

**ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DE FAMILIARES ENLUTADOS POR
SUICÍDIO: uma revisão integrativa**

*COPING STRATEGIES FOR FAMILY MEMBERS BEREAVED OF SUICIDE: AN
INTEGRATIVE REVIEW*

Recebido em: 06/10/2021

Aceito em: 08/12/2021

MACIEL ALVES DE MOURA¹
ROBERTA LIMA MACHADO DE SOUZA ARAÚJO²

¹Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário UniFTC de Feira de Santana (UniFTC/FSA), Feira de Santana, Bahia, Brasil, e-mail: maciel.123alves@hotmail.com.

²Professora Orientadora do Centro Universitário UniFTC de Feira de Santana (UniFTC/FSA), Doutoranda e Mestra em Saúde Coletiva pela Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), Feira de Santana, Bahia, Brasil, e-mail: robertamachado.psi@gamil.com.

Autor corsepondente:

MACIEL ALVES DE MOURA

E-mail: *maciel.123alves@hotmail.com*

ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DE FAMILIARES ENLUTADOS POR SUICÍDIO: uma revisão integrativa

COPING STRATEGIES FOR FAMILY MEMBERS BEREAVED OF SUICIDE: AN INTEGRATIVE REVIEW

RESUMO

O suicídio é um grave problema de saúde pública e envolve uma associação de fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais. Por se tratar de uma morte violenta, causada pelo próprio indivíduo, gera impactos emocionais e sociais significativos na dinâmica familiar. Por essa razão, os familiares enlutados apresentam dificuldades em desenvolver estratégias de enfrentamento para lidar com o sofrimento psíquico derivado do suicídio de um de seus membros. O enfrentamento ou *coping* são os esforços cognitivos ou comportamentais que um indivíduo utiliza para administrar situações consideradas estressoras. É classificado em: *coping* focalizado na emoção e *coping* focalizado no problema. O presente artigo visa levantar as estratégias de enfrentamento mais utilizadas pelos familiares no processo de luto por suicídio. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada nas bases de dados *on-line*: SCIELO, MEDLINE e PUBMED, nas quais foram selecionadas 10 publicações, artigos nos idiomas inglês e português, no período de 2011 a 2020. Foram incluídos artigos disponíveis na íntegra acerca da temática aqui proposta, excluindo dissertações de mestrado, teses de doutorado e monografias. Os resultados demonstraram que as estratégias de enfrentamento mais adotadas pelos familiares enlutados por suicídio foram: evitamento, isolamento, afastamento, auto culpa, reavaliação positiva, religiosidade, resolução planejada, apoio e suporte social, adaptação à perda e autocontrole. Concluiu-se que é necessária a realização de novas pesquisas acerca dessa temática, visando expandir a discussão e ampliar as estratégias de cuidado aos familiares enlutados por suicídio.

Palavras chave: Estratégias de enfrentamento. Suicídio. Familiares enlutados.

ABSTRACT

Suicide is a serious public health problem and involves the association of biological, psychological, social, and cultural factors. Since it is a violent death, caused by the individual, it generates significant emotional and social impacts on the family dynamics. Thus, bereaved family members have difficulties in developing coping strategies to deal with the psychological suffering that result from the suicide of one of their members. Coping is related to cognitive or behavioral efforts that an individual uses to manage situations considered stressful. They are classified into emotion-focused coping and problem-focused coping. This article aims to raise the coping strategies most used by family members in the process of bereavement by suicide. This is an integrative literature review carried out on the online databases: SCIELO, MEDLINE and PUBMED, in articles in English and Portuguese. Ten publications, from 2011 to 2020, were selected. Master's dissertations, doctoral theses, and final papers were excluded. The results showed that the coping strategies most adopted by family members bereaved by suicide were avoidance, isolation, withdrawal, self-blame, positive reappraisal, religiosity, planned resolution, support and social support, adaptation to loss, and self-control. It was possible to conclude that it is necessary to carry out further research on this topic, aiming to expand the discussion and expand care strategies for family members bereaved by suicide.

Keywords: *Coping strategies. Suicide. Bereaved family members.*

INTRODUÇÃO

O enfrentamento ou *coping* é o esforço cognitivo ou comportamental que um indivíduo utiliza para administrar situações consideradas estressoras, as quais são advindas da sua relação interpessoal e com o ambiente em que o cerca e podem gerar emoções que necessitam ser reduzidas ou toleradas. Esse esforço pode ser dividido em duas categorias: *coping* focalizado na emoção, esforço que o indivíduo faz para regular o seu estado emocional, e *coping* focalizado no problema, que consiste no esforço do indivíduo para atuar na situação que deu origem ao estresse, tentando mudá-la. Em outras palavras, as estratégias de enfrentamento refletem em ações, comportamentos ou pensamentos usados pelas pessoas para se adaptarem a situações adversas e estressantes, como, por exemplo, vivenciar o processo de luto por suicídio (CHAMON; SANTOS; CHAMON, 2008).

