

DO LUTO CONVENCIONAL AO LUTO NEGADO: UM OLHAR SOBRE A PERDA PERINATAL

Lara Schuetze Pereira, Lívia Lemes e Silva, Marcela Braga Fernandes, Mariana Silva Oliveira, William Ribeiro.

Universidade do Vale do Paraíba/Faculdade de Educação e Artes, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, laraschuetze0575@gmail.com, lemeslivia289@gmail.com, marcela.bfernandess@gmail.com, mariana-silva-oliveira@hotmail.com, wrpsico@gmail.com.

Resumo

O presente artigo analisa o luto perinatal e como a invisibilização social, resultante da falta de informação, impacta negativamente a saúde psíquica dos pais que perderam seus bebês. Adotando como base artigos que abordam as vivências das famílias enlutadas, desde o acolhimento no espaço hospitalar até a cooperação da comunidade, buscou-se compreender a importância da rede de apoio durante o processo de luto e visibilizar a angústia que os pais e mães receiam em expor para a sociedade. Concluiu-se que, apesar do recente crescimento do tema nos jornais e nas redes sociais, contribuindo para a conscientização sobre a perda perinatal, é imperativo que ocorra mudanças na preparação dos profissionais da saúde e na conscientização da sociedade para a importância de um acolhimento empático, essencial na elaboração de um luto saudável.

Palavras-chave: Luto; Gestação; Perda; Psicologia.

Área do Conhecimento: Ciências Humanas, Psicologia.

Introdução

O luto perinatal refere-se à experiência de perda vivenciada pelos pais diante da morte de um bebê durante a gestação ou pouco após o nascimento, sendo uma das formas de luto mais silenciosas e complexas. Essa experiência impacta diretamente na saúde mental dos envolvidos podendo gerar uma gama de sentimentos profundos, como tristeza intensa, sensação de impotência e frustração, que podem se manifestar de maneira física, emocional e social. Diferentemente de outros tipos de luto, a perda perinatal muitas vezes não recebe o reconhecimento social necessário, o que pode dificultar a validação da experiência dos pais e afetar sua capacidade de enfrentamento (Freire *et al.*, 2024).

Segundo Freud (1915), o luto é um processo doloroso e natural, no qual o indivíduo gradualmente se desapega do objeto perdido, experienciando tristeza profunda, retraimento das atividades externas e dificuldade de substituir o objeto de amor perdido por outro. No caso do luto perinatal, a experiência é ainda mais complexa, pois envolve a perda de um bebê cuja existência, embora breve ou ainda não concretizada, é profundamente significativa para os pais. Essa forma de luto apresenta características próprias, como a sensação de interrupção de planos e expectativas parentais, o impacto na identidade de mãe e pai e a dificuldade em compartilhar a dor com familiares e sociedade, que muitas vezes minimiza ou invisibiliza a perda (Freire *et al.*, 2024; Pollock *et al.*, 2021).

O luto perinatal constitui uma experiência singular e intensa, exigindo atenção especial da família, da sociedade e dos profissionais de saúde. O acolhimento, a validação da dor e o suporte emocional tornam-se fundamentais para que os pais possam elaborar a perda de maneira saudável. Nesse contexto, o luto pode ser compreendido como uma resposta natural à perda de um vínculo significativo, cuja função é reorganizar os recursos internos e auxiliar na adaptação às mudanças provocadas pela ausência do objeto amado (Gesteira; Barbosa; Endo, 2006). Reconhecer e apoiar o processo de luto perinatal é, portanto, essencial para promover a saúde mental e o bem-estar emocional dos pais.

Metodologia

O presente estudo possui delineamento exploratório e bibliográfico. Conforme Gil (2002), a pesquisa exploratória objetiva proporcionar maior entendimento sobre a temática investigada, a fim de torná-la mais explícita. Enquanto que, ainda segundo o autor, a pesquisa de caráter bibliográfico é conduzida através da consulta de materiais já existentes e permite o estudo de uma variedade ampla de fenômenos.

