

SUSANA ISABEL ALVES NUNES MANQUINHO

**Relação entre a Perceção de Limitação nas Cerimónias
Fúnebres e a Intensidade das Respostas do Luto: O Papel
Moderador das Formas Alternativas de Homenagem**

Orientadora: Prof^ª. Dra. Ágata Salvador

Coorientadora: Prof^ª. Dra. Sara Albuquerque

**Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
Escola de Psicologia e Ciências da Vida**

Lisboa

2023

SUSANA ISABEL ALVES NUNES MANQUINHO

**Relação entre a Perceção de Limitação nas Cerimónias
Fúnebres e a Intensidade das Respostas do Luto: O Papel
Moderador das Formas Alternativas de Homenagem**

Dissertação defendida em provas públicas para a obtenção do Grau de Mestre no Curso de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, conferido pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, defendida no dia 27 de janeiro de 2023, perante o júri, com o Despacho de Nomeação N.º 379/2022, com a seguinte composição:

Presidente: Prof.ª. Doutora Tânia Gaspar

Arguente: Prof.ª. Doutora Alexandra Coelho (Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa)

Orientadora: Prof.ª. Doutora Ágata Salvador

Coorientação: Prof.ª. Doutora Sara Albuquerque

**Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
Escola de Psicologia e Ciências da Vida**

Lisboa

2023

Dedicatória

À minha avó Lena, a minha estrelinha que com ela surgiu o interesse do tema desta dissertação.

Não esquecendo também do meu avô Titi, que com certeza estará orgulho.

Dedico este trabalho também a todas as pessoas enlutadas que se viram limitadas por todas as circunstâncias do período pandémico.

Agradecimentos

Ao longo da concretização deste trabalho foram várias as pessoas que estiveram comigo e que contribuíram direta ou indiretamente para que isto fosse possível. Esta é a minha oportunidade de expressar o meu profundo agradecimento.

Agradecer aos meus pais e avó pelo esforço feito ao longo destes anos da minha vida académica, e que me incentivaram a não desistir e a lutar pelos meus objetivos. Ao meu querido irmão, que esteve sempre presente, pela sua paciência, amor, ajuda e apoio incondicional, acreditando em mim, mesmo nos momentos em que eu própria não acreditava. Não há palavras para descrever o que foste e tens sido para mim.

À minha orientadora Professora Doutora Ágata Salvador e à minha coorientadora Professora Doutora Sara Albuquerque, um especial obrigado por toda a disponibilidade, apoio, motivação e dedicação.

Um especial agradecimento às minhas colegas do grupo de seminário, à Bárbara, à Liliane e à Mariana pela colaboração e palavra amiga constante ao longo da realização da dissertação.

À Raquel e à Daniela, por todos os risos e boa disposição constante, por os todos os conselhos e motivação nos momentos mais difíceis, pela constante luta conjunta em conseguirmos realizar o nosso percurso.

À Mafalda, à Pinto, à Machado, à Solange por todos os momentos partilhados e que nunca desistiram de me dar aquela palavra de ânimo.

Ao Daniel, por aturar as minhas crises existenciais, pela sua paciência, motivação e acreditar sempre em mim.

Não esquecendo do “squad” gostaria de lhes agradecer pelo apoio e amizade ao longo de todo este percurso, nomeadamente à Helena, à Catarina e ao Diogo que mesmo não estando tão presentes não me deixaram desistir.

Ao meu cãopanheiro, Maty.

A todos o meu muito obrigada!

Resumo

Os rituais e cerimónias fúnebres permitem a manutenção do vínculo com a pessoa falecida. Perante a pandemia SARS-CoV-2 e as restrições associadas, os enlutados viram-se na impossibilidade de conseguirem realizar estes rituais. O presente estudo teve como objetivo explorar o papel moderador das formas alternativas de homenagem (realizar homenagem nas redes sociais, acender velas em memória da pessoa falecida, usar objetos da pessoa falecida) na relação entre a percepção de limitação nas cerimónias fúnebres (percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente, e percepção de limitação em concretizar as vontades expressas pela pessoa falecida em relação às cerimónias fúnebres) e a intensidade das respostas do luto. A amostra foi composta por 227 participantes, com idades compreendidas entre os 18-77 anos, que perderam uma pessoa próxima durante o período pandémico. Os resultados obtidos mostraram que o uso de objetos da pessoa falecida, modera na relação entre a percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente e a intensidade das respostas do luto. E ainda a existência do papel moderador realizar homenagem nas redes sociais e de acender velas em memória da pessoa falecida, na relação entre a percepção de limitação em concretizar as vontades expressas pelo falecido, em relação às cerimónias fúnebres e a intensidade das respostas do luto. Conclui-se que, maiores níveis de percepção de limitação nas cerimónias fúnebres estão associados a maior intensidade das respostas do luto. Destaca-se, no entanto, a importância da flexibilidade psicológica, nomeadamente no âmbito das formas alternativas de homenagem, como forma de atenuar o impacto da percepção de limitação nas cerimónias fúnebres na intensidade das respostas do luto.

Palavras-chave: Percepção de limitação nas cerimónias fúnebres; Intensidade das respostas do luto; Formas alternativas de homenagem e SARS-CoV-2.

Abstract

Funeral rituals and ceremonies allow the maintenance of the bond with the deceased person. Because of SARS-CoV-2 pandemic and the associated restrictions, the performance of these rituals was limited. The present study aimed to explore the moderating role of alternative forms of homage (carrying out homage in social networks, lighting candles in memory of the deceased person, using objects of the deceased person) in the relationship between the perception of limitation in funeral ceremonies (perception of limitation in performing a body present ceremony, and perception of limitation in fulfilling the wishes expressed by the deceased person in relation to funeral ceremonies) and the intensity of the mourning responses. The sample consisted of 227 participants, aged between 18-77 years, who lost a close person during the pandemic period. The results showed that the deceased person's use of objects, moderates the relationship between the perception of limitation in performing a body present ceremony and the intensity of the grief responses. We also found a moderating role of carrying out homage in social networks and lighting candles in memory of the deceased person, in the relationship between the perception of limitation in fulfilling the wishes expressed by the deceased, in relation to the funeral ceremonies and the intensity of the mourning responses. It is concluded, that higher levels of perceived limitation in funeral ceremonies are associated with greater intensity of grief responses. However, the importance of psychological flexibility is highlighted, particularly in the context of alternative forms of homage, as a way of mitigating the impact of the perception of limitation in funeral ceremonies on the intensity of mourning responses.

Keywords: Perception of limitation in funeral ceremonies; Intensity of grief responses; Alternative forms of homage and SARS-CoV-2.

Índice Geral

Resumo	5
Abstract	6
Índice de Figuras	8
Índice de Gráficos	9
Índice de Tabelas	10
Introdução	11
Conceptualização do Luto	11
Restrições na pandemia e processos de luto	13
Importância dos rituais e cerimónias fúnebres	14
Formas alternativas de homenagem.....	16
Objetivos.....	19
Método	20
Participantes	20
Procedimento	22
Instrumentos	23
Questionário sociodemográfico e situacional.	23
Perceção de limitação nas cerimónias fúnebres.....	23
Formas alternativas de homenagem.....	23
Instrumento de Avaliação da Perturbação de Luto Prolongado – versão reduzida (PG-4; Djelantik et al., 2017).	23
Análise estatística	24
Resultados	24
Discussão	33
Implicações clínicas.....	35
Limitações e estudos futuros	37
Referências	39

Índice de Figuras

Figura 1 Esquema do Modelo do Processo Dual – Adaptado de Stroebe e Schut (1999) 13

Figura 2 Diagrama do Modelo de Moderação..... 19

Índice de Gráficos

Gráfico 1 Efeito de Usar Objetos da Pessoa Falecida na Relação entre a Perceção de Limitação em Realizar Cerimónia de Corpo Presente e a Intensidade das Respostas do Luto 31

Gráfico 2 Efeito da Homenagem nas Redes Sociais na Relação entre a Perceção de Limitação em Concretizar a Vontade Expressa pelo Falecido Relativamente às Cerimónias Fúnebres e a Intensidade das Respostas do Luto 31

Gráfico 3 Efeito de Acender Velas em Memória da Pessoa Falecida na Relação entre a Perceção de Limitação em Concretizar a Vontade Expressa pelo Falecido Relativamente às Cerimónias Fúnebres e a Intensidade das Respostas do Luto. 32

Índice de Tabelas

Tabela 1 Caracterização Sociodemográfica da Amostra	20
Tabela 2 Correlações de Pearson entre as Variáveis em Estudo	25
Tabela 3 Análises de Moderação das Formas Alternativas de Homenagem na Relação entre Perceção de Limitação Realizar Cerimónia de Corpo Presente e a Intensidade das Respostas do Luto.....	27
Tabela 4 Análises de Moderação das Formas Alternativas de Homenagem na Relação entre Perceção de Limitação Concretizar as Vontades Expressas pela Pessoa Falecida em Relação às Cerimónias Fúnebres e a Intensidade das Respostas do Luto	30

Introdução

Conceptualização do Luto

A palavra “Luto” deriva do latim *luctus*, que significa, mágoa, dor, lástima (Gabriel et al., 2021). A conceptualização do luto tem vindo a sofrer algumas alterações, ao longo do tempo. A palavra “luto” de uma forma simplista está, muitas vezes, associada à morte de um ente querido (Gabriel et al., 2021). No entanto, há autores que dizem que o luto pode resultar não só da perda de alguém significativo, como também, por exemplo, situações de separação, perda de um animal de estimação, perda de um membro do corpo (Gabriel et al., 2021; Hall, 2014) e a privação de algo alcançável (i.e., algo material) ou inalcançável (e.g., projetos de vida ou ambições pessoais; Marques, 2018).