A cada ano, cerca de 800 mil pessoas morrem por suicídio, por volta de 48 milhões e 500 mil pessoas podem ser expostas ao luto do suicídio nesse período. Além disso, pesquisas estimam que 60 pessoas sejam intimamente afetadas em cada morte por suicídio, incluindo família, amigos e colegas de classe (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA, 2014).

O processo de luto por suicídio gera impactos emocionais e sociais significativos na dinâmica familiar, visto que os sentimentos de vergonha, culpa, abandono, mágoa, raiva, acusações, revolta, preconceitos e estigmas sociais diante da causa da morte de um membro da família costumam ser vivenciados pelos enlutados e contribuem para a ocorrência de sofrimento psíquico diante da perda (FUKUMITSO, 2013). Além disso, os familiares enlutados por suicídio apresentam dificuldades em desenvolver estratégias de enfrentamento com o objetivo de administrar ou tolerar o estresse causado pelo luto.

A partir dessas perspectivas iniciais, percebemos o quanto é importante o desenvolvimento de estratégias de *coping* relacionadas à vivência do luto, pois a partir do momento que o indivíduo utiliza essas estratégias, ele reavalia suas reações emocionais, comportamentais e físicas para suportar e lidar com a dor causada pela perda do seu membro familiar e ter uma melhor qualidade de vida. Porém, a adoção de tais estratégias pelo enlutado dependerá da interpretação singular do sujeito após a morte de uma pessoa significativa e do seu nível de estresse que ele vivencia no processo de luto por suicídio (ANTONIAZZI; DELL'AGLIO; BANDEIRA, 1998).

Assim, o objetivo deste estudo foi levantar as estratégias de enfrentamento mais utilizadas pelos familiares no processo de luto por suicídio. Entende-se também que é de grande relevância refletir sobre esta temática para que se possa subsidiar propostas interventivas, bem como ajudar futuros familiares a gerenciar o estresse advindo de perdas de um de seus membros por morte autoinfligida.

SUICÍDIO E LUTO: ALGUMAS DEFINIÇÕES

O termo suicídio é amplamente conhecido desde o século XVII. Suas várias definições geralmente contêm um conceito central, que está relacionado ao comportamento final da vida e aos pensamentos em torno dele que muitas vezes não são tão óbvios e apresentam uma forte relação com o objetivo de resolver algum impasse ou tomar uma decisão (BOTEGA, 2015).

O suicídio é definido como uma ação do indivíduo em tirar sua própria vida, que foi pensada, iniciada e preparada pela própria pessoa. Esse agravo na saúde é motivado, em muitos casos, por uma condição de transtornos mentais, como a depressão e o transtorno do humor bipolar, a dependência de álcool e outras drogas, a perda do emprego ou o rompimento amoroso (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 2003).

Para Durkheim (2000, p.14), “chama-se suicídio todo caso de morte que resulta, direta ou indiretamente, em um ato, positivo ou negativo, executado pela própria vítima, que sabia que deveria produzir esse resultado”. A partir de ações autodestrutivas e do não envolvimento e adaptação social do indivíduo, ele pode ter a morte como resultado desse processo.

Por outro lado, Fukumitso (2013, p.21) aponta que “o suicídio não significa apenas a ação de matar a si mesmo, mas é, sobretudo, um ato humano que implica em um processo cujo fim da linha termina em um ato que faz o sobrevivente sofrer”. Segundo essa autora, o termo “sobreviventes” se refere aos indivíduos em processo de luto devido à morte causada por suicídio como: amigos, filhos, mães, sobrinhos, entre outros.

Bowlby (1985) afirma que o apego está presente ao longo da vida do ser humano e que esse constrói laços ou vínculos afetivos, principalmente na família, considerados importantes ao longo do seu desenvolvimento. Ainda, quando esses vínculos afetivos são rompidos, como no caso de perdas por morte, as razões emocionais no enlutado são fortemente afetadas, contudo, a intensidade desse impacto emocional depende do apego e do vínculo entre a pessoa enlutada e o falecido.

O luto é uma resposta normal e vivenciada de forma singular diante de uma experiência de estresse provocada por perdas significativas. Mesmo sendo pouco frequente, todos os indivíduos acabarão em algum momento de sua vida passando por esse processo, seja da perda de um membro da família, ou de uma pequena perda da vida diária. O processo de luto também é caracterizado por mudanças no mundo interno do sujeito e gera transformações psicossociais (PARKES, 1998).

