



CONVERSAS EM PSICOLOGIA

ISSN 2764-5053

*Recebido em: 14/02/2025*

*Publicado em: 08/07/2025*

*DOI: <https://doi.org/10.33872/conversaspsico.v6n1.e001>*

## **FASES DO LUTO: APROXIMAÇÕES E DISTANCIAMENTOS COM OS ESTÁGIOS DO MORRER.**

**Mônica de Caldas Rosa dos Anjos<sup>1</sup>** Orcid - 0000-0002-8039-3398

**RESUMO.** As mortes concretas e simbólicas, bem como suas elaborações, fazem parte do viver, colaborando no desenvolvimento biopsicossocial, emocional e espiritual do ser humano. O luto como uma manifestação do vínculo rompido com a pessoa falecida, necessita ser atravessado pela pessoa enlutada, a fim de que ela possa reorganizar seus papéis sociais, tendo, durante o processo, apoio de uma rede social e especializada, de modo a reestabelecer laços afetivos e constituir novos laços, reposicionando a pessoa falecida em seu mundo para dar seguimento à vida. Ainda, para que o luto ocorra de forma saudável, faz-se necessário compreender que reações geralmente estão presentes durante o processo de elaboração. Nos textos científicos e literários é possível encontrar diferentes orientações acerca do luto e de seus processos, sendo comum a confusão entre os conceitos fases do luto e estágios do morrer. Equivocar-se em relação às reações a perdas por morte, confundindo-as com as reações presentes no momento da morte, pode ocasionar lutos complicados, devido à condução inadequada dos processos de elaboração do luto. Nesta direção, o presente artigo teve por objetivo, identificar as aproximações e os distanciamentos presentes entre as fases do luto, em Bowlby, e os estágios do morrer, em Kübler-Ross, a fim de contribuir com os processos de aconselhamento a pessoas enlutadas pela morte de um ente querido.

**Palavras-chave:** Estágios do morrer; fases do luto; terapia do luto.

<sup>1</sup> Doutorado em Educação Científica e Tecnológica. Rede Nacional de Tanatologia.  
mcranjos@yahoo.com.br.

**PHASES OF GRIEF: APPROACHES AND DISTANCES WITH THE STAGES OF DYING.**

**ABSTRACT.** Concrete and symbolic deaths, as well as their elaborations, are part of living, contributing to the biopsychosocial, emotional and spiritual development of the human. Grief, as a manifestation of the broken bond with the deceased person, needs to be experienced by the bereaved person, so that they can reorganize their social roles, having, during the process, support from a social and specialized network, in order to re-establish emotional ties and form new bonds, repositioning the deceased person in their world to continue life. Furthermore, for grief to occur in a healthy way, it is necessary to understand what reactions are generally present during the process of elaboration. In scientific and literary texts it is possible to find different guidelines about grief and its processes, with confusion between the concepts phases of grief and stages of dying being common. Making mistakes regarding reactions to losses due to death, confusing them with reactions present at the time of death, can lead to complicated grief, due to inadequate management of the grief process. In this sense, the present article aimed to identify the approximations and distances present between the phases of grief, in Bowlby, and the stages of dying, in Kübler-Ross, in order to contribute to the counseling processes for people bereaved by the death of a loved one.

**Keywords:** Stages of dying; phases of grief; grief therapy.

## **Introdução**

Tenho sangrado demais, tenho chorado pra cachorro  
Ano passado eu morri, mas esse ano eu não morro  
(Belchior, 1976).

Poder-se-ia dizer que o trecho da canção de Belchior, acima, faz um apanhado das fases e tarefas do luto. Primeiro retrata os sentimentos das pessoas enlutadas que, no momento da perda de um ente querido, choram, sangram e morrem, simbolicamente, por não encontrarem viabilidade no existir, sem a presença da pessoa amada, mas que, na sequência, com a elaboração desta perda, conseguem reorganizar suas atividades, funções sociais e a si próprios, dando seguimento a vida.

O sentimento de “estar morrendo”, ou de “ter morrido com o morto”, é aceitável no luto. E, por se saber simbólico, ampara-se a pessoa enlutada, conferindo-lhe suporte para realizar a elaboração da perda, e investiga-se em que momento das fases do luto a pessoa se encontra, de modo a estabelecer, com ela, as tarefas que precisam ser

executadas no decorrer do processo. Contudo, quando há equívocos na interpretação dessas fases, confundindo-as com os estágios do morrer, prática comum entre profissionais que atuam com pessoas enlutadas, perturba-se o processo de elaboração da perda, exigindo, muitas vezes, que as pessoas enlutadas experimentem sensações e sentimentos que seriam naturais àquelas que de fato estão morrendo, diferentemente daquelas que, simbolicamente, desejam a morte por não saberem, ainda, como aplacar a dor e os sofrimentos, causados pela perda, dentro de si.

Entre a pessoa em iminência de morte e a enlutada, há um fenômeno diferencial que está atrelado à continuidade da vida. A pessoa, diante da iminência da morte, poderá negá-la, ter raiva, barganhar com esta, deprimir-se e, após ser rendido por sua certeza, aceitar sua condição, travando, no decorrer do processo, uma batalha com a morte. Já a pessoa enlutada, diferente da anterior, não está batalhando com a morte, mas com a própria vida, questionando-se como dar seguimento a esta, apesar da morte de um ser amado e da dor, dilacerante, que sente.

