

O LUTO E SUAS MANIFESTAÇÕES NO CORPO: UMA LEITURA À LUZ DAS CONTRIBUIÇÕES TEÓRICAS DA PSICANALISTA JOYCE MCDUGALL

João Gabriel de Matos Raddiⁱ ■ 0009-0000-8701-7865

Centro Universitário Cidade Verde - Unicive

Jose Valdeci Grigoletto Nettoⁱⁱ ■ 0000-0002-8845-3041

Centro Universitário Cidade Verde - Unicive

RESUMO: O luto é compreendido enquanto uma experiência de perda que, embora frequentemente compreendida unicamente em sua dimensão psíquica, também pode repercutir sobre o corpo e produzir diferentes manifestações somáticas. Neste caminho, o presente estudo teve como objetivo central compreender o processo de luto à luz das contribuições teóricas da psicanalista Joyce McDougall e sua teoria que articula aspectos psicossomáticos. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, desenvolvida por meio de revisão narrativa de literatura a partir do levantamento e análise crítica de bibliografias relacionados aos temas propostos. Após a pesquisa e análise do material levantado, os resultados evidenciam que a experiência do luto

pode ultrapassar o campo da palavra e encontrar no corpo uma via de manifestação do pesar e do sofrimento. A perspectiva de McDougall possibilita compreender determinadas manifestações psicossomáticas como formas de expressão de experiências afetivas não simbolizadas, articulando as dimensões psíquica e corporal. Frente a isso, conclui-se que a articulação entre luto, psicanálise e psicossomática amplia a compreensão das diferentes formas de vivenciar e expressar a perda, destacando o corpo como dimensão relevante da experiência de luto. Também, o presente estudo busca ser fonte para novas possibilidades de estudos sobre as relações entre corpo, psique e luto.

PALAVRAS-CHAVE: Psicanálise. Luto. Psicossomática.

GRIEF AND BODILY MANIFESTATIONS: A PSYCHOANALYTIC PERSPECTIVE DRAWING ON JOYCE MCDUGALL'S THEORETICAL CONTRIBUTIONS

ABSTRACT: Grief is understood as an experience of loss that, although often understood solely in its psychic dimension, can also affect the body and produce different somatic manifestations. In this regard, the present study aimed primarily to understand the grieving process in light of the theoretical contributions of psychoanalyst Joyce McDougall and her theory, which articulates psychosomatic aspects. This is a bibliographic study conducted through a narrative literature review based on the survey and critical analysis of bibliographic sources related to the proposed themes. Following the research and analysis of the material collected, the results demonstrate that the experience of grief can transcend the realm of words and find in the body a means of expressing mourning and suffering. McDougall's

perspective makes it possible to understand certain psychosomatic manifestations as forms of expression of non-symbolized affective experiences, articulating psychic and bodily dimensions. In view of this, it is concluded that the articulation between grief, psychoanalysis, and psychosomatics broadens the understanding of the different ways of experiencing and expressing loss, highlighting the body as a relevant dimension of the grieving experience. Furthermore, this study seeks to serve as a source for further research into the relationships among body, psyche, and grief.

KEYWORDS: Psychoanalysis. Grief. Psychosomatics.

1. Introdução

Joyce McDougall (1920-2011) foi uma psicanalista neozelandesa radicada na França. Referência nos estudos da psicossomática, desenvolveu sua teoria a partir da compreensão da dificuldade, presente nos primeiros anos de vida, em separar o “eu” do mundo materno, bem como da ambivalência dos movimentos que envolvem, simultaneamente, a busca pela fusão do corpo com o corpo materno e a busca por independência (Volich, 2013).

A partir dessa compreensão, a somatização é entendida como um mecanismo de defesa arcaico, por meio do qual o indivíduo expulsa da psique para o corpo pensamentos e fantasias carregados de sentimentos que causam sofrimento. Na ausência de outras formas de elaboração, o corpo se torna palco do drama psíquico, inclusive para a cena do luto (McDougall, 2015; Volich, 2013). É justamente a partir dessa relação entre o corpo e aquilo que não encontra outras formas de elaboração que se torna possível aproximar a teoria de McDougall da experiência do luto.

O luto, por sua vez, é definido por Franco (2021) e O'Connor (2025) como uma reação natural diante de uma perda. Não se trata somente de uma experiência emocional, mas também física, pois, embora não seja uma doença, possui efeitos fisiológicos sobre o organismo. Logo, em nossa leitura, ancorada nos estudos aqui apresentados, evidencia-se que a compreensão do luto em sua dimensão física permite, portanto, estabelecer uma aproximação com a perspectiva psicossomática apresentada por McDougall, na medida em que ambas permitem considerar a presença do corpo na experiência do sofrimento.

Como objetivo central do estudo, buscou-se compreender o processo de luto à luz da teoria psicanalítica de Joyce McDougall no que tange aos aspectos psicossomático, encarando-o não apenas como um processo psíquico de elaboração da perda, mas também como uma experiência que pode se manifestar de forma múltipla em diferentes dimensões da vida do sujeito, a incluir o corpo e suas manifestações biológicas. Ainda, como objetivos específicos, o presente artigo teve como foco discorrer sobre os principais conceitos de Joyce McDougall, englobando vida e obra, analisar a compreensão contemporânea do processo de luto e, por fim, mas não menos importante, investigar a intersecção entre o luto e os processos de psicossomatização.

