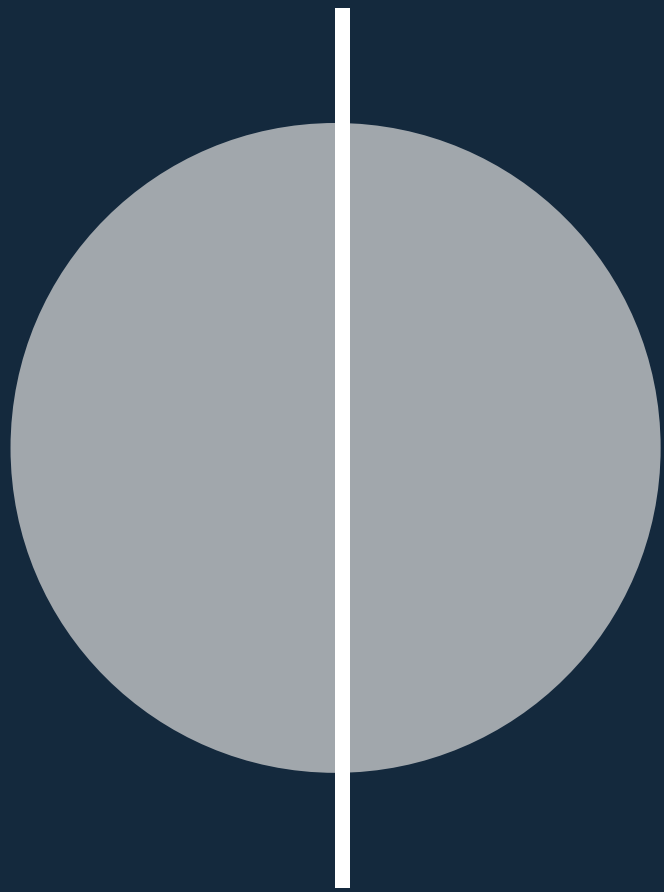


O LUTO DA CRIANÇA

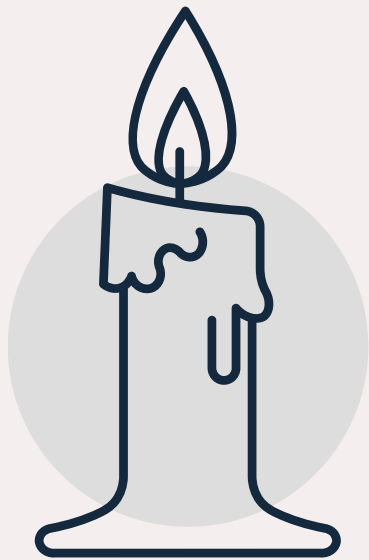


Inevitavelmente, um dia acontece a morte de alguém querido na vida de uma criança, e os adultos ficam sem saber o que fazer, como agir e, por vezes, desconhecem o processo de luto na infância.

Muitas dúvidas surgem



Devemos falar sobre a morte para a criança ?



Criança deve ir ao velório/sepultamento?



Será bom que me vejam chorando?