Neste contexto, para que se possa entender as fases do luto, se faz necessário compreender, primeiramente, o que é o luto. Nos textos científicos e literários são encontradas diversas definições de luto, no entanto, a necessidade da existência de vínculo entre a pessoa falecida e a enlutada, bem como, o fato de ser considerado processo, trabalho ou ação, são destacados. Bowlby (1985) define luto como sendo uma gama diversa de processos psicológicos, conscientes e inconscientes, que são desencadeados pela morte da pessoa amada, causando uma das situações mais dolorosas experimentadas pelos seres humanos. Kóvacs (1992, p. 151), refere-se ao processo de luto como sendo “um conjunto de reações diante de uma perda”. Para Macedo (2000), luto é um processo ativo e dinâmico, “um tempo de elaboração e transformação que atinge os indivíduos e os grupos, desestruturando-os pela falta, confundindo os remanescentes e desestabilizando seu funcionamento” (p. 14). Luz (2021) traduz o termo luto como sinônimo da palavra amor, acrescentando, que:

O luto é uma estrada não pavimentada e imprevisivelmente sinuosa. Ele é inflexível e parece desordenado ou “incivilizado”, sobretudo para aqueles que aderem ao “culto da felicidade”. O luto é um antiestabilizador, um processo que viola as regras, sendo resistente à contenção. O luto se recusa a seguir protocolo. É um território sagrado que pertence a cada indivíduo enlutado (Luz, 2021, p. 19-20).

Carpinejar (2023), refere-se ao luto como sendo um trabalho árduo e lento pelo interior das emoções do enlutado. “É encaixar pedra por pedra de nossa perda, até termos um novo lugar de nossa sensibilidade para habitar, em que mortos e vivos serão para sempre amigos pacificados” (p. 51). Parkes (2023), alega que a pessoa somente se encontra em processo de luto se cumprir com dois componentes considerados essenciais: “a experiência da perda e uma reação de anseio intenso pelo objeto perdido” (p. 54).

Em resumo, luto tem relação com a vida, tanto da pessoa que morreu, quanto daquela que sobrevive à morte da pessoa amada, sendo um tema complexo, individualizado e intransferível, necessário de ser vivenciado, exigindo movimento, elaboração e trabalho por parte da pessoa, cujo laço afetivo foi rompido.

A ruptura do vínculo entre a pessoa falecida e a sobrevivente, manifesta-se de diferentes maneiras, para cada indivíduo, sendo dependente: da natureza do vínculo estabelecido com a pessoa falecida; das circunstâncias da morte; do histórico de perdas e respectivas elaborações realizadas pela pessoa enlutada, assim como de sua personalidade; de fatores estressores que competem com a realidade da morte da pessoa amada; dentre outros mediadores (Worden, 2013).

Nesta direção, Bowlby (1985, 1997) identificou e compilou as manifestações comuns e recorrentes, encontradas nas pesquisas realizadas por ele e outros pesquisadores (Parkes, 1970; Glick, Weiss e Parkes, 1974 *apud* Bowlby, 1985), classificando-as em quatro fases: torpor (ou aturdimento); saudade (ou anseio) e busca da figura perdida; desorganização e desespero e; maior ou menor grau de reorganização. De acordo com o autor (Bowlby, 1985), a vivência do luto implica sofrimento e redução da capacidade funcional da pessoa enlutada. Passar pelas fases e elaborar o luto, leva ao restabelecimento da função, ou seja, da capacidade de estabelecer e manter relações de amor (vínculos). Bowlby (1997) ressalta que, apesar das fases geralmente seguirem uma ordem e um padrão básico, a intensidade e a duração do pesar variam de maneira considerável entre as pessoas enlutadas.

Vale destacar que há diferentes fases do luto, publicizadas na literatura científica, com um número menor ou maior de fases contempladas no processo, sendo, inclusive, encontrados os estágios do morrer: negação, raiva, barganha, depressão e aceitação, descritos por Kübler-Ross (2017), como sinônimos de fases do luto. Quanto a este fato,

no livro “Sobre el duelo y el dolor”, Kübler-Ross e Kessler (2017), alertam para as interpretações equivocadas que os estágios do morrer sofreram nas três décadas seguintes à publicação da obra “Sobre a morte e o morrer”, reforçando que os estágios apresentados eram referentes às pessoas moribundas, e não às enlutadas.

Quanto às fases do luto descritas por Bowlby, Worden (2013), apesar de não discordar do colega, alega que o termo “fase” carrega uma percepção de passividade, argumentando que a pessoa enlutada, no decorrer do processo de luto, precisa se colocar em ação, resgatando o senso de poder e a esperança, de modo a apaziguar a dor e os sofrimentos psíquico, emocional, social, espiritual, dentre outros, ocasionados pela perda. O autor, citando Stroebe (1992 *apud* Worden, 2013, p. 21), se refere ao luto como “um processo cognitivo que envolve confrontação e reestruturação do pensamento acerca da pessoa morta, da experiência da perda e do mundo modificado no qual, agora, o enlutado precisa viver”. E, acrescenta que este processo cognitivo pode ser compreendido por trabalho do luto, apresentando, nesta linha, tarefas necessária para se vivenciar um luto considerado saudável.

