

Dor e sentimento: uma reflexão sobre a experiência da perda no contexto do cuidado em enfermagem

Pain and feeling: a reflection on the experience of loss in the context of nursing care

Cristiane dos Santos Burigo de Medeiros¹

Daniela Machado Nunes²

Jennifer Campos Martins³

Lais da Rocha Maria⁴

Everson da Silva Souza⁵

Resumo: O presente estudo reflete sobre a experiência da perda e do luto no contexto da assistência de enfermagem, enfatizando a subjetividade da dor emocional e a importância do cuidado humanizado. O objetivo geral é analisar o papel do profissional de enfermagem na promoção de um suporte emocional adequado, pautado na ética e na valorização da história de vida do paciente. A fundamentação teórica baseia-se nos estágios do luto de Elisabeth Kübler-Ross e nas tarefas do luto de William Worden, além das contribuições de Ana Claudia Quintana Arantes sobre a finitude. A reflexão aponta que a dor emocional se manifesta de forma física e psíquica, exigindo que o enfermeiro utilize a comunicação terapêutica, a escuta ativa e a presença compassiva como ferramentas essenciais de cuidado. Discute-se, ainda, o Transtorno do Luto Prolongado (TLP) e a necessidade de identificação precoce de sinais de sofrimento intenso. Conclui-se que a formação acadêmica em enfermagem deve investir na temática da morte e do morrer para capacitar profissionais a oferecerem uma assistência integral que transcenda o aspecto biológico e alcance a dimensão existencial do ser humano.

Palavras-chave: Enfermagem; Luto; Cuidados Paliativos; Comunicação Humanizada; Assistência Integral.

Abstract: This study reflects on the experience of loss and grief within the context of nursing care, emphasizing the subjectivity of emotional pain and the importance of humanized care. The general objective is to analyze the role of the nursing professional in promoting adequate emotional support, based on care ethics and the appreciation of the patient's life history. The theoretical framework is based on Elisabeth Kübler-Ross's stages of grief and William Worden's grief tasks, in addition to Ana Claudia Quintana Arantes' contributions on finitude.

¹Estudante da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), Brasil. ORCID: 0009-0000-8813-0288. E-mail: crisburigo@gmail.com

²Estudante da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), Brasil. ORCID: 0009-0007-2767-6202. E-mail: danielamnunes2015@gmail.com

³Estudante da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), Brasil. ORCID: 0009-0003-4407-7018. E-mail: jcampos7903@gmail.com

⁴Estudante da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), Brasil. ORCID: 0009-0004-9758-917X. E-mail: laismariadarocha@gmail.com

⁵Orientador. Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), Brasil.

The reflection indicates that emotional pain manifests physically and psychically, requiring nurses to use therapeutic communication, active listening, and compassionate presence as essential care tools. Furthermore, it discusses Prolonged Grief Disorder (PGD) and the need for early identification of signs of intense suffering. It concludes that academic nursing education must invest in the themes of death and dying to enable professionals to provide comprehensive care that transcends biological aspects and reaches the existential dimension of the human being.

Keywords: Nursing; Grief; Palliative Care; Humanized Communication; Comprehensive Care.

1. Introdução

No contexto da assistência em saúde, especialmente na Enfermagem, o contato com o sofrimento humano é frequente, principalmente em situações que envolvem doenças graves, cuidados paliativos e perda de pacientes. Nesses momentos, o profissional de enfermagem assume um papel fundamental no acolhimento do paciente e de seus familiares, oferecendo cuidado que ultrapassa as intervenções técnicas e contempla também a dimensão emocional do sofrimento¹.

A família, por sua vez, desempenha um papel importante no processo de cuidado e vivencia intensamente o impacto da perda. Diante da possibilidade ou da confirmação da morte de um ente querido, sentimentos de medo, impotência e insegurança podem surgir, tornando necessário o suporte e a orientação por parte da equipe de saúde. Nesse sentido, a comunicação clara, empática e humanizada entre profissionais de enfermagem e familiares torna-se essencial para favorecer a compreensão da situação e auxiliar na elaboração do processo de luto².

Além disso, compreender as diferentes manifestações do luto, incluindo seus estágios e possíveis complicações, como o Transtorno do Luto Prolongado (TLP), é fundamental. Segundo Arantes³, a morte não deve ser vista como um fracasso, mas como parte integrante da biografia humana. O TLP, por sua vez, caracteriza-se por uma resposta de luto persistente e invasiva que perdura por pelo menos 12 meses após a perda⁴, exigindo que o enfermeiro esteja preparado para identificar sinais de sofrimento intenso e oferecer o suporte necessário⁵.