Dessa forma, foi realizada uma revisão da literatura acerca do luto perinatal, utilizando-se os termos de busca “Luto Perinatal” e “Perda Gestacional”. Foram consultadas bases de dados Scielo, Pubmed e Google Acadêmico. Os materiais incluídos no estudo foram artigos científicos publicados a partir do ano 2000 e disponíveis em português e inglês. Portanto, foi utilizado como critério de exclusão textos redigidos em outros idiomas.

A partir dos dados obtidos, emergiram tópicos temáticos acerca da definição do luto perinatal, o olhar sobre a perda gestacional, o papel da rede de apoio para os enlutados, a importância do cuidado da equipe hospitalar e a contribuição dos rituais de despedida.

Resultados e discussão

A invisibilização social do luto perinatal

A perda de um bebê durante o período gestacional ou após o nascimento desencadeia um processo doloroso e complexo de luto, chamado de luto perinatal. Essa experiência, embora angustiante e sofrida, se difere do luto convencional devido à falta de validação social. Nessas situações, a morte se manifesta de maneira tão particular que não é plenamente reconhecida ou validada pela sociedade.

Segundo Freire *et al.* (2024), o luto perinatal possui uma natureza existencial que interrompe a ordem natural da vida e desafia convicções básicas sobre o mundo. Por esse motivo, a perda do bebê idealizado e da identidade parental gera um sentimento de incapacidade comumente incompreendido.

Em muitos casos, é comum que os pais ou familiares enfrentem reações minimizadoras de outras pessoas, como por exemplo, que não precisavam ficar tristes porque podem ter outro bebê, ou porque nunca de fato conheceram seu filho. A ausência do reconhecimento silencia os enlutados e priva os envolvidos de vivenciarem sua dor, forçando-os a um processo solitário e de difícil elaboração emocional.

A invisibilização acontece especialmente em casos em que a morte da criança ocorre antes do nascimento, porque gera a percepção de que ela não era “real”. Um estudo recente realizado por Pollock *et al.* (2021) demonstrou que 80% das mães enlutadas sentiram-se em determinado momento, discriminadas em relação a sua dor, tanto no ambiente de trabalho quanto por profissionais da saúde. A falta de validação social, portanto, isola os enlutados em seu sofrimento e dificulta a elaboração da perda, visto que não encontram amparo em outros lugares.

Frente a angústia sofrida durante o processo de luto perinatal, a rede de apoio de familiares e amigos configura-se como um pilar essencial para a elaboração da dor. A importância do apoio se estende para além do momento da perda, tornando-se fundamental a longo prazo.

O apoio adequado e a validação do luto são fundamentais para atravessar esse processo de maneira saudável. O suporte, apesar de fundamental no momento da perda, deve ser estendido até a volta dos pais à sua rotina diária. A ausência do acolhimento pode levar ao luto patológico, interferindo negativamente na saúde mental e nas relações interpessoais dos envolvidos. (Costa *et al.*, 2021). Portanto, o acolhimento não se restringe à um sentimento de compaixão, mas envolve o reconhecimento do sofrimento e a validação do vínculo com o filho.

O cuidado humanizado às famílias no ambiente hospitalar

Durante a internação hospitalar, a maneira com que os profissionais de saúde conduzem o cuidado às famílias enlutadas pode ter impactos memoráveis em seu processo de luto (Vescovi; Lewandowski, 2023). Dessa maneira, aspectos da comunicação verbal e não-verbal da equipe exercem um papel importante na experiência do luto perinatal (Jansen *et al.*, 2024).

Fatores comuns encontrados em estudos revelam atitudes apreciadas pelos pais e compreendidas como um reconhecimento de sua perda. Em primeiro lugar, o compartilhamento de informações claras,

honestas e livres de termos técnicos realizado de forma sensível e empática auxiliou na compreensão da situação pela família e na redução da insegurança acerca do futuro (Ellis *et al.*, 2016; Jansen *et al.*, 2024). De maneira análoga, oferecer espaço para os enlutados expressarem suas emoções, preocupações e dúvidas contribuiu para a construção do diálogo entre equipe e família (Ellis *et al.*, 2016; Laguna *et al.*, 2021).

