

Resumo Simples

II Seminário Cedigma Sobre o Luto
15, 16 e 17 de Maio de 2025



¹Doutor em Ciência Jurídica pela FICS-
Facultad Interamericana de Ciencias
Sociales. Paraguai . Professor na Faplac.
janthonous@uol.com.br

 <https://doi//10.5281/zenodo.15512015>



Como citar este trabalho

Da Silva, J.A.trad. Luto Invisível:
Quando a Dor Não Pode Ser
Expressa. Periodicos Cedigma.
15-16.

Luto Invisível: Quando a Dor Não Pode Ser Expressa

Invisible Grief. When Pain Cannot Be Expressed

José Antonio da Silva;

Introdução: O luto é um processo natural e complexo que acompanha a experiência da perda. Embora seja um fenômeno universal, sua manifestação varia de acordo com aspectos culturais, sociais e psicológicos. Em algumas situações, a dor da perda não pode ser plenamente expressa, seja por barreiras impostas pelo meio social, pela ausência de espaço para o luto ou pela necessidade de ocultar sentimentos. Esse tipo de luto, conhecido como luto reprimido ou inibido, pode acarretar consequências emocionais e físicas significativas para os enlutados, comprometendo sua saúde mental e bem-estar. **Objetivo:** Analisar os impactos do luto reprimido e as implicações para a saúde emocional dos indivíduos que vivenciam essa forma de sofrimento. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica qualitativa de estudos acadêmicos, artigos científicos e livros que abordam a temática do luto e suas diferentes manifestações. Foram consultadas bases de dados como SciELO, LILACS e PubMed, entre os anos 2015 a 2021, priorizando publicações dos últimos seis anos. Os critérios de inclusão compreenderam estudos que abordam especificamente o luto reprimido e suas consequências emocionais. Foram excluídos artigos que não apresentavam uma abordagem clara sobre a temática. **Resultados e Discussões:** O luto reprimido pode levar a síndromes psicológicas como depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático. A falta de espaço para a expressão do sofrimento pode resultar em isolamento social, dificuldades nos relacionamentos interpessoais e sintomas psicossomáticos, como dores crônicas e distúrbios do sono. É importância a validação do luto e da implementação de espaços que permitam aos enlutados compartilhar suas emoções sem receio de julgamento ou repressão. **Conclusão:** É evidente que a impossibilidade de expressar o luto pode comprometer a saúde mental dos enlutados, dificultando a adaptação à nova realidade imposta pela perda. A criação de ambientes que favoreçam a expressão emocional, o suporte psicológico e a compreensão do luto como um processo natural são estratégias fundamentais para auxiliar na elaboração desse sofrimento. Assim, fomentar o debate sobre o luto reprimido contribui para a promoção de um acolhimento mais humanizado e eficaz aos enlutados.

Palavras-chave: Perdas; Espaços; Luto não reconhecido; Enlutar-se.

Área Temática: Luto em Contextos Coletivos

REFERÊNCIAS

ASSIS, Gustavo Alves Pereira de; MOTTA, Hinayana Leão; SOARES, Ronaldo Veríssimo. Falando sobre presenças-ausentes: vivências de sofrimento no luto materno. *Revista do NUFEN*, v. 11, n. 1, p. 39-54, 2019.

CASELLATO, Gabriela. Luto por perdas não legitimadas na atualidade. Summus Editorial, 2020.

COÊLHO, Tamires Ferreira. A Relação entre Morte e Desigualdade de Gênero em Guaribas-PI: O Luto Expresso por Mulheres Sertanejas no Facebook1.

GOMES, Simone Santana et al. O processo de luto pela perda de um filho em uma idosa cuidadora de um paciente crônico. *Psicologia Hospitalar*, v. 13, n. 1, p. 64-90, 2015.

PEREIRA, Silvana Maria; PIRES, Eliana Ferrante. As experiências de perdas e luto na contemporaneidade: um estudo bibliográfico. *Revista Educação-UNG-Ser-ISSN 1980-6469*, v. 13, n. 1, p. 200-217, 2018.