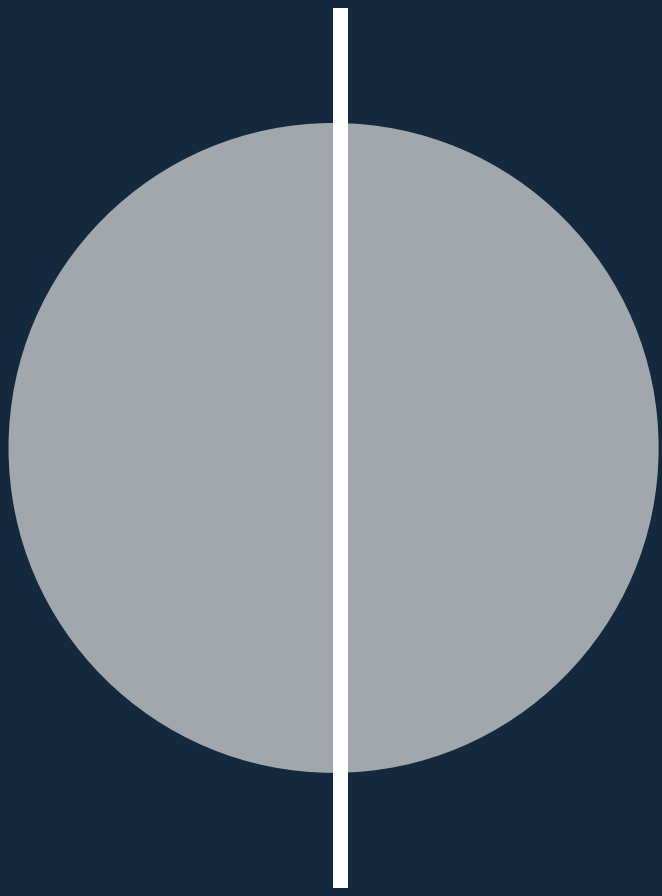
A morte também é assunto de criança, ou seja, não podemos esconder dela o fato ou evitar que ela tome conhecimento dele.

Falar sobre a morte é importante e saudável para ajudá-la a lidar com o sofrimento. As crianças sentem quando escondemos algo delas e sofrem muito com esta falta de informação. Por isso, em caso de morte de pessoa próxima, ela deve ser comunicada. Adiantamos que esta tarefa não será nada fácil, mas é a forma mais adequada de conduzir tal situação.

As crianças, cada uma à sua maneira e de acordo com sua idade, percebem a perda, sofrem e passam pelo processo de luto. Quanto menor for a criança, menos condições terá de entender racionalmente a morte, porém esse fato não a impede de sentir, levando em conta sua capacidade cognitiva

Desta forma, podemos dizer que o luto da criança é vivido de forma diferente do luto do adulto. Algumas crianças demoram um pouco para reagir à morte de alguém querido e somente com o passar do tempo é que vão sentindo falta de quem se foi e demonstrando esse sentimento de perda.





Criança deve ir ao velório ou ao sepultamento?

As crianças devem ser convidadas a participar dos rituais de despedida, mas precisam saber como serão estes rituais. Elas não devem ser surpreendidas em relação ao que vão presenciar em um velório ou sepultamento.

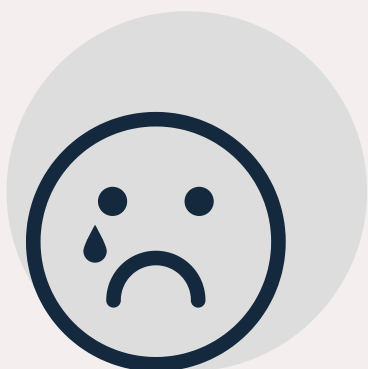
É importante dizer, com palavras simples:



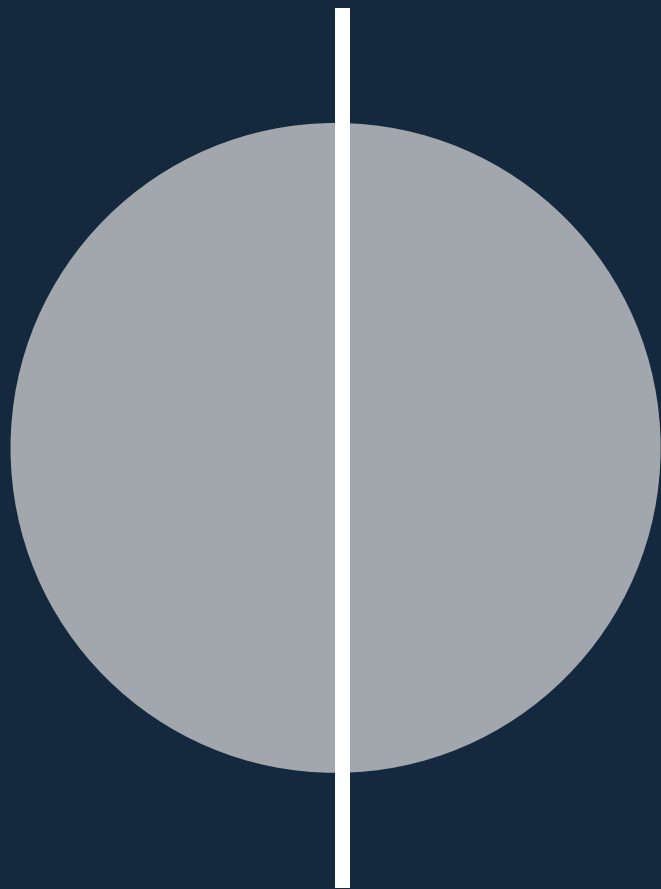
O corpo da pessoa que morreu fica numa caixa especial por um tempo, para que as pessoas possam vê-lo mais uma vez e se despedir.