O luto deve então ser compreendido como uma resposta normativa a um evento de perda, envolvendo aspetos emocionais, cognitivos, comportamentais, sociais, espirituais e/ou físicos (Hall, 2014; Pappas, 2021; Worden, 2018). No caso do processo de luto por morte de um ente querido, este envolve a adaptação por parte do enlutado à ausência da pessoa perdida, exigindo que o enlutado prescinda de todos os planos idealizados em conjunto, transformando a relação que até antes era física, numa relação emocional, simbólica e interna (Gabriel et al., 2021). Ainda que transversal, o luto é uma experiência singular, subjetiva, muito pessoal e por isso cada pessoa desencadeia um processo de luto distinto, variando na intensidade, resposta emocional e na evolução temporal do mesmo (Worden, 2018).

A resposta do luto consiste num conjunto de sintomas e reações à perda, que variam na sua intensidade e duração. Estas respostas podem ser: intrapessoais, interpessoais e existenciais. As respostas intrapessoais do luto podem surgir na forma somática (e.g., boca seca, fadiga, alterações de apetite, insónias), na forma emocional (e.g., saudade, ansiedade, tristeza, culpa, solidão, choque, alívio), na forma comportamental (e.g., hiperatividade, negligência do autocuidado, rutura de atividade, lentificação), e na forma cognitiva (e.g., dificuldades de atenção, pensamentos intrusivos, ruminação, desorganização do pensamento/discurso; Gabriel et al., 2021; Pereira, 2014; Santos, 2018).

Quanto às respostas interpessoais do luto na relação com a pessoa perdida, existe uma revisão da relação anterior com o falecido (e.g., dependência, insegurança, conflito), a manutenção da relação simbólica (e.g., fidelização, diálogo com o falecido), ou concreta (fantasia de reencontro, sensação de presença - as manifestações de sensação de presença quando mantidas no tempo podem levar a lutos mais complicados.). As tarefas relacionais com o falecido também necessitam de ser reformuladas (e.g., pedir perdão, futuro não vivido). Para

além disso, o luto interpessoal compreende a elaboração da relação com o meio e com os outros, podendo existir perdas secundárias (e.g., no caso do falecido ser por exemplo o responsável pela estabilidade financeira da família; a perda de contactos de pessoas que estavam relacionadas ao ente querido). Por último, as respostas existenciais dizem respeito sobretudo a um sentimento de desesperança, envolvendo uma perda da fé, anseio da morte, revolta contra a igreja e Deus, perda do sentido de vida, vida sem significado, vida vazia, resignação (Gabriel et al., 2021; Pereira, 2014; Santos, 2018).

É importante ter em consideração que algumas destas respostas podem constituir um risco para o luto prolongado (e.g., manifestações intensas de saudade e ausência; amargura e ressentimento persistentes com a perda e com a vida em geral, percepção da vida como vazia, sem significado; atordoamento ou choque; Gabriel et al., 2021; Worden, 2018). Esta é uma reação de luto grave atipicamente longo após a perda (i.e., mais de 6 meses no mínimo) caracterizada pelo intenso sofrimento emocional sobre a perda (e.g., tristeza, culpa, negação, dificuldade em aceitar a morte), além do desejo persistente, e preocupação com o falecido (International Classification Of Diseases; Taylor, 2022)

Os modelos mais contemporâneos do luto, dão um maior enfoque ao papel ativo (vs passivo), que o indivíduo enlutado tem na adaptação à perda (Gabriel et al., 2021). Um exemplo de um destes modelos é o Modelo do Processo Dual de Stroebe e Schut (1999; Figura 1). Segundo este modelo, uma adaptação saudável ao processo de luto, implica a consciência dos momentos orientados para a perda em que o enlutado pode sentir (e.g., trabalho de luto, expressar os seus sentimentos, quebra de laços) e os momentos orientados para o recuperação/restauração do funcionamento (e.g., envolvimento do enlutado em novas atividades, distração da dor, novos papéis/identidades/relações; Stroebe & Schut, 1999).

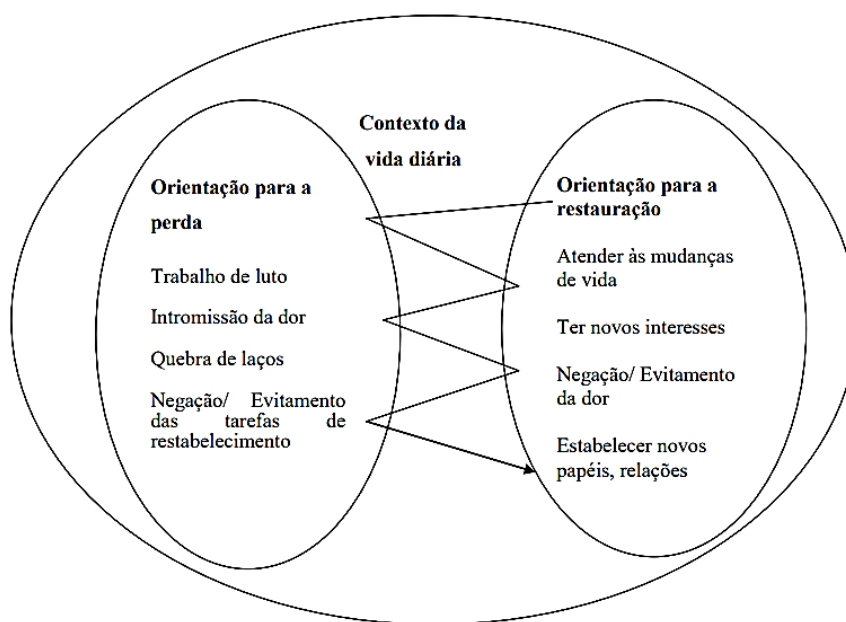
A supressão e evitamento de comportamentos de orientação para a perda, pode gerar psicopatologia severa (Stroebe & Schut, 1999). Para além disso, a retenção exclusivamente na orientação para a perda, ou na orientação para a restauração, pode levar a um luto crónico ou a um luto inibido, respetivamente (Delalibera, 2010).

Assim, a premissa deste modelo é de que deve existir uma oscilação entre estes tipos de comportamentos para que o processo de luto seja adaptado (Stroebe & Schut, 1999). Recentemente, o conceito de “sobrecarga” foi acrescentado a este modelo, tendo especial relevância no impacto acrescido da pandemia nos processos de luto, i.e., as exigências e as consequências no contexto pandémico, podem ser vistos como uma eventual “carga” de

acumulação comprometendo a saúde do indivíduo, podendo contribuir para o desgaste, ansiedade e angústia (Coelho & Teixeira, 2020; Stroebe & Schut, 2016).

Figura 1

Esquema do Modelo do Processo Dual – Adaptado de Stroebe e Schut (1999)



Restrições na pandemia e processos de luto

O vírus SARS-CoV-2, responsável pela doença Covid-19, foi identificado pela primeira vez em janeiro de 2020 na China, e em março de 2020 foi registado o primeiro caso covid em Portugal. Este vírus assemelha-se a uma síndrome gripal comum, e pode apresentar-se como uma doença mais grave (i.e., pneumonia), sendo transmitido através de gotículas de secreções respiratórias, objetos e superfícies contaminadas (Serviço Nacional de Saúde, 2020). Para combater a propagação do vírus, o Governo Português e a Direção Geral de Saúde (DGS) viram-se na obrigação de tomar medidas (e.g., o distanciamento social entre as pessoas, o uso da máscara, a desinfecção com álcool gel nas mãos, restrições em visitas na área de saúde, confinamento; Serviço Nacional de Saúde, 2020).

Também as cerimónias fúnebres foram alvo de restrições. Independentemente de existir ou não confirmação de ter o vírus SARS-COV-2, o cadáver era removido e a família era impedida de o ver, a sua identificação era feita muitas vezes por via remota, através de uma agência funerária, do hospital ou do Instituto Nacional de Medicina Legal (IML), com fotografias do rosto da pessoa em causa. As famílias não podiam escolher a roupa com a qual a

pessoa ia para o caixão, tendo o cadáver que ir nu, para não existir possíveis meios de contaminação. Nas cerimónias fúnebres, apenas podiam estar no máximo 10 pessoas, e os caixões não poderiam ser abertos impossibilitando a despedida, o culto cultural e religioso (Aguiar et al., 2020).

Estas restrições, implicaram a ausência da proximidade física dos outros, em particular da rede familiar e amigos mais próximos, a rutura com as normas sociais, rituais e práticas de luto, potenciando uma maior vulnerabilidade, solidão e podendo afetar a capacidade do enlutado conectar-se com o falecido antes e depois da morte (Mayland et al., 2020).