A relevância deste estudo reside na necessidade de preparar os profissionais de enfermagem para lidar com a finitude, um tema que, como aponta Arantes³, é frequentemente evitado, mas que constitui um “dia que vale a pena viver” se houver cuidado adequado. A compreensão profunda do luto permite que o enfermeiro ofereça um cuidado que transcende

o aspecto biológico, alcançando a dimensão existencial do ser humano, o que é fundamental para a prevenção de complicações como o luto patológico⁶.

O processo de luto é considerado uma resposta natural diante da perda de um ente querido e envolve diferentes dimensões emocionais, psicológicas e sociais. Segundo Elisabeth Kübler-Ross⁷, o luto representa um processo de adaptação à ausência de alguém significativo, podendo manifestar-se por meio de diferentes reações emocionais ao longo do tempo. Essas reações fazem parte de um mecanismo natural do ser humano para lidar com a perda e reorganizar sua vida diante de uma nova realidade.

De acordo com William Worden⁵, o luto envolve tarefas psicológicas que permitem ao indivíduo elaborar a perda e adaptar-se à vida sem a presença da pessoa falecida. Essas tarefas incluem aceitar a realidade da perda, vivenciar a dor do luto, adaptar-se ao ambiente no qual a pessoa falecida não está mais presente e encontrar maneiras de manter uma conexão emocional saudável com a memória do ente querido.

No campo da saúde, compreender essas dimensões torna-se essencial para que os profissionais possam oferecer uma assistência adequada às pessoas enlutadas. O sofrimento emocional decorrente da perda pode afetar significativamente a saúde mental e física dos indivíduos, sendo comum o aparecimento de sintomas como tristeza profunda, ansiedade, insônia, perda de apetite e dificuldade de concentração⁶.

Nesse contexto, a Enfermagem desempenha papel fundamental na assistência às pessoas que vivenciam o processo de luto. O cuidado humanizado pressupõe a compreensão do indivíduo em sua totalidade, considerando não apenas os aspectos biológicos da saúde, mas também as dimensões emocionais, sociais e espirituais. Segundo o Ministério da Saúde, a humanização da assistência busca fortalecer o vínculo entre profissionais de saúde, pacientes e familiares, promovendo acolhimento, respeito e empatia no processo de cuidado⁸.

O objeto desta pesquisa é a experiência da perda e do luto no contexto da assistência de enfermagem, focando na subjetividade da dor emocional e na importância da comunicação humanizada e da presença compassiva como ferramentas de cuidado integral.

A justificativa desse estudo se dá no que tange a reflexão sobre a dor e os sentimentos relacionados à perda no contexto da Enfermagem torna-se essencial para fortalecer práticas de cuidado humanizado e integral. A formação de profissionais sensíveis às dimensões emocionais do sofrimento contribui para a construção de uma assistência mais ética, empática e comprometida com o bem-estar de pacientes e familiares.

Como objetivo geral desse estudo, iremos refletir sobre a experiência da perda e do luto no contexto do cuidado em enfermagem, destacando o papel do profissional na promoção de um suporte emocional adequado, pautado na ética do cuidado e na valorização da história de vida do paciente. Para os objetivos específicos, elencamos: identificar as manifestações físicas e emocionais decorrentes da perda, analisar a importância da comunicação terapêutica e da escuta ativa no acolhimento de familiares enlutados, descrever os estágios do luto e o transtorno do luto prolongado sob a ótica da assistência de enfermagem.

Para o presente estudo elaboramos a seguinte pergunta de pesquisa: de que forma a enfermagem pode atuar de forma humanizada no acolhimento de pacientes e familiares que vivenciam o processo de perda e luto, utilizando a comunicação e a presença como estratégias para minimizar o sofrimento emocional?

2. Metodologia

Para a construção deste estudo, optou-se pela realização de uma revisão integrativa da literatura, sob o título "A experiência da perda e do luto no contexto da assistência de enfermagem". O levantamento bibliográfico ocorreu entre os meses de maio e junho de 2026, fundamentado em obras clássicas e contemporâneas relacionadas ao processo de luto, cuidados paliativos, comunicação terapêutica e assistência de enfermagem a pacientes e familiares em situação de perda.

