentos são previsíveis.

Sentimentos comuns durante o processo do luto (adaptado de Worden,1991)

SENTIMENTOS	CAUSAS/CONSEQUÊNCIAS
Tristeza	Talvez seja o mais comumente encontrado nas pessoas que estão passando por esse momento, muitas vezes se manifestando pelo choro, causando justamente pelo apego a pessoa “perdida”;
Raiva	Podendo vir, por exemplo, do fracasso sentido por não poder evitar a morte, frequentemente culpando a si ou a outras pessoas para manter a ideia de que algo poderia ser feito para evitar a morte, muitas vezes por se sentir indefesa, se vendo incapaz de existir sem o outro acaba por redirecionar erroneamente para outras pessoas ou a si mesmo, necessitando colocar a culpa pela morte em alguém, podendo levar a comportamentos agressivos para outros ou desenvolvimento de comportamentos suicidas;
Culpa	Além de se culpar por não ter podido salvar o ente, ela pode vir por comportamentos anteriores a morte, consequência de uma culpa por algo feito/não feito ou dito/ não dito, deixando a sensação de dever algo a ele, na maior parte do tempo ela é irracional e desaparece com o tempo, mas pode ser também o que leva, por exemplo, muitas vezes as pessoas em luto a ficarem levando flores ao túmulo, para poder mitigar um pouco da culpa fazendo algo pelo morto(embora esse possa não ser o púnico

	motivo);
Ansiedade	Pode variar de uma pequena sensação de insegurança a ataques de pânico que pode ser trazida pelo medo de não se sentir apta a cuidar de si ou de outros sobre suas responsabilidades, como irmãos mais velhos quando perdem os pais e viram responsáveis legais pelos irmãos mais novos, esposas/maridos que perderam seus cônjuges e têm filhos para cuidar. Nesses casos a ansiedade pode vir associada a sensação de solidão causada pela perda da convivência próxima ao falecido, ou também pela consciência repentina da própria mortalidade
Solidão	Frequentemente sentidos por pessoas sobreviventes a acidentes, onde outros morreram ou pelos que perderam cônjuges ou pessoas muito próximas e que estavam habituados ao convívio próximo no dia a dia;
Fadiga	Pode vir como uma apatia ou indiferença, podendo ser uma surpresa e angústia em pessoas mais ativas;
Choque	Ocorre mais comumente em casos de morte repentina, mas pode ocorrer em mortes esperadas;
Alívio	Quando o falecido causou alguma experiência negativa ou quando o mesmo estava sofrendo de alguma forma, mas na maioria das vezes é acompanhada pela culpa, de se sentir aliviado, principalmente se a pessoa em luto desejou a morte dele em algum momento. Esses sentimentos podem ser considerados normais durante o luto, mas se persistirem e com grande intensidade podem desencadear um luto complicado.
Torpor	Pode-se experimentar uma ausência de sentimentos, normalmente se ocorre logo após o recebimento da notícia, é uma espécie de defesa, bloquear inicialmente a dor que se imagina esmagadora e insuportável.

As sensações físicas que são mais comumente sentidas no período de luto são: o vazio no estômago; aperto no peito; nó na garganta; hipersensibilidade ao barulho; falta de ar; fadiga; boca seca; tremores; taquicardia, entre outros.

Os pensamentos que normalmente aparecem no período de luto, mas que não devem perdurar para evitar a ansiedade ou depressão, são:

- Confusão: levando a esquecimentos e dificuldade de se concentrar em alguma tarefa, sem conseguir ordenar pensamentos;
- Descrença: se recusar que o ente se foi, o que geralmente é o primeiro pensamento, especialmente se for uma morte súbita, essa descrença pode levar até a crença de que não é definitivo, o que levou até a criação das clínicas de criogenia, que conservam os corpos para possivelmente serem ressuscitados no futuro;
- Alucinações visuais ou auditivas: normalmente experiências passageiras e que ocorrem após pouco tempo de perda, num luto normal.