Uma das consequências da pandemia é o aumento do número de mortes e consequentemente, o aumento da prevalência do luto (Taylor, 2022). Vivenciar uma crise (e.g., perder alguém querido) no âmbito de uma outra crise, neste caso a pandemia, com as implicações das restrições em causa, pode intensificar e complicar o processo de luto, tornando-o mais doloroso e prolongado (Serviço Nacional de Saúde, 2021).

Importância dos rituais e cerimónias fúnebres

As restrições relativas às cerimónias e rituais fúnebres, mudaram a forma como habitualmente olhamos para o luto, e como nos relacionamos com a perda, levando a uma proporção maior do luto desautorizado. Os enlutados durante a pandemia, podem perceber a sua perda como não reconhecida, não sendo socialmente validada e homenageada publicamente, uma vez que poderão não ter as mesmas oportunidades de receber o suporte social como em tempos pré-pandemia, vendo-se mais limitadas nas oportunidades de expressarem a sua dor. Esta privação e desvalorização do sofrimento pode representar dificuldades no processamento emocional, diminuindo a oportunidade de expressar livremente as suas emoções e de receber compaixão, bem como, o apoio dos outros (Albuquerque et al., 2021; Coelho & Teixeira, 2020).

A morte de um ente querido não significa necessariamente desapego emocional, e perda de relacionamento. Ainda que o falecido não esteja fisicamente presente, o apego emocional pode se manter (Worden, 2018): “*A adaptação saudável à perda envolve não um “deixar ir” ou desapego, mas sim uma transformação da presença física em vínculos contínuos.*” (Walsh, 2020, p. 909).

Esta conexão/vínculo contínuo permite cumprir uma das funções dos rituais, denominada de *continuing bonds* (CB) – vínculos/laços contínuos (Root & Exline, 2014). Os vínculos contínuos possibilitam uma sensação de presença/apego do seu ente querido por

muitos mais anos, e os rituais podem cumprir essa função (Stroebe et al., 2012; Worden, 2018).

Existem dois tipos de CB: o internalizado e externalizado (Albuquerque, 2018). A função do CB internalizado está ligada à manutenção de proximidade psicológica com o falecido, isto é, o enlutado tem uma representação interna do falecido. Os vínculos contínuos internalizados são vistos como um refúgio e um modelo seguro, proporcionando conforto e uma fonte de consolo para os enlutados (Albuquerque, 2018; Root & Exline, 2014). Exemplo disso, é o uso de objetos do falecido por parte do enlutado, estes evocam boas lembranças do mesmo, criando uma sensação internalizada de segurança e conexão com o seu ente querido (Wakenshaw, 2020). Quanto à expressão externalizada do CB, esta manifesta-se na sensação de presença, proximidade física do falecido, ilusões ou alucinações (Albuquerque, 2018; Root & Exline, 2014). Se por um lado, o CB internalizado é apontado como adaptativo, o CB externalizado, pode estar relacionado com sintomas de luto prolongado (Albuquerque, 2018).

Os rituais de luto e as cerimónias fúnebres variam em função das culturas e religiões, ainda assim, partilham funções terapêuticas que são transversais (Coelho & Teixeira, 2020). Essas funções terapêuticas são importantes para o processo de luto, proporcionando: o confronto com a realidade da perda, a consciencialização e assimilação da morte como algo real e irreversível; espaço para a introspeção sobre a morte como um processo integrado na vida; oportunidade de expressão emocional; sentir mais controlo sobre a dor; o momento de despedida e homenagem da pessoa perdida; oportunidade de receber suporte social e emocional; e estabelecer formas de manutenção de vínculo com a pessoa perdida (Albuquerque et al., 2021; Crepaldi et al., 2020; Gabriel et al., 2021). Estes rituais facilitam a aceitação, o processamento/consciencialização da perda, a procura de significado, a partilha do sofrimento e da dor, sendo também ocasiões para receber apoio emocional por parte da comunidade (Mitima-Verloop, et al., 2019).

Relativamente aos benefícios dos rituais e cerimónias fúnebres, quando existe uma percepção positiva por parte do enlutado, estão relacionados com o afeto positivo nos primeiros meses após a perda. E, na ausência dos mesmos, pode acarretar um risco elevado para uma consequente depressão, stress pós-traumático e/ou luto prolongado (Mitima-Verloop, et al., 2019; Mayland et al., 2020).

No entanto, Burrell e Selman (2020) salientam que os benefícios dos rituais pós-morte, dependem da capacidade do enlutado em moldar-se a esses rituais e despedir-se de uma forma que lhe seja significativa e lhe faça sentido, sugerindo que as restrições destas práticas não implicam necessariamente, experiências e lutos desajustados. Importa referir que o enlutado

tem o direito de não querer comparecer nas cerimónias fúnebres e isso não significa necessariamente pecado, ou abandono, nem um luto desajustado. Pode estar relacionado com o modo como a pessoa enlutada lida com o luto, sendo que muitos enlutados muitas vezes à posteriori, visitam o cemitério ou fazem outro tipo de ritual, como forma de honrarem o falecido. Estes outros rituais, podem ter mais significado do que estar presente no dia da cerimónia fúnebre (Gabriel et al., 2021).

Para este estudo, foram utilizadas duas variáveis de perceção de limitação nas cerimónias fúnebres associadas a diferentes funções. A primeira, diz respeito à perceção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente, e está mais relacionada com o confronto da realidade da perda. A segunda refere-se à perceção de limitação em concretizar as vontades expressas pela pessoa falecida em relação às cerimónias fúnebres e está relacionada com a função de homenagear a pessoa perdida (Albuquerque et al., 2021; Gabriel et al., 2021).

Formas alternativas de homenagem

A flexibilidade de encontrar outras formas de homenagem, pode ajudar a superar o momento crítico, diminuindo a probabilidade do luto prolongado (Cardoso et al., 2020). A flexibilidade é definida como a capacidade de aumentar ou suprimir a expressão emocional de acordo com as exigências situacionais (Cohen & Katz, 2015).

Esta flexibilidade psicológica e comportamental para fazer cumprir as funções dos rituais e cerimónias que foram restringidos pode constituir um fator protetor da psicopatologia, prevenindo a gravidade do luto, menor ansiedade e solidão e crescimento pós-traumático (Cohen & Katz, 2015; Kashdan & Rottenberg, 2010; Knowles & O'Connor, 2015). Os enlutados com perturbação de luto prolongado apresentam um repertório menos expressivo e flexível que os indivíduos enlutados que apresentam um luto ajustado (Bonanno & Burton, 2013). Estudos mostram que a flexibilidade psicológica contribui para um menor sofrimento e maior adaptabilidade à vida após a perda do ente querido e regulação emocional (Bonanno & Burton, 2013; Cohen & Katz, 2015; Kashdan & Rottenberg, 2010).

Quando as práticas fúnebres não são possíveis de ser efetuadas da forma como o enlutado idealizou, novas formas alternativas de homenagem podem contribuir para cumprir as mesmas funções (Gabriel et al., 2021). As formas alternativas de homenagem são reforçadas quando existe uma impossibilidade de realizar e expressar homenagem (Mergulhão, 2020). Para além das cerimónias fúnebres (e.g., funeral, velório), existem outros rituais coletivos e individuais fúnebres (Mitima-Verloop et al., 2019). Os rituais coletivos podem ser:

compartilhar histórias com outras pessoas sobre a pessoa que faleceu, participar num serviço fúnebre em memória. Por outro lado, os rituais individuais podem ser: criar algo de forma a expressar os sentimentos (e.g., poemas, desenhos, pinturas, livros), visitar a campa do falecido ou o local das cinzas, ouvir música ou assistir a um filme que lembra o falecido, visitar um lugar especial para o falecido, criar um altar ou espaço (e.g., colocar uma foto do falecido), vestir algo do falecido, acender uma vela em memória do ente querido, entre outros; Mitima-Verloop, et al., 2019).

Os enlutados procuram manter-se conectados emocionalmente com o falecido. O desejo da presença do seu ente querido após a morte leva a que o enlutado procure manter esse apego emocional através de outras formas de homenagem (Mergulhão, 2020; Worden, 2018). Algumas dessas formas alternativas podem ser: a criação de páginas ou plataformas on-line específicas dedicadas ao falecido, a produção das tatuagens em homenagem, a manutenção e prestação de homenagem do ente querido nas redes sociais, tributos prestados voluntariamente em espaços públicos, como flores, velas e fotos (Mergulhão, 2020) e usar objetos do falecido (Gibson, 2004). Este estudo focou-se nas seguintes formas alternativas de homenagem: realizar homenagem nas redes sociais, acender velas em memória da pessoa falecida, usar objetos da pessoa falecida.

A internet e as redes sociais (e.g., Facebook, Instagram) podem ser uma via para a manutenção de vínculos, proporcionando novos meios de expressão emocional e homenagem dos falecidos (e.g., fotos, vídeos e outros conteúdos; Brubaker et al., 2013; Gibbs et al., 2015). As expressões de sentimentos de luto nas redes sociais, têm um papel importante no processamento da dor, da partilha da mesma e do sofrimento (Brubaker et al., 2013). O processo de luto é tornado público, favorecendo as manifestações de apoio e a conexão emocional, sobretudo quando a distância não permite o contacto físico (Meyer, 2016). Permitem superar o isolamento, encontrando outras pessoas enlutadas que passaram por uma experiência semelhante, com o propósito de partilhar memórias e experiências, encontrando o apoio e por vezes significado da dor (Bailey et al., 2015).