A busca do material científico foi realizada por meio de livros, artigos científicos, documentos institucionais e publicações oficiais disponíveis em bases digitais e bibliotecas virtuais. Foram utilizados descritores nos idiomas português e inglês, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR. A estratégia de busca foi estruturada a partir dos seguintes termos: "luto" OR "grief" AND "perda" OR "loss" AND "enfermagem" OR "nursing" AND "cuidados paliativos" OR "palliative care" AND "comunicação terapêutica" OR "therapeutic communication".

Os critérios de inclusão compreenderam publicações que abordassem o processo de luto, os estágios do luto, o transtorno do luto prolongado, os cuidados paliativos, a comunicação humanizada e a atuação da enfermagem no acolhimento de pacientes e familiares. Foram incluídos livros de referência na área, artigos científicos, documentos institucionais e publicações oficiais publicados em português e inglês.

Foram excluídos materiais duplicados, publicações sem relação direta com o tema, textos incompletos e estudos cujo conteúdo não contemplasse os objetivos propostos pela pesquisa.

O processo de seleção do material ocorreu em três etapas. Inicialmente realizou-se a leitura exploratória das obras identificadas, seguida pela análise dos conteúdos considerados relevantes e, posteriormente, pela leitura integral dos materiais selecionados para compor o estudo. A partir desse processo, foram organizadas as principais contribuições teóricas relacionadas à experiência da perda, aos estágios do luto descritos por Elisabeth Kübler-Ross⁷, às tarefas do luto propostas por William Worden⁵, às manifestações físicas e emocionais decorrentes da perda e à importância da comunicação terapêutica no contexto da assistência de enfermagem.

Para sistematização dos dados, elaborou-se um quadro de análise contendo autor, ano de publicação, temática abordada e principais contribuições para a compreensão do fenômeno estudado. A análise do material fundamentou-se em uma síntese narrativa, permitindo identificar aspectos relacionados ao sofrimento emocional, ao acolhimento humanizado e ao papel da enfermagem no suporte a pacientes e familiares durante o processo de luto.

Todo o percurso metodológico foi representado por meio de um fluxograma adaptado, no modelo PRISMA, contemplando as etapas de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos materiais utilizados na construção deste estudo.

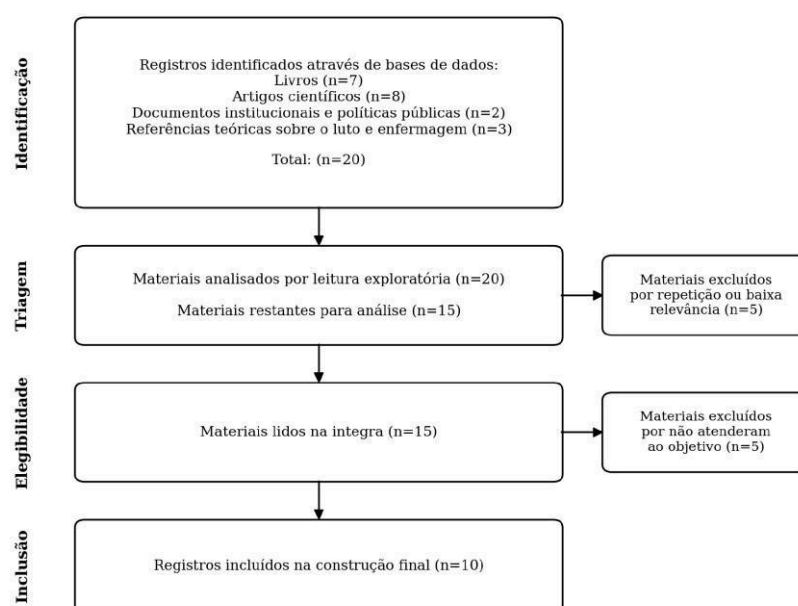


FIGURA 1 – Fluxograma PRISMA adaptado para etapas de uma revisão teórica.
 Fonte: Elaborado pelas autoras (2026).

3. Resultado

TABELA 1 – Caracterização da produção científica analisada.

