

A IMPORTÂNCIA DA PSICOTERAPIA NO PROCESSO DE LUTO

Silvia Patrycia Ferreira de Moraes¹
Delaine de Sousa Silva Álvares²

RESUMO

A pandemia que se iniciou no final do ano de 2019, passou a trazer outro significado de todo o processo de luto, dessa ressignificação e do simbologismo que havia. (APA, 2020). Por conta do COVID-19 despedidas deixaram de existir e conseqüentemente todo o ritual do luto passou a ser visto e feito de forma diferente, não só essa questão emocional como também a crise que se ocasionou neste meio pandêmico. (APA, 2020). Todo processo de luto é muito doloroso e necessita de um acompanhamento para ter uma elaboração saudável com o auxílio da família e dos amigos, e se for muito severo necessita da ajuda de um profissional de Psicologia. O intuito deste trabalho, além de apresentar uma visão do que é o luto, é também apresentar como algumas psicoterapias podem contribuir para amenizar o processo do luto pela perda de entes queridos. Nesse sentido a APA trás alguns pontos que vão identificar os padrões de comportamento, as questões relacionadas à mente, aos problemas psicológicos como depressão, ansiedade, dificuldades de relacionamento, bem como a relação com os filhos, com o trabalho, dentro outros. Foi feita uma revisão sistemática, utilizando as seguintes bases de dados Pubmed, BDTD, Web Of Science e Scopus. Com o estudo verificou-se que a intervenção psicoterapêutica na elaboração do processo de luto, auxilia no enfrentamento da dor, evitando o luto patológico e conseqüentemente auxilia o paciente a passar pelo processo de forma mais saudável.

Palavras-chave: Psicoterapia, luto, COVID-19.

¹ Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia.

² Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia, Doutorado em Direito pela Universidade Estácio de Sá, 2021.