Os comportamentos mais recorrentes são os distúrbios de sono, podendo ser representados na dificuldade de dormir, ou na recusa pelo medo de se sonhar com o falecido, acordar em uma cama vazia, ou mesmo encarando a sua própria mortalidade e o medo de não acordar. Também podem ser acometidos por distúrbio de apetite, não conseguindo comer ou então comendo em excesso. O isolamento do resto do mundo, se afastando do convívio social, por não conseguir se adaptar ao mundo sem aquele ente querido. Além do choro que é considerado o mais comum, e em muitos casos benéfico, agitação e a visitação ou a guarda de objetos que evoquem a lembrança da pessoa falecida ou a fuga dos mesmos.

Essa variedade de reações mostra a pluralidade de possibilidades de se lidar com o luto, resultado da nossa singularidade. Somos complexos e subjetivos, e sendo assim, o luto é inerente a individualidade de cada um, não sendo possível prever com exatidão as possíveis reações que o indivíduo terá. Podemos considerar então como luto complicado aquele que traz danos intoleráveis tanto para quem está de luto, quanto para os que o cercam.

Algumas situações que podem gerar o luto complicado, são:

- Relacionamentos simbióticos, onde há exacerbada dependência, onde a perda evidencia essa sensação de dependência, a sensação de perder a si mesmo, de se sentirem incompletos e desamparados, podendo gerar assim uma dificuldade maior em aceitar sua morte.
- Quando existem sentimentos ambivalentes incompatíveis, como o amor e ódio pelo falecido, esses sentimentos podem ficar dissimulados, acarretando culpa e frustração por não terem sido expostos quando possível.
- O fato de o indivíduo aparentemente não tolerar uma grande carga emocional, nesses casos pode haver uma inibição de sentimentos causados por aqueles que o cercam, por medo destes não serem capazes de lidar com o luto. Na esperança de preservá-los, não os deixam participar de rituais de despedida ou tentando minimizar ou tornar inexistente a dor, como são os casos de crianças que são super protegidas e proibidas de estarem presentes nesses momentos, levando a um luto mais complicado.
- Há também o contrário, as pessoas que são consideradas fortes, que são as

“rochas” onde seus familiares, amigos e pessoas próximas se fixam, a eles não são permitidas nenhum tipo de demonstração de fraqueza ou de vulnerabilidade, são os responsáveis por cuidar e consolar os outros, privando assim a pessoa de viver seu próprio luto.

- No aborto muitas vezes, a dor é negada, alegando que não houve tempo para o apego, o que não acontece de fato, já que ele começa a existir desde o descobrimento da gravidez, gerando um sentimento de perda, não aceitar isso pode levar a dificuldades na superação do trauma.
- Já o suicídio, geralmente não é aceito, é dito como acidental, para evitar os sentimentos de vergonha e culpa, o que torna o luto complicado.
- Outra circunstância importante é quando não se tem certeza da perda, em casos de desaparecimento, sem um corpo, uma despedida com os rituais fúnebres, dificulta a aceitação da morte, levando a pessoas em luto uma continuidade da negação, por anos ou nunca aceitarem.

Essas são algumas das variáveis que podem estar envolvidas no processo do luto, não sendo necessariamente obrigatório neste processo, já que o luto é inerente a personalidade, portanto único. Logo, o tempo de luto, vai depender de cada caso, do processo como um todo e a intensidade dos sentimentos mostrados e não mostrados. O importante é conscientizar o indivíduo em luto, da impossibilidade de um reencontro corporal nessa vida, além da necessidade de ele continuar sua vida, buscando novas relações e a sua adaptação ao mundo sem o ente querido, mostrando que a vida dele não se foi junto com o falecido.

4 FASES/TAREFAS DO LUTO

Muitos autores retratam a maneira como se assimila o processo de luto através de fases ou etapas. O luto pode ser compreendido como um processo que é desencadeado com a perda de alguém importante para o indivíduo, sendo em alguns casos, antes da perda de fato, até sua elaboração, ou seja, quando a pessoa consegue ajustar-se à perda. Vamos analisar a perspectiva de dois autores sobre o processo de luto: o modelo da psiquiatra Elisabeth Kübler-Ross, Kübler-Ross e do psicólogo Willian Worden.