Adicionalmente e relacionado com a religião e as manifestações culturais do luto, surge o simbolismo da vela. Estas podem ter diversos significados: símbolo de cristo a que os falecidos iriam encontrar; oração pelos mortos; celebração de grandes feriados religiosos; facilitar e prolongar magicamente a vida de uma pessoa; forma de causar a morte, doença ou curar alguém; forma de impedir ou causar desastres naturais (Bougere, 2008; Johnson & Wijdicks, 2018; Sedakova, 2015). Ainda que, a vela seja um símbolo neutro e universal, aliada

a um ícone (e.g., uma cruz, imagem) e uma oração, desempenha um simbolismo sagrado (Johnson & Wijdicks, 2018; Sedakova, 2015). Frequentemente, as velas são acesas e as orações são recitadas, sendo um momento em que as pessoas refletem e evocam paz e tranquilidade (Johnson & Wijdicks, 2018). No contexto das cerimónias fúnebres, considera-se que estas funções multifacetadas das velas funcionam como um mecanismo de compensação de cuidar do ente querido, facilitando a reflexão, serenidade, expressão de solidariedade, tristeza e compaixão (Sedakova, 2015).

Por fim, a literatura refere que o uso dos objetos (e.g., fotografias, roupa, bijuteria, livros) podem atuar como objetos de transição à medida que os indivíduos lidam e se confrontam com a perda e se movem em direção à mesma (Gibson, 2004; Wakenshaw, 2020). Os objetos transacionais são como material simbólico que fornecem segurança e conexão ao enlutado. Estes podem ser usados para facilitar o caminho do processo de luto entre o apego e a perda, permitindo a conexão emocional e intimidade desse luto para com o falecido, sem recorrer a palavras (Cadell et al., 2020; Goldstein et al., 2020; Wakenshaw, 2020).

A falta de autodeterminação nas decisões durante a pandemia (e.g., não estar presente no momento de partilha da dor), a restrição em si (i.e., ter sido impedido de fazer algo; Albuquerque et al., 2021; Walsh, 2020) e a ausência de um momento de despedida pode potenciar a respostas mais intensas de luto e/ou luto prolongado (Cardoso et al., 2020; Mayland et al., 2020).

As formas alternativas que cumprem as mesmas funções dos rituais fúnebres, em termos de demonstração de afeto e de homenagem podem amenizar o impacto das restrições, particularmente, em termos do isolamento imposto pela pandemia e consequentemente, a probabilidade do luto prolongado (Cardoso et al., 2020). Logo, encontrar formas alternativas de homenagem é uma expressão de flexibilidade psicológica e comportamental, destacando-se como fator de proteção para a psicopatologia, inclusive no luto prolongado (Cardoso et al., 2020; Kashdan & Rottenberg, 2010; Mitima-Verloop, et al., 2019; Worden, 2018).

Assim, o contributo deste estudo prende-se com aumentar o conhecimento sobre as formas alternativas de homenagem, tendo em conta a importância da flexibilidade de fazer cumprir as mesmas funções dos rituais fúnebres e cerimónias que estiveram restringidos, percebendo qual o impacto das mesmas na intensidade das respostas do luto, contribuindo para o conhecimento científico, e possível auxílio de outras pessoas que se possam ter visto limitadas neste processo.

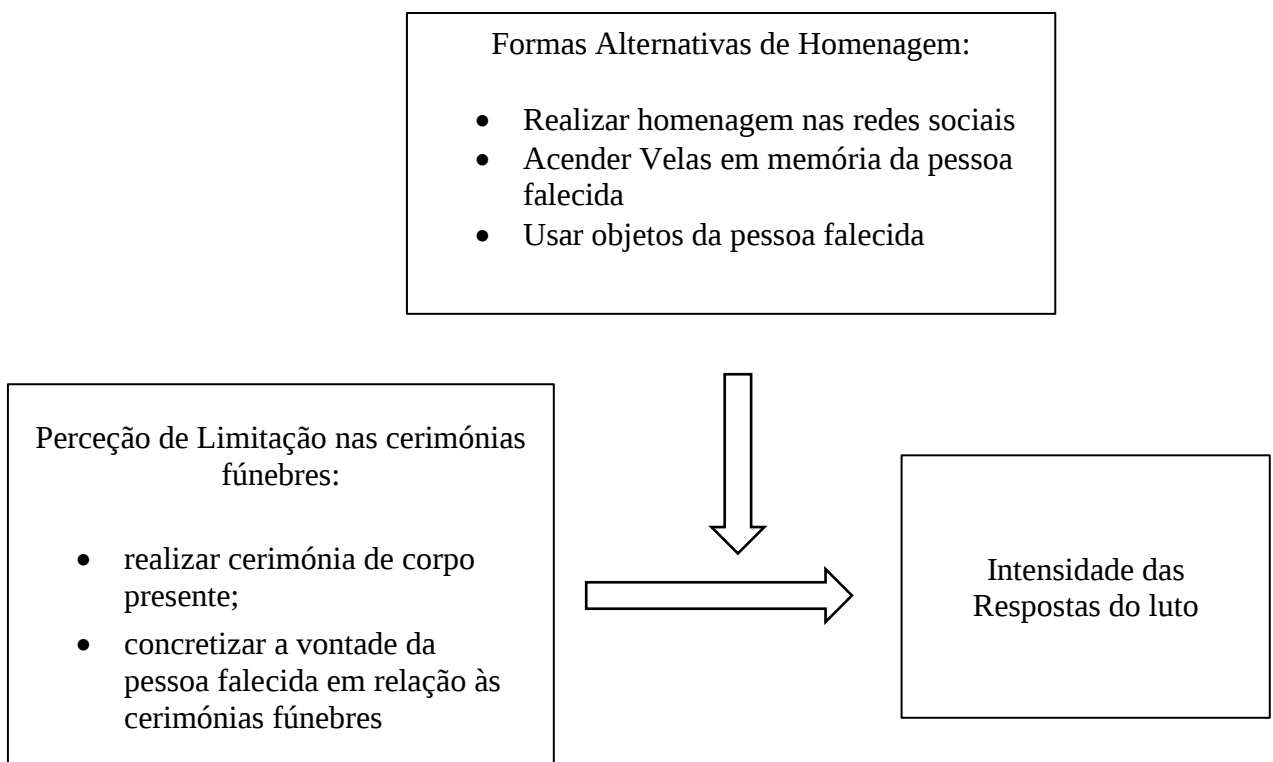
Objetivos

Este estudo procurou explorar o papel moderador das formas alternativas de homenagem (realizar homenagem nas redes sociais, acender velas em memória da pessoa falecida, usar objetos da pessoa falecida) na relação entre a perceção de limitação nas cerimónias fúnebres (perceção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente; e perceção de limitação em concretizar as vontades expressas pela pessoa falecida em relação às cerimónias fúnebres) e a intensidade das respostas do luto (Figura 2).

Podemos antecipar as seguintes hipóteses: a) maiores níveis de perceção de limitação nas cerimónias fúnebres estão associados a maior intensidade das respostas do luto, b) a realização de formas alternativas de homenagem podem atenuar o impacto da perceção de limitação nas cerimónias fúnebres na intensidade das respostas do luto.

Figura 2

Diagrama do Modelo de Moderação



Método

Participantes

A amostra foi constituída por 227 participantes, com idades compreendidas entre os 18 e os 77 anos, os quais predominou o sexo feminino. Relativamente ao estado civil, a maioria dos participantes era casado/união de facto. Quanto às características associadas à morte, o grau de parentesco do falecido mais prevalente foi o de avô/avó. A maioria dos falecidos teve como causa de óbito a doença oncológica, destaca-se a extrema proximidade ao falecido.

As características da amostra e as circunstâncias do luto, encontram-se representadas na Tabela 1.