A escolha teórico-científica deste tema justifica-se pela relevância em compreender o luto não apenas como um processo psíquico de elaboração da perda, mas também como uma experiência que pode se manifestar de forma ampla no corpo do sujeito. Em um contexto contemporâneo marcado por constantes rupturas, transformações e perdas simbólicas e reais,

torna-se fundamental refletir sobre as formas pelas quais o sofrimento psíquico pode ultrapassar o campo da palavra e encontrar no corpo um meio de expressão e significação.

2. Método

Para a realização deste estudo, contamos com o recurso metodológico da revisão narrativa de literatura, a qual, segundo Cavalcante e Oliveira (2020), permite uma ampla descrição do tema que se pretende estudar, mas não possui como objetivo central o esgotamento das fontes. Ainda, o levantamento dos materiais foi realizado em textos de diferentes naturezas, como livros, artigos, dissertações e teses. Também, de acordo com as autoras, podemos compreender que “[...] a revisão narrativa descreve amplamente o desenvolvimento de algum assunto, de modo rápido e não sistemático. Assim, proporciona rápida atualização sobre a temática” (Cavalcante; Oliveira, p. 97). Trata-se, portanto, de uma pesquisa bibliográfica, que, segundo Gil (2002, p. 44), “[...] é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”. Ainda, na mesma perspectiva, para Cavalcante e Oliveira (2020, p. 97), podemos compreender que “a revisão narrativa descreve amplamente o desenvolvimento de algum assunto [...]. Assim, proporciona rápida atualização sobre a temática”.

Para a busca dos referenciais teóricos, contamos com palavras-chave que nos auxiliaram na identificação dos materiais que se enquadravam na proposta, tais como: Psicanálise, Joyce McDougall, Psicologia, Luto e Psicossomática em diferentes bases de dados, em especial: Google Books, Google Acadêmico, SciELO - *Scientific Electronic Library Online* e materiais impressos.

Após o levantamento dos materiais, foram realizadas leituras a fim de identificar a aproximação com a proposta. Além disso, procedeu-se à análise crítica dos conteúdos selecionados, buscando estabelecer relações entre os autores e conceitos mais relevantes para o desenvolvimento do estudo, de modo a fundamentar teoricamente as discussões apresentadas.

3. Desenvolvimento teórico

3.1 Caminhos biográficos de Joyce McDougall

Joyce McDougall foi uma psicanalista neozelandesa, caracterizada por sua aversão ao dogmatismo, isto é, a crença de verdades absolutas e universais acerca de determinado tema. Foi a partir da análise de Sammy, que McDougall percorreu um profícuo caminho enquanto analista. Escreveu livros, inúmeros artigos e proferiu diversas conferências (Menahem, 1999).

Como uma espécie de diretora do que ela chamou de “teatro psicanalítico”, McDougall transmitiu em sua obra o funcionamento psíquico de seus pacientes, descrevendo os movimentos que ocorrem no divã e na poltrona. Ao fazê-lo, expôs também aspectos do seu próprio funcionamento e não poderia ser diferente, uma vez que sua obra e vida se entrelaçam em diferentes instâncias (Menahem, 1999).

Para compreendermos melhor sua obra, é necessário retomar alguns aspectos de sua origem. Nascida na Nova Zelândia, McDougall era filha de pai neozelandês e, por parte deste, neta de um inglês e de uma neozelandesa. Seu avô era professor e pintor, afeito às belas artes, organizava anualmente um espetáculo de teatro com seus alunos. Por sua vez, sua avó era descrita como uma mulher de personalidade autoritária. Já sua mãe, de origem inglesa, conheceu seu pai durante a Primeira Guerra Mundial (Menahem, 1999).

Ainda de acordo com Menahem (1999), o palco que provavelmente selou seu caminho enquanto psicanalista foi a fazenda dos avós. Lá, McDougall se interessou pela psicologia das mulheres a partir das difíceis relações estabelecidas entre a mãe, uma inglesa deslocada e temerosa em relação à sogra, e esta última, sua “rival tirânica”. Nesse mesmo palco, McDougall observou em seu próprio corpo as relações entre psique e soma, descrevendo no livro *Teatros do Corpo* sua precoce experiência:

Exasperada por ter que apresentar outra vez essa neta imperfeita ao olhar reprovador de Mater, minha mãe declarou-me, na véspera de nossa partida para as férias de Natal: Escute bem: nós todos estamos cheios desses seus dodóis de pele! Você não vai beber nem mais uma gota de leite na fazenda!" Minha reação foi imediata: **“Não é por causa do leite que eu tenho dodóis na pele, é por causa da Mater!”** Produto da sabedoria ingênua de meus cinco anos, essa réplica entrou de imediato para a crônica familiar (McDougall, 2013, p. 14, grifo nosso).