De forma resumida e de acordo com Worden (2013), a primeira tarefa do luto, aceitar a realidade da perda, está relacionada à aceitação intelectual e emocional da morte da pessoa amada. Tarefa nem sempre simples, devido à existência de perdas não validadas pela sociedade, tais como: perda gestacional, de um companheiro não assumido publicamente ou, mesmo, de um animal de estimação. A segunda tarefa, processar a dor do luto, refere-se à elaboração da perda e dos sofrimentos causados por esta, a fim de minimizar sintomas físicos e psíquicos, geralmente, presentes no enlutamento. A terceira tarefa, ajustar-se a um mundo sem a pessoa morta, implica retomar para si, ou delegar para outrem, o ambiente, bem como, as funções e papéis sociais atrelados à pessoa falecida. Tal ação traz concretude à morte, impulsionando a pessoa enlutada a lidar com o novo e desconhecido, apesar da ausência da pessoa falecida. O autor ressalta a existência de três ajustes necessários: externo (percepção dos papéis e funções sociais ocupados pela pessoa falecida), interno (percepção da autonomia e capacidade de realização pessoal) e espiritual (validação ou refutação das crenças sobre vida, morte e vida após a morte). Na quarta e última tarefa, encontrar conexão duradoura com a pessoa morta em meio ao início de uma nova vida, a pessoa

enlutada precisa reposicionar a pessoa falecida em seu mundo, cultivando memórias e narrativas, que não provoquem interferências em sua dinâmica de vida.

Cada um dos conceitos: fases do luto e estágios do morrer, apresentam similaridades, contudo, vale ressaltar, em termos teóricos, que as fases do luto, em Bowlby (1985, 1997), referem-se às manifestações expressas pela pessoa enlutada, ou seja, àquela que sobrevive à morte de uma pessoa amada e; que os estágios do morrer, em Kübler-Ross (2017), tratam-se das manifestações apresentadas pela pessoa em processo de morte, não sendo expressas, no modelo apresentado pela autora, pela pessoa enluta. Em vista às similaridades encontradas, faz-se necessário realizar um aprofundamento teórico, a fim de identificar as aproximações, bem como, os distanciamentos conceituais existentes entre as propostas, a fim de contribuir na condução dos processos de elaboração do luto por morte.

### **Método**

A identificação das aproximações e dos distanciamentos presentes nos conceitos de fases do luto (Bowlby, 1985, 1997), e de estágios do morrer (Kübler-Ross, 2017), foi realizada à luz da Análise de Conteúdo, proposta por Bardin (1977).

De posse do *corpus* de análise, as etapas de pré-análise, exploração do material, inferência e interpretação foram realizadas, tendo como etapas: a compilação e organização dos termos vinculados às fases do luto e aos estágios do morrer; leitura flutuante dos termos compilados e organizados, buscando possibilidades de aproximação e; estudo dos fenômenos principais, investigando distanciamentos entre os conceitos.

De modo a complementar o estudo, uma pesquisa bibliográfica foi realizada nas bases de dados: Periódicos Capes, SciELO, Google Acadêmico e Biblioteca Virtual de Saúde, de modo a identificar possíveis equívocos no uso do conceito de fases do luto. Artigos científicos produzidos no Brasil, que fizessem uso do termo fases do luto tendo como referencial teórico o livro “Sobre a morte e o morrer” de Elisabeth Kübler-Ross, foram considerados objeto da pesquisa.

Durante a pesquisa bibliográfica, artigos científicos brasileiros publicados nos últimos 5 anos (2020-2025) foram incluídos no *corpus* de análise. As seguintes

palavras-chave e operadores *booleanos* foram aplicados: “Fases do luto” OR “Estágios do luto” OR “etapas do luto” AND “Sobre a morte e o morrer” AND/OR “Elisabeth Kübler-Ross”.

A busca ativa foi realizada em 3 momentos: 2 de setembro de 2024, 5 de outubro de 2024 e 12 de fevereiro de 2025. A busca resultou em 211 publicações. Os seguintes critérios de inclusão foram aplicados aos artigos: publicados entre os anos 2020 e 2025; produzidos por pesquisadores brasileiros; revisados por pares; com acesso aberto nas bases de dados; em idioma português brasileiro; conterem a palavra “luto” no título do artigo e; relacionarem o termo “fases do luto” à obra “Sobre o luto e o morrer” (Kübler-Ross).

Os critérios de exclusão adotados foram: artigo publicado em idioma que não português brasileiro (9); no formato de trabalho de conclusão de curso (21), dissertação (15), tese (1) ou livro, *e-book* e similar (30); no modelo de resumo curto ou expandido em eventos científicos (1); sem o termo “luto” no título (92); repetido na mesma base de dados ou entre as bases (8); falha no sistema de acesso (2); apresentado apenas como citação (7) e; termo “fases do luto” relacionado à obra “On grief and grieving. Finding the meaning of grief through the five stages of loss” (Kübler-Ross; Kessler) (1).

Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram mantidos para leitura inicial, 24 artigos. Após a primeira leitura e análise, 3 artigos foram excluídos por: não estarem relacionados ao livro: “Sobre a morte e o morrer” (2) ou trazerem outras referências complementares para compreensão das fases do luto (1). Ao final desta etapa, 21 artigos foram mantidos para análise.

## Resultados e Discussão

De modo a identificar as aproximações e distanciamentos, as reações presentes nas fases do luto (QUADRO 1) e nos estágios do morrer (QUADRO 2) foram compiladas e organizadas.

QUADRO 1 - REAÇÕES PRESENTES NAS FASES DO LUTO (BOWLBY, 1985, 1997), QUE PODEM SER MANIFESTADAS PELAS PESSOAS ENLUTADAS.

