



# ALÉM DA DOR: EXPLORANDO A VIVÊNCIA E AS ESPECIFICIDADES DO LUTO POR SUICÍDIO

## MÁS ALLÁ DEL DOLOR: EXPLORANDO LA VIVENCIA Y LAS ESPECIFICIDADES DEL DUELO POR SUICIDIO

### BEYOND THE PAIN: EXPLORING THE EXPERIENCE AND SPECIFICITIES OF GRIEF AFTER SUICIDE

Elisa Maria Teixeira Silveira<sup>1</sup>  
Stella Maria Poletti Simionato Tozo<sup>2</sup>

---

**RESUMO:** Vivenciar a perda de alguém por suicídio é uma experiência extremamente desafiadora. Além da dor, os enlutados se questionam exaustivamente sobre as razões do ato e tudo que poderia ter sido diferente. O presente trabalho visa compreender a vivência deste luto, buscando aprofundar o entendimento sobre o suicídio e o estigma que o marca, por meio de sua história e das abordagens existencial e psicopatológica. A partir disso, objetiva-se entender como a sociedade compreende o suicídio na atualidade e como esta percepção impacta o luto por suicídio. Este trabalho ainda pretende estudar o processo de luto e as eventuais especificidades do luto em decorrência de suicídio. Para tanto, realizou-se uma revisão de literatura, pelo método de revisão narrativa, sobre os temas suicídio e luto, utilizando-se livros, artigos, dissertações, teses e informações colhidas em eventos científicos e cursos sobre a temática. Conclui-se que a visão atual sobre o suicídio é decorrente de uma longa história em que este tipo de morte foi recebendo camadas de condenações, preconceitos, rejeição e intolerância. Também se constata que este luto possui especificidades, algumas delas diretamente relacionadas ao tabu que cerca o suicídio. Mitigar este tabu contribui para ampliar espaços de discussão sobre saúde mental e o desejo de tirar a própria vida e para facilitar o processo de luto por suicídio, contribuindo em sua prevenção e posvenção. Fica evidente a necessidade de disseminar mais conhecimento sobre o sofrimento existencial, o suicídio e o processo de luto.

**PALAVRAS-CHAVE:** luto por suicídio; suicídio; luto; angústia existencial; posvenção.

**RESUMEN:** Experimentar la pérdida de alguien por suicidio es una experiencia sumamente desafiante. Más allá del dolor, las personas en duelo se cuestionan exhaustivamente sobre las razones del acto y todo lo que podría haber sido diferente. Este trabajo busca comprender la vivencia de este duelo, profundizando el entendimiento sobre el suicidio y el estigma que lo marca, a partir de su historia y de los enfoques existencial y psicopatológico. A partir de ello, se pretende entender cómo la sociedad comprende el suicidio en la actualidad y cómo esta percepción impacta el duelo por suicidio. Este estudio también se propone estudiar el proceso de duelo y las posibles especificidades del duelo derivado del suicidio. Para ello, se realizó una revisión de literatura, mediante el método de revisión narrativa, sobre los temas suicidio y duelo, utilizando libros, artículos, disertaciones, tesis e informaciones recopiladas en eventos científicos y cursos sobre la temática. Se concluye que la visión actual sobre el suicidio es resultado de una larga historia en la que este tipo de muerte fue recibiendo capas de condena, prejuicio, rechazo e intolerancia. También se constata que este duelo presenta especificidades, algunas de ellas directamente relacionadas con el tabú que rodea al suicidio. Mitigar este tabú contribuye a ampliar los espacios de discusión sobre la salud mental y el deseo de quitarse la vida, así como a facilitar el proceso de duelo por suicidio, contribuyendo a su prevención y posvención. Se hace evidente la necesidad de difundir más conocimiento sobre el sufrimiento existencial, el suicidio y el proceso de duelo.

**PALABRAS CLAVE:** duelo por suicidio; suicidio; duelo; angustia existencial; posvención.

**ABSTRACT:** Experiencing the loss of someone to suicide is an extremely challenging experience. Beyond the pain, bereaved individuals endlessly question the reasons behind the act and everything that could have been different. This study aims to understand the experience of this type of grief, seeking to deepen the comprehension of suicide and the stigma that surrounds it, through its historical development and through existential and psychopathological approaches. Based on this, the objective is to understand how society currently perceives

---

<sup>1</sup> Psicóloga (PUC Minas, 2024) e publicitária (PUC Minas, 2009), com atuação clínica e estudos voltados aos temas suicídio, luto e processos contemporâneos de sofrimento psíquico. elisasilveirapsi@gmail.com

<sup>2</sup> Doutorado em Psicologia pela Universidade de São Paulo (USP); professora adjunta da Faculdade de Psicologia da PUC Minas, psicóloga e terapeuta familiar sistêmica. stellatozo@pucminas.br

suicide and how this perception impacts suicide bereavement. The study also intends to explore the grieving process and the possible specificities of grief resulting from suicide. For this purpose, a literature review was conducted using the narrative review method, focusing on the themes of suicide and grief, through books, articles, dissertations, theses, and information collected in scientific events and courses on the subject. It is concluded that the current view of suicide results from a long history in which this form of death has been layered with condemnation, prejudice, rejection, and intolerance. It is also observed that this type of grief has specific characteristics, some of which are directly related to the taboo surrounding suicide. Mitigating this taboo helps to broaden spaces for discussion about mental health and suicidal ideation, and to facilitate the grief process after suicide, contributing to both prevention and postvention. The need to spread greater knowledge about existential suffering, suicide, and the grieving process becomes evident.

**KEYWORDS:** suicide bereavement; suicide; grief; existential anguish; postvention.

---

## 1 INTRODUÇÃO

Vivenciar uma perda por suicídio é uma experiência extremamente dolorosa e desafiadora, marcada por estigma e incompreensão (Fukumitsu; Kovács, 2016; Scavacini et al., 2020; Rocha, 2022). Trata-se de um ato abrupto e violento, que escancara a possibilidade da morte, tema velado em nossa sociedade, e deixa infinitas perguntas sem resposta. Conforme Fukumitsu (2019a), utiliza-se o termo "sobreviventes enlutados" para se referir às pessoas que perderam alguém por suicídio, tamanho o esforço de continuar vivendo após a perda, muitas vezes se culpando por não terem percebido sinais ou evitado o ato, o que reforça a importância de aprofundar o entendimento dos fatores que podem levar ao suicídio (Scavacini et al., 2020).

Apesar da redução global de 36% nas taxas de suicídio entre 2000 e 2019, o Brasil apresentou um aumento de 43% no mesmo período (OMS, 2021; Brasil, 2021), com 16.262 mortes registradas por suicídio em 2022 (Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2023). Cada uma dessas mortes pode afetar de 5 a 135 pessoas, dentre familiares, amigos, profissionais de saúde e testemunhas que, apesar de não fazerem parte do círculo íntimo do falecido, podem ser expostas ao ato em locais públicos como ruas, escolas ou ambientes de trabalho, totalizando mais de dois milhões de pessoas potencialmente impactadas no Brasil somente em 2022 (Ruckert; Frizzo; Rigoli, 2019; Cerel et al., 2018; National Action Alliance for Suicide Prevention, 2015 apud Fukumitsu, 2019a).