Para Freud (1917), o luto se constitui como a reação de uma pessoa em virtude da perda de alguém, com quem possuía certo vínculo e considerava muito querida, ou ainda devido à perda de um objeto real ou imaginário. Ele afirma que não é um processo inconsciente, pois o sujeito enlutado sabe o que perdeu e o seu significado.

Dentre as pessoas impactadas pelo suicídio, estão os familiares que perderam seus entes queridos. Sendo assim, o processo de luto experienciado por eles apresenta características diferentes de outro tipo de perda, pois surgem sentimentos de abandono, mágoas, raiva, culpa, acusações, vergonha, revolta e preconceitos (FUKUMITSO, 2013). Além desses sentimentos e emoções, mudanças na dinâmica familiar e maior dificuldade em dar sentido à morte de seu ente querido se tornam presentes, podendo alterar concepções e formas de continuar a vida.

Nesse contexto, Candido (2011, p.149) afirma que:

“A morte por suicídio, como outras mortes traumáticas fere de uma forma violenta o universo de concepções dos enlutados, que afetos como o desespero, a culpa, a raiva e a insegurança acabam se refletindo em questionamentos de natureza religiosa ou existencial. Além disso, por ser resultante de uma ação deliberada de sua vítima, ela parece trazer preocupações mais intensas com o destino espiritual da vítima”.

O luto advindo de uma morte violenta causada pela própria pessoa, ou seja, por suicídio, apresenta transformações no contexto familiar. O membro da família que recebe a notícia fica, muitas vezes, em estado de choque devido ao acontecimento e busca justificativas sobre o seu familiar ter tirado a própria vida, podendo causar preocupações e angústias a respeito do que poderá enfrentar (SCAVACINI, 2018).

A busca por justificativas ou possíveis causas, a culpa, o estigma social e o abandono são as principais especificidades vivenciadas pelos indivíduos que passam pelo processo de luto por suicídio. Essas especificidades contribuem na compreensão de como a perda por suicídio gera impactos tanto no processo de luto, quanto nos rituais, o que dificulta no que se refere à expressão da dor que o sujeito está enfrentando (SEBASTIÃO, 2017).

O processo de luto por suicídio tem um impacto nas dimensões física, comportamental, emocional, espiritual, cognitiva e social na vida do sujeito enlutado. Apesar de ser considerado como um processo natural e esperado, o indivíduo necessita de apoio e formas de enfrentamento para a continuidade da vida diante da perda de uma pessoa significativa (LUZ *et al.*, 2017). Sendo assim, os enlutados acabam silenciando, gerando sentimentos de vergonha e medo do processo de luto que estão vivenciando (KOVÁCS, 2003).

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura do tipo qualitativa, realizada nas bases de dados *on-line*: SCIELO, MEDLINE e PUBMED. Dessa forma, foram utilizados os seguintes descritores em português e inglês: “*Coping*” OR “enfrentamento” AND “luto”, “suicídio” AND “luto”, AND “sobreviventes do suicídio” OR “familiares enlutados”.

Para o desenvolvimento da revisão integrativa da literatura, foram realizadas as seguintes etapas: seleção da pergunta norteadora da pesquisa; determinação dos critérios de elegibilidade, exclusão e busca dos artigos; determinação das informações a serem extraídas e categorização dos estudos; avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; interpretação dos resultados; e apresentação dela com o relatório final da pesquisa.

Os critérios de elegibilidade definidos para a seleção dos artigos foram: artigos publicados nas línguas portuguesa e inglesa, disponíveis nos bancos de dados citados acima, entre os anos de 2011 e 2020, que apresentassem em sua discussão considerações sobre o enfrentamento dos familiares no luto por suicídio e estudos disponíveis na íntegra sobre familiares enlutados por suicídio. Quanto aos critérios de exclusão, foram desconsideradas publicações de dissertações de mestrado, teses de doutorado, monografias e estudos sobre estratégias de enfrentamento adotadas por indivíduos que vivenciam estresse advindo de outro tipo de adoecimento.

Os artigos foram selecionados após a leitura do título e resumo, excluindo os duplicados, os que não contemplavam os critérios de elegibilidade e os que correspondiam com os critérios de exclusão definidos nesta pesquisa. Em seguida, foi realizada a leitura na íntegra dos artigos selecionados e os dados foram sistematizados por fichamento, contendo: nome dos autores, país de origem da publicação, objetivos, método, instrumentos utilizados, principais resultados e conclusão.