Além disso, a garantia de participação ativa dos pais nos processos de tomada de decisão, a partir da explicação sobre opções e respeito ao tempo de escolha, seja no contato com o bebê ou na organização dos rituais de despedida, consistiu em uma conduta fundamental (Ellis *et al.*, 2016; Laguna *et al.*, 2021). Por fim, referir-se ao bebê por meio do nome escolhido pela família foi essencial para validar a perda e o sofrimento vivenciado pelo falecimento de um membro do grupo familiar (Ellis *et al.*, 2016; Jansen *et al.*, 2024).

Dessa maneira, o treinamento profissional voltado ao cuidado aos pais e familiares enlutados após uma perda perinatal foi apontado como uma medida viabilizadora de um atendimento sensível e humanizado (Ellis *et al.*, 2016; Jansen *et al.*, 2024; Laguna *et al.*, 2021; Vescovi; Lewandowski, 2023). Contudo, é válido ressaltar que a comunicação e a oferta de apoio em momentos sensíveis, como a perda perinatal, podem ser um desafio para profissionais de saúde, visto que estes podem enfrentar suas próprias questões emocionais, sobrecarga de trabalho e necessidade de treinamento específico (Ellis *et al.*, 2016; Jansen *et al.*, 2024; Vescovi; Lewandowski, 2023). Portanto, o suporte e o acolhimento à equipe no ambiente de trabalho são relevantes não só para garantir o cuidado adequado às famílias, mas também como prevenção da fadiga por compaixão.

Conforme Figley (1995 apud Lago; Codo, 2013), a fadiga por compaixão se refere à exaustão física e mental que acomete profissionais cujo cotidiano é permeado pelo encontro frequente com o sofrimento humano, devido ao estresse advindo pela compaixão e pelo desejo de ajudar. Dessa forma, podem ocorrer respostas emocionais, fisiológicas e defensivas em razão da dificuldade de lidar com os sentimentos que surgem ao lidar com o sofrimento dos pacientes (Lago; Codo, 2013). Assim, treinamento contínuo, medidas de autocuidado profissional e espaços para debriefing tornam-se estratégias de enfrentamento importantes de apoio à equipe (Cardoso; Tomotani; Mucci, 2023).

No Brasil, o cuidado humanizado ao luto materno e parental é garantido pela Lei nº 15.139, aprovada em 23 de maio de 2025. Dentre as medidas presentes na legislação, destacam-se o direito de acomodação separada para parturientes que tenham sofrido perda gestacional, a garantia de participação do acompanhante no parto e a viabilização de espaço e momento para que a família realize sua despedida pelo tempo necessário. Além disso, a lei endossa estratégias organizacionais de qualificação profissional para a área e a inclusão da temática na grade curricular de cursos da área da saúde em instituições de ensino superior (Brasil, 2025).

A importância do adeus: o papel dos rituais de despedida

Segundo os preceitos da psicologia, não há dor psíquica que possa ser dissipada onde não há espaço para que ela seja elaborada e trabalhada da maneira correta. Durante o processo de luto, que não pode ser acelerado, os sujeitos enlutados devem se permitir sentir a dor da perda, verbalizar para si e para os outros o impacto que esse acontecimento teve em sua vida e como os deixou fragilizados. A elaboração da perda possibilita a compreensão do ocorrido para que, dentro de um tempo não determinado, os pais e familiares possam aceitar a partida do bebê (Muza *et al.*, 2013). Por isso, é importante que as pessoas que estão passando pelo luto sejam orientadas a não reprimir ou negar os seus sentimentos em prol de satisfazer o comodismo social.

