

Aprendendo a lidar com o luto na pandemia de covid-19: O caso de Carla



Olá, aluna(o)!

A partir de agora você conhecerá um pouco mais da história da estudante Carla, que enfrenta o luto pela perda do pai em decorrência da covid-19 recebendo acompanhamento multidisciplinar em um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). Vamos lá?

Carla é uma estudante de 16 anos de idade, atualmente em acompanhamento multidisciplinar para promoção de saúde mental no CAPS de sua região. Carla adentrou o serviço do CAPS após o direcionamento de uma UPA por apresentar sintomas diversos de cunho emocional e comportamental.



Fonte: UNA-SUS/UFMA.

Algumas semanas após o início de seu acompanhamento no CAPS para a resolução do sofrimento emocional e de perturbações comportamentais causados por diversas circunstâncias geradas pela pandemia do novo coronavírus, Carla passou a enfrentar o luto decorrente do falecimento de seu pai devido ao adoecimento pela covid-19.

Carla, que antes do início de seu acompanhamento no CAPS, não era capaz de lidar com situações estressoras, foi capaz de lidar com a perda do pai e enfrentar o processo de luto sem que isso a levasse ao adoecimento mental.

Apesar do imenso sofrimento e das reações iniciais como choque e raiva devido à morte de seu pai, Carla manteve-se sob controle de suas reações emocionais e comportamentais, após ter aprendido técnicas de enfrentamento durante seu acompanhamento no CAPS.



Fonte: UNA-SUS/UFMA.

Diversas dificuldades e sofrimentos distintos e específicos da situação de luto enfrentados por Carla e sua família foram rapidamente endereçados pela equipe do CAPS, que demonstrando grande flexibilidade profissional, modificou o PTS da paciente para incluir suporte ao luto, bem como a inclusão de sua mãe e seu irmão em sessões de psicoterapia grupal, focadas na elaboração do luto e no desenvolvimento de estratégias para lidar com ele.

Carla permaneceu em acompanhamento constante no CAPS, mas com a progressiva redução das sessões semanais, conforme o seu progresso no curso das intervenções da qual participava.

Aos poucos, Carla foi capaz de retornar à sua rotina, empregando diversas estratégias aprendidas no curso de seu tratamento, para lidar com sua nova realidade e com todas as mudanças que esse novo contexto causou em sua vida. Carla aprendeu como e onde pedir ajuda sempre que sentir necessidade, e sabe que sempre poderá contar com suporte psicológico necessário para que qualquer sofrimento não se torne parte de sua vida.



Fonte: UNA-SUS/UFMA.

Observações sobre o caso

No caso de Carla, com o luto devido ao falecimento de seu pai, podemos ver a imensa importância que a presença de uma rede de apoio psicológico tem na vida de pessoas em sofrimento mental e em processo de luto.

O fato de que Carla já se encontrava em acompanhamento psicoterapêutico e podia contar com o auxílio de uma equipe multidisciplinar no CAPS não impediu que ela sofresse devido à morte de seu pai, mas sim que esse sofrimento não tomasse conta de sua vida ou comprometesse sua saúde mental.

O foco das intervenções junto às pessoas enlutadas não é o de impedir ou “curar” o seu sofrimento, pois se trata de uma experiência natural inescapável para todos. O foco de intervir junto ao luto é oferecer o suporte necessário para que o sofrimento natural causado pela perda de um ente querido não resulte no adoecimento mental, na perda da funcionalidade e na interrupção da vida cotidiana da pessoa que passa por esse processo.



Fonte: UNA-SUS/UFMA.

É importante que os profissionais de saúde mental estejam atentos ao processo de luto das pessoas sob seu cuidado para que possam oferecer o suporte que estas pessoas precisam, mas também para identificar possíveis complicações e sinais de que o grande sofrimento causado pelo luto possa estar causando adoecimentos mentais.