Fases do luto	Reações
Torpor/atordimento	Choque, torpor; Descrença em relação à perda

	<p>Atordoamento, desamparo, despersonalização;          Incapacidade de aceitar a perda;          Acesso extremo a emoções: raiva, medo, exaltação;          Manutenção das atividades de rotina.</p>
Saudade/anseio e busca da figura perdida	<p>Reconhecimento da realidade da perda;          Aflição intensa;          Sofrimento psicológico;          Agitação física;          Desejo e impulso por buscar e reaver a pessoa perdida;          Pensamentos recorrentes sobre a pessoa perdida;          Sensação de presença real da pessoa perdida;          Interpretação de sinais como retorno da pessoa perdida;          Crises de choro frequentes;          Raiva dirigida a si, à pessoa morta ou outras pessoas que julga serem responsáveis pela morte.</p>
Desorganização e desespero	<p>Apatia e/ou depressão;          Isolamento social;          Perda da concentração em tarefas rotineiras;          Perda do interesse em atividades (sociais, laborais, domésticas, autocuidado);          Insônia;          Falta de apetite, distúrbios gastrintestinais.</p>
Reorganização	<p>Surgimento de sentimentos positivos acerca do viver;          Construção de nova identidade (sem a pessoa morta);          Retomada da independência;          Resgate de laços afetivos;          Ampliação das relações sociais (novos vínculos).</p>

FONTE: A autora.

QUADRO 2 - REAÇÕES PRESENTES NOS ESTÁGIOS DO MORRER (KÜBLER-ROSS, 2017) QUE PODEM SER MANIFESTADAS PELAS PESSOAS DIANTE DA IMINÊNCIA DE MORTE.

<b>Estágios do morrer</b>	<b>Reações</b>
Negação	Rejeição da realidade; Oscilação entre aceitação e negação do fim da vida; Abertura de espaço para o diálogo sobre morte, doença, mortalidade e imortalidade; Negação seletiva visando poupar entes queridos.
Raiva	Projeção da raiva (racional e injustificada); Questionamento acerca de ser alvo da doença terminal; Tendência a culpar pessoas próximas (família, equipe médica); Inveja direcionada aos saudáveis, úteis e com boa expectativa de vida; Exigência de atenção e cuidado (medo do apagamento).
Barganha	Negociação acerca da própria situação; Uso de “bom comportamento” para obtenção do que deseja (cura e tempo de vida); Intenção de prolongamento da vida, com adiamento da morte; Presença de culpa e arrependimento, com desejo de tempo para reparação.
Depressão	Vivência de processo semelhante ao luto por morte; Presença de culpa, vergonha, remorso, desânimo, desesperança; Sentimento de pesar por não poder realizar mais em vida (por si ou outras pessoas); Presença de angústia e ansiedade por ainda estar vivo (temor de ser fardo).
Aceitação	Contemplação da finitude; Lamentação pelas perdas sofridas com a doença (pesar preparatório); Estado de paz, tranquilidade e dignidade; Interiorização e avaliação da própria vida; Redução de relações com a exterioridade; Cessação da luta para permanecer vivo; Abandono dos sentimentos de medo e desespero.

FONTE: A autora.

Bowlby (1985, 1997), com relação às fases do luto e, Kubler-Ross (2017), aos estágios do morrer, ressaltaram que as reações não ocorrem de forma linear, podendo surgir, alternada ou simultaneamente, no decorrer dos respectivos processos, luto e morte iminente. Nesta direção, as reações presentes nas quatro fases do luto foram correlacionadas com cada um dos estágios do morrer, e não com as respectivas reações encontradas, tecendo-se possíveis aproximações e distanciamentos (QUADRO 3).

QUADRO 3 - APROXIMAÇÕES E DISTANCIAMENTOS ENTRE AS REAÇÕES PRESENTES NOS ESTÁGIOS DO MORRER (KUBLER-ROSS, 2017) E NAS FASES DO LUTO (BOWLBY, 1985, 1997).

(Continua)

Estágios do morrer	Fases do luto	Aproximações	Distanciamentos
Negação	<p>Choque, torpor (F1)                      Descrença em relação à perda (F1)                      Atordoamento, desamparo, despersonalização (F1)                      Incapacidade de aceitar a perda (F1)                      Manutenção das atividades de rotina (F1)                      Interpretação de sinais como retorno da pessoa perdida (F2)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fuga da realidade por querer outro desfecho para a situação.</li> <li>- Estado de sobrevivência para lidar com a dor e o sofrimento gerados pela notícia.</li> <li>- Mecanismo de proteção da psique, devido à incapacidade de assimilar a notícia devastadora.</li> <li>- Questionamento da realidade.</li> <li>- Busca por explicação (racional ou injustificada) para a realidade.</li> </ul>	<p>A pessoa em iminência de morte deseja manter-se viva, apesar do diagnóstico irreversível (esperança); a enlutada deseja que a vida da pessoa falecida seja reestabelecida (fantasia).</p>
Raiva	<p>Acesso extremo a emoções: raiva, medo, exaltação (F1)                      Aflição intensa (F2)                      Agitação física (F2)                      Crises de choro frequentes (F2)                      Raiva dirigida a si, à pessoa morta ou outras pessoas que julga serem responsáveis pela morte (F2)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Incapacidade de elaboração de sentimentos concorrentes.</li> <li>- Mascaramento da dor e sofrimentos intensos.</li> <li>- Manifestação reativa contra a injustiça (ameaça de morte ou morte em si).</li> </ul>	<p>A pessoa em iminência de morte tem medo de morrer; a enlutada, de viver.</p>
Barganha	<p>Desejo e impulso por buscar e reaver a pessoa perdida (F2)                      Pensamentos recorrentes sobre a pessoa perdida (F2)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Negociação para reaver a situação como era conhecida antes da notícia.</li> </ul>	<p>A pessoa em iminência de morte quer recuperar a saúde e a cura (desejo real); a enlutada quer recuperar a pessoa falecida (fantasia).</p>