4.1 Fase De Reação À Perda Por Kübler-Ross

Talvez as fases mais conhecidas do processo do Luto, sejam as 5 fases abordadas no Livro *Sobre a morte e o morrer* (Kübler-Ross, 1969), são as fases que eram geralmente observadas nos pacientes que recebiam o diagnóstico de que suas doenças não tinham mais cura, ou em pessoas que perdiam algum ente querido e que essas fases variavam entre pacientes terminais e enlutados. Mas nem todas as pessoas vão passar por todas essas fases, ou da mesma maneira ou na mesma ordem, o luto é individual.

- **Negação**

A primeira fase é a de negação, quando a notícia da morte ou eminência da morte é recebida, a reação instintiva é dizer “não”, é a incapacidade de se aceitar o fato de perder essa pessoa, não sendo capaz de falar o nome do ente querido e que ele está de fato morto, como se

proferir essas palavras fosse o que torna aquela situação real e enquanto elas não são ditas, se permanece numa espécie de limbo onde aquela pessoa não está realmente morta ou existe a possibilidade que ela “volte”. Essa negação pode ter graus diferentes desde uma rápida distorção da realidade a um grande delírio. Há pessoas que deixam os pertences ou a casa da mesma forma que o falecido deixou, ou em casos mais preocupantes, alguns raros casos em que o enlutado permanece com o corpo do falecido sem notificar ninguém da morte.

Outra forma de negação, é quando não negam a morte em si, mas o significado dela, tentando tornar a perda menos significativa do que de fato ela é, alegando que não era uma boa pessoa ou que não eram realmente tão próximos para que perda fosse sentida, agindo ao contrário do que comentado acima, se livrando rapidamente dos pertences do falecido, não querendo objetos que o lembrem dele para tentar minimizar a perda.

- **Raiva**

Segundo Kubler-Ross, a maioria não consegue se manter no primeiro estágio é quando se sai da bolha, quando o entorpecimento da negação não é mais possível, então os sentimentos começam a se externalizar, principalmente a raiva, revolta, inveja e o ressentimento. E essa raiva não possui uma lógica, ela pode ser direcionada a qualquer pessoa ou a todas; a equipe do hospital que não pôde fazer nada para salvar o ente querido, ou a si mesmo por não conseguir mudar a situação, ou a suas próprias crenças. Podendo acometer em um comportamento agressivo, é necessário dar ao indivíduo um certo espaço e compreender que não é o alvo dessa raiva, porque ela não possui um alvo específico, a não ser a própria morte.

- **Barganha**

A terceira fase seria a da barganha ou negociação, ainda há a esperança de que as coisas possam voltar. Ao perceberem que não vão conseguir nada com a raiva, tentam o apelo. É a famosa frase de promessas, onde são feitas negociações com quem se acha que tem o poder de reverter aquela situação, médicos ou entidades, qualquer um que possa tornar aquela situação irreal.

Os “SEs”, “Se eu tivesse só mais uma chance, mais um momento”, querendo só mais um pouco de tempo. Como quando o ente querido está numa fase terminal, e se busca todos os medicamentos e tratamentos possíveis, muitas vezes apenas prolongando o sofrimento daquela pessoa, querendo só mais algumas semanas ou meses, mas sem se importar com a qualidade de vida realmente, negociando com a morte por mais tempo porque é incapaz de se desapegar daquela pessoa.

O que mais se deseja nessa fase, é de alguma forma voltar no tempo e impedir de alguma forma impedir aquela morte, deve-se conscientizar que por traz da barganha do enlutado, existe a culpa por crer que poderia ter sido feito algo diferente, é de certa forma continuar preso ao passado.

- **Depressão**

Deve-se conseguir diferenciar a depressão como estágio de luto, de uma depressão patológica onde é necessário a intervenção medicamentosa. Durante o processo de luto, passar por uma depressão é uma reação comum e esperada após a perda de um ente querido. Pode ser o estágio mais intenso do luto e mais demorado, embora tenha passado pela autodefesa da

primeira fase e a explosão da segunda, é na depressão que o enlutado começa a verdadeiramente lidar com a consciência daquela morte.