Seu interesse pela pintura, pela literatura e pelo teatro remonta a esse período. O teatro esteve presente desde sua infância, no âmbito familiar, e foi nesse contexto que conheceu seu primeiro marido, Jimmy McDougall. Ainda na Nova Zelândia, casou-se, teve dois filhos e formou-se em Psicologia, após entrar em contato com a obra de Sigmund Freud (Volich, 2013).

Buscando sustentar seu desejo de tornar-se analista, realizar sua formação e iniciar sua análise pessoal, chegou a Londres em 1950, em meio à divisão da Sociedade Britânica de Psicanálise entre os seguidores de Anna Freud e os de Melanie Klein. Nesse contexto, foi aceita por Anna Freud na formação em psicanálise de crianças, onde frequentou seus cursos durante quatro anos e iniciou sua prática clínica como analista infantil na Clínica Hampstead. Nesse período, frequentou também os seminários de Donald W. Winnicott e trabalhou ao seu lado no Hospital Infantil de Paddington Green (Menahem, 1999; Volich, 2013).

Nesse contexto, ainda como jovem analista em formação, Joyce McDougall já demonstrava um traço que marcaria fortemente sua trajetória: a abertura para diferentes perspectivas da psicanálise e a disposição para dialogar com grupos distintos, mesmo em situações de divergência teórica (Volich, 2013).

Precisou mudar-se para Paris em decorrência de uma oferta de trabalho recebida por seu marido. Ali, encontrou um cenário semelhante ao que havia presenciado anteriormente: uma disputa no interior da Sociedade Psicanalítica de Paris entre Sacha Nacht e Jacques Lacan. Após procurar ambos na tentativa de compreender a situação, não se convenceu com os argumentos apresentados por nenhum deles, concluindo que a divergência parecia ter natureza mais narcísica do que propriamente teórica. Tal experiência contribuiu para reforçar sua aversão ao dogmatismo no interior do movimento psicanalítico (Menahem, 1999; Volich, 2013).

Optou por dar continuidade à sua formação na Sociedade de Psicanálise de Paris em razão da permanência de seu analista, Marc Schlumberger, no Instituto de Psicanálise da referida sociedade. Apesar disso, manteve reconhecimento e interesse pelo pensamento de Jacques Lacan, participando de seus seminários. Em 1961 tornou-se membro da sociedade e, em 1971, assumiu o cargo de secretária científica. Nesse período, questionou o modelo de formação do Instituto e, juntamente com André Green e outros analistas, participou da reformulação do programa de formação, propondo uma estrutura mais flexível que permitia aos candidatos escolher os seminários de seu interesse (Menahem, 1999; Volich, 2013).

Uma das principais responsáveis pela circulação de ideias e pela troca de experiências entre a psicanálise anglo-saxã e a psicanálise francesa, promoveu, juntamente com outros jovens analistas, eventos em Paris com Anna Freud, Donald Winnicott, entre outros. Dialogou também com psicanalistas americanos, argentinos e brasileiros, destacando-se, nesse contexto, sua proximidade com Paulo Roberto Ceccarelli (Volich, 2013).

A partir dessa disposição aberta ao debate e à divergência, Joyce McDougall construiu, ao longo de seu percurso na psicanálise, um diálogo contínuo com inúmeros

autores, integrando de maneira singular diferentes perspectivas teóricas e elaborando suas próprias formulações a partir dessas interlocuções e divergências (Volich, 2013).

3.2 Principais contribuições de Joyce McDougall para a Psicanálise

A partir do diálogo com os psicanalistas D. W. Winnicott, M. Klein e Margaret Mahler, mobilizando os conceitos de objeto transicional, identificação projetiva e simbiose mãe-bebê, Joyce McDougall elabora uma de suas ideias mais conhecidas: a de “um corpo para dois”. Em interlocução com Janine Chasseguet-Smirgel, Béla Grunberger, Christian David, Maria Torok, entre outros autores, Joyce McDougall problematiza certas formulações freudianas sobre a feminilidade, abordando, entre outros aspectos, a homossexualidade feminina. Nesse movimento, já indica a dimensão criativa da perversão como uma via de elaboração do caráter estruturalmente traumático da sexualidade humana. Posteriormente, ao articular essas reflexões com as contribuições de Robert Stoller acerca da identidade de gênero e da identidade sexual, passou a evidenciar as manifestações das chamadas neossexualidades (Volich, 2013).

A partir do diálogo com Serge Lebovici em torno do caso de Sammy, elabora sua própria visão sobre a psicose; da interlocução com J. C. Nemiah e P. E. Sifneos, com seu conceito de alexitimia, e com Pierre Marty e Michel de M'Uzan, a partir da noção de pensamento operatório e de depressão essencial, constrói suas concepções sobre as normopatias e os estados de desafetação (Volich, 2013).

Construiu seu “teatro”, seus “cenários” e seus “enredos” a partir dessa troca constante, articulando suas vivências aos relatos de seus pacientes, que se tornam protagonistas. A partir deles, assistimos a enredos particulares e somos conduzidos pelas emoções que atravessam seus roteiros: as cenas de solidão, a busca pela libertação do sofrimento, pela transformação e por um sentido para a vida. É a escuta que acompanha essas trajetórias que se inscreve em sua escrita, dando forma a esses percursos e tornando vivos esses relatos, ao mesmo tempo em que envolve o leitor em uma experiência sensível e quase onírica (Volich, 2013).