Para a categorização e análise dos artigos selecionados, os principais aspectos de cada estudo foram colocados em uma tabela para a realização de uma análise crítica dos parâmetros avaliados e dos resultados das estratégias de enfrentamento dos familiares no luto por suicídio neles contidos. A interpretação e a discussão foram realizadas de forma descritiva, em função do objetivo da pesquisa, o qual compete leitura na perspectiva qualitativa dos artigos selecionados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente, foram identificados 32 artigos condizentes com o tema. Ao realizar o recorte temporal e selecionar os estudos que estavam disponíveis na íntegra, resultou em 10 artigos publicados no período de 2009 a 2019, os quais abrangeram os descritores pré-estabelecidos na pesquisa e atenderam os critérios de inclusão, sendo três em língua portuguesa e sete em língua inglesa. Quanto ao método de pesquisa utilizado nos artigos encontrados, evidenciou-se na amostra: oito foram elaborados a partir da pesquisa qualitativa e dois com abordagem quantiqualitativa.

Os artigos encontrados foram classificados em um quadro teórico de acordo com nome dos autores, ano de publicação, país, categoria de estudo, objetivos, método, principais resultados e conclusões. Demonstra-se a seguir o quadro 1, em que as informações dos artigos selecionados foram distribuídas e organizadas para uma melhor compreensão.

Quadro 1 – Distribuição da produção científica acerca das estratégias de enfrentamento dos familiares no luto por suicídio

Autor/ano. País	Objetivo(s)	Método	Principais Resultados	Conclusões
KREUZ, G; ANTONIASSI, R.P.N, (2020), Brasil.	Descrever o processo de construção e manejo de um grupo de apoio para sobreviventes/enlutados pelo suicídio.	Pesquisa de campo com abordagem qualitativa.	Os grupos de apoio têm demonstrado que são recursos importantes de acesso, que resgatam e acolhem pessoas em momentos de vulnerabilidade, proporcionando reconhecimento e legitimidade ao sofrimento que estão enfrentando.	O grupo de apoio abriga cada sujeito em sua dor particular e única, mas também congrega o reconhecimento mútuo de uma dor coletiva.
ADAMS, E. et al. (2018), Austrália.	Explorar as questões-chave na experiência de luto de sete jovens adultos enlutados pelo suicídio de um irmão.	Pesquisa qualitativa. Por meio de sites, grupos de suporte e organizações pós-convenção.	Os familiares oscilaram entre lidar com a emoção, elementos tradicionais de perda e, em outros momentos, evitam ou tiram um tempo de sua dor.	O paradoxo do silêncio protetor existe nas experiências de luto de adolescentes e jovens que sofreram a morte de um irmão por suicídio.
DUTRA, A. et al. (2018), Brasil.	Compreender a vivência da família ao perder um familiar por suicídio.	Pesquisa qualitativa utilizando entrevistas intensivas e codificadas.	Algumas das principais estratégias citadas pelos familiares foram: apegar-se a Deus, apoio de vizinhos, amigos, profissionais de saúde e a mudança de endereço.	Os familiares inicialmente enfrentam dificuldades em aceitar e lidar com tal perda. Aos poucos desenvolvem estratégias para conviver com o sofrimento e com as repercussões da perda do familiar.
ROSS, V et al. (2018), Austrália.	Examinar as experiências individuais de mães e pais enlutados por suicídio ao longo do tempo.	Estudo quantitativo e qualitativo por meio de entrevistas semiestruturadas por telefone, em uma sala confidencial ou face a face em um ambiente confortável.	Os pais mencionaram evitar o assunto, preservar as memórias vivas, trabalhar e beber em excesso, manter uma atitude positiva e cuidar da saúde física e mental. Ter fé / religião.	A gama de estratégias de enfrentamento adaptativas e mal adaptativas aplicadas são muito bem explicadas pelo modelo de processo duplo de luto, indicando que, se adaptar ao luto é um processo dinâmico e flutuante.
DRANSART, D.A.C, (2016), Suíça.	Identificar padrões (componentes e processos) de reconstrução dos sobreviventes de suicídio.	Abordagem qualitativa utilizando entrevistas em profundidade.	Estratégias reativas (seleção direcionada de informações para a autoproteção) e estratégias proativas (buscando contatos com outros, atividades diversas e transformação de espaços).	Certos sobreviventes se reconstróem em relação ao suicídio, enquanto outros não. Alguns olham para o futuro e outros focam no passado.