Costuma ser dividida em preparatória e reativa. A depressão reativa ocorre quando surgem outras perdas devido à perda por morte, por exemplo, a perda de um emprego e, dessa maneira, tendo um prejuízo financeiro; como também a perda de papéis do âmbito familiar. Já a depressão preparatória é o momento em que a aceitação está mais próxima, é quando as pessoas ficam quietas, repensando seus momentos com o ente querido e estando mais receptíveis a ideia de que esses momentos não vão voltar.

- **Aceitação**

É o último estágio, quando se chega aqui já se consegue aceitar a realidade, que seu ente querido não está mais aqui, que não há possibilidade de encontro, nessa vida e que agora as coisas mudaram. Não significa que tudo está bem e resolvido, ele começa a encarar sua nova realidade, novas relações podem ser estabelecidas e se começa a reaprender a viver sem aquela pessoa. Nesse momento conseguem lidar com os sentimentos de forma serena e começam a se expressar de forma mais clara seus sentimentos, frustrações e dificuldades.

4.2 Tarefas do processo do Luto por Worden

Referir-se ao luto como um processo em etapas, pode fazer com que o envolvimento da pessoa seja reduzido e compreendendo de alguma forma que os resultados são apenas em decorrência do tempo. Então Worden(1998) elaborou tarefas para que os enlutados se vejam como indivíduos ativos no processo de luto. Precisa-se passar por quatro dessas “tarefas” que são baseadas na teoria do psicólogo americano Havinghurst, que trabalha com desenvolvimento infantil, o psicólogo teoriza que há algumas tarefas no desenvolvimento da criança que se não forem realizadas sua adaptação fica abalada e terão mais dificuldades em momentos posteriores; procurando o desenvolvimento de um luto saudável e prevenindo um processo de luto crônico.

As quatro tarefas do processo de luto propostas por Worden são:

- **Tarefa 1: Aceitar a realidade da perda.**

Quando se perde alguém, de causas naturais ou abruptas, de forma repentina ou esperada, há uma sensação de irrealidade. A primeira tarefa seriam então enfrentar essa morte como real; seria, fazendo uma conexão com Hubler-Ross, o momento que se consegue passar pela negação, aceitar que de fato essa pessoa morreu e não há como retornar. Aceitar que a morte é irreversível é o momento crucial para que esta tarefa seja completa. Rituais, como os velórios e o enterro, ajudam ao enlutado lidar com a realidade da perda e torna mais fácil a aceitação.

Outra forma de negar a morte, é a busca pelo espiritismo só nesse momento, para tentar contatar o falecido, para apenas negar a morte como o fim da ligação existente, esse desejo é normal, sua permanência é que não. Chegar a essa aceitação é difícil e leva tempo.

- **Tarefa 2: Para Elaborar a dor da perda.**

É uma tarefa importante, compreender que a dor, seja ela física ou emocional durante o luto é real, os sentimentos terão que ser reconhecidos e elaborados, se forem negados, onde o enlutado não se permite entrar em contato com esses sentimentos e nega a dor, pode vir a

resultar em comportamentos anormais e problemas físicos e psicológicos. Nem todos sentem a dor da mesma forma, mas é raro perder alguém próximo e não sentir dor, não costuma-se estar preparada para o turbilhão de emoções que a abalará neste processo, pode ser uma tarefa que requer aconselhamento psicológico, já que pode ser difícil lidar com isso sozinho.

- **Tarefa 3: Ajustar-se a um ambiente onde está faltando a pessoa que faleceu.**

Esse ajuste, é uma adaptação que envolve tarefas internas e externas, a perda não é apenas física, à ausência dela, mas também aos vários papéis que essa pessoa poderia ter, interferindo na forma como o enlutado vê a vida, a si mesmo, a seus valores e crenças. Readequar-se a um mundo sem uma pessoa muito querida pode ser difícil. Se adaptar as atividades que ela realizava ou a papéis que desenvolvia pode ser complicado ou frustrante, pois o enlutado pode sentir-se incapaz por não conseguir desenvolver ou encontrar alguém que desempenhe este papel que era executado por esse falecido.