As manifestações do luto podem ser realizadas de muitas maneiras, e uma delas inclui uma prática comum a muitas culturas: os rituais fúnebres. De acordo com Souza e Souza (2019), esses rituais proporcionam à família enlutada a possibilidade de demonstrar a sua insatisfação com a mudança abrupta no cenário atual da vida, de homenagear aquele ente querido que se foi, e de se despedir adequadamente. Apesar dessas cerimônias terem como figura central o morto, elas possuem uma importante função de unir os vivos e de ressignificar a trajetória de todos os que estão presentes, propiciando uma reflexão sobre a vida que prosseguirá. No caso de uma perda perinatal, esse momento é ainda mais significativo, pois permite que o luto dos pais seja validado social e culturalmente, através do reconhecimento do bebê como alguém que existiu, que foi amado e desejado, e que deixará saudades. Em uma entrevista para o Fantástico (2025), a apresentadora Tati Machado falou abertamente sobre sua experiência de perda do seu filho Rael, aos 8 meses de gestação. Em uma das

falas, a entrevistadora traz a reflexão de que “superamos, mas não esquecemos”, ao que Tati responde “sim, mas eu não quero esquecer. A gente está falando do amor da minha vida, ele tem nome, chama-se Rael.” A recuperação não pode ser alcançada através do esquecimento, mas sim pela lembrança do filho que se foi.

Apesar dessa nova perspectiva sobre a perda perinatal estar alcançando um novo público, o constrangimento na realização de rituais fúnebres ainda é uma realidade de muitas famílias. De acordo com Musa *et al.* (2013), não é incomum que, durante as celebrações, os convidados presentes façam comentários indelicados sobre a perda que os pais sofreram, mesmo sem a intenção de fazê-los. Para muitas pessoas, o bebê foi alguém que não existiu, e essa concepção está relacionada com a falta de compreensão sobre o luto perinatal e a importância da despedida feita de maneira apropriada.

Conclusão

Pais enlutados necessitam vivenciar o luto para elaborar emocionalmente a perda. No entanto, a sociedade atual, que prioriza a rápida superação e vê os sentimentos de tristeza, desânimo e raiva como nocivos para a saúde mental do sujeito, colabora para que esses pais evitem compartilhar a sua fragilidade com aqueles que estão próximos, e se sujeitem a passar pelo processo de luto de maneira inadequada e solitária. Por isso, é fundamental que haja o suporte de uma rede de apoio acolhedora, formada por familiares, amigos e equipe hospitalar qualificada. O acolhimento realizado dentro das clínicas hospitalares apresentou uma melhora significativa de acordo com as últimas pesquisas, e o diálogo sensível entre paciente e profissional tem contribuído para a redução da insegurança frente ao futuro e na expressão emocional diante da perda. No entanto, apesar dessas mudanças significativas, alguns comportamentos e comentários inadequados ainda são testemunhados dentro de hospitais, pela falta de preparação de alguns profissionais e pela exaustão que atinge muitos médicos e enfermeiros, relacionada com a urgência de atender a demanda do outro e o consequente adoecimento físico e mental. Políticas públicas que assegurem atendimento psicossocial e humanizado são essenciais para um cuidado integral, que promovam não apenas o acolhimento adequado dos pais, mas também ofereçam um suporte aos profissionais de saúde.

Referências

BRASIL. Lei nº 15.139, de 23 de maio de 2025. Institui a Política Nacional de Humanização do Luto Materno e Parental e altera a Lei nº 6.015, de 31 de dezembro de 1973 (Lei dos Registros Públicos), para dispor sobre o registro de criança nascida morta. Brasília, DF: Presidência da República, 2025.

CARDOSO, A.A.; TOMOTANI, D.Y.V.; MUCCI, S. Fadiga por compaixão e estratégias de enfrentamento diante da finitude. **Revista Bioética**, v. 31, e3271PT, p.1-12. 2023.

COSTA, C.; CORDEIRO, M.; VICTÓRIA, A.; SANTOS, A.P.; TAVARES, M. O Lado invisível da dor, estratégias facilitadoras no processo de luto perinatal: scoping review. **Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health**, v. 2, n. 18, 2025. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/millenium/article/view/35055>. Acesso em: 08 ago. 2025.