Tabela 1

Caracterização Sociodemográfica da Amostra

		<i>n (%) / M (DP)</i>
Sexo	Feminino	194 (85.5%)
	Masculino	33 (14.5 %)
Idade		39.50 (13.15)
Nacionalidade	Portuguesa	225 (99.1%)
	Outras	2 (0.9%)
Estado civil	Solteiro (a)	83 (36.6%)
	Casado (a)/ União de facto	112 (49.3%)
	Viúvo (a)	15 (6.6%)
	Divorciado (a)	17 (7.5%)
Escolaridade	Ensino básico	16 (7.0%)
	Ensino Secundário/Curso Técnico	59 (26.0%)
	Bacharelato	4 (1.8 %)
	Licenciatura	92 (40.5 %)
	Mestrado	52 (22.9 %)
	Doutoramento	4 (1.8%)
Situação Profissional	Ativo (a)	165 (72.7 %)
	Desempregado (a)	11 (4.8%)
	Reformado (a)	10 (4.4 %)
	Estudante	33 (14.6%)

	Inativo (a)	5 (2.2%)
	Lay off	3 (1.3%)
Causa do óbito falecido	Doença oncológica	83 (36.6 %)
	Doença neurodegenerativa	14 (6.2%)
	Insuficiência de órgão	52 (22.9%)
	Doença súbita	40 (17.6%)
	Acidente	6 (2.6%)
	Homicídio	1 (0.4%)
	Suicídio	2 (0.9%)
	Outros	29 (12.8%)
Proximidade ao falecido	Pouco	21 (9.3%)
	Moderadamente	16 (7.0%)
	Extremamente	190 (83.7%)
Grau de parentesco	Cônjuge/companheiro	14 (6.2%)
	Pai/mãe	66 (29.1%)
	Filho/filha	2 (0.9%)
	Irmão/irmã	8 (3.5%)
	Avô/avó	71 (31.3%)
	Tio/tia	31 (13.7%)
	Sogro/sogra	11 (4.8%)
	Amigo/a	13 (5.7 %)
	Outros	11 (4.8%)
Sexo do falecido	Feminino	110 (48.5%)
	Masculino	117 (51.5%)
Idade do falecido		74.63 (16.43)
Formas alternativas de homenagem		
Realizar homenagem nas redes sociais	Fez	82 (36.1%)
	Não fez	145 (63.9%)
Acender velas em memória da pessoa falecida	Fez	125 (55.1%)
	Não fez	102 (44.9%)
Usar objetos da pessoa falecida	Fez	133 (58.6%)
	Não fez	94 (41.4%)

Procedimento

O presente estudo insere-se no âmbito de um projeto nacional mais alargado, focado no impacto do luto na pandemia SARS-CoV-2. O projeto mais alargado foi aprovado pela Comissão de Ética da Administração Regional de Saúde Centro e Norte.

O presente estudo, constitui um estudo exploratório com um desenho quantitativo transversal. Através do link disponível online, os participantes preencheram o consentimento informado, onde estavam apresentados os objetivos do estudo, quem poderia participar, o que iria ser pedido, o anonimato e a confidencialidade dos dados, o caráter voluntário da participação, e os possíveis riscos associados à participação no estudo (e.g., desencadeamento de memórias e emoções dolorosas). O tempo estimado para o preenchimento deste questionário foi de 25 minutos. Mediante solicitação, foram disponibilizados aos participantes contactos da linha Saúde 24, Linha de Apoio Psicológico e da Consulta de Luto da área de residência.

O método de amostragem foi não probabilístico por bola de neve, ou seja, foi pedido aos participantes que identificassem outros membros da população alvo, e assim sucessivamente. A recolha da amostra deste estudo foi iniciada em dezembro de 2021 e terminada em março de 2022.

Em termos éticos, foram tidos em consideração os seguintes aspetos: As épocas festivas (e.g., Natal, passagem de ano, Páscoa) caracterizam-se pela proximidade a nível familiar e/ou de amigos significativos, podendo dessa forma ser um evento ativador a nível emocional, para os enlutados que perderam alguém significativo. Assim, a divulgação do questionário foi interrompida nestes períodos temporais. Ainda, a sequência das perguntas do questionário (com os dados sociodemográficos em último lugar) foi estruturada de forma a minimizar o risco do enlutado, se manter muito ativado emocionalmente, sem possibilidade de contenção dessa ativação.

A amostra do presente estudo foi composta por pessoas em luto que perderam um ente querido durante o período pandémico decretado em Portugal devido à pandemia por SARS-CoV-2. Foram incluídos aqueles que aceitaram participar e que cumpriram os seguintes critérios de inclusão: 1) Ter idade igual ou superior a 18 anos; 2) Perda de uma pessoa considerada próxima durante o período pandémico; 3) Óbito ocorrido durante o período da pandemia por Covid-19, após o dia 11 de março de 2020.

Instrumentos

Questionário sociodemográfico e situacional.

Este questionário foi construído no âmbito desta investigação, tendo como objetivo recolher informação, acerca das características sociodemográficas dos participantes, (e.g., sexo do enlutado, idade, nacionalidade, situação profissional) e das características relacionadas com a morte (e.g., causa do óbito, proximidade ao falecido, grau de parentesco).

Percepção de limitação nas cerimónias fúnebres.

Foram usados dois itens construídos no âmbito do estudo, que pretendem avaliar a percepção do indivíduo acerca das limitações impostas pelas restrições ao nível das cerimónias fúnebres. Uma percepção referia-se a realizar uma cerimónia fúnebre específica, e a outra relativa à concretização da vontade da pessoa falecida, i.e., percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente, e a percepção de limitação em concretizar as vontades expressas pela pessoa falecida em relação às cerimónias fúnebres. Os itens foram respondidos numa escala com as seguintes categorias de resposta: nenhuma, pouca, alguma, muita e extrema limitação, e não se aplica. A opção ‘não se aplica’ destas variáveis foi recodificado para ‘nenhuma limitação’.

Formas alternativas de homenagem.

Foram usados três itens construídos no âmbito do estudo: realizar homenagem nas redes sociais, acender velas em memória da pessoa falecida, e usar objetos da pessoa falecida. Os itens foram respondidos numa escala com as seguintes categorias de resposta: nenhuma, reduzida, moderada, elevada e extrema satisfação, não se aplica. A opção ‘não se aplica’ destas variáveis foi recodificado para ‘nenhuma satisfação’, e de seguida foram criados dois grupos em cada uma destas variáveis, i.e., “fez” ou “não fez” determinada forma alternativa de homenagem.

Instrumento de Avaliação da Perturbação de Luto Prolongado – versão reduzida (PG-4; Djelantik et al., 2017).

Para avaliar a intensidade das respostas do luto no processo do mesmo, foi selecionado o Instrumento de Avaliação da Perturbação de Luto Prolongado versão reduzida (PG-4). Este instrumento centra-se na percepção subjetiva do enlutado, sobre a frequência de sintomas associados ao processo de luto (i.e., manifestações intensas de saudade e ausência, a amargura e ressentimento persistentes com a perda e com a vida em geral, percepção da vida como vazia

ou sem significado, atordoamento ou choque). Os autores Djelantik e colaboradores (2017) analisaram estatisticamente os 13 itens do PG-13 (criado por Prigerson et al., 2009) e reconheceram 4 itens que identificam estatisticamente os indicadores de risco do luto prolongado (e.g., “Sinto saudades e ausência da pessoa que perdi”, “A minha vida é vazia ou sem significado sem a pessoa que perdi”) respondidos numa escala de 1 (Nunca) a 5 (Sempre). Foi utilizada a versão reduzida deste instrumento (i.e., PG-4) devido ao tempo pós-morte, podendo incluir menos de 6 meses. Na presente amostra o alfa de Cronbach foi de .86. Foi usado o score global (i.e., somatório dos itens).

Análise estatística

As análises foram conduzidas em SPSS. Em primeiro lugar, foram realizadas correlações às principais variáveis do estudo para explorar a relação entre as variáveis (Tabela 2). A magnitude das correlações foi analisada através do coeficiente de Pearson, usando o critério de Cohen (1998): fraca ($r < 0.30$), moderada (r entre 0.30 e 0.49) e forte ($r > 0.50$). Em segundo lugar, para examinar o efeito moderador da realização das formas alternativas de homenagem (Figura 2) foram testados seis modelos de moderação com recurso ao macro para SPSS - PROCESS (Hayes, 2018). As perceções de limitação de restrições (perceção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente; perceção de limitação em concretizar as vontades expressas pela pessoa falecida em relação às cerimónias fúnebres) foram inseridas como variáveis independentes, e a intensidade das respostas do luto como variável dependente. As variáveis moderadoras corresponderam às formas alternativas de homenagem (realizar homenagem nas redes sociais, acender velas em memória da pessoa falecida e usar objetos da pessoa falecida). Deste modo, para cada variável independente foram testadas 3 moderações. Os efeitos foram analisados por meio do procedimento bootstrapping. Os intervalos de confiança (IC) são considerados significativos se não incluírem o zero. Considerou-se um nível de significância de .05.

Resultados

Na tabela 2 estão apresentados os resultados das correlações às principais variáveis do estudo. Os resultados indicaram uma correlação positiva e significativamente forte (Cohen 1988) entre a perceção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente e a perceção de limitação em concretizar as vontades expressas pela pessoa falecida em relação às cerimónias

fúnebres. A percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente encontrou-se correlacionada positivamente e significativamente fraca com a intensidade das respostas do luto. A percepção de limitação em concretizar as vontades expressas pela pessoa falecida em relação às cerimónias fúnebres demonstrou estar correlacionada positiva e significativamente fraca com a intensidade das respostas do luto.

Tabela 2

Correlações de Pearson entre as Variáveis em Estudo

Variáveis	1	2	3	M	DP
1. Percepção de limitação realizar cerimónia de corpo presente	—	.51***	.15*	3.48	1.58
2. Percepção de limitação concretizar as vontades expressas pela pessoa falecida em relação às cerimónias fúnebres	—	—	.24***	2.78	1.73
3. Intensidade das respostas do luto	—	—	—	12.93	4.07

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Relativamente às análises de moderação, foram testados 3 modelos de moderação para a variável percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente (Tabela 3). O modelo 1 considerou como moderador realizar ou não homenagem nas redes na associação entre a percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente (VI) e a intensidade das respostas do luto. Os resultados sugeriram que o modelo mostrou ser não significativo, explicando 4.27% da variância dos resultados da intensidade das respostas do luto ($F(3, 223) = 3.32, p = .02, R^2 = .04$). Não se verificou um efeito de interação significativo, apontando para a inexistência de um papel moderador da variável realizar homenagem nas redes sociais na relação entre a VI e a intensidade das respostas do luto (VD). Contudo, a VI mostrou ter um efeito estatisticamente significativo na VD.