Autor/Ano de	Base de dados	Título do artigo	Objetivo publicação
Arantes (2016)	Google Acadêmico	O processo de luto: teoria, prática e intervenção	Discutir o processo de luto, suas manifestações e estratégias de acolhimento e intervenção aos enlutados.
Elisabeth Kübler-Ross (1996)	Google Acadêmico	Sobre a Morte e o Morrer	Apresentar os cinco estágios do luto e compreender as reações emocionais diante da morte e do morrer.
J. William Worden (2013)	Google Acadêmico	Aconselhamento do Luto e Terapia do Luto	Descrever as tarefas do luto e orientar profissionais no e acompanhamento de pessoas enlutadas.
Autor/Ano de publicação	Base de dados	Título do artigo	Objetivo
Franco (2008)	Google Acadêmico	A Intervenção Psicológica em Emergências: Fundamentos para a Prática (ou obra utilizada)	Descrever as tarefas do luto e orientar profissionais no acompanhamento de pessoas enlutadas.
Sigmund Freud (2017, edição brasileira)	Google Acadêmico	Luto e Melancolia	Diferenciar o luto normal da melancolia, explicando os mecanismos psíquicos envolvidos na perda.
Carvalho (2007)	Google Acadêmico	A Morte e o Morrer: uma abordagem interdisciplinar	Refletir sobre os aspectos biopsicossociais da morte, do morrer e do cuidado ao paciente e à família.
Brasil (2013)	Ministério da Saúde	Política Nacional de Humanização (PNH)	Destacar a importância dos cuidados paliativos para melhorar a qualidade de vida de pacientes com doenças graves e oferecer apoio às famílias.

Organização Mundial Saúde (2022)	Organização Mundial da da Saúde	Relatório/Documento sobre cuidados paliativos	Destacar a importância dos cuidados paliativos para melhorar a qualidade de vida de pacientes com doenças graves e oferecer apoio às famílias.
Szylit (2018)	Google Acadêmico	Produção científica sobre enfermagem e luto (obra adoecimento, morte e luto, utilizada) enfatizando o cuidado humanizado.	Analisar o papel da enfermagem no cuidado à família durante o processo de enfermagem e luto.
Telles e Silva (2025)	Google Acadêmico	Artigo utilizado no TCC	Investigar a atuação da equipe de enfermagem frente ao processo de luto e as estratégias para oferecer assistência humanizada aos familiares.

Neste quadro, encontra-se o compilado dos estudos que baseiam a análise dos resultados. A estrutura contempla a autoria, cronologia, base de dados e títulos, além de destacar os objetivos e as evidências centrais acerca da revisão bibliográfica realizada na temática do presente estudo. Fonte: Elaborado pelas autoras (2026).

O processo de luto é considerado uma resposta natural diante da perda de um ente querido e envolve diferentes dimensões emocionais, psicológicas e sociais. Segundo Elisabeth Kübler-Ross⁷, o luto representa um processo de adaptação à ausência de alguém significativo, podendo manifestar-se por meio de diferentes reações emocionais ao longo do tempo.

Essas reações fazem parte de um mecanismo natural do ser humano para lidar com a perda e reorganizar sua vida diante de uma nova realidade. De acordo com William Worden⁵, o luto envolve tarefas psicológicas que permitem ao indivíduo elaborar a perda e adaptar-se à vida sem a presença da pessoa falecida.

Essas tarefas incluem aceitar a realidade da perda, vivenciar a dor do luto, adaptar-se ao ambiente no qual a pessoa falecida não está mais presente e encontrar maneiras de manter uma conexão emocional saudável com a memória do ente querido.

A análise do material selecionado permitiu identificar diferentes aspectos relacionados ao processo de luto, às manifestações emocionais da perda e ao papel da enfermagem no acolhimento de pacientes e familiares.

TABELA 2 – Principais resultados encontrados.

Categoria	Principais achados	Autor(es)
Estágios do luto	Negação, raiva, barganha, depressão e aceitação	Kübler-Ross (1996)
Manifestações da perda	Tristeza, ansiedade, insônia, fadiga e angústia	Franco (2008); Arantes (2016)
Transtorno do Luto Prolongado	Sufrimento persistente superior a 12 meses	Worden (2013)
Comunicação terapêutica	Escuta ativa e acolhimento	Arantes (2016); Telles e Silva (2025)
Papel da enfermagem	Suporte emocional e cuidado humanizado	Szylit (2018); Telles e Silva (2025)

Fonte: Elaborado pelas autoras (2026).

4. Discussão

O processo de luto representa uma experiência complexa e individual, caracterizada por diferentes respostas emocionais, cognitivas, comportamentais e sociais diante da perda de um ente querido. Embora seja uma reação natural, sua manifestação varia conforme a história de vida, os vínculos afetivos estabelecidos, as crenças, a cultura e o contexto em que ocorreu o óbito. Nesse sentido, Arantes³ destaca que o luto deve ser compreendido como um processo dinâmico, que exige acolhimento e suporte adequados para favorecer a adaptação do indivíduo à nova realidade.