Considerando que o luto por suicídio é um fator de risco para novos suicídios (Scavacini et al., 2020), torna-se urgente aprofundar a compreensão sobre seus efeitos e entender quais ações são fundamentais para um acolhimento adequado. Nesse sentido, destaca-se o conceito de posvenção, cunhado por Edwin Shneidman, em 1968, que caracteriza o conjunto de estratégias e ações de cuidado e suporte às pessoas enlutadas por suicídio, com o objetivo de minimizar os efeitos do trauma, reduzir o estigma e, simultaneamente, favorecer ações preventivas (Fukumitsu, 2019a; Dantas; Bredemeier; Amorim, 2022). No Brasil, porém, ainda

são escassas pesquisas, iniciativas e o preparo de profissionais nesta área, agravando o desamparo dos enlutados (Ruckert; Frizzo; Rigoli, 2019; Serra; Freitas, 2020).

O estudo do luto por suicídio na Psicologia é essencial para compreender os aspectos emocionais, sociais e existenciais dessa experiência, aprimorar as práticas de cuidado e promover uma sociedade mais sensível, compassiva e acolhedora (Fukumitsu; Kovács, 2016). Assim, o presente trabalho propõe lançar luz sobre a vivência subjetiva das pessoas enlutadas por suicídio, aprofundando a compreensão de suas especificidades. Seus objetivos específicos incluem: compreender o suicídio sob uma perspectiva existencial; investigar a percepção social atual sobre o suicídio; estudar o processo de luto; identificar possíveis especificidades do luto por suicídio; e analisar se a visão social sobre o ato impacta a experiência de luto.

## 2 METODOLOGIA

Com o fim de compreender a vivência do luto por suicídio, utilizou-se o método qualitativo de pesquisa bibliográfica, adotando-se, como referência, trabalhos nacionais, constantes das plataformas Scielo e Pepsic, publicados entre 2014 e 2024, por meio do descritor "luto por suicídio". Também foram incluídos cursos<sup>3</sup>, livros e informações colhidas em eventos científicos sobre a temática do suicídio<sup>4</sup>.

A análise foi conduzida pelo método de revisão narrativa, que consiste em uma investigação abrangente e não sistemática da literatura (Rother, 2007), servindo como uma orientação, um mapa das informações produzidas sobre certo tema (Andrade, 2021). Tal metodologia se revela adequada para o presente estudo, proporcionando uma ferramenta de aprofundamento e ampliação do tema proposto.

## 3 COMPREENSÃO DO SUICÍDIO

A morte voluntária sempre ocorreu na história da humanidade, mas nem sempre esteve envolta do tabu que hoje marca o suicídio (Reis, 2020). Este tópico busca compreender a construção histórica desse estigma e discutir questões existenciais e psíquicas relacionadas à decisão de tirar a própria vida, visando abordar o tema para além do entendimento patologizante, que reduz este ato à mera consequência da ocorrência de transtorno mental.

### 3.1 Tabu e estigma: a história do suicídio

Ao longo da história, a morte voluntária tornou-se suicídio. De acordo com Reis (2020), a ideia do suicídio compreende a morte voluntária elevada ao grau de homicídio, a condenação deste ato como um crime, um pecado para o qual não há perdão.

O autoextermínio já foi compreendido de formas diversas. Entre povos primitivos, era parte de rituais para evitar a desonra ou fugir da escravidão, visto como um gesto virtuoso e altruísta (Botega, 2015). Na Grécia e Roma antigas, a morte voluntária era tolerada sem julgamentos, por influência das filosofias estoica e epicurista (Reis, 2020). A união do Império Romano ao Cristianismo, entre os séculos IV e V, marcou o início da estigmatização da morte voluntária, ainda que o termo “suicídio” tenha surgido mais de mil anos depois (Botega, 2015).

O termo *suicidium* foi criado pelo teólogo Caramuel no século XVII, unindo os radicais *sui* (si mesmo) e *cidium* (matar), marcando a ideia de autoassassinato (De Castro; De Castro, 2019). Minois (2018 apud Cabral, 2023) traz uma diversidade de termos utilizados pelos antigos para descrever a morte voluntária, demonstrando que este fenômeno aceitava interpretações distintas. Já *suicidium* carrega o peso da condenação ao "assassino de si" e reduz a ampla diversidade de contingências que podem levar ao autoextermínio a uma única palavra.

No Império Romano, a castidade era reverenciada como virtude fundamental. Roma era intolerante aos seguidores de Jesus, promovendo perseguições, estupros e tortura, sendo comum o autoextermínio dentre os cristãos (Reis, 2020). Segundo Reis (2020), o catolicismo tornou-se a religião oficial em 380, proibindo-se o culto politeísta, o que, somado às tentativas de invasão pelos bárbaros, fez crescer a hostilidade contra os cristãos. Neste contexto, Santo Agostinho escreve a obra *Cidade de Deus*, concluída em 426, com o fim de defender o cristianismo e tornar a realidade mais suportável para as vítimas de agressão. O autor coloca que a violência sexual não compromete a castidade, portanto, o suicídio nesses casos representaria o homicídio de uma mulher pura. Assim, Santo Agostinho inaugura a visão sobre a morte voluntária como o pior dos pecados (Corrêa, 2014), “essa é a grande novidade na história do suicídio.” (Reis, 2020, p.76).

Apesar de Santo Agostinho ter contribuído para desresponsabilizar as vítimas de estupro, seus argumentos reforçaram a condenação moral da morte voluntária. A crise social e demográfica do Império Romano levou o Estado a restringir o direito ao suicídio, reforçando sua criminalização e interdição crescentes, passando, no século V, a ser punido também por legislações civis e religiosas (Botega, 2015; Cabral, 2023).

A partir daí, a condenação sobre o ato de se impor a própria morte está posta e vai, ao longo da história, recebendo outras camadas de julgamento não só pela religião, mas também pela moral, pela cultura e até pela ciência. Entre os séculos V e XV, o suicídio foi severamente punido: corpos eram profanados e expostos e bens eram confiscados para impedir novos casos (Botega, 2015; Cabral, 2023). Minois (2018 apud Cabral, 2023) aponta que era comum tentar fazer o suicídio passar por morte natural ou acidental, na busca de escapar das penas, da vergonha e do estigma que recaía sobre os familiares, o que acontece ainda hoje.

No fim da Idade Média, a partir dos séculos XIII e XIV, o suicídio começou a ser justificado por diagnósticos de loucura e alienação mental (Botega, 2015; Cabral, 2023). A partir do Renascimento (séculos XIV a XVI), surge uma visão mais humanizada sobre o suicídio (Cabral, 2023). No século XVII, passou-se a encará-lo como dilema humano, visão fomentada pela literatura que começa a reconhecer as liberdades individuais e o questionamento sobre o sentido da vida, inclusive o direito de findá-la. Autores célebres, como Shakespeare e Goethe, passam a trazer a temática em suas obras, tornando o debate público (Botega, 2015). Contudo, a liberdade de discutir o tema fez crescer a apreensão do potencial de dispersão que as ideias suicidas podem suscitar, fenômeno conhecido como efeito Werther. Ou seja, apesar da evolução, a aura proibitiva ao redor do autoextermínio permanece (Botega, 2015).