Assim, elabora sua teoria desenvolvendo aquilo que denomina uma ‘teorização flutuante’, sustentada pela escuta clínica e articulada às associações livres do analisando. Nesse contexto, torna-se possível a construção de uma relação específica entre analista e paciente, na qual podem apreender o que representam para a realidade psíquica um do outro,

sendo a contratransferência um elemento central do tratamento. Afirmou ainda não ser possível na psicanálise distinguir clínica e teoria (Menahem, 1999).

Ainda de acordo com a autora supracitada, a metáfora teatral ocupa um lugar estruturante em sua obra, orientando tanto a compreensão da cena do tratamento quanto a formulação de conceitos destinados a apreender o funcionamento psíquico, entre os quais se destacam os atos-sintomas, as neossexualidades, a adicção e categorias como anti-analisante, normopata e desafetação. A partir dessa perspectiva, a autora também distingue dois eixos da atividade psíquica: o enquadre, enquanto espaço em que a cena se constitui, e os personagens que nela se articulam. Nesse contexto, o Eu exerce distintos papéis, um no palco externo, o mundo, e um papel duplo em seu teatro íntimo, psíquico, exercendo múltiplos papéis enquanto ator e, também, a função de diretor de seu próprio teatro psíquico, podendo compreender sintomas, manifestações psicossomáticas e outras formas de sofrimento como criações psíquicas que cumprem, em determinados contextos, funções defensivas e de sobrevivência.

A criação desse teatro psíquico, no qual os roteiros podem ser reescritos e as inibições à criatividade desdramatizadas, oferece condições para a sobrevivência psíquica. O jogo passa a exercer a função de dar forma aos acontecimentos traumáticos do passado, permitindo que aquilo que foi, de algum modo, interditado possa ser encenado. No entanto, como a psique não se priva daquilo que um dia lhe pertenceu, a emergência do novo no tratamento depende da retomada dessas impressões infantis na atualização transferencial, possibilitando ao Eu reviver a experiência emocional (Menahem, 1999).

Nesse sentido, Menahem (1999) acrescenta que a clínica de Joyce McDougall, orientada pela metáfora teatral, compreende o tratamento como espaço de elaboração de novos roteiros psíquicos, em oposição à compulsão à repetição de roteiros infantis que, ao buscarem evitar sofrimentos passados, acabam por engendrar novas formas de sofrimento, sejam elas reais ou imaginárias, abrindo, assim, a possibilidade de uma organização psíquica mais harmoniosa. A partir do diálogo com as formulações de D. W. Winnicott acerca das relações entre psique e soma, McDougall retoma o papel fundamental do outro primordial na constituição do sujeito, especialmente na função de articular essas duas dimensões na experiência da criança. Nessa perspectiva, a cisão entre psique e soma emerge como um recurso defensivo diante de ameaças à continuidade narcísica, funcionando como uma tentativa de preservação do sujeito frente ao risco de desintegração. A autora formula, nesse contexto, a hipótese de uma fantasia primária de indiferenciação entre o bebê e o outro primordial, expressa pela vivência de ‘um corpo para dois’.

Desta forma, constata-se que Joyce McDougall ocupou um lugar próprio na psicanálise contemporânea, inclassificável, marcado por sua busca constante por respostas e por sua capacidade de elaborar concepções próprias quando estas não se apresentavam no campo teórico. Desde a análise de Sammy até sua última obra, manteve um ímpeto contínuo de compreender e criar, mesmo diante das situações mais áridas (Menahem, 1999).

3.3 Luto

Sob uma perspectiva psicanalítica, o luto é a resposta frente à perda do objeto amado, cuja elaboração requer do sujeito a compreensão de que este não existe mais e que, portanto, toda a libido direcionada a ele seja desinvestida e, futuramente, reinvestida em novos objetos (Medeiros; Fortes, 2019). Na atualidade, importantes estudos vêm sendo desenvolvido na intersecção entre psicanálise e luto (Dunker, 2023; Madrucci; Cremasco, 2025; Lamanno-Adamo, 2026) ancorados em diferentes autorias do campo psicanalítico.

Em uma leitura que não é, essencialmente psicanalítica, O'Connor (2025) define o luto como uma reação natural diante de uma perda e, especificamente nos casos de perda de um ente querido, como também uma perda de nós mesmos, de uma parte que nos auxilia a existir. A autora vai além e defende que o luto não é somente uma experiência emocional, mas também física. Embora não seja uma doença, o luto possui efeitos fisiológicos sobre o organismo.

Historicamente, o luto já foi objeto de estudo desde o século XVII, quando Robert Burton publicou *The Anatomy of Melancholy*, defendendo que o sofrimento gerado pela perda poderia constituir tanto um sintoma quanto a causa da melancolia, atualmente compreendida pela psiquiatria como depressão. Três séculos depois, em meio ao contexto das grandes guerras, autores como Sigmund Freud, Abram Kardiner, Erich Lindemann e John Bowlby passaram a elaborar novas teorias acerca do tema (Medeiros; Fortes, 2019).