Essa compreensão é reforçada por Kübler-Ross⁷, ao descrever que as pessoas podem apresentar diferentes reações emocionais diante da perda, como negação, raiva, barganha, depressão e aceitação. Entretanto, esses estágios não ocorrem necessariamente de forma linear ou igual para todos os indivíduos. Corroborando essa perspectiva, Worden⁵ afirma que o enfrentamento do luto envolve tarefas de adaptação, nas quais a pessoa precisa reconhecer a realidade da perda, elaborar a dor e ajustar-se à ausência do ente querido.

No campo da saúde, compreender essas dimensões torna-se essencial para que os profissionais possam oferecer uma assistência adequada às pessoas enlutadas. Além dos aspectos emocionais, o luto pode provocar repercussões importantes na saúde física e mental dos familiares. Sentimentos como tristeza intensa, ansiedade, alterações do sono, perda de apetite e dificuldades de concentração podem surgir durante esse processo, comprometendo a qualidade de vida dos enlutados⁶. Embora essa seja uma referência clássica, suas

contribuições permanecem relevantes para a compreensão das repercussões emocionais do luto e são complementadas pelas discussões mais recentes sobre assistência humanizada apresentadas por Telles e Silva⁹.

Sob a perspectiva psicanalítica, Freud¹⁰ diferencia o luto da melancolia ao afirmar que o luto corresponde a uma resposta esperada diante da perda, enquanto a melancolia caracteriza-se por um sofrimento mais profundo e persistente. Essa distinção reforça a necessidade de os profissionais reconhecerem diferentes manifestações do sofrimento para oferecer um cuidado mais individualizado.

O cuidado humanizado pressupõe a compreensão do indivíduo em sua totalidade, considerando não apenas os aspectos biológicos da saúde, mas também as dimensões emocionais, sociais e espirituais. Conforme preconiza a Política Nacional de Humanização, o fortalecimento do vínculo entre profissionais, pacientes e familiares, por meio do acolhimento, do respeito e da empatia, constitui um dos principais pilares para uma assistência integral⁸. Da mesma forma, a Organização Mundial da Saúde⁴ destaca que os cuidados paliativos devem contemplar também os familiares, oferecendo suporte durante o adoecimento, o processo de morte e o período de luto.

Cada indivíduo vivencia a dor da perda de maneira única, influenciado por aspectos emocionais, sociais, culturais e espirituais. Não existe uma resposta padronizada para o luto, uma vez que sentimentos como tristeza, culpa, saudade, angústia e negação podem surgir de forma simultânea ou alternada^{5,7}. Quando esse sofrimento não encontra espaço para ser expresso e acolhido, pode intensificar o sofrimento emocional, tornando a escuta qualificada um importante instrumento de apoio aos familiares³.

Arantes³ reforça que "a morte é um dia que vale a pena viver" e que cuidar de alguém que está morrendo representa também uma oportunidade de compreender o significado da vida e das relações humanas. Essa perspectiva convida o enfermeiro a olhar para a dor não como algo a ser eliminado, mas como uma experiência que necessita ser acolhida e ressignificada.

Nesse contexto, a presença do profissional de enfermagem, aliada a uma postura empática e acolhedora, contribui para que os familiares se sintam amparados diante da situação vivenciada^{9,11}. A comunicação constitui um elemento essencial no cuidado em saúde, pois uma comunicação clara, empática e aberta entre os profissionais de enfermagem e os familiares favorece a compreensão da situação e facilita o processo de aceitação da perda.

Arantes³ afirma que "ouvir é um ato de amor" e que a presença é um dos maiores recursos que podem ser oferecidos à pessoa que sofre. Ao adotar uma postura de escuta ativa, o enfermeiro valida os sentimentos do familiar e transforma o ambiente hospitalar em um espaço de acolhimento e confiança. Da mesma forma, Telles e Silva⁹ ressaltam que estratégias como a validação dos sentimentos, a disponibilidade da equipe e a comunicação compassiva fortalecem o vínculo terapêutico e permitem que os familiares expressem sua angústia de maneira segura.