No fim do século XIX, Durkheim publica *O Suicídio*, acrescentando os fatores sociais à análise do ato, e iniciou-se, gradualmente, a descriminalização do suicídio. Aumentam-se as pesquisas sobre o tema, relegando-o ao saber acadêmico (Botega, 2015). Para Alvarez (apud Botega, 2015, p. 28), na modernidade, o suicídio foi "trancafiado em segurança nos pavilhões de isolamento da ciência".

Por fim, Reis (2020) aponta que a moral brasileira é herdeira das tradições cristãs europeias, que marcaram o suicídio como pecado e perpetuaram o tabu e o estigma através do colonialismo, influenciando decisões jurídicas e formulações legislativas e moldando a forma como a sociedade percebe o autoextermínio.

Conforme Corrêa (2014), "quando um assunto é tabu, não o discutimos abertamente, não estudamos, não pesquisamos. Jogamos para debaixo do tapete". Há uma interdição implícita rodeando a questão, que impede que ela seja examinada e discutida, contribuindo para noções distorcidas e estereotipadas de quem tira a própria vida, como "fraco, louco, angustiado, manipulador, não tem Deus no coração, egoísta, entre outros" (Scavacini, 2018, p. 53). O silêncio em torno do suicídio reforça estigmas e dificulta que o tabu seja desfeito.

Toda essa interdição que cerca o suicídio limita a percepção sobre ele, levando à crença de que o desejo de findar a própria vida apenas seria explicado pela incidência de um transtorno

mental. Entretanto, o suicídio também envolve questões existenciais, filosóficas e biopsicossociais que incrementam a discussão, acrescentando maior complexidade a esta vivência, composta por diversos fatores.

### **3.2 Suicídio: pecado, crime, transtorno mental ou possibilidade de existência?**

Suicídio é definido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como autoagressão deliberada cuja finalidade seria a morte, de forma consciente e intencional, ainda que ambivalente, através do uso de meios letais (OMS, 2006). Entretanto, a questão transcende definições técnicas e envolve aspectos existenciais e culturais profundamente arraigados.

A filosofia existencialista, emergida no século XX, especialmente os autores Albert Camus e Jean-Paul Sartre, estabelece uma reflexão profunda sobre a condição humana em um mundo percebido como desprovido de significado. Para Camus ([1941]/2010, p. 7), o suicídio nos defronta com o mais fundamental dos questionamentos filosóficos: "julgar se a vida vale ou não vale a pena ser vivida", revelando o confronto do ser humano com o absurdo de uma existência sem sentido e da repetição frustrante de esforços cotidianos. A ideia do "absurdo" foi desenvolvida, especialmente no ensaio O mito de Sísifo, em que Camus argumenta que a busca por significado se torna uma luta constante. Na mitologia grega, Sísifo enganou os deuses e foi castigado a empurrar uma pedra montanha acima apenas para vê-la rolando montanha abaixo, por toda a eternidade, castigo que serve como metáfora para a condição humana.

A sensação de absurdo relaciona-se a um sentimento de tédio e falta de propósito diante da aleatoriedade da existência. Para Camus ([1941]/2010), a tragédia de Sísifo está na consciência de que todo o seu esforço é em vão, ou seja, a consciência do absurdo. É na descida da montanha que deparamos com a angústia de existir e nos perguntamos para quê tudo isso? Qual o sentido em continuar? Nos momentos de crise, em que as fantasias e ilusões desabam, podemos tomar consciência do absurdo, o que seria o ponto de partida para novos significados.

Sartre ([1945]/1973) compartilha dessa premissa, ensinando que estamos condenados à liberdade, enfatizando a responsabilidade do sujeito diante da vida: somos lançados ao mundo independente de nossa vontade e, uma vez na vida, precisamos constantemente fazer escolhas e arcar com suas consequências. Ser livre não é castigo, mas condição de não poder não escolher, pois a ausência de escolha já é, em si, uma escolha.

Da mesma forma que a consciência do absurdo, essa liberdade radical gera angústia, pois somos autores e juízes da própria existência. A angústia pode se originar do desamparo por não haver um destino previamente traçado, seja pela família, religião, profissão ou qualquer

outro aspecto da existência. A falta da garantia de um caminho certo exige o compromisso de assumir a condução da vida, aumentando o peso da responsabilidade pelas escolhas diante de infinitas possibilidades. Sem determinismos, tudo é permitido e possível e estamos sós para lidar com nossas decisões, tomadas sem qualquer respaldo ou previsibilidade de acerto. Sartre ([1945]/1973) também ensina que a existência precede a essência, ou seja, o ser humano se constrói enquanto age no mundo. Não há valores pré-determinados, nem natureza humana, nada que condicione ou justifique a vida. Porém, a falta de controle não elimina a liberdade de, diante dos fatos, escolher a resignação ou o esforço para transformar a realidade.

De acordo com Camus ([1941]/2010), o absurdo é fruto do desejo do ser humano de impor clareza e sentido ao universo, que resiste e recusa este ordenamento. Diante da constatação de que o mundo não obedece aos nossos planos, a angústia é inevitável e o suicídio pode ser aventado, como uma possível resposta ao absurdo.

Para Camus ([1941]/2010), nem a esperança nem o desespero são a resposta que buscamos. Escapar do absurdo pela esperança seria acreditar em um poder transcendental, que daria sentido à vida. Esse salto na fé é chamado por Camus de suicídio filosófico, pois deixa-se de encarar o presente para depositar esperanças no futuro, seja a fé na eternidade, no pós vida ou em uma sociedade utópica. Já o desespero diante do absurdo, que nos levaria a livrar-se dele pelo suicídio, seria a confissão “de que fomos superados pela vida ou que não a entendemos” (Camus, [1941]/2010, p. 9). Camus ([1941]/2014) defende a revolta contra o absurdo: reconhecer a vida como paradoxal e sem sentido e, mesmo assim, encará-la com a maior vivacidade possível. Aceitar o absurdo e a impossibilidade de solucioná-lo proporciona a oportunidade de continuar vivendo, consciente das alegrias e tragédias inerentes ao existir. “A própria luta para chegar ao cume basta para encher o coração de um homem. É preciso imaginar Sísifo feliz” (Camus [1941]/2010, p. 110). Enfrentar a crise é abraçar o absurdo, parar de desejar que o mundo nos dê sentido e passar a assumir a responsabilidade de produzi-lo através da experimentação e da racionalidade, conforme defendido por Sartre ([1945]/1973).

Entretanto, esse entendimento nem sempre é alcançado e sustentar a realidade do absurdo e da liberdade radical pode ser extremamente angustiante. A ausência do amparo em normas, dogmas ou garantias e a peleja constante na busca de um significado podem levar ao sofrimento existencial e a crises que, em última instância, manifestam-se em atos de suicídio, como uma resposta trágica à angústia inerente ao existir.