É necessário dizer que a pessoa que morreu estará como se estivesse dormindo, mas ela não sente mais nada, nem dor, nem frio ou qualquer desconforto.



É importante avisá-la que haverá pessoas tristes pelo que aconteceu e que podem estar chorando.



A criança tem o direito de decidir, mas ela só pode tomar decisão se souber exatamente do que se trata.

Jamais obrigue uma criança ir a um funeral, mas não lhe negue o direito de escolher participar.

A criança pode lidar com mais naturalidade, enquanto os pais podem se sentir aflitos e inseguros. Caso os pais não se sintam prontos para esta tarefa, é melhor que não levem.

A experiência de viver a morte de alguém, pode levar a criança a iniciar um **PROCESSO DE INVESTIGAÇÃO** sobre o assunto. Na maior parte das vezes, a criança começará a fazer perguntas para entender o que aconteceu:



Por que as pessoas morrem?

Crianças também morrem?

Eu também posso morrer?

O que acontece com quem morre?

Alguém da família também vai morrer?

Todas as doenças provocam a morte?

Embora estas perguntas sejam naturais do processo de investigação da criança sobre o tema morte, são difíceis para o adulto que as ouve. Fugir do assunto fará com que ela, sozinha em seu processo de investigação, encontre respostas nem sempre adequadas às perguntas feitas.

POSSÍVEIS RESPOSTAS

Por que as pessoas morrem? Porque a vida tem um caminho, a pessoa nasce, cresce, vive muitas coisas e morre. Isso acontece com tudo que é vivo, animais, plantinhas...

Se alguém ficar doente, vai morrer? A maior parte das pessoas que fica doente, não morre. As doenças são curadas com tratamentos, remédios, repouso, mas existem doenças muito fortes que os remédios não tratam.

Crianças também morrem? Normalmente são as pessoas mais velhas que morrem primeiro, mas pode acontecer também de crianças e pessoas mais novas morrerem.

Minha família também vai morrer um dia? Eu também posso morrer? Todos que são vivos vão morrer um dia, mas quero que você saiba que nós cuidamos muito da nossa saúde para que isso demore muito para acontecer.

MUDANÇAS DE COMPORTAMENTO

Apatia, agitação, mudanças no padrão de apego, regressão em padrões de autonomia já conquistados, irritabilidade, confronto, disposição para o perigo, abuso de substâncias químicas e álcool (adolescentes).

ALTERAÇÕES FÍSICAS

Enurese, falta de apetite, tiques nervosos, suspiros, crises de choro, alterações de peso, dentre outras.

