



<https://sites.uft.edu.br/uma/>

RESSIGNIFICANDO DOR E LUTO: a formação de um grupo de apoio para pessoas enlutadas

Patricia Ferreira Nomellini¹

Ruth Bernardes de Lima Pereira²

Rachel Bernardes de Lima³

Neila Barbosa Osório⁴

RESUMO:

As perdas e o luto constituem experiências universais que podem gerar intenso sofrimento emocional, social e físico ao longo do curso da vida. Embora tradicionalmente associado à morte de pessoas próximas, estudos recentes evidenciam que outras perdas significativas — como mudanças de papéis sociais, doenças incapacitantes, perdas ocorridas durante a pandemia de COVID-19 e até a perda de animais de estimação — também desencadeiam processos de luto com impactos relevantes no bem-estar e na saúde mental. Nesse contexto, o luto é compreendido atualmente como um fenômeno dinâmico, singular e não linear, no qual o indivíduo oscila entre o enfrentamento da dor da perda e a reorganização da vida cotidiana, buscando reconstruir significados e vínculos. Diante desse cenário, iniciativas coletivas de acolhimento têm sido reconhecidas como importantes estratégias de promoção da saúde mental e de prevenção de agravos relacionados ao sofrimento prolongado. O presente estudo tem como objetivo apresentar a proposta de formação de um grupo de apoio para pessoas em situação de dor e luto, desenvolvido no estado do Tocantins, como estratégia de promoção do bem-estar e apoio psicossocial. Trata-se de um relato de experiência sobre a criação do grupo de apoio “Dor e Luto”, desenvolvido pela Universidade Federal do Tocantins em parceria com o Programa de Extensão Universidade da Maturidade (UMA). A proposta fundamenta-se em abordagem fenomenológica, valorizando as narrativas e experiências vividas pelos participantes, com foco no acolhimento, escuta qualificada, compartilhamento de vivências e reconhecimento da singularidade do processo de luto. Considera-se que os grupos de apoio se configuram como espaços coletivos de escuta, fortalecimento de vínculos e troca de experiências, favorecendo a ressignificação da dor e a reconstrução de sentidos após perdas significativas. Em contextos sociais marcados por vulnerabilidades e pela ampliação da longevidade, como no estado do Tocantins, iniciativas dessa natureza podem contribuir para a promoção da saúde mental, para a prevenção do luto complicado e para o fortalecimento de recursos individuais e comunitários de enfrentamento.

Palavras-chave: luto; apoio social; saúde mental; envelhecimento; promoção da saúde.

¹ Pós doutora em educação, graduada em Enfermagem. E-mail: patinomellini@gmail.com

² Mestre em Saúde, pela Universidade Federal do Tocantins, graduada em Enfermagem. E-mail:

³ Pós-doutora em Educação pela Universidade Federal do Tocantins (UFT/TO), graduada em Pedagogia pela atual Universidade Estadual de Anápolis. Professora SEDUC-TO; Unitins; E-mail: bernardes.rachel@gmail.com

⁴ Pós-doutora em Educação pela Universidade Estadual do Paraná (UEPA/PA). Graduada em Serviço Social pela UCDB/MS. Professora UFT. E-mail: neilaosorio@mail.uft.edu.br