Do ponto de vista existencial, portanto, o suicídio pode ser encarado como uma possibilidade "mesmo que, nesta alternativa, o homem prefira negar a responsabilidade por realizar escolhas, pondo fim à sua existência" (Ming-Wau et al., 2020, p. 1315). Serra e Freitas

(2020) destacam que esta percepção acerca do suicídio não é um incentivo ao ato, mas uma ampliação do debate sobre existência, morte e protagonismo sobre a própria vida.

A quem pertence a vida? Se entendemos que é ao próprio indivíduo que decide interrompê-la, por que é tão difícil aceitar tal decisão? Os que ficam, por vezes, entendem o ato como injustiça, uma “violação do pacto simbólico dos viventes” (Dunker, 2023, informação verbal). Outras vezes, o ato é interpretado como desamor, uma sensação de não ser suficiente para que o outro se mantivesse vivo. Há, ainda, quem sinta alívio pela partida de alguém que estava em extremo sofrimento, ou raiva de quem se foi, por não entender suas razões. A interminável busca por compreensão pode levar ao apontamento de causas patológicas que expliquem essa decisão, afastando-a da responsabilidade do próprio sujeito que se mata.

Conforme Botega (2015), a modernidade desloca o suicídio do campo religioso e moral para o científico, tornando o indivíduo vítima de sua própria fisiologia, condição social ou psíquica. Transtornos mentais, embora relevantes e fortemente relacionados ao comportamento suicida, não explicam por completo o fenômeno. Scavacini (2018) destaca sua natureza multifatorial, incluindo aspectos sociais, demográficos, econômicos, culturais, eventos traumáticos, isolamento social, abuso de substâncias, problemas interpessoais, entre outros.

Ademais, aspectos da personalidade, como impulsividade, agressividade, labilidade do humor e perfeccionismo (Botega, 2015), desempenham um papel significativo como fatores de risco para a incidência do comportamento suicida. Fukumitsu (2019b), ainda acrescenta a ambivalência (batalha entre a vontade de se livrar da dor e o desejo de viver) e a rigidez cognitiva (dificuldade de conceber outras alternativas para solução de problemas), como marcadores do estado mental de pessoas em crise suicida.

Em relação às psicopatologias, quadros como transtorno bipolar, esquizofrenia e transtornos de personalidade estão associados a um maior risco de suicídio, que se agrava diante da presença de múltiplos transtornos psiquiátricos simultaneamente (Botega et al., 2005). A ansiedade também pode intensificar a ideação suicida, especialmente em face de eventos estressantes e traumáticos, e a depressão, em particular, é um dos principais fatores de risco (Botega, 2015). No entanto, é crucial notar que cerca de 10% dos casos podem ocorrer em indivíduos sem qualquer diagnóstico psiquiátrico prévio (OMS, 2021), ou seja, o sofrimento não se limita à doença mental. Este dado desafia a ideia de que o suicídio seria simplesmente consequência de patologias e reforça a complexidade e a multifatorialidade do fenômeno. A patologização do suicídio o reduz a um sintoma individual e silencia dimensões existenciais e sociais, desconsiderando a história e o contexto de vida de cada sujeito. A perspectiva existencial, pelo contrário, evidencia que o comportamento suicida pode resultar de um

confronto radical com a própria condição de existir, envolvendo aspectos como sentido, desamparo e angústia, que, mais do que enquadrar o indivíduo em uma categoria diagnóstica, exigem escuta e compreensão do seu modo singular de estar no mundo.

As circunstâncias vividas também contribuem para o comportamento suicida. Destacam-se situações percebidas como os "3 I's: insuportáveis (não aguentam mais), intermináveis (não vão acabar nunca) e inescapáveis (não há outra saída)" (Chiles; Strosahl, 2005 apud Scavacini et al., 2020, p. 9), além dos "4 D's: Depressão, Desamparo, Desesperança e Desespero" (OMS apud Scavacini et al., 2020, p. 9).

Apesar de as abordagens filosófica e psicopatológica enfatizarem questões distintas, é essencial reconhecer a importância da experiência subjetiva e da dimensão social e contextual na compreensão do comportamento suicida. Essa abordagem integrada é fundamental para desenvolver estratégias preventivas e intervenções mais eficazes, que considerem a complexidade do fenômeno. O entendimento acerca deste tema permite não apenas prevenir novos casos, como compreender os desafios que os sobreviventes enlutados enfrentam no processo de elaboração: o trabalho de luto.

#### **4 O TRABALHO DE LUTO**

Conforme Kovács (1992), o luto é um processo natural e esperado diante da perda de algo que constituía a vida do enlutado. Embora possa decorrer de diversas perdas, como de um emprego, de um relacionamento ou de um hábito, o presente estudo trata do luto por morte.

Atualmente, observa-se uma tendência a patologizar o luto, tratando os comportamentos associados à dor e ao sofrimento como disfuncionais, negando às pessoas o direito de vivenciá-los, o que compromete a elaboração subjetiva da perda (Gabriel; Paulino; Baptista, 2021).

Constatar a irreversibilidade e a certeza da morte, assim como encarar a impossibilidade de reconstituir o que se perdeu são desafios do luto (Cabral, 2023). Este processo envolve aspectos emocionais, cognitivos e somáticos e demanda tempo para que o enlutado possa acolher suas reações (Kovács, 1992). A pessoa em luto precisa acomodar suas dores e aceitar a nova realidade, tanto externa quanto internamente, com a reorganização dos vínculos que permanecem. Ao final deste processo, espera-se que o enlutado desenvolva boas recordações sem ser tomado por emoções dolorosas e transforme a relação, anteriormente física, em uma conexão interna e simbólica, os laços contínuos (Gabriel; Paulino; Baptista, 2021).

No entanto, quando o trabalho de luto não conduz à integração da perda, podem surgir prejuízos funcionais, piora na saúde física, pensamentos intrusivos e persistentes, ansiedade de

separação, desesperança e dificuldades emocionais importantes como depressão, estresse pós-traumático e ideação suicida, sinais de alerta que podem configurar o que se define por luto complicado (Kreuz; Antoniassi, 2020). Cada processo de luto é único e singular, pois envolve a elaboração do vínculo específico que foi desfeito. A falta e a dor indicam que houve investimento emocional naquela relação e, quanto mais forte este vínculo, mais energia é exigida para o seu desligamento (Kovács, 1992).

A perda é uma crise, podendo ser mais ou menos desafiadora a depender dos aspectos que a circunscrevem. Bowlby (1985 apud Kovács, 1992) aponta cinco aspectos que influenciam a elaboração do luto: a identidade e o papel que a pessoa falecida desempenhava na vida do enlutado; idade e sexo do enlutado; causas da perda; condições sociais e psicológicas do enlutado; e sua personalidade. O papel que o falecido desempenhava na vida do sobrevivente influencia profundamente o processo, especialmente em relações de dependência emocional ou física. Crianças, adultos e idosos vivenciam o luto de formas distintas, até porque experiências anteriores podem auxiliar a desenvolver mecanismos para enfrentar a perda.

A natureza e as circunstâncias do falecimento – súbito ou esperado, violento ou pacífico – também afetam o luto. Perdas traumáticas ou inesperadas representam um choque, uma quebra repentina daquele vínculo. Já mortes esperadas permitem um processo de despedida gradual, o processo de luto antecipatório (Kovács, 1992).