(Conclusão)

<b>Estágios do morrer</b>	<b>Fases do luto</b>	<b>Aproximações</b>	<b>Distanciamentos</b>
Depressão	Sofrimento psicológico (F2) Pensamentos recorrentes sobre a pessoa perdida (F2) Apatia e/ou depressão (F3) Isolamento social (F3) Perda da concentração em tarefas rotineiras (F3) Perda do interesse em atividades (sociais, laborais, domésticas, autocuidado) (F3) Falta de apetite (F3)	- Desejo de morrer ocultado por conta das outras pessoas, que não suportariam sua morte. - Sentimentos de desesperança, falta de sentido e incapacidade para continuar vivendo. - Internalização das perdas e vivência do processo de luto (perda do outro ou perda de si mesmo).	A pessoa em iminência de morte deseja a morte, pois não há esperança na vida e, vive em luto simbólico por conta das perdas sofridas; a enlutada deseja, simbolicamente, a morte, para se juntar à pessoa falecida, visto não vislumbrar uma vida sem a mesma e vive um luto concreto por sua morte.
Aceitação	Reconhecimento da realidade da perda (F2) Surgimento de sentimentos positivos acerca do viver (F4) Retomada da independência (F4) Resgate de laços afetivos (F4) Ampliação das relações sociais (novos vínculos) (F4)	- Compreensão da finitude e da irreversibilidade da situação. - Perda da esperança por reaver a vida como a conhecia, mudando de atitude perante ela. - Prontidão para viver o que a vida oferece, incluindo nela, a morte.	A pessoa em iminência de morte conscientiza-se para a própria finitude, aceitando a própria morte; a enlutada concretiza a ocorrência da perda por morte, aceitando a própria vida.

Legenda: (F1) – Fase de torpor/atordamento; (F2) – Fase de saudade/anseio e busca da figura perdida; (F3) – Fase de desorganização e desespero; (F4) – Fase de reorganização.

Notas: Para as reações das fases do luto (Bowlby, 1985, 1997): sensação de presença real da pessoa perdida (F2); insônia (F3); distúrbios gastrintestinais (F3) e; construção de nova identidade (sem a pessoa morta) (F4), não foram encontradas correlações com os estágios do morrer.

FONTE: A autora.

De acordo com o QUADRO 3, as reações presentes nas fases do luto e nos estágios do morrer, de modo geral, se aproximam conceitualmente, o que pode ter gerado os inúmeros equívocos encontrados nos textos científicos, bem como, literários, sendo, contudo, necessário ressaltar que as reações se distanciam, principalmente, em relação à origem das manifestações e ao tipo de receio mais evidente vivenciado por essas pessoas. No primeiro caso, as reações originam da pessoa enlutada que, por conta da morte, receia viver e; no segundo caso, originam da pessoa em iminência de morte que,

por temer a morte, deseja viver. Paradoxo interessante, visto que em ambos os casos, vida e morte estão atreladas, algo que deveria ser esperado, devido à condição humana e princípio da natureza. Contudo, o medo de viver, devido à morte, e o medo de morrer, desapegando-se da vida, talvez, possam estar relacionados à privação da morte, bem como sua negação, na sociedade moderna, em especial, na ocidental.

Ariès (1977) chamava a atenção para o fato dos vivos estarem, condicionalmente, proibidos de se comoverem com a morte, devendo viver o luto sem ocasionar perturbação e constrangimentos aos demais membros da sociedade. Segundo o autor, a manifestação legítima e necessária do luto foi, gradativamente, sendo ocultada, de modo a evitar o contato com a dor e sofrimentos alheios. Nesta direção, a pessoa, em iminência de morte, por vivenciar o seu próprio processo de luto, elaborando não somente as perdas simbólicas, como sua desvinculação das pessoas e coisas do mundo, é, de certa forma, ocultada da sociedade, morrendo em locais isolados e impedida de manifestar a dor do fracasso que sente, por estar morrendo, sem ter cumprido todas as tarefas da lista de desejos idealizada.

Se a morte e o luto são proibidos, devendo a pessoa morta, ou a que está morrendo, ser ocultada, ignorando não ter ocorrido a morte, ou fingindo não estar ocorrendo a morte, faz-se pertinente à pessoa enlutada buscar a pessoa morta, e à que está morrendo buscar a cura, ambas na esperança de confirmarem o que lhes é dito, nas entrelinhas, e, forçosamente, imposto pela sociedade. Como então é possível, segundo Gorer (Gorer; Gonçalves, 2023), elaborar as dores e sofrimentos sentidos se a morte é algo interdito, inominável, pornográfico e despuadorado; se a manifestação da dor é como uma doença contagiosa, que exige isolamento; se a vida deve ser seguida como se nada tivesse ocorrido e; se o choro e a tristeza somente são aceitos no campo do privado, em particular?

Kovács (1992, p. 149) já alertava que “A morte do outro configura-se como a vivência da morte em vida”. Não se vive a morte em si, vive-se a morte da parte do outro que estava vinculada a si. “Ver a perda como uma fatalidade, ocultar sentimentos, eliminar a dor, apontar o crescimento possível diante dela, podem ser formas de negar os sentimentos que a morte provoca, para não sofrer” (Kovács, 1992, p. 150).