Nesse contexto, em 1917, Freud publicou *Luto e Melancolia*, texto que se tornou um dos principais marcos para a compreensão psicanalítica do luto. A partir da diferenciação entre o luto e a melancolia, Freud desenvolve sua compreensão acerca do quadro melancólico e, nesse percurso, apresenta o luto como um processo normal e não patológico, contrapondo-se, assim, às concepções predominantes em sua época (Freud, 1917/2026). Desse modo, pode-se considerar que o texto constitui, sobretudo, um ponto de partida para novos estudos acerca da temática do rompimento dos vínculos afetivos.

Freud compreende o trabalho do luto como um processo normal, diferenciando-o da melancolia, esta última caracterizada como uma condição patológica. Para o autor, o trabalho de luto envolve inicialmente uma espécie de teste de realidade, por meio do qual se constata que o objeto amado já não existe. A partir dessa constatação, torna-se necessário realizar o desinvestimento libidinal do objeto perdido. Entretanto, esse processo não ocorre de maneira imediata ou sem resistência, exigindo do sujeito grande dispêndio de tempo e energia psíquica. Isso se deve ao fato de que o sujeito não abandona facilmente uma posição libidinal, mesmo quando a realidade apresenta a possibilidade de um substituto para o objeto perdido. Assim, embora o trabalho do luto conduza progressivamente ao desligamento libidinal, o sujeito permanece, durante esse processo, psiquicamente ligado ao objeto perdido, prolongando de diferentes maneiras sua presença no campo psíquico até que o desinvestimento possa ser efetivado (Freud, 1917/2026; Medeiros; Fortes, 2019).

Não obstante, o luto pode assumir um caráter profundamente penoso quando a resistência em abandonar a posição libidinal é intensa, levando o sujeito a permanecer fortemente ligado ao objeto perdido. Nesse processo, o Eu encontra-se absorvido pelo trabalho de luto, o que pode resultar na perda de interesse pelo mundo externo, na dificuldade de investir em novos objetos de amor e no afastamento de atividades que não estejam relacionadas ao objeto perdido (Medeiros; Fortes, 2019), podendo ser fator complicador para o trabalho de luto.

A partir de suas observações como psiquiatra infantil sobre bebês separados de seus pais, bem como de seus estudos sobre órfãos durante a Segunda Guerra Mundial, o psicanalista inglês John Bowlby desenvolveu a Teoria do Apego, descrevendo sistematicamente as reações de protesto e desespero diante da ausência da pessoa amada. O protesto e o desespero são duas reações previstas pela Teoria do Apego diante da ausência de uma pessoa com quem se estabeleceu um vínculo. Procurá-la e manifestar-se diante de sua ausência faz sentido quando esta ainda está viva. Quando as tentativas de protestar e procurar pelo ente querido se mostram infrutíferas, instala-se o desespero. Sua função é o reconhecimento, por parte de nosso cérebro, de que a pessoa amada não retornará, implicando a compreensão da existência de uma nova realidade, sem aquele outro. Ambos constituem, portanto, formas de constatação de que há um novo cenário, por mais doloroso que seja (Medeiros; Fortes, 2019; O'Connor, 2025).

Todavia, é esse processo natural de elaboração do luto que nos permite retornar ao momento presente, ressignificar a relação com o outro perdido por meio de vínculos

contínuos, bem como construir novos vínculos e manter aqueles estabelecidos com as pessoas amadas que permanecem vivas (Franco, 2021; O'Connor, 2025).

Fisicamente, por meio de nossa neurobiologia do apego, a maioria das pessoas consegue passar pelo processo do luto, embora doloroso, por meio do apoio, do tempo e da experiência, bem como da busca por uma vida significativa, compreendendo, por meio dessa experiência, que amor e luto constituem elementos da vida (O'Connor, 2025).

Ainda de acordo com a autora acima, buscar permanecer junto ao sujeito amado, protestar diante da separação e procurá-lo constituem manifestações do vínculo de apego. Esse vínculo pode permanecer ativo mesmo diante de grandes distâncias e ao longo do tempo, sustentado pela expectativa de reencontrar, esperar ou aguardar o retorno daquele a quem estamos vinculados. Nossas crenças implícitas, decorrentes do apego, podem mobilizar níveis significativos de paciência e esforço na tentativa de restabelecer a proximidade com a pessoa amada. Essa motivação é sustentada por processos neuroquímicos, uma vez que, após a construção do vínculo com alguém que amamos, nosso cérebro passa a reconhecer essa pessoa como singular em relação às demais de nossa espécie, mobilizando substâncias como dopamina, oxitocina e cortisol, que contribuem para nos motivar a procurá-la ou aguardá-la.

Atualmente, ao nos debruçarmos nos estudos do luto, juntamente com a Teoria do Apego, o Modelo do Processo Dual (Stroebe; Schut, 1999) constitui uma importante referência para a compreensão do processo de luto, sendo utilizado tanto por clínicos quanto por pesquisadores da área. Desenvolvido por Stroebe e Schut, o modelo introduz uma dimensão que não estava suficientemente contemplada nas formulações anteriores sobre o enfrentamento do luto: a necessidade de o sujeito lidar não apenas com as consequências da perda, mas também com as demandas decorrentes da reorganização de sua própria vida, em um processo dinâmico e oscilatório. Nesse sentido, o processo de adaptação envolve tanto os estressores relacionados à perda quanto aqueles associados à restauração.