- **Tarefa 4: Reposicionar em termos emocionais a pessoa que faleceu e continuar a vida.**

É a última tarefa proposta por Worden, encontrar um local adequado para o falecido na vida emocional do enlutado de maneira que o permita viver bem, esse é o objetivo primordial desta quarta tarefa. É preciso se desapegar do passado e conseguir criar novas conexões com as pessoas e com o mundo, se abrir a novas possibilidades, sem sentimentos de culpa ou traição para com o falecido.

Segundo Worden (1998), um sinal de um processo de luto terminado é quando a pessoa consegue pensar no falecido com saudade, mas sem dor, readquirindo um interesse pela vida e adaptando-se a novos papéis.

5. CONCLUSÃO

Como foi discutido no trabalho o processo de luto, decorrente da perda de um ente querido é muito variável, pode ser prolongado ou breve, mais intenso ou mais sereno, se mostrar em mais episódios de choro ou de acessos de fúria, variando de pessoas para pessoa, momento para momento, cultura para cultura.

O luto é um processo que todos os indivíduos passam em algum momento, seja pela perda de uma pessoa ou algo com uma grande importância sentimental. O luto é um fator natural, compreensível e esperado frente a perda de alguém amado, nenhum é menos doloroso ou significativo, mas alguns podem vir a se tornar patológicos e levarem a comportamentos depressivos permanentes, vícios e atitudes agressivas ou suicidas e estes requerem um cuidado extra. Por isso é importante que ele seja vivido, em todas as suas fases ou tarefas para o enlutado conseguir elaborar a perda e ressignificar sua vida mediante aquela perda.

Mesmo os processos de Luto que foram considerados “concluídos”, seja chegando a quinta fase da Kubler-Ross ou finalizando a quarta tarefa de Worden, podem não ter um processo linear e podem em algum feriado ou aniversário trazer novamente as sensações sentidas durante esse luto, precisando passar novamente por esse processo (Walsh e McGoldrick, 1998).

O luto pode ser visto como “concluído”, quando as pessoas se reconectam com a vida, se adaptam ao mundo sem a pessoa amada, mas para alguns ele demora muito tempo para acabar de verdade, a dor diminui à medida que se evita pensar no ente querido, mas com o tempo ela torna-se tolerável e os obriga a conviver com ela. Até entender que aquele falecido

tem seu espaço único na vida do enlutado e que sempre haverá uma lembrança dele, mas ele tem que continuar a viver sua vida e se apegar a outros, não sendo uma substituição e sim uma adaptação a esse novo mundo.

REFERÊNCIAS

BOWLBY, J. Perda: tristeza e depressão. Vol. 3 da Trilogia Apego e Perda. São Paulo: Martins Fontes, 1985

HAGMAN, G.. Mourning: a review and a reconsideration. *Journal of Psycho-Analysis*, 76; pp: 909-925. 1996

KUBLER-ROSS, E. Sobre a morte e o morrer. 7ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1996

SANDERS, C. . Grief. *The Mourning After: Dealing with Adult Bereavement* (2 nd ed.). New York: John Wiley & Sons, Inc .., 1999

SOUZA, Ângela Maria Alves; ALVES, Maria Dalva Santos; ARAÚJO, Michell Ângelo Marques.(Organizadores). Estudo sobre luto, suicídio e psicooncologia. Fortaleza: Edições UFC, 2018, 2 ed. P. 34 - 57.

WALSCH, F. & MCGOLDRICK, M. Morte na Família: Sobrevivendo às Perdas. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998

WORDEN, J. . Grief Counseling and Grief Therapy. *A Handbook for the Mental Health Practitioner* (2 nd ed.). London: Routledge, 1991

WORDEN. J. W. *Terapia do Luto*. 2ª Edição. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.