ELLIS, A.; CHEBSEY, C.; STOREY, C.; BRADLEY, S.; JACKSON, S.; FLENADY, V.; HEAZELL, A.; SIASSAKOS, D. Systematic review to understand and improve care after stillbirth: a review of parents' and healthcare professionals' experiences. **BMC Pregnancy and Childbirth**, v. 16, n. 16, p. 1–19, 2016.

FREIRE, M. M.N.O.; RIBEIRO, J.M.; GOMES, I.E.V.M.; RÜCKL, S.C.Z.; NUNES, M.A.A.; RIBEIRO, C.C.; SILVA, A.G.; RENNÓ JUNIOR, J. Luto perinatal e o impacto na saúde mental parental: uma revisão narrativa. **Debates em Psiquiatria**, v. 14, p. 1-10, 2024. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/1350>. Acesso em: 07 ago. 2025.

FREUD, S. **Luto e melancolia**. In: FREUD, S. Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud. Rio de Janeiro: Imago, 1996. v. XIV, p. 243-258.

G1. **Fantástico: Tati Machado fala pela primeira vez sobre a perda do bebê Rael.** [S.l.: s.n], 2025. 1 vídeo (ca. 17 min). Disponível em: https://youtu.be/NLmZzG6-VaM?si=VwOH_qguZD7mTBW1. Acesso em: 15 ago. 2025.

GESTEIRA, S.; BARBOSA, V.; ENDO, P. O luto no processo de aborto provocado. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas e Comportamentais**, v. 2, n. 1, p. 37-46, 2006.

GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4ª ed. São Paulo: Atlas. 2002.

JANSENS, J.; FAES, K.; DE CONINCK, M.; GILISSEN, J.; VAN KELST, L. A qualitative study of bereaved parents and healthcare professionals on perinatal loss. **European Journal of Midwifery**, v. 8, n.76, p.1-8. 2024.

LAGO, K.; CODO, W. Fadiga por compaixão: evidências de validade fatorial e consistência interna do ProQol-BR. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 18, n. 2, p. 213–221. 2013.

LAGUNA, T. F. dos S.; LEMOS, A. P. S.; FERREIRA, L.; GONÇALVES, C. S. O luto perinatal e neonatal e a atuação da psicologia nesse contexto. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 6, p. 1-8, 2021.

MUZA, J. C.; SOUSA, E. N.; ARRAIS, A. R.; IACONELLI, V. Quando a morte visita a maternidade: atenção psicológica durante a perda perinatal. **Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 34-48, set.-dez. 2013. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=193829739003>>. Acesso em: 31 mar. 2025.

POLLOCK D.D.; PEARSON D.E.; COOPER D.M.; ZIAIAN A.P.T.; FOORD C.; WARLAND A.P.J. Breaking the silence: Determining Prevalence and Understanding Stillbirth Stigma. **Midwifery**, v. 93, 2021. Disponível em:<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33246144/>>. Acesso em: 07 ago. 2025.

SOUZA, C. P. de; SOUZA, A. M. de. Rituais fúnebres no processo de luto: significados e funções. **Psicologia: Teoria e prática**, v. 35, e35412, p. 1-7, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/McMhwzWgJZ4bngpRJL4J8xg/?lang=pt>. Acesso em: 15 ago. 2025.

VARENNES, S. **Luto perinatal: como dizer adeus ao seu filho?** Aleteia, 2022. Disponível em: <<https://pt.aleteia.org/2022/05/27/luto-perinatal-como-dizer-adeus-ao-seu-filho>>. Acesso em: 18 mai. 2025.

VESCOVI, G.; LEVANDOWSKI, D. C. Percepção Sobre o Cuidado à Perda Gestacional: Estudo Qualitativo com Casais Brasileiros. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 43, e252071, p. 1-17, 2023.