



## **TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL E SUAS CONTRIBUIÇÕES PARA A ABORDAGEM DO LUTO INFANTIL**

### *COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY AND ITS CONTRIBUTIONS TO THE APPROACH TO CHILD MOURNING*

SANTOS, Jacqueline da Silva<sup>1</sup>; SOARES, Ana Carolina Pinto<sup>2</sup>;

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Psicologia – Universidade Maurício de Nassau;

<sup>2</sup>Mestra em Ciências e Saúde – Universidade Federal do Piauí

**Jacqueline.psi@outlook.com**

**RESUMO.** O luto é um processo complexo que acarreta sentimentos dolorosos e confusos, principalmente na infância. Por esse motivo, mostra-se cada vez mais necessária a busca por conhecimentos que embasem a abordagem psicoterapêutica dessa demanda. Neste contexto, destaca-se a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) como uma abordagem psicológica que apresenta eficácia no tratamento de diversas demandas, através da resolução de problemas do presente por meio da compreensão dos pensamentos, emoções e comportamentos disfuncionais frente a determinadas situações. O objetivo deste estudo consistiu em compreender como ocorre a abordagem da terapia cognitivo-comportamental no manejo do luto infantil por meio de dados coletados através de uma revisão integrativa da literatura, de cunho qualitativo, mediante análise e comparação dos dados coletado e tabulados. Os resultados alcançados evidenciaram a eficácia da terapia cognitivo-comportamental no manejo do luto infantil, por seu caráter psicoeducativo, emocional e cognitivo que auxilia na expressão e vivência do luto pela criança, bem como pelo papel ativo do paciente no processo psicoterapêutico, além da ampla diversidade de estratégias e técnicas lúdicas utilizadas nos protocolos de intervenção na população em questão. Conclui-se com a presente pesquisa que a TCC se apresenta como uma abordagem eficaz no manejo clínico do luto infantil, diferindo-se do manejo adulto pela utilização de uma linguagem lúdica e participação familiar.

**Palavras-chave:** Manejo do luto, Luto infantil, Criança, Terapia cognitivo-comportamental, Perda.

**ABSTRACT.** Grief is a complex process that leads to painful and confused feelings, especially in childhood. For this reason, the search for knowledge that supports the psychotherapeutic approach to this demand is increasingly necessary. In this context, Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) stands out as a psychological approach that is effective in the treatment of various demands, through the resolution of present problems through the understanding of thoughts, emotions and dysfunctional behaviors in certain situations. The aim of this article was to understand how the cognitive-behavioral therapy approach takes place in the management of childhood grief through data collected through an integrative literature review, of a qualitative nature, through analysis and comparison of collected and tabulated data. The results achieved evidenced the effectiveness of cognitive-behavioral therapy in the management of childhood grief, for its psychoeducational, emotional and cognitive character that helps in the expression and experience of grief for the child, as well as the active role of the patient in the psychotherapeutic process, in addition to the broad diversity of playful strategies and techniques used in intervention protocols for the population

in question. It is concluded with this research that CBT presents itself as an effective approach in the clinical management of childhood grief, differing from adult management by the use of playful language and family participation.

**Keywords:** Grief management, Child mourning, Kid, Cognitive behavioral therapy, Loss.

## INTRODUÇÃO

Estudos demonstram a importância da busca pela desconstrução dos tabus que versam sobre o luto infantil e suas variáveis emocionais, comportamentais, psicossomáticas e de socialização, tendo em vista que, o luto é um processo complexo que acarreta sentimentos dolorosos e confusos. Falar da morte tornou-se uma tarefa difícil, mesmo sendo um episódio inerente à todos os seres vivos por gerar uma turbulência de emoções, tais como: ansiedade, medo, insegurança e desconforto. Mediante a complexidade de emoções e pensamentos que a morte ocasiona, o tema tornou-se vedado, principalmente para o público infantil (BASSO; WAINER, 2011; BIANCHI et al., 2019; RODRIGUES et al., 2018; SALVAGNI et al., 2013; YAMAURA; VERONEZ, 2016).

O processo de luto infantil apesar de semelhante ao adulto traz consigo algumas peculiaridades, dentre elas o fato de as crianças ainda estarem em processo de desenvolvimento cognitivo, físico e social. As crianças compreendem, reagem e elaboram o luto de forma diferente e singular. É comum nesse processo surgirem dúvidas, medos e questionamentos que necessitam ser discutidos para que a criança possa ressignificar o luto (ANDRADE; MISHIMA-GOMES; BARBIERI, 2018). Além disso, o luto infantil possui algumas variáveis importantes que devem ser consideradas como fatores de risco ou de proteção para a sua elaboração. É de suma importância considerar as causas, as circunstâncias da perda e como a criança toma consciência dela, a relação familiar, as mudanças ocorridas após a perda, o nível de comunicação entre a criança e a família, os suportes intrafamiliares e extrafamiliar, bem como as características individuais de cada criança (HISPAGNOL, 2011).

Diante do luto, é comum as crianças apresentarem algumas reações e sintomas comportamentais, emocionais, sociais e espirituais, bem como mudanças no contexto acadêmico, o que pode gerar prejuízos significativos. Por isso, é de extrema importância que os adultos estejam atentos a essas mudanças, a fim de buscar ferramentas que possam amparar a criança, sendo uma delas o acompanhamento psicológico especializado, com o intuito de solucionar a problemática (HISPAGNOL, 2011).