Para Kovacs (1992), o estado psicológico e a rede de apoio do enlutado também são aspectos cruciais: ter espaço para compartilhar os sentimentos facilita o enfrentamento e alivia o sofrimento do luto, enquanto o isolamento social e a presença de transtornos mentais preexistentes podem tornar o processo mais doloroso, principalmente nos casos em que a relação com a pessoa falecida era conturbada.

Por fim, a forma como uma pessoa lida com o luto está intimamente ligada à sua personalidade e aos seus mecanismos de enfrentamento. Pessoas emocionalmente frágeis tendem a ter maior dificuldade neste processo, que envolve sentimentos intensos como culpa, arrependimento e revolta (Cabral, 2023).

Gabriel, Paulino e Baptista (2021) destacam que, na contemporaneidade, não se deve reduzir o luto a uma tarefa meramente individual e emocional, pois ele também envolve aspectos cognitivos, existenciais e socioculturais. O modo como uma sociedade compreende a morte e as manifestações de sofrimento influencia o processo de elaboração da perda, pois as normas culturais podem legitimar ou silenciar a dor, ditar o tempo do processo e até eleger quais perdas são dignas de luto (Gabriel; Paulino; Baptista, 2021). Han (2015) denomina a sociedade atual como “sociedade do desempenho”, marcada pelo produtivismo e pela

aceleração do cotidiano, tendendo, portanto, a desautorizar o sofrimento prolongado e a pressionar o retorno rápido à “vida normal”, o que dificulta a vivência plena do trabalho de luto (Cabral, 2023). Além disso, o individualismo, que também é uma marca da sociedade contemporânea (Han, 2015), enfraquece as redes de apoio e os rituais coletivos, que tradicionalmente funcionavam como espaços de compartilhamento da dor e contribuíam para um luto mais amparado e saudável.

Diante dessas transformações culturais, os modelos contemporâneos compreendem o luto não como um sofrimento a ser superado, mas como um processo ativo de adaptação da vida após a perda, destacando-se J. William Worden como autor pioneiro no modelo das quatro tarefas do luto, que se apresentam de maneira não linear: aceitar a realidade da perda; processar a dor; adaptar-se a um mundo sem a pessoa perdida; e encontrar uma relação contínua com a pessoa falecida, enquanto continua a viver sem ela. Worden (2013) inova ao propor um modelo de tarefas, criticando os modelos baseados em estágios ou fases do luto, por sugerirem que todos passariam pelas etapas da mesma maneira, além de passar a ideia de passividade.

Worden (2013) ensina que a negação da perda e de sua irreversibilidade é uma maneira de o enlutado se proteger deste duro cenário e pode ocorrer em formas e graus diversos. Aceitar a realidade da perda, portanto, se constitui como a primeira tarefa de elaboração do luto. A segunda, processar a dor, pode ser dificultada socialmente pela tendência de minimizar o sofrimento do outro. Frases como “você precisa superar” ou “ele não gostaria de te ver assim” são frequentes e menosprezam o sentimento do enlutado, por mais que a intenção seja de ajudá-lo. Tenta-se evitar a dor, suprimindo sentimentos ou idealizando o falecido, mas ignorar as emoções desafiadoras pode prolongar o sofrimento e eventualmente resultar em problemas mais graves, como a depressão. A terceira tarefa envolve ajustar-se ao mundo sem a pessoa falecida, abrangendo adaptações externas (rotina, responsabilidades), internas (reconstruir seu senso de identidade) e espirituais (reavaliação de crenças e valores). Por fim, a quarta tarefa propõe que o enlutado mantenha um vínculo simbólico com o falecido, encontrando um espaço adequado para ele em sua vida psíquica e permitindo-se seguir sem ser impedido pelo passado. Enfrentar essa tarefa pode ser complexo, pois muitos enlutados lutam para equilibrar a manutenção da memória e do amor pela pessoa perdida com a necessidade de continuar vivendo plenamente.

Na perspectiva cognitivista, o modelo de processo dual do luto, cunhado por Stroebe e Schut, o define como um processo dinâmico: enlutados oscilam, ora orientados para a perda, ora orientados para a restauração (Fukumitsu; Kovács, 2016). A evitação é um mecanismo de defesa contra a dor e o sofrimento. Entretanto, é essencial que o enlutado, progressivamente, entre em contato com as emoções difíceis, permitindo-se senti-las e elaborá-las.

Atravessar o processo de luto significa encontrar uma nova forma de viver. Nesta travessia, o enlutado perde não só a pessoa falecida, mas também planos, projetos e a ideia de futuro que concebia antes, separando-se daquilo que era conhecido e enfrentando a própria fragilidade diante da finitude e do novo cenário que se apresenta. Perde-se a pessoa amada e a singularidade daquela relação, sendo impossível voltar a ser quem se era antes. Trata-se de uma nova condição existencial e, portanto, de um processo que nunca termina, mas passa por mudanças e é incorporado à história de vida do enlutado (Serra; Freitas, 2020).

Demonstramos que o luto é um processo natural e inevitável, que ocorre após a perda de alguém significativo, sendo caracterizado por uma ampla gama de emoções, incluindo tristeza, raiva, culpa e confusão. No entanto, quando a perda é decorrente de suicídio, o luto assume características únicas. A seguir, exploramos as especificidades do luto por suicídio, que podem dificultar ainda mais o processo de aceitação e adaptação da vida após tal perda.

## **5 ESPECIFICIDADES DO LUTO POR SUICÍDIO**

O suicídio é uma morte trágica, violenta e escancarada. Viver este luto é vivenciar uma dor sem nome e o desafio de aceitar que nunca teremos a verdadeira e completa compreensão sobre o que levou a pessoa àquele ato (Fukumitsu, 2019a).

O luto por suicídio é marcado por intensos desafios. "Seu enfrentamento, muitas vezes, é diferenciado - principalmente pela intensidade, contexto, duração, busca incessante do porquê e aumento de sintomas depressivos" (Scavacini et al., 2020, p. 8). Alguns enlutados por suicídio relatam se sentir paralisados, apresentando muita dificuldade em assimilar a perda, o que pode contribuir para que o luto perdure (Gomes; Constantinidis, 2023). Além disso, esse tipo de luto costuma ser mais intenso e duradouro do que outros, configurando-se como uma das principais circunstâncias precipitantes de um luto complicado (Scavacini et al., 2020; Serra; Freitas, 2020).

Conforme Scavacini et al. (2020), a falta de conhecimento e o tabu acerca do tema levam a sociedade a julgar e estigmatizar aqueles que apresentam comportamentos suicidas. Quando o ato é consumado, a dificuldade de aceitação da morte pela ausência de razões aparentes provoca uma busca interminável por motivos que a justifiquem ou expliquem. Por vezes, na falta de clareza sobre a complexidade dos fatores que levam ao suicídio, culpabiliza-se os enlutados, intensificando sua dor e sofrimento (Dutra et al., 2018). Serra e Freitas (2020) destacam a instabilidade ou mesmo a ruptura das relações com a rede de apoio como aspectos do luto por suicídio. De acordo com Cruz e Valadares (2021), é comum que o medo do

juízo, acusações e estigmatização contribua para que os sobreviventes vivenciem um luto muito mais solitário (Kreuz; Antoniassi, 2020; Dantas; Bredemeier; Amorim, 2022; Rocha, 2022) e que evitem encarar o suicídio como uma escolha deliberada, tentando "acobertá-la" como morte acidental (Gomes; Constantinidis, 2023).