O cuidado, portanto, não é apenas algo que se faz, mas uma atitude que exige sensibilidade, empatia e compromisso com o sofrimento humano³. Nesse cenário, a enfermagem desempenha papel fundamental na identificação precoce das necessidades emocionais dos familiares e na oferta de intervenções que favoreçam a elaboração saudável do luto. Conforme ressaltam Arantes³ e Telles e Silva⁹, não existe um tempo determinado para vivenciar o luto; cada indivíduo possui seu próprio ritmo para enfrentar a perda. Assim, o reconhecimento precoce do sofrimento e a oferta de apoio qualificado contribuem para evitar complicações emocionais e promover uma assistência verdadeiramente humanizada.

5. Considerações finais

A dor e os sentimentos associados à perda constituem uma experiência subjetiva, profunda e individual, que envolve aspectos emocionais, sociais, culturais e espirituais. Refletir sobre o sofrimento relacionado ao processo de luto no contexto acadêmico contribui para a formação de profissionais mais sensíveis e preparados para lidar com o sofrimento humano, fortalecendo práticas de cuidado integral, ético e humanizado.

O processo de morte e morrer não se limita ao fim biológico da vida, mas envolve diferentes dimensões que atravessam o paciente, seus familiares e os profissionais de enfermagem envolvidos no cuidado. Diante disso, evidencia-se a necessidade de ampliar os estudos e os espaços de discussão sobre a temática da morte, do morrer e do luto durante a graduação em Enfermagem, considerando que a preparação profissional ainda apresenta desafios para o enfrentamento dessas situações.

A comunicação terapêutica, a escuta qualificada e a presença profissional constituem competências fundamentais para que o enfermeiro ofereça suporte adequado aos familiares durante o processo de perda. Essas habilidades, associadas ao conhecimento técnico-científico, contribuem para minimizar o sofrimento emocional, favorecer a

elaboração do luto e fortalecer uma assistência baseada na empatia e no respeito à individualidade de cada pessoa.

O acolhimento realizado pela equipe de enfermagem permite que os familiares se sintam amparados diante da terminalidade e da perda, favorecendo estratégias de enfrentamento e contribuindo para a promoção da saúde mental e do bem-estar. Dessa forma, investir na capacitação dos enfermeiros para lidar com situações de morte e luto representa um avanço na qualidade da assistência e na humanização do cuidado em saúde.

Assim, este estudo reforça que cuidar diante da finitude da vida significa reconhecer a importância da dignidade, do respeito e do vínculo humano, proporcionando não apenas assistência técnica, mas também um cuidado integral aos pacientes e familiares durante todo o processo de morte, morrer e luto. Essa vivência reforçou ainda mais o significado deste estudo e a compreensão de que o processo de luto envolve não apenas a perda, mas também o amor, os vínculos construídos e as memórias que permanecem.

Que este trabalho represente uma forma de transformar a saudade em aprendizado e reafirmar a importância de uma assistência de enfermagem mais humana, acolhedora e sensível diante da dor da perda.

Declaração de conflito de interesses

Os autores declaram não haver conflito de interesses.

Referências

1. Waldow VR. Cuidado humano: o resgate necessário. Porto Alegre: Sagra Luzzatto; 1998.
2. Carvalho MVB. O cuidado de enfermagem ao paciente terminal e sua família. São Paulo: Editora Atheneu; 2007.
3. Arantes ACQ. A morte é um dia que vale a pena viver. Rio de Janeiro: Casa da Palavra; 2016.
4. Organização Mundial da Saúde. Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11). Genebra: Organização Mundial da Saúde; 2022.
5. Worden JW. Aconselhamento do luto e terapia do luto: um guia para o profissional de saúde mental. 4. ed. São Paulo: Roca; 2013.
6. Franco MHP. Luto: um processo de elaboração. São Paulo: Summus Editorial; 2008.
7. Kübler-Ross E. Sobre a morte e o morrer. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes; 1996.
8. Brasil. Ministério da Saúde. HumanizaSUS: Política Nacional de Humanização. Brasília:

Ministério da Saúde; 2013.

9. Telles C, Silva GK. A importância da comunicação efetiva entre a equipe de enfermagem e a família em cuidados paliativos na UTI. *Revista Saúde Dos Vales*. 2025;7(1).

10. Freud S. Luto e melancolia. Souza PC, tradutor. São Paulo: Companhia das Letras; 2017.

11. Szytli R. A enfermagem e o cuidado à família no processo de luto. São Paulo: Editora Roca; 2018.