A terapia cognitivo-comportamental (TCC) é uma abordagem ativa, semiestruturada, direta, cooperativa e limitada no tempo que psicoeduca o paciente a autoavaliar seus pensamentos de forma mais realista e adaptável, visando a resolução de problemas atuais. Seu modelo cognitivo propõe que a percepção da situação influencia o humor e o comportamento do indivíduo. Quando a interpretação da situação se torna irrealista e/ou disfuncional surge o adoecimento, ou seja, não é a situação que determina o início do adoecimento, mas a forma como a situação é percebida (MARTINS, 2015).

É válido ressaltar que a compreensão e vivência do luto são reflexos dos padrões de enfrentamento que a criança aprendeu anteriormente, refletindo na forma como se sentirá e se comportará frente à perda e os pensamentos disfuncionais que ocorrerão nesse processo. Nesse contexto, algumas distorções cognitivas são mais comuns, tais como: a) catastrofização (a criança prevê negativamente o que vai acontecer, sem pensar em outra possibilidade); b) personalização (a criança assume a culpa da perda ou acredita que os outros então agindo de

forma negativa por sua causa, sem considerar explicações mais plausíveis para tais comportamentos); c) raciocínio emocional (acha que algo deve ser verdade porque sentiu intensamente, ignorando ou desvalorizando as evidências ao contrário da lógica e da razão); d) adivinhação (vê o problema antecipadamente, prevendo o futuro negativo). Portanto, o terapeuta deverá identificar as distorções que a criança apresenta e substituí-las por pensamentos alternativos (MARTINS, 2015).

O tratamento é baseado na construção cooperativa entre terapeuta e paciente com o uso da técnica de conceitualização cognitiva, visando compreender profundamente as demandas do sujeito e suas causas e identificar os padrões de comportamento do paciente. Além disso, o terapeuta cognitivo-comportamental visualiza o homem como um ser humano biopsicossocial e espiritual e busca compreender as crenças individuais que cada paciente possui sobre si mesmo, sobre as outras pessoas e sobre seu mundo. Essas crenças se encontram no nível mais profundo da cognição humana, sendo resultantes das vivências e aprendizagens que o indivíduo desenvolveu desde a sua infância. Desse modo, o terapeuta auxilia o paciente na reavaliação e modificação dos pensamentos disfuncionais para que ele possa manejar a situação de forma mais realista e por fim resolver o problema (BECK, 2014).

A TCC compreende a morte como uma situação complexa que pode atuar como um gatilho na ativação de crenças disfuncionais do enlutado, causando sintomatologias específicas e mudanças significativas na vida da pessoa (MARTINS, 2015). Dessa forma, é importante que o terapeuta compreenda como as crenças foram ativadas, como o enlutado compreende a morte e o morrer e como ele tem lidado com o luto, de modo que o profissional possa analisar os erros cognitivos e os esquemas que estão por trás do sofrimento do luto e assim optar pela melhor conduta (ZWIELEWSKI; SANT'ANA, 2016).

Logo, é relevante conhecer as variáveis cognitivas, emocionais e comportamentais implícitas no processo de luto infantil, identificar as consequências do luto no desenvolvimento da criança e compreender as principais técnicas utilizadas pela terapia cognitivo-comportamental na terapêutica da situação em questão. Neste contexto, o presente estudo teve por objetivo investigar através dos dados presentes na literatura científica como a abordagem da terapia cognitivo-comportamental, dentro da psicologia clínica, atua no manejo do luto durante a infância, entendendo a importância da vivência saudável do luto nessa fase da vida e os desafios e dificuldades do processo.

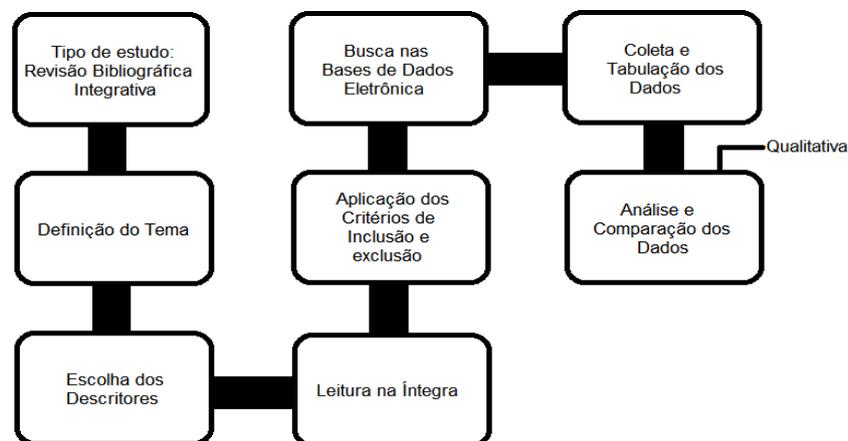
## **METODOLOGIA**

Este estudo refere-se a uma revisão bibliográfica integrativa de cunho qualitativo. O levantamento bibliográfico ocorreu no período de agosto de 2021 a dezembro de 2021 nas bases de dados eletrônicas da Scientific Electronic Library Online (SciELO), Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePSIC), Biblioteca Virtual em Saúde via Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (BVS-LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieve System Online via PubMed (MEDLINE-PubMed) e Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). A pesquisa foi realizada utilizando os seguintes descritores combinados entre si, nos idiomas português e inglês com o auxílio dos operadores booleanos: terapia cognitivo-comportamental; luto; luto infantil; crianças e psicologia.