Em virtude de tudo isso, Scavacini et al. (2020) colocam que é difícil determinar se as pessoas enlutadas por suicídio se isolam ou são isoladas pela sociedade, o que dificulta o processo de elaboração, ao impedir a expressão dos pensamentos e emoções suscitados pela morte e dificultar o acolhimento pela rede de apoio, aumentando a probabilidade de evoluir para um luto complicado (Kovács, 1992). Os enlutados por suicídio se sentem sozinhos e incompreendidos, tanto que a principal motivação para buscarem grupos de acolhimento é “a expectativa de receber algum tipo de apoio e encontrar ressonância ou respostas para o que estavam vivendo” (Kreuz; Antoniassi, 2020, p.10), além de desejarem um espaço seguro para compartilhar a dor e legitimar seu sofrimento, inclusive os sentimentos mais hostis que podem surgir em relação ao falecido. Cruz e Valadares (2021) corroboram tal entendimento, apontando que os enlutados por suicídio têm uma probabilidade muito menor de receber apoio formal ou informal do que enlutados por outras causas de morte, tornando este luto mais vulnerável a complicações e a prolongar-se no tempo.

Scavacini et al. (2020) também descrevem que os enlutados por suicídio frequentemente buscam entender os motivos do ato fatal, mas essa é uma morte que deixa mais perguntas do que respostas, impossíveis de serem explicadas talvez até mesmo pela pessoa que morreu. A busca incessante por razões e a tentativa de compreensão do ato são processos árduos enfrentados pelos enlutados (Dantas; Bredemeier; Amorim, 2022). A dor causada pelo suicídio é devastadora e acompanhada por indagações como "E se eu tivesse...", além dos sentimentos de descrença, dor, raiva e culpa, que podem emergir de maneira perturbadora e confusa. Conforme Parkes (1998 apud Ferracioli et al., 2021) vivenciar emoções intensas e paradoxais potencializa o desencadeamento de um processo de luto complicado. Além de aumentar os “porquês”, o suicídio pode gerar uma sensação de responsabilidade elevada, como se o enlutado pudesse ter impedido a morte, o que leva a sentimentos de raiva direcionados tanto ao falecido quanto ao próprio enlutado (Brown, 2010; Linde et al., 2017; Miranda, 2014; Young et al., 2012 apud Cruz; Valadares, 2021).

De acordo com Kovács (2016, p. 404), o luto por suicídio suscita "sentimentos ambivalentes de alívio e culpa, arrependimento, choque, auto-acusação, raiva, busca de boas lembranças, vergonha, estigma, isolamento, rejeição, falta, abandono e busca de sentido". Conforme Fukumitsu (2019a), a culpa é fruto da falsa ilusão de que seria possível evitar o

suicídio, mas o enlutado não se moveu na direção que ele imagina que impediria tal desfecho. No luto por suicídio, a culpa emerge como sentimento central, seja por ações que o enlutado teve ou não teve, seja por ter vivido conflitos com a pessoa que morreu. Por vezes, é por meio da culpa que o enlutado mantém a pessoa falecida viva dentro de si (Dutra et al., 2018; Fukumitsu, 2019a; Serra; Freitas, 2020). Soma-se a isso o estigma religioso, uma vez que muitas doutrinas condenam o suicídio, gerando dor e julgamento que podem intensificar a culpa ainda mais (Gomes; Constantinidis, 2023). Para Fukumitsu (2019a), o processo de luto por suicídio é um convite à autocompaixão e à generosidade, para que o enlutado possa se perdoar constantemente e entender que fez tudo o que foi possível e, principalmente, permitido pelo outro.

Além disso, presenciar a cena ou encontrar o corpo intensifica o trauma e aumenta o risco de estresse pós-traumático (Dutra et al., 2018; Cruz; Valadares, 2021; Dantas; Bredemeier; Amorim, 2022). Ademais, outros mediadores do luto, como a proximidade com a pessoa falecida, a ocorrência de perdas recentes e a presença de transtorno mental também são importantes fatores que influenciam no impacto que o suicídio exercerá sobre o enlutado.

Há ainda o agravante do risco elevado de suicídio entre pessoas enlutadas por esse tipo de morte. Perder alguém por suicídio, inevitavelmente, nos faz refletir sobre as razões que fundamentam nossa vida e o sentido de continuar, ainda mais diante de uma situação tão desafiadora (Tavares, 2013 apud Gomes; Constantinidis, 2023). Tais reflexões podem abalar profundamente a visão do enlutado sobre si mesmo e sobre a pessoa que morreu e precipitar uma revisão completa de valores e crenças sustentados até então. Ademais, o suicídio pode despertar sensações de abandono, rejeição e desgaste das relações familiares, agravando ainda mais a tristeza e o sofrimento do enlutado (Serra; Freitas, 2020). Cruz e Valadares (2021, p. 116) apontam que

Crosby e Sacks (2002) demonstraram que aqueles que conhecem alguém que se tenha suicidado estão 1,6 vezes mais propensos a ter ideação suicida, 2,9 vezes mais propensos a planos suicidas, e têm 3,7 vezes mais probabilidade de cometerem uma tentativa de suicídio, dados que são suficientemente reveladores do risco agravado dessas pessoas, não só para desenvolverem perturbações psicológicas, mas também risco de vida.

Fukumitsu (2019a) ainda acrescenta a vergonha sentida pelos enlutados, fruto da compreensão histórica do suicídio como pecado ou crime, que implica na ruína de eventuais idealizações a respeito do falecido e de sua relação com o enlutado. Quando a realidade não se apresenta da forma idealizada, a vergonha é um dos sentimentos que surgem, além da impotência, frustração, decepção, raiva e tristeza.

Apesar de muitas famílias serem surpreendidas pelo ato suicida, outras tantas passam por um processo de sofrimento antecipado e apresentam altos níveis de estresse assistindo ao agravamento da condição do seu ente querido e experimentando um sentimento profundo de impotência diante dessa piora e da iminência de um desfecho trágico (Serra; Freitas, 2020). Fukumitsu (2019a) destaca a sensação de alívio como uma das possibilidades no luto por suicídio, principalmente nos casos em que a pessoa que morreu já apresentava uma trajetória de sofrimento existencial, acompanhada ou não de tentativas prévias de autoextermínio. Este "estranho alívio", segundo a autora, é uma sensação comum diante do estresse, da impotência e da sensação de não conseguir tirar a pessoa daquele lugar de sofrimento, e pode intensificar ainda mais a culpa sentida pelo sobrevivente, na medida em que não é um sentimento esperado e pode gerar mais julgamento e incompreensão sobre o enlutado por suicídio.

Diante de todo o exposto, ressalta-se a importância e a relevância de considerar os enlutados por suicídio como público alvo de acompanhamento e intervenções psicológicas, buscando amenizar seu sofrimento e auxiliá-los na elaboração do luto, no acolhimento de suas reações diante de uma perda tão desafiadora e na árdua tarefa de continuar vivendo após este acontecimento.