ALTERAÇÕES SOCIAIS

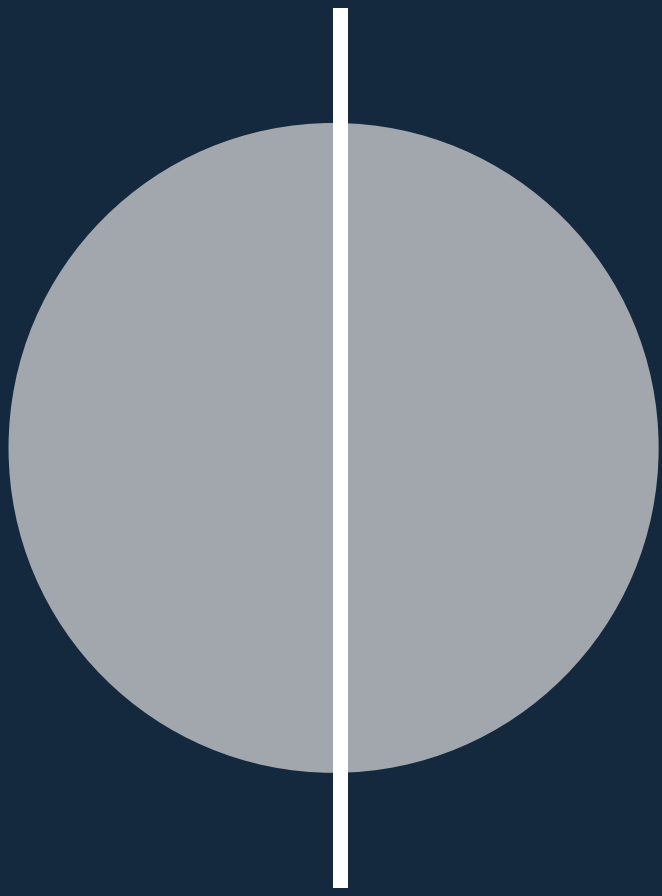
Isolamento, conflitos recorrentes, comportamentos de dependência, comportamento confrontativo.

ALTERAÇÕES COGNITIVAS

Desatenção, falta de memória, dificuldades de compreensão não habituais, rebaixamento no desempenho escolar, desinteresse pelo externo.



A criança pode querer saber se outras pessoas irão morrer também e podem ficar inseguras, demonstrando **MUDANÇAS NO PADRÃO DE APEGO** para mais intenso em relação aos adultos que confia. Eventualmente pode não querer se separar para ir à escola ou à casa de um amigo, pode pedir para dormir junto com os pais, ficar preocupado e questionando a que horas os pais voltam para casa, etc. Esse comportamento não é permanente, passará com o tempo, mas os familiares devem ter paciência e compreender o que está acontecendo.



**O papel do adulto é
promover o
desenvolvimento de
boas condições de
enfrentamento**

COMO AJUDAR?

É muito importante que a criança possa ter **ESPAÇO PARA FALAR** das coisas que sente e que pensa sobre sua perda. Neste sentido, a família pode ajudar, criando oportunidades para conversar livremente sobre o assunto.



Oferecer oportunidades para a criança desenhar, escrever, criar e brincar pode ajudar seu processo de luto, que é trabalhado por meio das brincadeiras, da arte e da imaginação.

É bom evitar, quando possível, mudanças bruscas – de escola, de casa, de cuidadores, de cidade, dentre outras. É necessário e importante que a criança retome sua rotina, o mais rápido possível: seus compromissos escolares, suas brincadeiras com amigos etc.

O PAPEL DO ADULTO

1. Aceitar que o sofrimento faz parte do luto.
2. Abrir canais de expressão e comunicação.
3. Ouvir e valorizar os sentimentos das crianças.
4. Não inventar respostas para o que não souber.
5. Evitar o uso de metáforas.
6. Promover acolhimento necessário para angústias temporárias.

Aprender a sofrer tão cedo pode parecer um contrasenso na vida de uma criança que, de acordo com nosso desejo, só deveria usufruir de uma infância feliz e protegida. Contudo, o sofrimento e a dor fazem parte da vida humana, e podemos ser surpreendidos por eles a qualquer momento. Assim, como adultos, só nos resta traduzir para nossas crianças esse acontecimento tão avassalador, usando, da melhor forma possível, nossas experiências de luto e uma boa dose de amor e confiança.

“O luto é uma parte integral e universal da nossa experiência de amor.”

C. S. Lewis

Este material foi produzido pelas psicólogas especialistas em luto, do Centro Maiêutica de Psicologia.



Ana Lúcia Naletto
CRP: 06/38971



Lélia Faleiros
CRP:06/24801



Rua Dr Francisco Pati, 238 Butantã –SP



contato@centromaieutica.com.br



(11) 9735-3250



[@centromaieutica](https://www.instagram.com/centromaieutica)