Foram incluídos os artigos publicados em língua portuguesa e publicados entre 2011 e 2021, classificados em revisões ou relatos de experiência sobre a aplicação da terapia cognitivo-comportamental no manejo do luto infantil. Foram excluídos livros, teses para

obtenção de título de mestrado e doutorado, editoriais e trabalhos que não apresentaram relação com a temática abordada, além de artigos em duplicata ou com resultados inconclusivos.

A partir da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 14 artigos, dos quais 2 foram encontrados na SciELO, 4 na PePSIC, 5 na BVS-LILACS, 1 na MEDLINE-PubMed e 2 no Periódicos Capes. A análise dos dados coletados nos 14 artigos se deu mediante leitura minuciosa, seguida por agrupamento dos resultados nos eixos temáticos: a) o luto e seus aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais; b) o luto na infância e suas peculiaridades no desenvolvimento da criança; c) principais estratégias da terapia cognitivo-comportamental para o manejo o luto infantil. A Figura 1 mostra cada etapa da metodologia mediante um fluxograma.



**Figura 1** – Fluxograma da metodologia.  
(Fonte: Elaborado pela autora, 2021)

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente, foram encontrados 142 artigos na BVS-LILACS, 83 na PePSIC, 221 na MEDLINE-PubMed, 69 na SciELO e 1440 no Periódicos CAPES, totalizando 1955 artigos. Na sequência, apresena-se na Tabela 1 os passos realizados para a seleção dos artigos. Ao término da seleção, foram incluídos 14 artigos científicos para compor os resultados desse estudo.

**Tabela 1** – Distribuição dos estudos segundo as bases de dados e critérios de inclusão e exclusão.

BASES DE DADOS	BVS-LILACS	PEPSIC	MEDLINE-PUBMED	SCIELO	CAPES	TOTAL
ARTIGOS ENCONTRADOS	142	83	221	69	1440	1955
ARTIGOS SELECIONADOS	18	10	2	7	5	42
ARTIGOS EXCLUÍDOS	15	6	2	5	4	32
ARTIGOS INCLUÍDOS	5	4	1	2	2	14

Fonte: Elaborado pela autora. Teresina, 2021.

Os dados da Tabela 2 apresentam dados dos 14 artigos incluídos na pesquisa, sendo eles: título, autores, tipo de estudo e resumo dos assuntos abordados nos artigos.

**Tabela 2** – Características dos artigos incluídos na pesquisa.

<b>Título</b>	<b>Autores</b>	<b>Tipo de Estudo</b>	<b>Resumo dos artigos</b>
<b>1. Luto e perdas repentinas: contribuições da terapia cognitivo-comportamental</b>	BASSO; WAINER	Estudo de revisão qualitativa	Salientam sobre as sintomatologias do luto, bem como as principais estratégias e técnicas que a TCC utiliza no manejo do luto.
<b>2. Morte na Família: Um Estudo Exploratório Acerca da Comunicação à Criança</b>	LIMA; KOVÁCS	Estudo de caso	Os autores versam sobre a importância de uma comunicação clara e franca com a criança levando sempre em consideração o nível de desenvolvimento da criança.
<b>3. Tratamento do luto complicado</b>	ROSNER; PFOH; KOTOUČO VÁ	Estudo de caso	O artigo descreve sobre a eficácia da identificação dos pensamentos, emoções e comportamentos para o tratamento do luto.
<b>4. Reflexões acerca da abordagem da morte com crianças</b>	SALVAGNI et al.	Estudo de revisão qualitativa	Destacam sobre a importância da compreensão e desconstrução dos tabus que cercam o luto infantil. Sobre as peculiaridades do manejo clínico infantil.
<b>5. Fundamentos e aplicações da Terapia Cognitivo-Comportamental com crianças e adolescentes</b>	PUREZA et al.	Estudo de revisão	Os autores tratam sobre a importância de adaptação lúdica e criativa das estratégias e técnicas utilizada pela abordagem, bem como na comunicação com terapeuta-paciente no manejo psicoterapêutico infantil.