## 6 CONCLUSÃO

Pelo presente estudo, intencionou-se aprofundar a compreensão do ato suicida, examinando-o sob o viés histórico, existencial e psicopatológico no intuito de entender, especialmente, como se formou o tabu em torno da morte voluntária e como este tabu influencia o processo de luto em decorrência do suicídio. Além disso, objetivou-se conhecer a dinâmica do processo de luto em geral e do luto por suicídio, e investigar possíveis especificidades relacionadas a este. Com isso, buscou-se aprimorar a reflexão sobre essa problemática que, infelizmente, vem aumentando no Brasil, com o fim de contribuir para ampliar a discussão e atenuar o estigma.

A partir desta pesquisa, conclui-se que a visão estigmatizada que temos atualmente sobre o suicídio é decorrente de uma longa história em que a morte voluntária foi recebendo camadas de condenações, preconceitos, rejeição e intolerância. Neste trajeto, passamos de uma visão em que era possível até mesmo admirar os que se davam à morte voluntariamente para um entendimento de que tirar a própria vida é o pior dos pecados, uma ofensa aos deuses, um crime ou um distúrbio mental. Essa percepção social enviesada em torno da morte voluntária

retroalimenta o tabu em torno dela na medida em que gera preconceitos, que geram julgamentos, que impedem a discussão sobre o tema, fomentando o próprio o tabu.

O presente estudo também contribui para uma compreensão aprofundada acerca da multifatorialidade e da complexidade que caracterizam o suicídio. Com isso, proporciona-se o entendimento de que a ocorrência de transtornos mentais é apenas um dos fatores que podem contribuir para o comportamento suicida, dentre tantos outros, inclusive características da personalidade, fatores contextuais e questões inerentes à própria existência. Essa compreensão nos ajuda a perceber a responsabilidade do indivíduo que recorre à morte voluntária, contribuindo para reduzir a autorresponsabilização por parte dos enlutados, forte componente da culpa e do isolamento que comumente ocorrem nesse tipo de luto.

A vivência do luto por suicídio carrega não apenas a dor da perda, que já é muito intensa, mas também o choque da morte repentina e violenta, e todo o peso do estigma. Assim, constatamos que o luto por suicídio possui particularidades e especificidades, como tendência a ser mais prolongado e intenso, maior risco de tornar-se um processo de luto complicado, maior probabilidade de sintomas de estresse pós-traumático, revisão completa de valores, crenças e sentidos sustentados até então, levando ao aumento de sintomas depressivos e do risco de suicídio, busca pelos “porquês” e tentativa constante de compreensão do ato, percepção desproporcionalmente elevada de responsabilidade pelo ocorrido, raiva do falecido e de si mesmo, sentimento de impotência, frustração, abandono, rejeição e desgaste das relações familiares, além da possibilidade de um “estranho alívio”.

Compreender o processo de luto e a importância do compartilhamento desta vivência para sua elaboração saudável possibilitou entendermos que algumas das particularidades do luto por suicídio estão diretamente relacionadas ao tabu que cerca esse tipo de morte e leva ao isolamento social e ao menor acolhimento dos sobreviventes, como julgamentos, acusações e culpabilização dos enlutados, medo do estigma, vergonha, solidão, incompreensão, ruína de idealizações sobre o morto e decepção, além dos impactos das crenças estigmatizantes do próprio enlutado acerca do suicídio, que podem acarretar na dificuldade em assimilar a morte, contribuindo para o prolongamento do luto. Ao mitigar o tabu, contribuimos para ampliar os espaços de discussão sobre saúde mental e o desejo de tirar a própria vida e para facilitar o processo de luto de pessoas que perderam alguém por suicídio, atuando tanto na prevenção quanto na posvenção do autoextermínio. Conforme mencionado anteriormente, a posvenção compreende ações de acolhimento aos enlutados, contribuindo para o enfrentamento do estigma e para a prevenção de novos casos de suicídio.

Fica evidente a necessidade de disseminar mais conhecimento sobre o sofrimento existencial, o suicídio e o processo de luto, além de aumentar a compreensão acerca dos fatores associados ao suicídio e à saúde mental, e de sensibilizar a sociedade acerca do tema, ampliando as redes de suporte formal e informal aos enlutados. Novas pesquisas sobre o tema podem investigar como o estigma sobre o suicídio interfere no atendimento e na escuta de pessoas em contextos específicos, como escolas, ambientes de trabalho e serviços de saúde. Também se sugere novos estudos sobre o luto por suicídio em diferentes populações, como adolescentes, profissionais de saúde e familiares, buscando identificar ações de posvenção eficazes para fortalecer o acolhimento e a integração social dos enlutados.

Neste contexto, a Psicologia tem o papel essencial de contribuir para desconstruir o tabu acerca das questões de saúde mental, do suicídio e do processo de luto por meio da conscientização da sociedade, trazendo informações de qualidade, objetivas e esclarecedoras. A partir da Psicologia, é possível desenvolver uma visão desmistificada daquele que tira a própria vida e dos sobreviventes enlutados. Assim, contribui-se para fazer “correr a palavra” sobre tais temas, ampliando espaços de acolhimento e compartilhamento e favorecendo a formação de uma sociedade mais compassiva, possibilitando um processo de luto mais saudável e menos estigmatizado.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, Mário César Rezende. O papel das revisões de literatura na produção e síntese do conhecimento científico em Psicologia. *Gerais, Revista Interinstitucional de Psicologia*, Belo Horizonte, v. 14, n. spe, p. 1-5, dez. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.36298/gerais202114e23310>. Acesso em: 11 mai. 2024.

BOTEGA, Neury José et al. Comportamento suicida na comunidade: prevalência e fatores associados à ideação suicida. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 45-53, mar. 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462005000100011>. Acesso em: 03 nov. 2023.

BOTEGA, Neury José. *Crise Suicida: avaliação e manejo*. Porto Alegre: Artmed, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Boletim Epidemiológico* 33, v. 52. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 17 set. 2021. Assunto: Mortalidade por suicídio e notificações de lesões autoprovocadas no Brasil. Disponível em: [https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2021/boletim\\_epidemiologico\\_vs\\_33\\_final.pdf](https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2021/boletim_epidemiologico_vs_33_final.pdf). Acesso em: 16 set. 2023.

CABRAL, Daniela Piroli. O luto por suicídio: Sobre vivências e sentidos. 2023. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2023.

CALLIGARIS, Contardo. Tristeza e dignidade do suicídio. Folha de São Paulo, São Paulo, 06 de setembro de 2007. Disponível em:

<https://www1.folha.uol.com.br/fsp/ilustrad/fq1309200732.htm>. Acesso em: 19 mai. 2024.

CAMUS, Albert. O mito de Sísifo. Tradução de Valerie Rumjanek Chaves. 8. ed. Rio de Janeiro: Record, 2010. Trabalho original publicado em 1941.

CEREL, Julie.; BROWN, Margaret M.; MAPLE, Myfanwy; SINGLETON, Michael; VAN DE VENNE, Judy; MOORE, Melinda; FLAHERTY, Chris. How many people are exposed to suicide? Not six. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, California, v. 49, n. 2, p. 529-534, 2018. <https://doi.org/10.1111/sltb.12450>. Acesso em: 24 ago. 2024.