FUKUMITSU, K.O; KOVÁCS, M.J, (2016), Brasil.	Refletir sobre o processo de luto pelo suicídio, por meio da compreensão do pesar de nove filhos de pessoas que consumaram o suicídio.	Estudo de natureza qualitativa por meio de entrevistas semiestruturadas.	Os entrevistados lidam com o luto: ajudando os outros, isolando-se quando se sentem ameaçados pelos julgamentos alheios, fazendo psicoterapia, escolhendo determinada profissão ou religião.	Acredita-se que pessoas que tiveram a experiência de ter alguém que se matou, aprendem a não se entregar ao sentimento de abandono e desamparo, provocados pelas reverberações do suicídio.
LEVI-BELZ, Y, (2015), Israel.	Examinar o papel de fatores interpessoais, autorrevelação e suporte social, bem como enfrentamento cognitivo, e estratégias de crescimento relacionado ao estresse entre sobreviventes do suicídio.	Estudo de natureza qualitativa por meio de questionário e entrevista.	A estratégia adaptativa mais valiosa entre os participantes era o “planejamento”, em outras palavras, pensar sobre quais etapas realizar e como lidar com o evento negativo.	Lidar com estratégias e sobreviventes que são capazes de olhar para frente, planejar suas vidas e seu futuro, mudando esquemas pessoais e trabalhando em direção ao crescimento pessoal.
RATNARAJAH. D; MAPLE, M;MICHIELLOV, (2014), Austrália.	Explorar as lembranças de adultos que experimentaram o suicídio e a morte de um membro da família em algum momento de suas vidas.	Pesquisa qualitativa através de entrevistas.	Alguns participantes expressaram que precisam se retirar e se isolar, adotando estratégias de enfrentamento defensivas.	Serviços de apoio podem aumentar a capacidade da unidade familiar se reformar de maneira saudável e coesa, além de fornecer novas maneiras de gerenciar desafios futuros com resiliência.
TERHORST, L; MITCHELL, A.M (2011), Estados Unidos da América.	Descrever as maneiras pelas quais sobreviventes enfrentam a morte por suicídio de um membro da família.	A abordagem quantitativa por meio de questionário sobre as formas de enfrentamento (WoCQ).	Mulheres costumam procurar apoio social e reavaliação positiva significativamente mais que os homens. Em algumas situações, evitam a fuga, têm autocontrole e distanciamento.	Intervenções para melhorar estratégias de enfrentamento positivas podem ajudar futuros sobreviventes na gestão da morte de um outro significativo por suicídio.
TZENG, W. et al, (2010), Taiwan	Explorar o que sobreviventes de suicídio em Taiwan experimentaram após suicídio de um membro da família e como eles se ajustaram ao estigma percebido.	Estudo qualitativo, utilizando entrevistas e questões delineadas para exploração.	Encontraram conforto no apoio de grupos fora da família. Eles não podiam expor sua dor ou compartilhá-la em público, mas poderiam encobri-la ou dar outra causa da morte.	Os sobreviventes do suicídio mantiveram um perfil baixo e suprimiram seus sentimentos a fim de segurar um funeral para o suicida, suas dores e tristezas não poderiam ser apagadas facilmente.

FONTE: elaborado pelos autores/2021

O estudo das estratégias de enfrentamento no processo de luto tem assumido significativa relevância, com o objetivo de identificar os elementos de apoio mais utilizados pelos familiares em luto por suicídio e poder auxiliar os indivíduos no manejo de agravos decorrentes das perdas, que impactam no adoecimento e na qualidade de vida. Desse modo, os resultados encontrados nos artigos analisados nesta revisão reúnem as ações e manejos de natureza psicológica, comportamental, emocional e de apoio social utilizadas por familiares enlutados por suicídio.

A pesquisa de Fukumitsu e Kovács (2016) foi realizada com nove filhos de indivíduos que consumaram suicídio. O processo de luto pode representar um risco especial para a saúde mental deles, considerando a função que a pessoa representava na família, mas o impacto da perda dependerá fortemente do papel funcional e do grau de dependência emocional dos filhos com o genitor que tirou a própria vida. (PARKES, 1998). Dentre as estratégias que utilizaram para enfrentar o luto em decorrência do suicídio, relataram ouvir histórias de superação, ajudar os outros, isolar-se quando se sentiram ameaçados pelos julgamentos alheios, fazer psicoterapia e escolher determinada profissão ou religião.

Diante das situações difíceis ocasionadas pelo processo de luto por suicídio, Ross *et al.* (2018) apontam as seguintes estratégias de enfrentamento utilizadas pelos familiares: apoio da família e religiosidade. Dessa forma, a religião tem um impacto no modo como os indivíduos reagem ao processo de luto. No trabalho de Santana (2010), confirmou-se, com os resultados obtidos, que as pessoas que têm religiosidade, seja ela interna ou externa, e mecanismos de *coping* intrínseco e extrínseco, aparecem associados a uma melhor resolução na vivência do luto.

Ainda na pesquisa de Ross *et al.* (2018), os enlutados por suicídio relataram permanecer a maior parte do tempo nas atividades laborais, principalmente ao se sentirem tristes e não saberem como lidar com os pensamentos em relação à perda de seu familiar. Além disso, alguns participantes afirmaram beber excessivamente para tolerar os momentos estressantes e se adaptarem com a falta do seu ente querido. De acordo com Cano e Moré (2016), essas ações podem ser vistas como estratégias de enfrentamento, porque foram sendo construídas a partir das diferentes situações estressoras ou adaptativas vivenciadas e que precisam ser manejadas pelos indivíduos.