<b>6. A dinâmica familiar no processo de luto: revisão sistemática da literatura</b>	DELALIBER A et al.	Estudo de revisão sistemática	Descrevem sobre relação família e suas consequências para o manejo infantil.
<b>7. Comunicação sobre a morte para crianças: estratégias de intervenção</b>	YAMAURA; VERONEZ	Estudo de revisão sistemática	Versam sobre a comunicação adequada da perda com a criança, a importância da escuta terapêutica, do vínculo terapêutico e do favorecimento de um ambiente favorável para o processo de expressão e vivência do luto pela criança.
<b>8. Detalhes de protocolo de luto e a terapia cognitivo-comportamental</b>	ZWIELEWS KI; SANT'ANA	Estudo de caso	Compreender o paciente como um ser subjetivo, dotado de potencialidade e dificuldades, bem como de experiências particulares. Destacam a importância do acolhimento empático e da adaptação da abordagem as demandas de cada paciente.
<b>9. Estratégias de enfrentamento no luto</b>	GOÇALVES ; BITTAR	Estudo descritivo quantitativo	Destacam sobre a importância da compreensão e desconstrução dos tabus que cercam o luto infantil.
<b>10. Luto parental e construção identitária: compreendendo o processo após a perda do filho</b>	FILHO; LIMA	Estudo de revisão integrativa	Salientam sobre os pensamentos, emoções e comportamentos advindos da vivência do luto e do monitoramento das mudanças excessivas que ocorrem fisicamente, psicologicamente e comportamentalmente para auxiliar o enlutado a vivenciar esse momento de forma mais saudável possível.
<b>11. Contribuições da terapia cognitivo-comportamental</b>	RODRIGUE S et al.	Estudo de revisão	Descrevem sobre as sintomatologias que

<b>para a compreensão do luto infantil</b>		qualitativa	surgem com o luto, bem como apresenta e define as principais técnicas da TCC no manejo do luto infantil.
<b>12. A efetividade da terapia cognitivo-comportamental na redução da ansiedade</b>	MELO; LIMA	Revisão narrativa	Salientam a importância da investigação e análise dos diversos contextos presente na vida da criança sejam eles familiares, educacionais, individuais, sociais, culturais ou religiosos.
<b>13. A morte dos pais por homicídio e o luto infantil: revisão sistemática</b>	MENEZES; BORSA	Estudo de revisão sistemática	Apresentam as peculiaridades presentes no luto infantil. Em atenta-se para os elementos emocionais e cognitivos, bem como para as mudanças comportamentais e proporcionamento de um ambiente seguro para a manifestação e vivência do luto pela criança.
<b>14. Compreensão Emocional da Morte Pelas Crianças em Idade Pré-escolar: Uma Dimensão Esquecida</b>	SILVA et al.	Estudo de campo qualitativo	Descrevem as sintomatologias presentes no luto da criança. A importância de uma avaliação singular do infante e as mudanças abruptas que podem surgir durante o processo de luto, além de destacar a importância da participação da criança nos rituais fúnebres como facilitador da resignificação do luto.

Fonte: Elaborado pela autora. Teresina, 2021.

### *Características dos estudos encontrados*

Considerando o tema abordado, observou-se uma grande quantidade de estudos científicos publicados acerca do luto infantil, dos quais poucos estudos versam sobre o manejo psicoterapêutico cognitivo-comportamental na temática em questão. Demonstrando que, apesar da importância da temática para os profissionais da saúde mental e sociedade

como um todo, ainda é necessária maior investigação e produção de estudos primários por parte da comunidade científica, tendo em vista que a maioria dos trabalhos incluídos correspondem a estudos de revisão qualitativa.

No que se refere ao período de publicação, os trabalhos sobre o luto e seus aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais encontram-se nos anos de 2011, 2015, 2016 e 2017. Sobre o luto na infância e suas peculiaridades no desenvolvimento da criança, os estudos estão distribuídos nos anos de 2011, 2013, 2016 e 2020. E sobre as principais estratégias da terapia cognitivo-comportamental para o manejo do luto infantil foram identificadas pesquisas publicadas nos anos de 2011, 2014, 2016, 2018 e 2020. Não foram encontradas publicações relevantes nos anos de 2012 e 2019.

Desse modo, o aumento na produção de estudos acerca da terapia cognitivo-comportamental na terapêutica do luto infantil possibilitará uma melhor compreensão e, conseqüentemente, melhor preparo dos terapeutas cognitivo-comportamentais no acolhimento e administração dessa demanda.

### *O luto e seus aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais*

Segundo Salvagni et al. (2013) e Gonçalves e Bittar (2016) diante de uma sociedade capitalista e consumidora que prega o sucesso de um homem controlador, a morte passou a ser vista como uma possibilidade trágica e distante de sua realidade. No mais, com o avanço tecnológico e medicinal, o cenário da morte passou a ser considerado irreal, colocando o homem diante de uma situação ameaçadora que necessita de defesas não só físicas, mas também psicológicas.

O luto é a expressão do homem diante do episódio de morte de um ser significativo que gera um impacto biopsicossocioespiritual na vida do indivíduo enlutado. Cada ser humano expressa seu luto de forma singular e particular, sofrendo influência de suas vivências e aprendizagens sobre a morte e o morrer, bem como de seus valores, cultura, religião e grupo social. Nesse processo é comum a expressão ou repressão de sentimentos como ansiedade, culpa, angústia, tristeza, raiva, saudade, impotência, revolta e medo. Por isso, é importante a identificação e a vivência dessas emoções para a elaboração e resignificação do luto. Pensamentos catastróficos e supergeneralizados são comuns durante o luto, bem como pensamentos dicotômicos, de culpabilização, rotulação, abstração seletiva e questionamentos como “eu deveria” ou “e se”, que também podem surgir na vida do enlutado de forma frequente, levando à ativação de crenças de desamparo, desesperança, incapacidade, impotência e fracasso (BASSO; WAINER, 2011; FILHO; LIMA, 2017; RODRIGUES et al., 2018).