Dessa forma, o sujeito enlutado precisa, ao mesmo tempo em que enfrenta a ausência da pessoa amada e as ondas de luto decorrentes dessa perda, encontrar maneiras de reorganizar sua existência diante da nova realidade. A restauração envolve, portanto, a descoberta de novas formas de viver e atribuir significado à própria vida sem a presença daquele que foi perdido. Embora o luto apresente aspectos que podem ser compartilhados entre diferentes sujeitos, sua experiência permanece singular, uma vez que cada pessoa precisa elaborar o significado atribuído à perda e, a partir dela, reorganizar seus valores, objetivos e possibilidades de encontrar sentido e satisfação frente à vida (Franco, 2021; O'Connor, 2025).

4. Discussão

O luto constitui uma vivência humana universal e seus desdobramentos não se restringem ao sofrimento psíquico, alcançando também a dimensão corporal. Essa manifestação pode ser observada nas respostas fisiológicas relacionadas à experiência da perda. Parkes (1998) aponta alterações no funcionamento imunológico, na regulação hormonal e na pressão arterial em pessoas enlutadas. Assim, para Toledo e Silva (2026), vê-se que as pesquisas em psiconeuroimunologia contribuem para essa compreensão ao demonstrarem que estados emocionais intensos repercutem sobre diferentes respostas do organismo. Investigações contemporâneas seguem examinando essa relação e identificando mudanças hormonais e imunológicas associadas à experiência emocional.

No luto, as manifestações físicas podem acompanhar o sofrimento relacionado à experiência da perda. Insônia, fadiga crônica, dores musculares e distúrbios gastrointestinais estão entre os sintomas observados nesse contexto. Quando os afetos relacionados à perda não encontram possibilidades de elaboração e expressão simbólica, encontram no corpo uma via de manifestação. Costa e Mello (2016 *apud* Toledo e Silva, 2026) apontam que pessoas enlutadas apresentam maior vulnerabilidade imunológica e maior propensão ao desenvolvimento de doenças físicas, especialmente em situações nas quais o luto é reprimido ou negligenciado.

A psicossomatização permite aprofundar essa discussão ao considerar os conflitos emocionais que repercutem na dimensão somática quando não encontram formas adequadas de elaboração. Mello Filho (1992) ao discutir a medicina psicossomática, apresenta o corpo como um espaço no qual angústias e dores psíquicas encontram expressão diante de experiências emocionais que não foram simbolizadas. Nessa perspectiva, o adoecimento não se limita ao funcionamento orgânico, pois envolve aspectos psicossociais e simbólicos. A tensão emocional persistente repercute sobre o organismo e faz do corpo uma via de manifestação do sofrimento não elaborado.

Essa compreensão aparece de maneira mais específica nas investigações de Figueiredo e Freitas (2013 *apud* Toledo e Silva, 2026) com indivíduos enlutados. Os autores identificaram diferentes manifestações somáticas relacionadas à experiência da perda, entre elas: dores persistentes, alterações gastrointestinais e fadiga crônica. Em determinados casos, esses sintomas não apresentavam correspondência nos exames clínicos e foram relacionados ao sofrimento psíquico decorrente do luto. Os autores consideram ainda que, quando a experiência da perda não é verbalizada ou reconhecida socialmente, o sofrimento encontra no

corpo uma forma de expressão e de elaboração emocional. Esses achados permitem considerar que, no luto, o corpo não está separado da experiência afetiva, podendo participar da forma pela qual o sofrimento encontra expressão. Entra em cena os impactos do não reconhecimento do luto (Grigoletto Netto, 2026), termo desenvolvido por Kenneth J. Doka e amplamente discutido no campo do luto em diferentes contextos de perdas.

A relação entre o sofrimento psíquico e suas manifestações corporais, observada nas experiências de luto, permite ampliar a discussão para as teorias psicossomáticas psicanalíticas, especialmente para as formulações de Joyce McDougall. McDougall propõe a compreensão dos sintomas psicossomáticos a partir de seu caráter ausente de significado simbólico e constrói seu conceito de psicossomática a partir da experiência de alguns sujeitos que recusam sua experiência afetiva, excluindo-a da consciência e formando uma lacuna. Há uma cisão do afeto entre seu aspecto somático e psíquico, de modo que sua dimensão psíquica, quando perdida, não é compensada por meios neuróticos ou delírios, permanecendo no corpo sem uma conexão psíquica, como um “branco” (Martin, 2012).

O funcionamento psíquico desses pacientes parece ocorrer de determinadas maneiras infantis, cuja ausência de nomeação dos sentimentos faz com que experienciem os afetos corporalmente, em decorrência da dificuldade de lidar com experiências dolorosas ou insuportáveis. A falha no processo de individuação do sujeito está relacionada, por sua vez, à dificuldade na regulação interna de seus afetos, por não terem internalizado adequadamente a função outrora exercida pelo cuidador (Martin, 2012).