A participação em grupos de apoio, enquanto estratégias adotadas pelas famílias que enfrentam o luto por suicídio, é uma das formas de se buscar compreender os motivos que levaram o seu ente querido a decidir tirar a própria vida, bem como encontrar um espaço de acolhimento e escuta do seu sofrimento. Esses grupos proporcionam o resgate do vínculo, a expressão de sentimentos e promovem alívio das dores vivenciadas pelos enlutados que, muitas vezes, são intensificadas devido ao estigma atribuído pela sociedade sobre a morte por suicídio (KREUZ; ANTONIASSI, 2020).

Além dessas estratégias, Dutra *et al.* (2018) apontam a mudança de endereço e o apoio dos profissionais de saúde, principalmente de psicólogos, como formas de enfrentamento utilizadas pelos familiares enlutados por suicídio. A busca por apoio desses profissionais, conselheiros ou de outras pessoas que passam igualmente por isso, no caso dos grupos de luto, foram consideradas estratégias, pois falar sobre seus sentimentos e angústias ajudam os enlutados a minimizar suas dores, bem como encontrar novas formas de enfrentar o momento de perda (RATNARAJAH; MAPLE; MINICHELLO, 2014).

Outro artigo que buscou compreender as formas que os familiares utilizaram pra enfrentar o luto foi o estudo de Dransart (2016), cujos resultados indicaram que os enlutados tiveram que lidar com quatro grandes desafios: o impacto do suicídio, a busca de significado, o esclarecimento de questões de responsabilidade e o encontro de seu próprio estilo de adaptação e enfrentamento. Quanto às estratégias, os participantes buscaram informações sobre o suicídio e seu processo de luto e autoproteção, além de estabelecerem contatos com outras pessoas que passaram ou estivessem no mesmo processo, realizarem atividades diversas que não lembrassem o seu ente querido e buscaram a transformação de espaços, como a casa em que o familiar que tirou sua própria vida morava.

Esse possível entendimento corrobora com os resultados obtidos no estudo de Levi-Belz (2015), que demonstra que as relações interpessoais, bem como a troca de informações pessoais e emocionais, podem ajudar os enlutados a criarem narrativas sobre o que ocorreu. Dessa forma, o autor ainda ressalta que a mudança do significado do evento suicida, dos sentimentos de vergonha e culpa caracterizam o luto da maioria dos indivíduos quando são compartilhados, ganhando, assim, novos sentidos na organização da resposta intrapsíquica dos enlutados.

Diversos autores consideram que idade, sexo, vínculo com o falecido e cultura local influenciam na utilização das diferentes estratégias de enfrentamento adotadas por um indivíduo em processo de luto. Essa análise pode ser verificada nos estudos de Terhorst e Mitchell (2011), que ressaltam que as mulheres costumavam buscar apoio social, reavaliação positiva e autocontrole no luto por suicídio. Já os homens, adotavam a resolução de problemas planejada para lidar com as adversidades ocorridas após a perda de um membro familiar.

Segundo Durkheim (1951), o suicídio tem características históricas e universais, porém as atitudes em relação a ele varia entre as diferentes religiões e culturas às quais o indivíduo pertence. Nas sociedades chinesas, por exemplo, o ato de tirar sua própria vida é estigmatizado, porque viola o sistema ético confucionista que serve como estrutura de princípios morais que governam as relações interpessoais com a família, comunidades e o modo de como o ser humano se relaciona com a natureza, por isso, os indivíduos que morrem por suicídio são considerados como trazendo desonra para uma família (RIN, 1975; TZENG *et al.*, 2010).

Nesse contexto, aspectos culturais exercem influência para o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento dos enlutados, que podem ser observados no estudo de Tzeng *et al.* (2010). Os familiares participantes dessa pesquisa relataram que mantiveram o funeral como um evento discreto, impedindo parentes distantes de aprender sobre o ato vergonhoso, e, enquanto organizavam o funeral, desejavam que sua dor, sentimentos dolorosos e vergonhosos também fossem enterrados. A culpa e vergonha são emoções mais presentes em pessoas que estão de luto por suicídio, pois os indivíduos se responsabilizam pela atitude do membro da família falecido e se questionam sobre o que poderia ter sido feito para evitar o ocorrido (OSMARIN, 2015).