Segundo os estudos de Filho e Lima (2017) e Menezes e Borsa (2020), isolamento, choro, autorreprovação, repressão, agressividade e irritabilidade são comportamentos que podem surgir durante o processo de luto, bem como desorganização, paralisação, distúrbios do sono, alteração no apetite e dificuldades na memória. Mudanças bruscas e excessivas devem ser monitoradas pelos familiares e profissionais que acompanham o enlutado para que ele não desenvolva comportamentos que coloquem a sua vida e a de terceiros em risco. Estudos acrescentam que o tipo de relação, a identidade, o papel do falecido, a idade, o sexo, a causa, a circunstância da perda, a situação social, psicológica e a personalidade do enlutado são fatores que interferem significativamente no processo de elaboração do luto. Além disso, a participação do enlutado nos rituais fúnebres é uma variável facilitadora da despedida e,

consequentemente, da ressignificação da perda (BASSO; WAINER, 2011; FILHO; LIMA, 2017; GONÇALVES; BITTAR, 2016).

Filho e Lima (2017), descrevem o luto patológico como aumento na intensidade e na frequência das reações físicas, psicológicas e comportamentais, a ponto de causar sofrimento e prejuízo significativo na vida do indivíduo. Nesse caso, os recursos individuais e a rede de apoio do sujeito não são suficientes para a elaboração da perda, necessitando de intervenção médica e/ou psicológica. Outrossim, achados no estudo realizado por Gonçalves e Bittar (2016) apontam que manter o reconhecimento dos aspectos positivos da vida mediante a perda torna-se um mecanismo necessário para o enfrentamento do luto.

Delalibera et al. (2015) e Gonçalves e Bittar (2016), destacam a dinâmica familiar como um fator importante para a vivência e elaboração do luto. E que, relações familiares conflituosas aumentam ainda mais os riscos do desenvolvimento do luto patológico, visto que a família possui o papel de fornecer apoio, segurança, proteção, resiliência e estrutura para a elaboração da perda.

### *O luto na infância e suas peculiaridades no desenvolvimento da criança*

Para Salvagni et al. (2013), a morte deveria ser abordada desde a infância. Mas, infelizmente a criança ainda é vista como um ser incapaz de processar a complexidade da morte e ocultar o assunto seria uma forma de protegê-la das consequências emocionais e comportamentais advindas do luto. Lima e Kovács (2011) acrescentam que, a falta de informação ou a comunicação fantasiosa levam as crianças a tentarem compreender o acontecimento mediante sua imaginação, o que pode levá-las a um intenso estado de sofrimento.

Menezes e Borsa (2020) destacam que, de acordo com a forma de comunicação e as peculiaridades da perda, uma grande variedade de reações emocionais e comportamentais podem surgir durante o luto infantil, como: hiperatividade, ansiedade, medo de ficar ou ir a lugares sozinho, alterações no sono e no apetite, enurese noturna, raiva, culpa, abandono e preocupações com o futuro. Silva et al. (2020) ressalta que sentimentos de tristeza, medo da morte, saudade, questionamentos sobre o que aconteceu, para onde o ente querido foi e quando volta também são comuns durante a vivência do luto infantil. No entanto, cada criança é única e reage de forma diferente frente à perda, sendo necessário considerar em sua anamnese variáveis temperamentais, ambientais, desenvolvimentais, educacionais, experienciais, bem como as mudanças ocorridas após a perda e a participação ou não nos rituais fúnebres.

Yamaura e Veronez (2016), destacam a importância da comunicação franca, clara e honesta ser compatível com o nível de compreensão da criança sobre a morte e a perda, proporcionando a ela espaço para escuta e esclarecimento de forma empática, favorecendo um ambiente de compartilhamento de emoções que auxilie na elaboração do luto. Auxiliar a criança a manter viva a lembrança carinhosa do ente querido, levando-a a perceber que apesar da perda o ente estará sempre presente em seu interior, também é positivo. Sobre essa questão, Menezes e Borsa (2020) e Salvagni et al. (2013) alertam a importância de estar atento aos componentes cognitivos e emocionais da criança, proporcionando um ambiente de desenvolvimento sadio que ofereça conforto, segurança e alívio durante o sofrimento e a manifestação dos sintomas decorrentes da perda.

### *Principais estratégias da terapia cognitivo-comportamental para o manejo do luto infantil*

Para Basso e Wainer (2011), a perda é um acontecimento difícil de ser processado, organizado e ressignificado devido diversas reações emocionais e comportamentais desestruturantes e dolorosas causadas pelo luto. Nesse contexto, a abordagem terapêutica baseada na terapia cognitivo-comportamental pode ser utilizada com eficácia por trabalhar com a identificação e o monitoramento dos pensamentos, emoções e comportamentos com foco na verificação e modificação dos esquemas e crenças irrealistas (RODRIGUES et al., 2018; ROSNER; PFOH; KOTOUCOVÁ, 2011).