McDougall ainda pontua que há uma propensão à psicossomatização em todos os sujeitos, variando em intensidade, embora apenas em alguns casos ela se torna patológica. Partindo desse ponto, podemos refletir sobre como acontecimentos posteriores podem incidir sobre estruturas preexistentes ou reativar fragilidades constituídas ao longo das primeiras experiências relacionais.

Em diálogo com essa discussão, Balint (1969 *apud* Martin, 2012) considera que essas fragilidades podem permanecer sem expressão durante determinado período e serem mobilizadas diante de experiências posteriores, como a perda, a separação e situações de desamparo. Em situações de maior intensidade traumática, esse acontecimento pode ainda provocar o colapso de uma estrutura já fragilizada. Ou seja, a manifestação de sintomas psicossomáticos após uma situação traumática pode indicar fragilidades na constituição do sujeito, relacionadas tanto a fatores genéticos quanto ambientais. Todavia, de acordo com Martin (2012), isso não significa que traumas graves não possam afetar sujeitos que não apresentam tais fragilidades. Quando uma experiência traumática mobiliza uma emoção

intensa, também podem ocorrer manifestações no corpo, mesmo na ausência de vulnerabilidades previamente identificadas.

Como possibilidade de articulação teórica com a psicossomática psicanalítica, recorre-se às contribuições da teoria do apego, apresentadas por Martin (2012) a partir das considerações de Milch (1998). O autor pontua que a teoria do apego compreende a necessidade de uma figura reguladora externa durante a fase inicial do desenvolvimento como um mecanismo biológico que se mantém ao longo da vida, influenciando os relacionamentos futuros. A sintonia afetiva inicial atua sobre os sistemas de regulação e as funções de sinalização, sendo que Milch (1998) destaca seu impacto sobre esses processos. O autor observa que crianças com apego desorganizado apresentam maior predisposição a manifestações psicossomáticas posteriormente na vida e argumenta que a capacidade de autorregulação do sujeito se desenvolve a partir da regulação mútua e do processo interacional entre cuidador e criança, no qual os afetos desempenham uma função comunicativa fundamental.

A relação estabelecida com pessoas significativas pode assumir uma função importante na regulação dos afetos. Martin (2012) aponta que, em indivíduos vulneráveis, a pouca internalização e integração dos objetos internos pode estar associada ao estabelecimento de vínculos dependentes e inseguros com essas pessoas.

Essa discussão pode ser relacionada às investigações sobre os efeitos do apego nos processos de regulação do estresse. Martin (2012) apresenta estudos que examinam essa relação, considerando os padrões de apego seguro e inseguro e as respostas de regulação do organismo. No âmbito dessas respostas, Shoenberg (2007 *apud* Martin, 2012) aponta alterações nos níveis de cortisol em crianças que apresentam maior insegurança, especialmente naquelas com apego desorganizado, mesmo quando seus comportamentos assumem formas aparentemente contraditórias. O estresse e a hiperativação podem repercutir sobre os processos bioquímicos e fisiológicos do organismo, envolvendo a relação entre corpo e mente. Quando esse estado se prolonga, podem ocorrer alterações em estruturas como a amígdala e o hipocampo.

Desta forma, a partir do que foi discutido, é possível compreender que a manifestação do sofrimento no corpo não está relacionada somente ao acontecimento que o desencadeia, mas também à forma como o sujeito constituiu seus recursos para lidar com os próprios afetos ao longo de suas experiências relacionais. A teoria do apego permite pensar a construção da capacidade de regulação a partir das primeiras relações, enquanto McDougall relaciona as dificuldades na regulação interna dos afetos às falhas na constituição e

indivíduo do sujeito. O luto, diante disso, pode mobilizar fragilidades já existentes e, quando acompanhado de uma experiência afetiva intensa, encontrar no corpo uma via de expressão do sofrimento.

A articulação entre luto, teoria do apego e psicossomática permite, portanto, considerar o corpo não apenas como lugar de manifestação de sintomas, mas como parte da forma pela qual o sujeito vivencia e expressa a experiência da perda.

5. Conclusão

A partir do exposto no trabalho, conclui-se que Joyce McDougall foi pioneira, a partir de seus estudos e de sua experiência clínica, na compreensão e na escuta de pacientes psicossomáticos. Sua articulação com a metáfora do teatro e seu diálogo com diferentes correntes psicanalíticas contribuíram para ampliar a compreensão das relações entre psique e corpo, especialmente diante de experiências que não encontram representação suficiente pela palavra. McDougall “emprestou” seus ouvidos aos não ditos que são expressos pelo corpo, em uma linguagem não verbal, procurando compreender aquilo que se manifesta corporalmente quando os afetos não conseguem encontrar outras formas de expressão. Sua contribuição foi importante para a formulação e o desenvolvimento das teorias psicanalíticas psicossomáticas que reverberam na atualidade.

A partir de suas contribuições, torna-se possível ampliar a compreensão dos fenômenos corpóreos relacionados ao luto, considerando que a experiência da perda pode envolver não apenas manifestações psíquicas, mas também formas de expressão inscritas no corpo. Essa perspectiva abre espaço para novos estudos acerca da relação entre luto, corpo e psique, contribuindo para uma compreensão mais ampla das diferentes formas pelas quais a experiência da perda pode ser vivenciada e expressa, sem desconsiderar o corpo como palco de manifestações de sofrimento desencadeadas por rupturas de vínculos.