O modelo 2 considerou como moderador acender ou não velas em memória da pessoa falecida, na associação entre a percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente (VI) e a intensidade das respostas do luto. Os resultados sugeriram que o modelo mostrou ser não significativo, explicando 3.3% da variância dos resultados da intensidade das respostas do

luto ($F(3, 223) = 2.54, p = .06, R^2 = .03$). Não se verificou um efeito de interação significativo, apontando para a inexistência de um papel moderador da variável acender velas em memória da pessoa falecida na relação entre VI e a intensidade das respostas do luto.

O modelo 3 considerou como moderador o uso ou não uso de objetos da pessoa falecida na associação entre a percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente (VI) e a intensidade das respostas do luto. Os resultados sugeriram que o modelo mostrou ser significativo e explica 8.83% da variância dos resultados ($F(3,223) = 7.20, p = .00, R^2 = .09$). Observou-se a existência de uma interação negativa e significativa entre a VI e usar objetos da pessoa falecida (Variável moderadora). A existência do efeito moderador de usar objetos da pessoa falecida, sugere que o efeito da VI na intensidade das respostas do luto é significativamente diferente, consoante os enlutados usem ou não os objetos da pessoa falecida, sendo esta relação apresentada graficamente através do gráfico 1. Mais especificamente, para quem usou objetos da pessoa falecida, a relação entre a percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente não se relacionou significativamente com a intensidade das respostas do luto. Por seu lado, para quem não recorreu a esta forma alternativa, níveis mais elevados de percepção de limitação, associaram-se a maior intensidade das respostas do luto (Gráfico 1).

Tabela 3

Análises de Moderação das Formas Alternativas de Homenagem na Relação entre Perceção de Limitação Realizar Cerimónia de Corpo Presente e a Intensidade das Respostas do Luto

		<i>B</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	IC [LL; UL]
Modelo 1	Constant	10.81	14.13	.00	[9.30;12.32]
	Perceção de limitação realizar cerimónia de corpo presente (VI)	.52	2.52	.01	[.11; .93]
	Realizar homenagem nas redes sociais (Vmod)	2.69	1.79	.06	[-.13; 5.51]
	Interação VIXVmod	-.50	-1.36	.18	[-1.21; .22]
Modelo 2	Constant	11.28	11.86	.00	[9.41; 13.16]
	Perceção de limitação realizar cerimónia de corpo presente (VI)	.35	1.35	.18	[-.16; .85]
	Acender Velas em memória da pessoa falecida (Vmod)	.57	.44	.66	[-2.00; 3.14]
	Interação VIXVmod	.06	.18	.86	[-.61; .74]
Modelo 3	Constant	9.12	9.53	.00	[7.24; 11.01]
	Perceção limitação realizar cerimónia de corpo presente (VI)	.81	3.18	.00	[.31; 1.31]
	Usar objetos da pessoa falecida (Vmod)	4.31	3.39	.00	[1.80; 6.81]
	Interação VIXVmod	-.74	-2.22	.03	[-1.40; -.08]

O modelo 4 considerou como moderador realizar ou não homenagem nas redes sociais, na associação entre a percepção de limitação em concretizar as vontades expressas pelo seu falecido em relação às cerimónias fúnebres (VI) e a intensidade das respostas do luto. Os resultados sugeriram que o modelo mostrou ser significativo e explica 9.61% da variância dos resultados ($F(3,223) = 7.90, p = .00, R^2 = .10$). Pela análise da tabela 4, observou-se a existência de uma interação negativa e significativa entre a (VI) e realizar homenagem nas redes sociais (variável moderadora). A existência do efeito moderador de realizar homenagem nas redes sociais sugere que o efeito da VI na intensidade das respostas do luto foi significativamente diferente consoante os enlutados realizem ou não homenagem nas redes sociais, sendo esta relação apresentada graficamente através do gráfico 2. Mais especificamente, para aqueles que realizaram a forma alternativa de homenagem nas redes sociais, a relação entre a percepção de limitação em concretizar as vontades expressas pelo seu falecido em relação às cerimónias fúnebres não se relacionou significativamente com a intensidade das respostas do luto. Por seu lado, para aqueles que não realizaram, níveis mais elevados de percepção de limitação associaram-se a mais intensidade na resposta do luto (gráfico 2).

O modelo 5 considerou como moderador acender ou não velas em memória da pessoa falecida na associação entre a percepção de limitação em concretizar as vontades expressas pelo falecido em relação às cerimónias fúnebres (VI) e a intensidade das respostas do luto. Os resultados sugeriram que o modelo mostrou ser significativo e explica 8.82% da variância dos resultados ($F(3,223) = 7.19, p = .00, R^2 = .09$). Pela análise da tabela 4, observou-se a existência de uma interação negativa e significativa entre a VI e acender velas em memória da pessoa falecida (variável moderadora). A existência do efeito moderador de acender velas em memória da pessoa falecida sugere que o efeito da VI na intensidade das respostas do luto foi significativamente diferente consoante os enlutados acendem ou não velas em memória da pessoa falecida, sendo esta relação apresentada graficamente através do gráfico 3. Os resultados mostram que para as pessoas que acenderam as velas em memória da pessoa falecida, a relação entre a percepção de limitação em concretizar as vontades expressas pelo falecido em relação às cerimónias fúnebres não se relacionou significativamente com a intensidade das respostas do luto. Por seu lado, para aqueles que não realizaram, níveis mais elevados de percepção de limitação associaram-se a mais intensidade das respostas do luto (gráfico 3).

O modelo 6 considerou como moderador usar ou não usar objetos da pessoa falecida na associação entre a percepção de limitação em concretizar as vontades expressas pelo falecido em relação às cerimónias fúnebres (VI) e a intensidade das respostas do luto. Os resultados

sugeriram que o modelo mostrou ser significativo, explicando 10.48% da variância dos resultados da intensidade das respostas do luto ($F(3, 223) = 8.71, p = .00, R^2 = .10$). No entanto, não se verificou um efeito de interação significativo, apontando para a inexistência de um papel moderador da variável usar objetos da pessoa falecida na relação entre a VI e a intensidade das respostas do luto.

Tabela 4

Análises de Moderação das Formas Alternativas de Homenagem na Relação entre Perceção de Limitação Concretizar as Vontades Expressas pela Pessoa Falecida em Relação às Cerimónias Fúnebres e a Intensidade das Respostas do Luto

		<i>B</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	IC [LL; UL]
Modelo 4	Constant	10.35	17.54	.00	[9.18; 11.51]
	Perceção de limitação concretizar as vontades expressas pelo seu falecido em relação às cerimónias fúnebres (VI)	.83	4.46	.00	[.47; 1.20]
	Realizar homenagem nas Redes Sociais (Vmod)	3.19	3.02	.00	[1.11; 5.27]
	Interação VIXVmod	-.81	-2.59	.01	[-1.43; -.19]
Modelo 5	Constant	10.09	14.79	.00	[8.74; 11.43]
	Perceção de limitação concretizar as vontades expressas pelo seu falecido em relação às cerimónias fúnebres (VI)	1.01	4.21	.00	[.54; 1.48]
	Acender Velas em memória da pessoa falecida (Vmod)	2.55	2.57	.01	[.60; 4.51]
	Interação VIXVmod	-.79	-2.54	.01	[-1.41; -.18]
Modelo 6	Constant	9.88	13.53	.00	[8.44; 11.32]
	Limitação concretizar as vontades expressas pelo seu falecido em relação às cerimónias fúnebres (VI)	.77	3.29	.00	[.31; 1.23]
	Usar objetos da pessoa falecida (Vmod)	2.70	2.76	.01	[.77; 4.63]
	Interação VIXVmod	-.39	-1.29	.20	[-.99; .21]

Gráfico 1

Efeito de Usar Objetos da Pessoa Falecida na Relação entre a Perceção de Limitação em Realizar Cerimónia de Corpo Presente e a Intensidade das Respostas do Luto