Em suma, vale ressaltar que as correlações realizadas entre as fases do luto e os estágios do morrer (Figura 3) encontram-se em sintonia com os relatos de Kübler-Ross (2017) e de Kübler-Ross e Kessler (2017). Na obra “Sobre a morte e o morrer”, as reações dos familiares enlutados, descritas por Kübler-Ross (2017), apresentam-se em congruência com as reações das fases do luto de Bowlby (1985, 1997), sendo relatados: torpor, choque e aturdimento; sentimentos de raiva, desespero e zanga; incapacidade para lidar com a perda; fantasias e pensamentos recorrentes sobre a pessoa falecida; relatos de diálogos com a pessoa morta; isolamento social; sentimentos de culpa, vergonha e medo; negação e/ou aceitação parcial da perda; envolvimento intenso em atividades cotidianas e do trabalho; sensação de vazio e aceitação gradual da perda.

Corroborando o relato de Kübler-Ross e Kessler (2017) acerca do uso equivocado dos estágios do morrer, os resultados da pesquisa bibliográfica são apresentados no QUADRO 4.

QUADRO 4 - CATEGORIZAÇÃO DAS COMPREENSÕES ACERCA DOS ESTÁGIOS DO MORRER (KUBLER-ROSS, 2017), RELACIONADOS ÀS FASES DO LUTO (BOWLBY, 1985, 1997), IDENTIFICADAS EM ARTIGOS BRASILEIROS (2000-2025).

(Continua)

Autores	Estágios do morrer			
	Sinônimo de Fases do luto	Nomenclatura e conceito conforme original	Possibilidade de ampliação para as Fases do luto	Nomenclatura equivocada e conceito conforme original
Anjos; Leal (2020)	X			
Araújo; Antoniassi Júnior (2023)	X			
Armstrong (2022)	X			
Bruno <i>et al.</i> (2022)	X			
Campos <i>et al.</i> (2023)	X			
Carrijo; Amorim (2021)	X			
Carvalho (2020)		X		
De-Farias <i>et al.</i> (2022)		X		
Flach; Levandowski (2024)	X			
Ignacio; Medeiros (2023)			X	
Netto; Barros Filho (2023)	X			
Oliveira <i>et al.</i> (2020)			X	

(Conclusão)

Autores	Estágios do morrer			
	Sinônimo de Fases do luto	Nomenclatura e conceito conforme original	Possibilidade de ampliação para as Fases do luto	Nomenclatura equivocada e conceito conforme original
Ribeiro <i>et al.</i> (2020)	X			
Ribeiro; Salgueiro (2024)	X			
Rodrigues; Ferraz (2023)	X			
Santos (2023)	X			
Silva; Castro (2024)	X			
Silva; Santos Júnior (2024)	X			
Simonetti; Gomes; Nunes (2022)	X			
Sousa; Vieira; Catani (2020)				X
Taverna; Souza (2022)		X		

FONTE: A autora.

O resultado encontrado (QUADRO 4) abre possibilidades de uma discussão mais ampla acerca do entendimento dos conceitos, de modo a ter clareza quanto às aproximações e os distanciamentos conceituais, apresentados anteriormente. Nesta direção, a obra “Sobre el duelo y el dolor” pode contribuir, uma vez que Kübler-Ross e Kessler (2017) ressignificaram os estágios do morrer em estágios do luto, apresentando as reações que as pessoas enlutadas, estudadas por estes pesquisadores, apresentavam diante da morte de um ente amado. Nesta obra, as aproximações conceituais com as fases do luto em Bowlby (1985, 1997) ficam mais evidentes, em especial, por conta da origem da manifestação das reações ser a pessoa enlutada, em decorrência da morte de outrem e; da presença do receio mais evidente vivenciado por ela, o medo de viver.

### Considerações Finais

A invisibilização social da morte, e de todos os seus desdobramentos, distancia os seres humanos das reais manifestações de sentimentos, pensamentos e comportamentos, dissimulando-as, a fim de ser possível o seguimento de uma vida, imaginariamente, apática, cuja dor e sofrimento estão, equivocadamente, ausentes. O sufocamento do sentir, pensar e atuar, frente à morte, adoece não somente os indivíduos, como toda a

sociedade, devido à própria condição humana, que, por princípio, faz dos sujeitos, seres sociais, intersubjetivos e coletivos.

Dialogar sobre a morte como parte da vida, promovendo espaços de educação crítica, a fim de aprofundar a temática a partir das compreensões existentes, permitirá, como pontuava Paulo Freire (2009), que os sujeitos re-ad-mirem sua admiração da realidade anterior, a partir da ad-miração dos demais sujeitos, em dialogicidade. Para o tema em tela, isso significa que, dialogar sobre a morte como parte da vida, acolhendo todas as manifestações possíveis, de modo a compreender o lugar de fala de cada sujeito, permitirá a construção de um olhar mais crítico para a realidade, contribuindo para a transformação do entendimento circulante e para uma relação mais saudável entre os sujeitos e a morte; os sujeitos e a vida e; os sujeitos e a perda.

Trazendo essa possibilidade dialógica para as fases do luto, tema norteador deste artigo, significaria abrir espaço para que os sujeitos, no compartilhamento de suas compreensões, possam elucidar de que forma as reações são manifestadas pela pessoa enlutada e pela pessoa em iminência de morte, a fim de distinguir os processos referentes aos diferentes tipos de lutos vivenciados. Tarefa fundamental para que os estágios do morrer não sejam utilizados como norteadores do processo de luto para a pessoa enlutada, exigindo dela, muitas vezes, manifestações destoantes daquilo que seria compreensível vivenciar.