CORRÊA, Humberto. Combater o tabu para evitar o suicídio. In: CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA. Artigos. Brasília, 12 de setembro de 2014. Disponível em: <https://portal.cfm.org.br/artigos/combater-o-tabu-para-evitar-o-suicidio>. Acesso em: 21 abr. 2024.

CRUZ, Diana; VALADARES, Sara. Sobreviver ao suicídio: diferentes expressões de luto e intervenção psicológica. In: GABRIEL, Sofia; PAULINO, Mauro; BAPTISTA, Telmo Mourinho (coord.). *Luto: Manual de Intervenção Psicológica*. Lisboa: Pactor, 2021. p. 115-128.

DANTAS, Eder Samuel Oliveira; BREDEMEIER, Juliana; AMORIM, Karla Patrícia Cardoso. Sobreviventes enlutados por suicídio e as possibilidades para posvenção no contexto da saúde pública brasileira. *Saúde e Sociedade*, v. 31, n. 3, p. e210496pt, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902022210496pt>. Acesso em 16 set. 2023.

DE CASTRO, João Cardoso; DE CASTRO, Murilo Cardoso. Dispor-se de si mesmo: notas sobre o mater-se e a possibilidade da virtude no suicídio. *Problemata: Revista Internacional de Filosofia*, v. 10, n. 5, p. 60-76, 26 dez. 2019.

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://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0679>. Acesso em 03 jul. 2024.

FERRACIOLI, Natália Gallo Mendes et al. Comportamento suicida: o paradoxo vida e morte em meio à pandemia de Covid-19. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, Londrina, v. 12, n. 2, p. 75-100, ago. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5433/2236-6407.2021v12n2p75>. Acesso em 02 jul. 2024

FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA. 17º Anuário Brasileiro de Segurança Pública. São Paulo: Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2023. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2023/07/anuario-2023.pdf>. Acesso em: 20 set. 2023.

- FUKUMITSU, Karina Okajima. Sobreviventes enlutados por suicídio: cuidados e intervenções. São Paulo: Summus, 2019a.
- FUKUMITSU, Karina Okajima. Suicídio e Gestalt-Terapia. 3ª ed. São Paulo: Lobo, 2019b.
- FUKUMITSU, Karina Okajima; KOVÁCS, Maria Júlia. Especificidades sobre processo de luto frente ao suicídio. *Psico*, Porto Alegre, v. 47, n. 1, p. 03-12, 2016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.15448/1980-8623.2016.1.19651>. Acesso em: 18 set. 2023.
- GABRIEL, Sofia; PAULINO, Mauro; BAPTISTA, Telmo Mourinho. Introdução. In: GABRIEL, Sofia; PAULINO, Mauro; BAPTISTA, Telmo Mourinho (coord.). *Luto: Manual de Intervenção Psicológica*. Lisboa: Pactor, 2021. p. XXIX-XXXVI.
- GOMES, Eliene. Rocha; CONSTANTINIDIS, Teresinha Cid. Sentimentos e Percepções do Luto de Sobreviventes ao Suicídio de Jovens. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 43, p. e255629, 2023. Disponível em <https://doi.org/10.1590/1982-3703003255629>. Acesso em 02 jul. 2024.
- HAN, Byung-Chul. *A sociedade do cansaço*. Tradução de Enio Paulo Giachini. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2015.
- KOVÁCS, Maria Júlia. Morte, separação, perdas e o processo de luto. In: *Morte e Desenvolvimento Humano*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1992. p. 149-164.
- KOVÁCS, Maria Júlia. Curso Psicologia da Morte: Educação para a morte em ação. *Boletim da Academia Paulista de Psicologia*, São Paulo, v. 36, n. 91, p. 400-417, jul. 2016. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-711X2016000200010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2016000200010&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 02 jul. 2024.
- KREUZ, Giovana; ANTONIASSI, Raquel Pinheiro Niehues. Grupo de Apoio para sobreviventes do suicídio. *Psicologia em Estudo*, v. 25, p. e42427, 2020. Disponível em <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v25i0.42427>. Acesso em 03 jul. 2024.
- MING-WAU, Carlos et al. A decisão de tentar o suicídio sob a lente fenomenológico-existencial sartriana. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 4, p. 1310-1330, 2020.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE - OMS. *Prevenção do suicídio: um recurso para conselheiros*. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2006. Disponível em: <https://www.saude.df.gov.br/documents/37101/183291/OMS-Manual-de-preven%C3%A7%C3%A3o-do-suic%C3%ADdio-para-conselheiros.pdf/809e493d-291f-f716-2a61-e7135ddb3b40?t=1648938692609>. Acesso em: 18 set. 2023.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE - OMS. *Suicide Worldwide in 2019: Global Health Estimates*. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2021. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>. Acesso em: 16 set. 2023.
- REIS, Alexandre H. *História do Suicídio: livro 1: variações antigas e o domínio do cristianismo*. Belo Horizonte: Páginas Editora, 2020.

ROCHA, Luciana. *Nem covarde, nem herói: amor e recomeço diante de uma perda por suicídio*. Divinópolis: Gulliver, 2022.

ROTHER, Edna. Editorial: Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v. 20, n. 2, p. v-vi, 17 jul. 2007.

RUCKERT, Monique Lauermann Tassinari; FRIZZO, Rafaela Petrolli; RIGOLI, Marcelo Montagner. Suicídio: a importância de novos estudos de posvenção no Brasil. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p. 85-91, dez. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20190013>. Acesso em: 22 set. 2023.

SARTRE, Jean Paul. *O existencialismo é um humanismo*. Tradução de Vergílio Ferreira. São Paulo: Abril S.A., 1973. Trabalho original publicado em 1945.

SCAVACINI, Karen. *O suicídio é um problema de todos: a consciência, a competência e o diálogo na prevenção e posvenção do suicídio*, 2018. Tese (Doutorado em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018. doi:10.11606/T.47.2018.tde-26102018-155834. Acesso em: 02 nov.2023.

SCAVACINI, Karen et al. *Posvenção: orientações para o cuidado ao luto por suicídio*. São Paulo: Instituto Vita Alere de Prevenção e Posvenção do Suicídio, 2020. E-book. Disponível em: <https://vitaalere.com.br/wp-content/uploads/2020/08/Cartilha-Posvencao-e-Cuidado-ao-Luto-por-Suicidio-Vita-Alere.pdf>. Acesso em: 17 set. 2023.

SERRA, Adriana Patrícia Egg; FREITAS, Joanneliese de Lucas. Luto materno no suicídio: a impotência e o desamparo frente às (im)possibilidades. *Revista do NUFEN*, Belém, v. 12, n. 3, p. 19-37, dez. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.26823/RevistadoNUFEN.vol12.nº03artigo73>. Acesso em 02 jul. 2024.

WORDEN, J. William. *Aconselhamento do Luto e Terapia do Luto: um manual para profissionais da saúde mental*. Tradução de Adriana Zilberman, Leticia Bertuzzi, Susie Smidt. 4. ed. São Paulo: Roca, 2013.