

Criança e luto: entrevista com dra. Luciana Mazorra

CRIANÇA E O LUTO

“A criança fica enlutada? Como ela lida com mudanças? Será que ela sofre como o adulto? Como se manifesta o luto da criança?” Estas perguntas são frequentes no que se refere ao luto na infância. Às vezes, estas dúvidas acontecem porque pouco se sabe sobre luto na infância e alguns adultos tendem a ver a criança a partir de seu olhar adultocêntrico, ou seja, tem dificuldades em perceber a criança enquanto um ser em desenvolvimento e com outras formas de pensar e conceber o mundo.

Para esta discussão, Renata Millan, trainee do 4 Estações Instituto de Psicologia, entrevista Dr^a Luciana Mazorra, co-fundadora do instituto, autora de livros e capítulos sobre luto na infância.

Renata Millan: Luciana, como você responde ao público que pergunta sobre criança e luto?

Luciana Mazorra: Em primeiro lugar, é muito importante validarmos o luto vivenciado pela criança e atentarmos às suas necessidades e de que forma a família e a comunidade podem contribuir para seu processo de elaboração. Muitas vezes, em função de a criança manifestar sua dor de forma diferente do adulto, este entende que ela não está sofrendo, o que não é verdade. Embora ela tenha um modo próprio de elaboração, que não pode ser comparado ao adulto pelo fato de que está em desenvolvimento, também está enlutada e tenta atribuir sentido ao que viveu.

RM: Quais são as especificidades do luto da criança quando comparado ao adulto?

LM: A criança está em desenvolvimento cognitivo e emocional e, embora quando sofre uma perda significativa, adquira os conceitos de irreversibilidade, não funcionalidade e universalidade da morte prematuramente, há questões que ela vai compreendendo e revendo a medida que cresce.

Outro fator que torna o luto mais desafiador para a criança é o fato de que ela depende do adulto para sua sobrevivência física e psíquica. Portanto, quando falece um membro da família, a criança tem que lidar com a sobrecarga do luto dos pais, que podem estar menos disponíveis emocionalmente para cuidar dela e teme por sua sobrevivência: Será que outras pessoas que amo podem morrer também? Quem vai cuidar de mim agora?

RM: Como a família pode ajudar no processo de luto?

LM: A família deve tratar do assunto com transparência e verdade. Contar o mais breve possível sobre o que aconteceu, não utilizar metáforas, como dizer que a pessoa está descansando, e estar disponível para responder suas perguntas. Desta forma, está dizendo para a criança que é possível lidar com a morte de um ente querido, sobreviver a esta perda e que ela não está só na sua dor.

O modo como a criança pode elaborar a perda depende diretamente da forma que os familiares podem lidar com seu luto, atuando como um modelo para a criança. Portanto, a família que pode conversar sobre seus sentimentos, falar sobre a pessoa perdida e que não nega o luto, ajuda a criança a aprender que ela também pode olhar para os diversos sentimentos evocados pela perda e receber suporte de sua família e da comunidade.

RM: Pela sua experiência, você diria que a maioria das crianças precisa ou não de acompanhamento profissional para lidar com o luto? Como é possível perceber a linguagem da criança que não está conseguindo elaborar seu luto sozinha?

LM: A necessidade de ajuda profissional dependerá do vínculo que a criança tinha com a pessoa perdida, como a família está lidando com o luto, do suporte social recebido e das circunstâncias da morte. É bastante comum que a família esteja muito fragilizada, em especial no caso da morte de pais ou irmãos e não se sinta disponível emocionalmente para dar o suporte que a criança necessita. O psicólogo ajudará não somente a criança, mas toda a família a lidar com o luto. Alguns sinais de que a criança pode precisar de ajuda: aparente indiferença, sintomas (somáticos, comportamentais) que persistem e causam prejuízo; criança está ocupando o lugar do genitor ou irmão perdido ou existe este risco; sentimentos de culpa e raiva intensos; pais estão sobrecarregados pelo próprio luto e pouco disponíveis; relação com falecido era ambivalente; rede de apoio da família é insuficiente, pensamentos e comportamentos suicidas e inibição do brincar.

RM: O seu livro, em parceria com a Dr^a Valéria Tinoco, “O dia em que o passarinho não cantou” retrata de forma simples e completa a vivência do luto pela criança. A culpa, a raiva, o desânimo, mas também a adaptação a esta mudança. Como você diria que a literatura e educação para a morte podem ajudar crianças e adolescentes a processarem de forma mais saudável o luto?

LM: Livros que tratam do tema ajudam a criança e o adolescente a se identificarem com a situação que estão vivendo, a compreenderem e a compartilharem seus sentimentos e elaborarem a perda, sendo, portanto, ferramentas muito úteis e que devem estar ao seu alcance em casa e na escola.