Pureza et al. (2014) destaca que a terapia cognitivo-comportamental infantil se difere da adulta no que se refere ao tipo de intervenção realizada, por necessitar de uma linguagem mais lúdica que se adapte ao nível cognitivo da criança e dos cuidadores durante o tratamento. Além disso, é uma abordagem focada na identificação, compreensão e diferenciação das emoções e pensamentos, bem como na psicoeducação dos pensamentos adaptativos e desadaptativos. Melo e Lima (2020) corroboram ao declarar que com crianças a abordagem terapêutica deve ser específica e conter uma estrutura básica que lhe permita a compreensão e o automonitoramento durante o tratamento, pois a partir do desenvolvimento cognitivo a criança pode reconhecer suas emoções.

O terapeuta, segundo Zwielewski e Sant'ana (2016), deve atentar-se para a análise e compreensão do paciente enquanto um ser subjetivo com experiências, características, valores, dificuldades e potencialidades singulares. Além disso, deve acolher as emoções emergentes e distorções sobre a morte e a perda do paciente, priorizar os episódios de crise e adaptar as estratégias e técnicas às demandas do paciente, envolvendo-o no processo terapêutico (RODRIGUES et al., 2018).

Ademais, Basso e Wainer (2011) falam sobre a importância da compreensão empática entre terapeuta e paciente na construção de uma relação confiável e segura, que respeite o ritmo singular da criança. O terapeuta também deve estar atento às dúvidas e questionamentos que surgem, para não transmitir informações complexas, desnecessárias e insuficientes à criança. Concomitantemente, deve reforçar os comportamentos adaptativos, estimular a expressão e validar os sentimentos relacionados ao luto.

Melo e Lima (2020) e Pureza et al. (2014) ressaltam a importância da anamnese completa que investigue a vida da criança dentro de seus diversos contextos. Conhecer os vínculos estabelecidos, o humor que prevalece, a reação às situações vivenciadas, a dinâmica psicossocial interpessoal e familiar contribuem para o estabelecimento de um plano de ação adequado. Além disso, é apropriado abordar não só a criança, mas os adultos que a cercam (pais, professores, cuidadores, familiares) durante o processo psicoterapêutico como agentes de mudança ambiental.

Assim, partindo do conhecimento prévio das demandas e características da criança, o terapeuta deve iniciar o processo de conceitualização de caso, visando a compreensão da queixa e a elaboração do plano terapêutico. Para tal, é importante avaliar o histórico de vida da criança e seus familiares, os sintomas, o nível de desenvolvimento do paciente, os aspectos biológicos e genéticos, os recursos biopsicossociais, a cognição, as emoções e os comportamentos.

Basso e Wainer (2011) destacam que o objetivo da terapia cognitivo-comportamental é a identificação dos recursos disponíveis que cada indivíduo possui, bem como das redes de apoio disponíveis, na análise das preocupações da pessoa enlutada para auxiliar ela na tomada de decisões. Diante do estado de fragilidade, vulnerabilidade e desorganização em que se encontra o paciente, é importante que o terapeuta construa estratégias que visem a redução das

alterações emocionais, fisiológicas e comportamentais que o luto provoca, para que essas mudanças não venham a interferir no processo de ressignificação do luto.

Basso e Wainer (2011) e Rodrigues et al. (2018) indicam que as técnicas mais eficazes para o tratamento do luto são a resolução de problemas, o automonitoramento, o treino de habilidades sociais, a estratégia de *coping*, a reestruturação cognitiva, a prevenção de recaída, a psicoeducação, o relaxamento, o registro de pensamentos disfuncionais, o *role-play*, a descoberta guiada e a dessensibilização sistemática. Rosner, Pfoh e Kotoucová (2011) e Pureza et al. (2014) sugerem a adaptação das estratégias e técnicas ao nível desenvolvimental de cada criança utilizando a ludicidade como guia, considerando a forma de acesso cognitivo mais eficaz para cada paciente.

Rodrigues et al. (2018) e Basso e Wainer (2011) enfatizam que o desenvolvimento de habilidades necessárias é importante na resolução de problemas. Na criança enlutada, a resolução de problemas é utilizada para avaliar e modificar as distorções que a impossibilitam de buscar alternativas mais saudáveis. No automonitoramento, o terapeuta orienta a criança a identificar seus pensamentos, sentimentos e comportamentos diante da situação de luto em que se encontra, objetivando o aumento da capacidade metacognitiva. No treino de habilidades sociais, a criança aprenderá formas verbais e não verbais de comunicação e adaptação à sua nova realidade.

Os mesmos autores salientam que a estratégia de *coping* refere-se ao desenvolvimento de mecanismos de adaptação às circunstâncias aversivas que ocorrem com a criança, enquanto a reestruturação cognitiva é composta por uma variedade de técnicas que visam à reestruturação colaborativa das crenças disfuncionais da criança para crenças mais funcionais. A prevenção de recaídas consiste na psicoeducação do paciente enlutado quanto às suas potencialidades e dificuldades frente à situação vivenciada, para que a criança possa desenvolver habilidades de manejo frente a outras situações que possam lhe ocorrer (BASSO; WAINER, 2011; RODRIGUES et al., 2018).