Pessoas acometidas pelo luto muitas vezes recusam auxílio de terceiros, optando por isolarem-se de todos até que sejam capazes de lidar com a situação de perda e a nova realidade que essa perda representa. Esse espaço para que a pessoa possa lidar com seu luto de forma privada e individual deve ser cautelosamente respeitado, pois isolamento ou recusa prolongada de interação social após o luto são importantes sinais de complicações nesse processo, por vezes requerendo intervenções para promoção de saúde mental.

Um dos procedimentos mais importantes a serem realizados pelos profissionais de saúde mental no auxílio às pessoas enlutadas é ajudá-las na compreensão de que elas não estão sozinhas e não precisam enfrentar tal situação isoladas. Ajudar a pessoa a saber que ela pode contar com o seu apoio, sempre que ela precisar, fará toda a diferença no enfrentamento do sofrimento e na subsequente superação do luto.

! IMPORTANTE

Se você estiver precisando de atendimento psicológico ou conhece alguém que precise, acesse o site do [Instituto de Psicologia da USP \(IP-USP\)](#) para atendimento psicológico online durante a pandemia de covid-19.

CRÉDITOS

Coordenação do projeto

Ana Emilia Figueiredo de Oliveira

(COSMU/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS)

Anelise Trigo Cid

Coordenação Geral da DTED/UNA-SUS/UFMA

Ana Emilia Figueiredo de Oliveira

(CGSM: Alcool e outras drogas)

Daniela Palma Araújo

Rafael Bernardon Ribeiro

Gestão de projetos da UNA-SUS/UFMA

Amanda Rocha Araújo

(CGSPD/DAET/SAES/MS)

Denise Maria Rodrigues Costa

Diogo do Vale de Aguiar

Cicero Kaique Pereira Silva

Coordenação de Produção Pedagógica da UNA-SUS/UFMA

Paola Trindade Garcia

(CGAHD/DAHU/SAES/MS)

Mariana Borges Dias

Coordenação de Ofertas Educacionais da UNA-SUS/UFMA

Elza Bernardes Monier

(COEVI/DECIT/MS)

Virginia Kagure Wachira

Coordenação de Tecnologia da Informação da UNA-SUS/UFMA

Mário Antônio Meireles Teixeira

(Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP)

Daniel Ciampi Araújo de Andrade

Coordenação de Comunicação da UNA-SUS/UFMA

José Henrique Coutinho Pinheiro

Validadora pedagógica

Livia Anniele Sousa Lisboa

Professor-autor

Samuel Araújo Leite

Revisora textual

Talita Guimarães Santos Sousa

Validadores técnicos Ministério da Saúde

(DEGES/SGTES/MS)

Bethânia Ramos Meireles

Designer instrucional

Izabel Cristina Vieira de Oliveira

(CGIED/DEGES/SGTES/MS)

Carolina Vaccari Simaan

Rosany Ferreira Rios Fonseca

Designer Gráfico

Jackeline Mendes Pereira

(CGSPD/DAET/SAES/MS)

Angelo Roberto Gonçalves

Nathalie Alves Agripino

Como citar este material: LEITE, Samuel Araújo. Aprendendo a lidar com o luto na pandemia de covid-19: O caso de Carla. In: UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS. UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO. Reabilitação do paciente com condições pós-covid. **Reabilitação das funções mentais, cognitivas e psicológicas após quadro de covid-19.** São Luís: UNA-SUS; UFMA, 2021.

© 2021. Ministério da Saúde. Sistema Universidade Aberta do SUS. Fundação Oswaldo Cruz & Universidade Federal do Maranhão.

É permitida a reprodução, a disseminação e a utilização desta obra, em parte ou em sua totalidade, nos termos da licença para usuário final do Acervo de Recursos Educacionais em Saúde (ARES). Deve ser citada a fonte e é vedada sua utilização comercial, sem a autorização expressa dos seus autores, conforme a Lei de Direitos Autorais - LDA (Lei n. 9.610, de 19 de fevereiro de 1998).