O estudo Adams *et al.* (2019), realizado com jovens enlutados pelo suicídio, mostra que os participantes frequentemente relataram usar espiritualidade, fé e médiuns para manter um relacionamento contínuo com a pessoa falecida, assim como destacaram a importância e o conforto de se manter vivas as memórias de seu irmão falecido. Eles afirmaram também que oscilam entre lidar com os elementos emocionais da perda e, em outros momentos, caminhar no sentido de se ajustar à sua situação alterada e aceitar a realidade dessa perda. Outras vezes, evitavam ou tiravam um tempo de sua dor. Os enlutados ainda mencionaram que foram motivados a aprender sobre saúde mental e suicídio por meio da leitura, participando de grupos ou organizações dedicadas a saúde mental, apoio e aconselhamento profissional, que foram capazes de propiciar um ambiente seguro para processar seus sentimentos.

Essas formas de enfrentamento adotadas pelos familiares enlutados por suicídio podem ser classificadas como um importante elemento que possibilita o empoderamento ou vulnerabilidade dos indivíduos que passam pelo processo de experienciar as especificidades dessa categoria de luto, reconhecendo essas diversas estratégias. Com isso, auxilia-se o desenvolvimento e realização de intervenções, com o intuito de promover qualidade de vida e minimizar o adoecimento dos enlutados (MORERO; BRAGAGNOLLO; SANTOS, 2018). É importante também destacar que essas técnicas não ocorrem separadamente, mas sim de modo singular, dinâmico, com necessidade de avaliação e reavaliação desses processos de embate (CANO; TAQUARA; MORÉ, 2016).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A vivência do luto por suicídio é um grande desafio para os familiares que perdem um de seus entes por demandar esforços psicológicos e comportamentais em virtude do sofrimento causado pela perda. Esta revisão integrativa da literatura objetivou o levantamento das estratégias de enfrentamento mais adotadas pelas famílias nesse processo.

A partir dos estudos analisados, as estratégias mais adotadas foram: evitamento, isolamento, afastamento, auto culpa, reavaliação positiva, fé, religiosidade, resolução planejada, autocontrole, apoio e suporte social. Essas estratégias foram usadas para enfrentar cole-

tivamente esse luto, visto que encontraram formas de compartilhar e trocar experiências com grupos de familiares que passam pelo mesmo problema, assim como suporte profissional ofertado nesses grupos.

Espera-se que este estudo possa contribuir com uma maior compreensão acerca das possibilidades de enfrentar o peso do suicídio. Portanto, é necessária a realização de novas pesquisas acerca desta temática, pois a análise desses parâmetros pode oferecer informações importantes para auxiliar os profissionais de saúde no desenvolvimento de intervenções e cuidado aos familiares enlutados por suicídio.

REFERÊNCIAS

ADAMS, Elizabeth et al. **A phenomenological study of siblings bereaved by suicide: A shared experience.** *Death studies*, v. 43, n. 5, p. 324-332, 2019. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/controlcancer/resource/pt/mdl-29757098>>. Acesso em: 27 out. 2020.

ANTONIAZZI, Adriane Scomazzon; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco; BANDEIRA, Denise Ruschel. O conceito de coping: uma revisão teórica. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 3, p. 273-294, 1998.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA. Suicídio: informando para prevenir. **Comissão de Estudos e Prevenção de Suicídio.** Brasília: CFM/ABP, 2014.

BOTEGA, Neury Jose. **Crise Suicida: Avaliação e manejo.** Porto Alegre: Artmed, 2015.

BOWLBY, John. **Apego e perda.** São Paulo: Martins Fontes, 1985.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Perfil epidemiológico das tentativas e óbitos por suicídio no Brasil e a rede de atenção à saúde. **Boletim Epidemiológico**, v. 48, n. 30, 2017.

CÂNDIDO, Artur Mamed. **O enlutamento por suicídio: elementos de compreensão na clínica da perda.** Universidade de Brasília, Brasília, 2011.

CANO, Débora Staub; MORÉ, Carmen Leontina Ojeda Ocampo. Estratégias de Enfrentamento Psicológico de Médicos Oncologistas Clínicos I. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 32, 2016.

CHAMON, E. M. O. Q.; SANTOS, O. A. S. G.; CHAMON, M. A. Estresse e estratégias de enfrentamento: instrumentos de avaliação e aplicações. **Encontro Anual da ANPAD**, v. 32, 2008.

CORNEJO, Elis Regina Souza Peito Urtubia. Luto por suicídio: a jornada dos sobreviventes. In: SCAVACINI, Karen (Org.). **Histórias de sobreviventes do suicídio.** São Paulo: Instituto Vita Alere, Benjamin Editorial, p. 61-70, 2018.

DRANSART, Dolores Angela Castelli. **Reclaiming and reshaping life: Patterns of reconstruction after the suicide of a loved one.** *Qualitative health research*, v. 27, n. 7, p. 994-1005, 2016. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27055497/>>. Acesso em: 27 out. 2020.