Sobre a psicoeducação, Rodrigues et al. (2018) e Pureza et al. (2014) conceituam como um recurso utilizado para explicar o modelo cognitivo e o modelo do luto e suas especificidades para a criança e os pais, podendo utilizar filmes, livros, metáforas, histórias, vídeos e folders para a prática. As técnicas de relaxamento consistem em estratégias que possibilitam ao paciente minimizar crises de estresse e ansiedade, sendo a respiração diafragmática e o relaxamento muscular progressivo as mais utilizadas. O registro de pensamentos disfuncionais (RPD) permite identificar e modificar as crenças do paciente referentes à problemática vivenciada, no qual o terapeuta pode utilizar formas lúdicas de acesso aos pensamentos, emoções e comportamentos ocorridos durante determinadas situações (relógio de pensamento-sentimentos, cartões das emoções, semáforo dos pensamentos, entre outros).

O *role-play* é uma técnica que simula, por meio de dramatizações, eventos reais ou fictícios do paciente com o intuito de identificar suas respostas durante essas experiências. O uso de fantoches, bonecos e brincadeiras de “faz-de-conta” também podem ser usadas como formas lúdicas de acesso dramático. Nessa mesma perspectiva, a descoberta guiada é uma técnica que visa à investigação profunda da sintomatologia do paciente utilizando de questionamentos significativos da fala do paciente. E, por último, a utilização da dessensibilização sistemática é a hierarquização das situações aversivas para o paciente de maneira gradual, sempre da menos aversiva para a mais aversiva (BASSO; WAINER, 2011; PUREZA, 2014; RODRIGUES et al., 2018).

Nessa conjuntura, não há uma ordem a ser seguida na aplicação das técnicas citadas. As ferramentas devem ser manipuladas pelo terapeuta, mediante a construção do plano de intervenção do paciente, visando a adaptação e o bem-estar da criança frente ao cenário do luto. Para isso, o terapeuta deve conhecer o vasto repertório de técnicas utilizadas na TCC, assim como as potencialidades e as limitações de cada uma delas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do estudo realizado acerca da contribuição da terapia cognitivo-comportamental no manejo do luto infantil, conclui-se que o luto é um evento provedor de extremo sofrimento e de alterações biopsicossociais que trazem impactos significativos na vida da criança enlutada. Portanto, diante da dificuldade de compreensão e reorganização cognitiva e emocional da criança durante a vivência desse evento, o psicólogo pode contribuir para o manejo da ressignificação do luto infantil. Neste contexto, a TCC por ser uma modalidade psicoterapêutica breve, focal e estruturada para o tratamento de diversas demandas, tende a apresentar importantes contribuições para a expressão e a elaboração do luto da criança, tendo em vista que suas estratégias permitem à criança, o reconhecimento e a expressão do sofrimento e das crenças desadaptativas que cercam a experiência do luto através do desenvolvimento das habilidades adaptativas.

O trabalho cognitivo-comportamental com crianças enlutadas deve ser dinâmico, criativo e lúdico. Através de práticas realizadas com ética, respeito, sensibilidade e criatividade, o terapeuta deve ter em mente que cada criança é um universo único e singular e que seu trabalho proporcionará um enriquecimento pessoal, profissional e científico na perspectiva do fazer da psicologia infantil. Para isso, a avaliação prévia do caso e a construção do plano de intervenção terapêutico que melhor se adequa às peculiaridades da criança, envolvendo a família nas atividades propostas, é a base para uma compreensão mais acurada do comportamento infantil.

Além do supracitado, cabe ao psicoterapeuta proporcionar um acolhimento empático que contribua para a formação de um bom vínculo terapêutico, principalmente no início do processo, facilitando a expressão das emoções referentes à perda, por meio da compreensão do processo de luto enfrentado por cada criança, com todas as suas implicações e especificidades. Assim, o profissional deve considerar as crenças da criança sobre a morte e o morrer, bem como os pensamentos disfuncionais decorrentes do luto e priorizar a prevenção e a valorização do sofrimento psíquico da criança enlutada, promovendo um ambiente resiliente durante essa fase de desenvolvimento da vida.

Em conclusão, o artigo buscou enriquecer e ampliar as discussões científicas acerca do manejo terapêutico no luto infantil, através da perspectiva da terapia cognitivo-comportamental. No entanto, pôde-se perceber uma escassez de estudos que abordem o uso dessa abordagem nas demandas existentes de luto infantil, o que sugere a necessidade de novas pesquisas que possam melhor abordar as contribuições da TCC ao tema proposto.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, M. L.; MISHIMA-GOMES, F. K. T.; BARBIERI, V. Children's Grief and Creativity: The Experience of Losing a Sibling. *Psico-USF*, v. 23, n. 1, p. 25-36, 2018. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-82712018000100025&script=sci\\_abstract](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-82712018000100025&script=sci_abstract). Acesso em: 4 out 2021.

BASSO, L. A.; WAINER, R. Luto e perdas repentinas: Contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 7, n. 1, p. 35-43, 2011. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872011000100007](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872011000100007). Acesso em: 24 mai 2021.