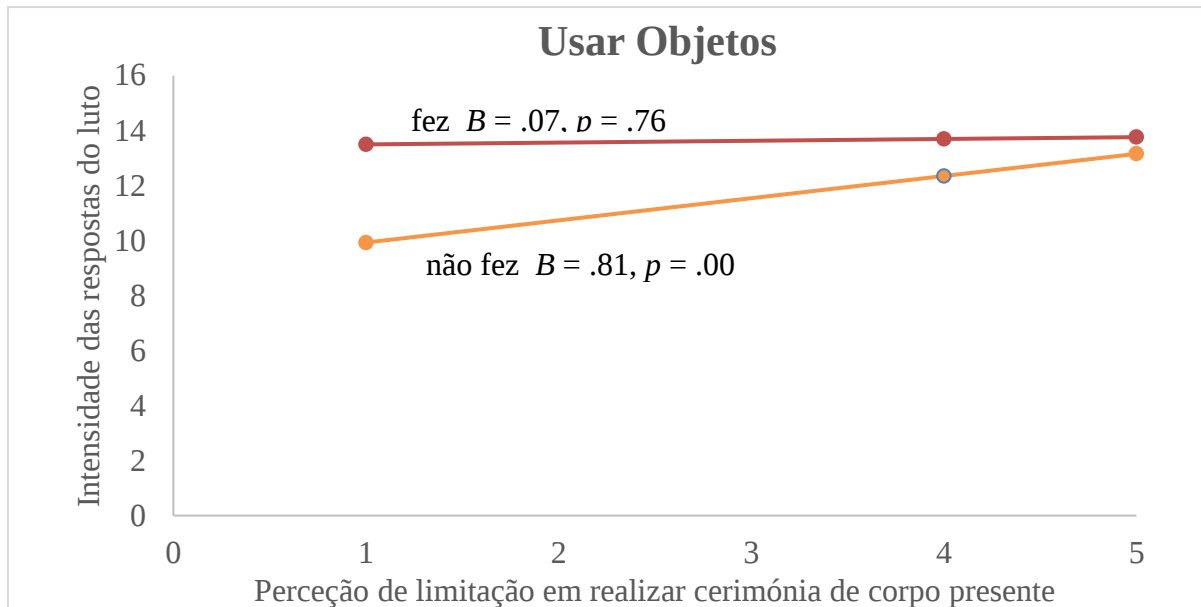


Gráfico 2

Efeito da Homenagem nas Redes Sociais na Relação entre a Perceção de Limitação em Concretizar a Vontade Expressa pelo Falecido Relativamente às Cerimónias Fúnebres e a Intensidade das Respostas do Luto

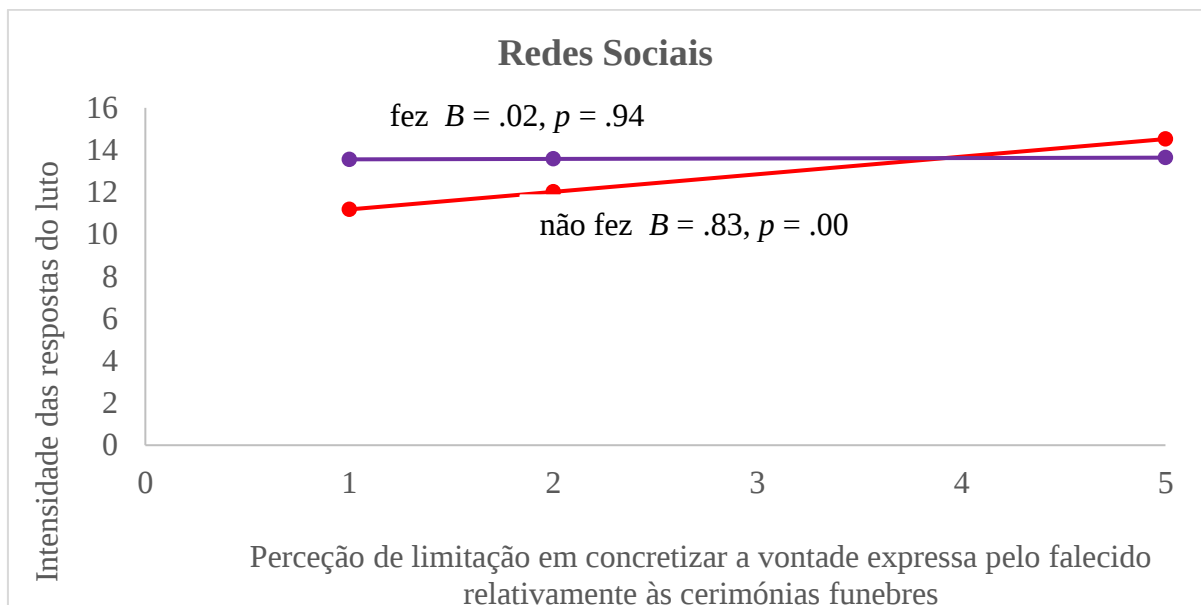
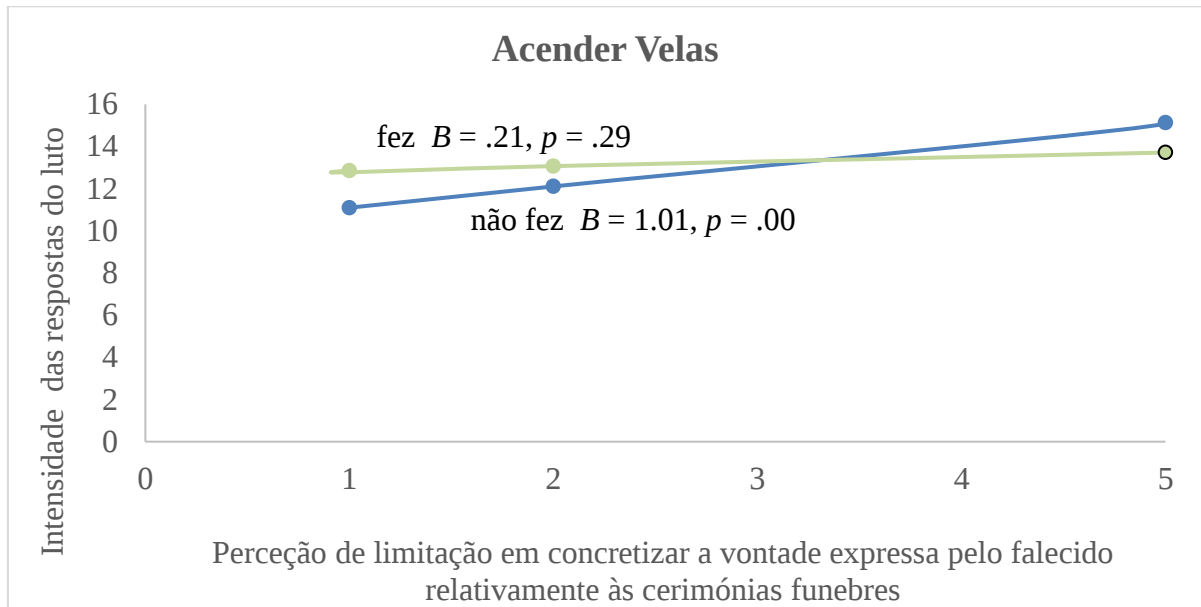


Gráfico 3

Efeito de Acender Velas em Memória da Pessoa Falecida na Relação entre a Percepção de Limitação em Concretizar a Vontade Expressa pelo Falecido Relativamente às Cerimónias Fúnebres e a Intensidade das Respostas do Luto.



Discussão

Através deste estudo, pretendeu-se contribuir para o conhecimento científico sobre o impacto das limitações percecionadas nas cerimónias fúnebres durante a pandemia e o efeito moderador das formas alternativas de homenagem.

Em relação à primeira hipótese, os resultados obtidos corroboram os resultados de trabalhos anteriores que mostraram que maiores níveis de percepção de limitação nas cerimónias fúnebres estavam associados a maior intensidade das respostas do luto. Isto parece suportar o que foi dito anteriormente, que as cerimónias fúnebres são consideradas organizadoras do processo de despedida e importantes para a elaboração do luto (Albuquerque et al., 2021; Crepaldi et al., 2020; Gabriel et al., 2021; Mitima-Verloop, et al., 2019).

Para além disso, por ser expectável culturalmente que as cerimónias fúnebres fossem presenciais, os resultados mostraram que as pessoas que percecionaram limitação em realizar cerimónia de corpo presente foram também as que percecionaram limitações em concretizar as vontades expressas pelo seu falecido relativamente às cerimónias fúnebres.

Tendo em conta a segunda hipótese deste estudo, os resultados obtidos corroboram que perante a falta de autodeterminação e a restrição nas cerimónias fúnebres, é possível encontrar formas de fazer cumprir as mesmas funções dos rituais e cerimónias fúnebres que à partida foram restringidas. Não sendo transversal para todos os enlutados, a realização de formas alternativas de homenagem pode atenuar a força da relação entre a percepção de limitação nas cerimónias fúnebres e a intensidade das respostas do luto (Cardoso et al., 2020; Gabriel et al., 2021; Meyer, 2016; Mergulhão, 2020; Worden, 2018).

Homenagem nas redes sociais como moderador

A prática do luto no meio digital tem vindo a ganhar um papel com cada vez mais relevância pela emergência das tecnologias (Christensen & Gotved, 2015). Esta partilha e demonstração de luto tendem a ser coerentes com os rituais construídos coletivamente e amenizam a relação entre a percepção de limitação nas cerimónias fúnebres e a intensidade das respostas do luto (Gabriel et al., 2021).

Os resultados mostraram que a realização de homenagem nas redes sociais modera a relação entre a percepção de limitação em concretizar as vontades expressas pela pessoa falecida e a intensidade das respostas do luto (modelo 4). Os resultados obtidos podem ser explicados atendendo à oportunidade dos enlutados terem um espaço para lidar publicamente com a perda da pessoa significativa, processando os seus sentimentos pessoais, compartilhando as suas

experiências e memórias com pessoas que também conviveram com o falecido. Estes aspetos são coerentes com os estudos anteriores que mostram que os enlutados encontram nas redes sociais várias funções como: manter o vínculo com o falecido; expressão emocional; momento de despedida e homenagem da pessoa perdida; oportunidade de receber suporte social e emocional (Gabriel et al., 2021; Gibbs et al., 2015; Maddrell, 2016; Mitima-Verloop, et al., 2019; Lingel, 2013).