Por fim, destaca-se que este trabalho não teve como objetivo esgotar o tema, mas contribuir para a abertura de novas discussões, leituras e compreensões acerca da intersecção entre psicanálise, psicossomática e os processos de luto.

Referências

CAVALCANTE, Livia Teixeira Canuto; OLIVEIRA, Adélia Augusta Souto de. Métodos de revisão bibliográfica nos estudos científicos. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 26, n.

1, p. 83–102, abr. 2020. Disponível em:
<https://pepsic.bvsalud.org/pdf/per/v26n1/v26n1a06.pdf>. Acesso em: 04 maio 2026.

DUNKER, Christian. **Lutos finitos e infinitos**. São Paulo: Planeta do Brasil, 2023.

FRANCO, Maria Helena Pereira. **O luto no século 21**: uma compreensão abrangente do fenômeno. São Paulo: Summus, 2021.

FREUD, Sigmund. **Luto e melancolia**. São Paulo: UBU Editora, 2026 [Obra publicada originalmente em 1917].

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.

GRIGOLETO NETTO, Jose Valdeci. Lutos não reconhecidos: uma introdução histórica e conceitual. In: GRIGOLETO NETTO, Jose Valdeci (Org.). **Luto e diversidade**: perspectivas sobre sexualidades, gêneros e perdas invisibilizadas. Londrina: Lucto Editora, 2026. p. 11-18.

LAMANNO-ADAMO, Vera. **Trabalho de luto**: concepções psicanalíticas. São Paulo: Zagodoni, 2026.

MADRUCCI, Giovana Fonseca; CREMASCO, Maria Virginia Filomena. **O luto e a depressão na clínica psicanalítica**. Curitiba: Appris, 2025.

MARTIN, Paddy. 'Grief that has no vent in tears, makes other organs weep': seeking refuge from trauma in the medical setting. **Journal of Child Psychotherapy**, v. 38, n. 1, 2012, p. 3-21. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0075417X.2011.651839>. Acesso em: 30 abr. 2026.

MCDUGALL, Joyce. **Teatros do eu**: ilusão e verdade na cena psicanalítica. São Paulo: Zagodoni, 2015.

MCDUGALL, Joyce. **Teatros do corpo**: o psicossoma em psicanálise. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2013.

MEDEIROS, Clarice; FORTES, Isabel. A dor do luto: perspectivas psicanalíticas. **Trivium**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 2, p. 222-234, dez. 2019. Disponível em:
https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2176-48912019000200010&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 19 ago. 2026.

MELLO FILHO, Júlio de. **Psicossomática hoje**. Porto Alegre: Artmed, 1992.

MENACHEM, Ruth. **Joyce McDougall**. São Paulo: Via Lettera Editora e Livraria, 1999.

MILCH, Wolfgang E. Psychotherapy in severely disturbed psychosomatic patients with hypertension. **Psychoanalytic Inquiry**, v. 18, n. 3, p. 445-468, 1998. Disponível em:
<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/07351699809534202>. Acesso em: 19 ago. 2026.

O'CONNOR, Mary-Frances. **O corpo de luto**. Rio de Janeiro: Principium, 2025.

PARKES, Colin Murray. **Luto**: estudos sobre a perda na vida adulta. São Paulo: Summus, 1998.

STROEBE, Margaret; SCHUT, Henk. The dual process model of coping with bereavement: rationale and description. **Death Studies**, v. 23, n. 3, 1999, p. 197-224. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10848151/>. Acesso em: 19 ago. 2026.

TOLEDO, Paulo Rubim de; SILVA, Katia Wanderley da. Psicossomatização do luto: atualizações científicas sobre os impactos da perda na saúde física e mental. **ACIS**, São Paulo, v. 14, n. 2, p. 42-53, jun. 2026. Disponível em: <https://revistaseletronicas.fmu.br/index.php/ACIS/article/view/3341/2009>. Acesso em: 15 abr. 2026.

VOLICH, Rubens Marcelo. Remotas paisagens. Joyce McDougall e os destinos do psicossoma. **Rev. bras. psicanál.**, São Paulo, v. 47, n. 3, p. 89-102, set. 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0486-641X2013000300009&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 19 mar. 2026.

Recebido:	20/08/2026
Publicado:	05/10/2026

ⁱ Graduando em Psicologia pelo Centro Universitário Cidade Verde – Unicive. Aluno do Programa Institucional de Iniciação Científica (PIIC) – Edital nº 11/2026-2026. Graduado em Direito pelo Centro Universitário Cesumar – UniCesumar. E-mail: joaogabrielraddi@hotmail.com.

ⁱⁱ Doutorando em Psicologia pela Unesp (FCL, Assis, SP) com bolsa CAPES. Mestre em Psicologia pela Universidade Estadual de Maringá – UEM. Especialista em Ações Terapêuticas para situações de Luto pela PUC-SP. Professor e orientador de estágios curriculares no curso de graduação em Psicologia e professor pesquisador bolsista no Centro Universitário Cidade Verde - Unicive. E-mail: prof_josenetto@unicive.edu.br.