BECK, J. S. **Teoria cognitivo-comportamental: teoria e prática**. Tradução: Sandra Mallmann da Rosa. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. Disponível em: [file:///C:/Users/Aparecido/Downloads/Terapia%20Cognitivo-Comportamental\\_%20Teoria%20e%20Pr%C3%A1tica%20-%20Judith%20S.%20Beck.pdf](file:///C:/Users/Aparecido/Downloads/Terapia%20Cognitivo-Comportamental_%20Teoria%20e%20Pr%C3%A1tica%20-%20Judith%20S.%20Beck.pdf). Acesso em: 4 out 2021.

BIANCHI, D. P. B. *et al.* Possibilidades da clínica gestáltica no atendimento de crianças enlutadas. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v.19, n. 4, p. 1018-1035, 2019. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812019000400011](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812019000400011). Acesso em: 4 out 2021.

DELALIBERA, M. *et al.* A dinâmica familiar no processo de luto: revisão sistemática da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 1119-1134, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/ZVPnvNxXmyjjktGfNYmVjVq/?lang=pt>. Acesso em: 4 out. 2021.

FILHO, J. F. C.; LIMA, D. M. de A. Luto parental e construção identitária: compreendendo o processo após a perda do filho. **PsicolArgum**, v. 35, n. 88, p. 16-32, 2017. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/18432>. Acesso em: 4 out 2021.

GONÇALVES, P. C.; BITTAR, C. M. L. Estratégias de enfrentamento no luto. **Mudanças - Psicologia da Saúde**, v. 24, p. 39-44, 2016. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-metodista/index.php/MUD/article/view/6017>. Acesso em: 4 out. 2021.

HISPAGNOL, I. G. R. **O luto infantil e a construção de significados familiares frente à morte de um ente querido**. Orientador: Dra. Franco, Maria Helena Pereira. 2011. Dissertação (Mestrado) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2011. Disponível em: <https://tede2.pucsp.br/handle/handle/15022>. Acesso em: 4 out 2021.

LIMA, V. R.; KOVÁCS, M. J. Morte na Família: Um Estudo Exploratório Acerca da Comunicação à Criança. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 31, p. 390-405, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/L3xKm8W96yYnCMB3JF6RDZq/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 4 out. 2021.

MARTINS, K. G. **A aplicação da terapia cognitivo-comportamental no tratamento do luto**. 2015. 28 f. Trabalho de conclusão de curso (Especialização) - Centro de Estudos em Terapia Cognitivo-Comportamental, São Paulo, 2015. Disponível em: <https://cetconline.com.br/wp-content/uploads/2018/07/2015-18-Kennedy-Gomes-Martins.pdf>. Acesso em: 4 out 2021.

MELO, B. A. D.; LIMA, A. C. R. de. A efetividade da terapia cognitivo-comportamental na redução da ansiedade infantil. **Psicologia e Saúde em debate**, v. 6, n. 1, p. 213-226, 2020. Disponível em: <https://www-periodicos-capes-gov-br.ez1.periodicos.capes.gov.br/index.php/buscaador-primo.html>. Acesso em: 14 nov. 2020.

MENEZES, K. J. S.; BORSA, J. C. A morte dos pais por homicídio e o luto infantil: revisão sistemática. **Psicologia: Teoria e Prático**, v. 22, p. 406-428, 2020. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1516-36872020000200011](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1516-36872020000200011). Acesso em: 4 out. 2021.

PUREZA, J. da R. *et al.* Fundamentos e aplicações da Terapia Cognitivo- Comportamental com crianças e adolescentes. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, v. 16, n. 1, p. 85-103, 2014. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-847889>. Acesso em: 14 nov. 2021.

RODRIGUES, I. dos S. *et al.* Contribuições da terapia cognitivo-comportamental para a compreensão do luto. **Revista Ciência em Saúde**, v. 8, n. 4. p. 19-24, 2018. Disponível em: [http://186.225.220.186:7474/ojs/index.php/rcsfmit\\_zero/article/view/832/pdf](http://186.225.220.186:7474/ojs/index.php/rcsfmit_zero/article/view/832/pdf). Acesso em: 4 out 2021.

ROSNER, R.; PFOH, G.; KOTOUČOVÁ, M. Treatment of complicated grief. **European Journal of Psychotraumatology**, v. 2, p. 1-10, 2011. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.3402/ejpt.v2i0.7995>. Acesso em: 4 out. 2021.

SALVAGNI, A. *et al.* Reflexões acerca da abordagem da morte com crianças. **Mudanças - Psicologia da Saúde**, v. 21, p. 48-55, 2013. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-703767>. Acesso em: 4 out. 2021.

SILVA, F. M. *et al.* Preschool Children's Emotional Understanding of Death: A Forgotten Dimension. **Acta Médica Portuguesa**, v. 33, p. 649-656, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33135620/>. Acesso em: 4 out. 2021.

YAMAURA, L. P. M.; VERONEZ, F. de S. Comunicação sobre a morte para crianças: estratégias de intervenção. **Psicologia Hospitalar**, v. 14, p. 78-93, 2016. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1677-74092016000100005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1677-74092016000100005&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 4 out. 2021.

ZWIELEWSKI, G.; SANT'ANA, V. Detalhes de protocolo de luto e a terapia cognitivo-comportamental. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 12, n. 1, p. 27-34, 2016. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872016000100005](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872016000100005). Acesso em: 14 nov. 2021.

Publicado em: 03/05/2022.