Ao fazer uso dos estágios do morrer como direcionadores terapêuticos, seria admissível à pessoa enlutada que negue a morte da pessoa falecida; tenha raiva de si, do morto ou de outra pessoa, por não ter evitado a morte; barganhe para que a vida da pessoa morta seja reestabelecida; deprima-se por não ter mais esperança na vida, alegando ter perdido tudo, ainda que esteja viva e; aceite a própria morte, por conta da pessoa perdida. Neste caso, estar-se-ia colaborando para a instalação de lutos complicados, distanciando a pessoa enlutada da ressignificação da perda e tomada da vida pelas próprias mãos.

Como a vivência do morrer e do luto são processos dinâmicos, pessoais e intransferíveis, muitos pesquisadores da área estão ampliando o arcabouço teórico e explicativo acerca destes fenômenos e, respectivas, reações, sendo fundamental, visando uma aproximação teórico-prática, investigar, mais profundamente, como os conceitos:

fases do luto e estágios do morrer, estão sendo compreendidos em outros contextos, para além do contexto investigado, neste artigo.

Por fim, porém sem ter a pretensão de concluir a temática, faz-se o convite para que conselheiros, terapeutas, demais profissionais que trabalham com pessoas enlutadas, bem como, a comunidade em geral, abram espaço para diálogos acolhedores, francos e críticos acerca da morte, da vida, da morte em vida, da vida após a morte, enfim, de tantas outras temáticas abarcadas por este tema complexo que nos atravessa, enquanto viventes que somos.

### Referências

ANJOS, Andreza Rafaely; LEAL, Márcia Carrera Campos. Trabalhando o luto em grupos de apoio para cuidadores de pacientes com Alzheimer: um relato de experiência extensionista. **Extensio UFSC-Revista Eletrônica de Extensão [Internet]**. v. 17, n. 37, p. 99-107, 2020. DOI. 10.5007/1807-0221.2020v17n37p99.

ARAÚJO, Jamaika Ingrid de; ANTONIASSI JÚNIOR, Gilmar. Famílias enlutadas: O processo de elaboração do luto em decorrência do óbito pela COVID-19. **Scientia Generalis**, v. 4, n. 2, p. 511-523, 2023. DOI. 10.22289/sg.V4N2A45.

ARIÈS, Philippe. **A história da morte no ocidente: da Idade Média aos nossos dias**. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1977.

ARMSTRONG, Anderson da Costa. Pandemia COVID-19 em cooperativa médica: experiência do luto coletivo na dinâmica gerencial. **Revista Ecologias Humanas**, v. 8, n. 9, p. 135-152, 2022. DOI.10.5281/zenodo.11522916.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1977.

BELCHIOR, Antonio Carlos. *Sujeito de sorte*. In: **Alucinação**. Manaus: PolyGram, 1976. 1CD, digital, estéreo.

BOWLBY, John. **Perda: tristeza e depressão**. Volume 3 da trilogia Apego e Perda. Coleção Psicologia e Pedagogia. São Paulo: Martins Fontes, 1985.

BOWLBY, John. **Formação e rompimento dos laços afetivos**. 3ed. São Paulo: Martins Fontes, 1997.

BRUNO, Jovana Nogueira *et al.* As estratégias de enfrentamento do luto após o término de uma relação amorosa. **Research, Society and Development, [S. l.]**, v. 11, n. 14, p. e264111436144, 2022. DOI. 10.33448/rsd-v11i14.36144.



CAMPOS, Fabyolla Perissé *et al.* Os Impactos da Pandemia para a Elaboração do Luto Infantil: Uma Revisão de Literatura. **Vínculo-Revista do NESME**, v. 20, n. 1, p. 66-72, 2023. DOI. 10.32467/issn.1982-1492v20n1a8.

CARPINEJAR, Fabrício. **Manual do luto**. 3. Ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2023.

CARRIJO, Silvana Augusta Barbosa; AMORIM, Yuri Pereira de. Quando a perda transforma seu coração em um músculo sem propósito: o luto simbólico na narrativa juvenil dois garotos se beijando (2015), de David Levithan. **Revista de Letras Norte@mentos**, v. 13, n. 34, p. 58-73, 2020. DOI. 10.30681/rln.v13i34.7637.

CARVALHO, Pablo Ramon Schornes. A política do luto. O 11/9 e a consciência política da população americana. **Caderno da Escola Superior de Gestão Pública, Política, Jurídica e Segurança**, v. 3, n. 1, p. 91-108, 2020. Disponível em: <https://cadernosuninter.com/index.php/ESGPPJS/article/view/1013>. Acesso em: 02 de setembro de 2024.

DE-FARIAS, Ana Karina Curado Rangel *et al.* Uma homenagem a João Claudio Todorov: O luto e a morte na perspectiva da Análise do Comportamento. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 23, p. 1-16, 2021. DOI. 10.31505/rbtcc.v23i1.1687.

FLACH, Katherine; LEVANDOWSKI, Daniela Centenaro. Por que (ainda) é difícil abordar o luto? Avanços, desafios e perspectivas. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 18, n. 3, p. 1-36, 2024. DOI. 10.34019/1982-1247.2024.v18.38202.

FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido**. 2005. Reimpressão. São Paulo: Paz e Terra, 2009.