DURKHEIM, Émile. **Suicídio, um estudo em sociologia** (JA Spaulding & G. Simpson, Trans.). Glencoe, IL: Free Press, 1951.

_____. **O suicídio: estudo de sociologia.** São Paulo: Martins Fontes, 2000.

DUTRA, Kassiane et al. Vivenciando o suicídio na família: do luto à busca pela superação. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, p. 2146-2153, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S003471672018001102146&script=sci_arttext&tln-g=pt>. Acesso em: 12 ago. 2020.

FOLKMAN, Susan. Personal control and stress and coping processes: a theoretical analysis. **Journal of personality and social psychology**, v. 46, n. 4, p. 839, 1984.

FUKUMITSU, Karina Okajima.; KOVACS, Maria Júlia. **Especificidades sobre processo de luto frente ao suicídio**. *Psicol [Internet]*, 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S01035371201600010000>. Acesso em: 17 ago. 2020.

_____. **Sobreviventes enlutados por suicídio: cuidados e intervenções**. – 1. ed. - São Paulo: Summus: 2019.

_____. **O processo de luto do filho da pessoa que cometeu suicídio**. 2013. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.

FREUD, Sigmund. **Luto e melancolia (1917 [1915])**. In: *Obras psicológicas completas: edição standard brasileira*. Vol. XIV. Rio de Janeiro: Imago, 1917-1987.

KOVÁCS, M.J. **Educação para a Morte. Temas e Reflexões**. São Paulo: Casa do Psicólogo. 2003.

KREUZ, Giovana; ANTONIASSI, Raquel Pinheiro Niehues. Grupo de apoio para sobreviventes do suicídio. *Psicologia em Estudo*, v. 25, 2020.

LEVI-BELZ, yossi. **Stress-related growth among suicide survivors: the role of interpersonal and cognitive factors**. *archives of suicide research*, v. 19, n. 3, p. 305- 320, 2015. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25510891/>>. Acesso em: 19 ago. 2020.

LUZ, Lia et al. **Suporte Psicológico a Pais Enlutados por Suicídio**. 2017.

MORERO, Juceli Andrade Paiva; BRAGAGNOLLO, Gabriela Rodrigues; SANTOS, Maria Tereza Signorini. Estratégias de enfrentamento: uma revisão sistemática sobre instrumentos de avaliação no contexto brasileiro. *Revista Cuidarte*, v. 9, n. 2, p. 2257-2268, 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **The World Health Report: Shaping the future**. Genebra, 2003.

OSMARIN, Vanessa Maria. Suicídio: o luto dos sobreviventes. *Conselho Federal de Psicologia*, p. 45-58, 2015.

PARKES, Colin Murray. **Luto - Estudos sobre a Perda na Vida Adulta**. São Paulo: Summus Editorial, 1998.

RATNARAJAH, Dorothy; MAPLE, Myfanwy; MINICHIELLO, Victor. Understanding family member suicide narratives by investigating family history. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, v. 69, n. 1, p. 41-57, 2014. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25084708/>>. Acesso em: 27 out. 2020.

ROCHA, Priscila Gomes; LIMA, Deyseane Maria Araújo. **Suicídio: peculiaridades do luto das famílias sobreviventes e a atuação do psicólogo**. *Psicologia Clínica*, v. 31, n. 2, p. 323-344, 2019. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010356652019000200007>. Acesso em: 19 ago. 2020.

ROSS, Victoria et al. Parents' experiences of suicide-bereavement: a qualitative study at 6 and 12 months after loss. *International journal of environmental research and public health*, v. 15, n. 4, p. 618, 2018. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-31621108>>. Acesso em: 30 out. 2020.

SANTANA, Rubina Menezes. **Luto, estratégias de coping religioso interno e externo e perspectivas de morte de pais enlutados.** 2010. Tese de Doutorado.

SCAVACINI, Karen e MELEIRO, Alexandrina Maria Augusta da Silva. Posvenção: Sobreviventes do Suicídio. In: MELEIRO, Alexandrina Maria Augusta da Silva (Ed.). **Psiquiatria: Estudos Fundamentais.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 671- 676, 2018.

SEBASTIÃO, Maria Ana Segurado dos Santos. Vida depois da morte: narrativas da experiência de perda de um familiar por suicídio. 2017. Dissertação de Mestrado. Universidade de Évora.

TERHORST, Lauren; MITCHELL, Ann M. **Ways of coping in survivors of suicide.** *Issues in mental health nursing*, v. 33, n. 1, p. 32-38, 2011. Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22224964/>>. Acesso em: 30 out. 2020.

TZENG, Wen-Chii et al. **A moral life after a suicide death in Taiwan.** *Qualitative health research*, v. 20, n. 7, p. 999-1007, 2010. Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20360566/>>. Acesso em: 30 out. 2020.