GORER, G.; GONÇALVES, T. S. A pornografia da morte. **Revista DIAPHONÍA, [S. l.]**, v. 9, n. 3, 2023. DOI: 10.48075/rd.v9i3.31685.

IGNACIO, Ethiene Stephanie; MEDEIROS, Ana Paula. Nascimento e Morte: o apagamento do Luto durante a perinatalidade. **ID on line. Revista de psicologia**, v. 17, n. 66, p. 253-272, 2023. DOI. 10.14295/online.v17i66.3743.

KOVÁCS, Maria Júlia. **Morte e desenvolvimento humano**. São Paulo: Casa do psicólogo, 1992.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth. **Sobre a morte e o morrer**: o que os doentes terminais têm para ensinar médicos, enfermeiras, religiosos e aos seus próprios parentes. 10ed. São Paulo: Martins Fontes, 2017.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth; KESSLER, David. **Sobre el duelo y el dolor**. Barcelona: Luciérnaga, 2017.

LUZ, Rodrigo. **Luto é outra palavra para falar de amor**: cinco formas de honrar a vida de quem vai e de quem fica após uma perda. Editora Ágora, 2021.



MACEDO, Rosa Maria Stefanini. Apresentação (1994). In: BROMBERG, Maria Helena P. F. **A psicoterapia em situações de perdas e luto**. Campinas: Editora Livro Pleno, 2000. p. 13-14.

NETTO, Jose Valdeci Grigoletto; BARROS FILHO, Mario Thadeu Leme de. O luto em Hilda Hilst: narrativas de derrelição em a obscena senhora D. **Contradição-Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas e Sociais**, v. 4, n. 1, p. 1-22, 2023. DOI. 10.33872/revcontrad.v4n1.e047.

OLIVEIRA, Amanda Rebeca Borges de *et al.* Reflexões sobre a morte, o luto e as intervenções possíveis. **Conversas em Psicologia**, v. 1, n. 1, p. 1-16, 2020. DOI. 10.33872/conversapsico.v1n1.reflexoes.

PARKES, Colin Murray. **Amor e perda**: as raízes do luto e suas complicações. Summus editorial, 2023.

RIBEIRO, Letícia de Miranda Straitenberger *et al.* Impactos da relação médico-paciente no processo do luto-Relato de caso. **Revista Científica do Hospital e Maternidade José Martiniano Alencar**, v. 2, n. 1, p. 47-49, 2020. DOI. 10.54257/2965-0585.v2.i1.31.

RIBEIRO, Rebecca de Araújo; SALGUEIRO, Maria Amélia Dalvi. Luto e escrita performática em contexto de pandemia. **Palimpsesto-Revista do Programa de Pós-Graduação em Letras da UERJ**, v. 23, n. 45, p. 453-472, 2024. DOI. 10.12957/palimpsesto.2024.79886.

RODRIGUES, Beatriz; FERRAZ, Thais. Terapia de aceitação e compromisso: um caminho para a clínica do luto infantil. **Cadernos de psicologia**, v. 4, n. 8, p. 866-888, 2023. DOI. 10.5281/zenodo.13386174.

SANTOS, Samara Rodrigues. Uma realidade escarlate: Reflexões psicanalíticas acerca do luto na perspectiva da personagem Wanda Maximoff. **Conhecendo Online**, v. 8, n. 1, p. 117-136, 2022. Disponível em: <https://conhecendoonline.emnuvens.com.br/revista/article/view/136>. Acesso em: 02 de setembro de 2024.

SILVA, Ana Cleide Ferreira da; CASTRO, Ewerton Helder Bentes de. A compreensão do luto repentino durante a pandemia do COVID-19 e a perspectiva da psicologia: revisão integrativa. **Amazônica-Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação**, v. 17, n. 1, p. 1035-1068, 2024. Disponível em: <https://www.periodicos.ufam.edu.br/index.php/amazonica/article/view/14261/9148>. Acesso em: 02 de setembro de 2024.

SILVA, Maria Auxiliadora da; SANTOS JÚNIOR, José Rosa dos. A representação do luto, da vida e da morte, no filme “Pinóquio por Guillermo del Toro”. **Macabéa-Revista Eletrônica do Netli**, v. 13, n. 1, p. 18-37, 2024. DOI. 10.17058/rips.v4i1.16695.

SIMONETTI, Marcella Ricardo da Silva; GOMES, Giovanna da Conceição; NUNES, Karla Gomes. Entre lutos e pandemias: uma revisão narrativa. **Revista Interdisciplinar de Promoção da Saúde**, v. 4, n. 1, p. 31-35, 2021. DOI. 10.17058/rips.v4i1.16695.

SOUSA, Daniele Batista de; SILVA VIEIRA, Marcus Vinicius da; CATANI, Júlia. Luto antecipatório em pacientes com micose fungóide. **Conversas em Psicologia**, v. 1, n. 1, p. 1-20, 2020. DOI. 10.33872/conversaspsico.v1n1.lutoantecipatorio.

TAVERNA, Gelson; SOUZA, Waldir. O luto e suas realidades humanas diante da perda e do sofrimento. **Caderno Teológico da PUCPR**, v. 7, n. 1, p. 38-55, 2022. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/cadernoteologico/article/view/28011>. Acesso em: 02 de setembro de 2024.

WORDEN, James William. **Aconselhamento do luto e terapia do luto: um manual para profissionais da saúde mental**. 4. Ed. São Paulo: Roca, 2013.