Para além disso, a manutenção de laços continuados através de uma rede de apoio virtual permite ao enlutado participar na 1) construção de memórias ou testemunhos sobre o falecido, 2) homenagens ou tributos, 3) mensagens em geral ao falecido ou aos enlutados, que costumam manifestar condolências e 4) comentários sobre memórias, homenagens e mensagens (Silva & Silva, 2021).

Por outro lado, os resultados mostraram que a realização de homenagem nas redes sociais não modera a relação entre a percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente e a intensidade das respostas do luto (modelo 1). Isto pode estar relacionado com o facto da cerimónia do corpo presente ter como função, o confronto da realidade da perda (i.e., uma representação concreta da morte; Albuquerque et al., 2021; Gabriel et al., 2021). Fazer homenagem nas redes sociais pode não ter a mesma função, ou não ser suficiente comparativamente à função de ver o corpo e estar presente na cerimónia fúnebre.

Acender velas como moderador

Com base nos resultados, verificou-se também que acender as velas em memória da pessoa falecida, atenua a relação entre a percepção de limitação em concretizar as vontades expressas pela pessoa falecida em relação às cerimónias fúnebres e a intensidade das respostas do luto (modelo 5). Isto pode estar relacionado com o facto do enlutado não poder concretizar essas vontades do ente querido mas, ainda assim, as velas proporcionarem um mecanismo de continuar a cuidar deste, expressando a homenagem (Johnson & Wijdicks, 2018).

Já na relação entre a percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente e a intensidade das respostas do luto, os resultados mostraram que acender velas em memória da pessoa falecida não modera esta relação (modelo 2). Este resultado poderá suportar a ideia de que a vela tem uma função mais simbólica (e.g., uma vela acesa representa iluminar para o falecido o mundo pós-morte; Sedakova, 2015), vs. concreta (e.g., a cerimónia de corpo presente proporciona o confronto com a realidade, veracidade e irreversibilidade da perda; Albuquerque et al., 2021; Gabriel et al., 2021).

Uso de objetos da pessoa falecida como moderador

Os resultados mostraram que o uso de objetos da pessoa falecida modera a relação entre a percepção de limitação em realizar cerimónia de corpo presente e a intensidade de respostas do luto (modelo 3), ou seja, usar objetos da pessoa falecida pode atenuar o impacto adverso da percepção desta limitação na intensidade de respostas do luto. Isto pode estar relacionado com o facto de ver o corpo do falecido como usar os objetos do falecido permitirem o acesso à realidade concreta da perda, cumprindo dessa forma funções complementares. Usar objetos do falecido proporciona também a manutenção do vínculo e sensação internalizada de segurança e conexão com o seu ente querido cuja relação com menor intensidade de luto foi já previamente descrita na literatura (Wakenshaw, 2020).

Contudo, os resultados obtidos indicam que o uso de objetos da pessoa falecida não modera a relação entre a percepção de limitação concretizar as vontades expressas pelo seu falecido em relação às cerimónias fúnebres e a intensidade das respostas do luto (modelo 6). A ausência deste efeito de moderação poderá ser explicada pela visão de Gibson (2004) que refere que a utilização dos objetos do falecido pode ser insuficiente, uma vez que não substitui o ente querido, ou com o facto dos enlutados quererem concretizar algo concreto no que toca às cerimónias fúnebres, versus simbólico (i.e., o uso de objetos).

Implicações clínicas

Na sua globalidade, este estudo pode contribuir para o conhecimento científico sobre recursos importantes para o processo de luto. Um dos recursos neste contexto é a flexibilidade que surge para fazer cumprir as mesmas funções dos rituais fúnebres e cerimónias que estiveram restringidos. Em concreto, os resultados deste estudo apontam para a relevância de promover o recurso a formas alternativas de homenagem, aprofundando o conhecimento das mesmas, percebendo o papel amenizador que estas podem ter na intensidade de respostas do luto perante a percepção de limitação nas cerimónias fúnebres.

O contexto da pandemia SARS-COV-2 marca uma mudança drástica na forma de despedida do ente querido nas cerimónias e rituais fúnebres e no processo do luto podendo potenciar e aumentar o risco do luto prolongado (Imber-Black, 2020; Taylor, 2022). Sendo o nosso país muito ligado à religião, nomeadamente ao catolicismo (Coutinho, 2020), os rituais e as cerimónias fúnebres estão muito difundidos, e abrangem funções importantes para o processo de luto. Estes podem ser fulcrais para restaurar o senso de normalidade e o ajustamento à

realidade da perda (Albuquerque et al., 2021; Crepaldi et al., 2020). Perante a impossibilidade da concretização destes rituais e cerimónias fúnebres, surge a importância dos recursos e da flexibilidade psicológica e comportamental do enlutado para fazer cumprir as mesmas funções (Kashdan & Rottenberg, 2010; Walsh, 2020). A flexibilidade permite não só encontrar outras formas de fazer cumprir as mesmas funções, dos rituais e cerimónias fúnebres que à partida foram restringidas (Cardoso et al., 2020), como também é um fator protetor psicopatológico (Kashdan & Rottenberg, 2010; Knowles & O'Connor, 2015; Mitima-Verloop, et al., 2019, Worden, 2018).

A flexibilidade encontra-se positivamente associada ao crescimento pós-traumático e ao crescimento pessoal (Albuquerque et al., 2017; Kashdan & Rottenberg, 2010; Walsh, 2020). A maioria das pessoas enlutadas, em circunstâncias não pandémicas consegue adaptar-se à perda, no entanto, a morte de um ente querido com as restrições de isolamento social associado à falta de apoio físico, emocional e espiritual, e ainda o abalo das estruturas de visões de vida futura, pode destruir crenças centrais e fazer parecer o mundo injusto e imprevisível. O reconhecimento da dor, do sofrimento, das dificuldades e da necessidade de adaptação de rituais e práticas de luto, constituem um fator protetor para a adaptação ao processo de luto (Walsh, 2020; Stroebe & Schut, 2021).

O luto é um processo dinâmico, baseado na idiosincrasia de cada enlutado (Delalibera, 2010) e pode ser mais ou menos adaptado, variando de acordo com intensidade, sentimentos, natureza da relação de vinculação, circunstâncias da perda, redes sociais de apoio familiar e social (Knowles & O'Connor, 2015; Mayland, 2020). Não existindo uma atitude unânime e transversal relativamente à morte, as formas alternativas de homenagem, foram criadas e moldadas para expressar o momento atual, tendo como base a criatividade e a flexibilidade psicológica (Imber-Black, 2020). Desta forma, o Modelo Dual de Stroebe e Schut (1999) enfatiza a importância e o efeito benéfico da oscilação flexível entre os momentos orientados para a perda e os momentos orientados para a restauração do funcionamento. A capacidade do enlutado em envolver-se, de forma flexível, em comportamentos de orientação para a perda e para a restauração, pode prever um melhor ajuste e bem-estar após a morte de um ente querido (Knowles & O'Connor, 2015; Stroebe & Schut, 1999). Neste sentido, e fazendo um paralelo com este modelo contemporâneo do luto, as formas alternativas de homenagem, podem constituir uma forma de orientação para a perda, na medida em que incluem o processo de confronto, lembrança e homenagem à pessoa falecida (Stroebe & Schut, 2016), podendo prever menor intensidade das respostas do luto, menor ansiedade e solidão (Cardoso et al.,

2020; Knowles & O'Connor, 2015).

Um dos modelos transteóricos que visa desenvolver e expandir a flexibilidade psicológica, é a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT). Esta terapia pretende que cada um de nós aja com abertura emocional e com capacidade de adaptar os seus pensamentos e comportamentos em situações difíceis, de forma a encontrar o bem-estar psicológico. Para promover a flexibilidade psicológica, esta terapia tem como base seis processos inter-relacionados: 1) aceitação (i.e., predisposição para lidar com experiências indesejadas, como, memórias, pensamentos ou emoções difíceis; 2) desfusão cognitiva, (i.e., conseguir não agir de forma reativa aos pensamentos e sentimentos); 3) consciência do momento presente; 4) self-como-contexto; 5) valorizar direções de vida relevantes livremente escolhidas; e 6) ação comprometida (Hayes et al., 2021).

Torna-se também necessário refletir sobre algumas medidas que, numa próxima pandemia e/ou consequentes restrições dos rituais, e cerimónias fúnebres possam aliviar o sofrimento e isolamento que os enlutados experienciam (e.g., caso não seja possível a presença física nas cerimónias fúnebres, propor estratégias remotas de despedida). Sugere-se a realização de formas alternativas de homenagem que promova a conexão e se adaptem os rituais, mantendo o respeito; possibilitar contacto virtual com líderes religiosos importantes para a família e amigos do falecido; Mayland et al., 2020; Stroebe & Schut, 2021). Segundo Nair e Banerjee (2020), o apoio social é a chave para lidar com a perda de um ente querido. Neste seguimento, a literatura tem vindo a demonstrar que a existência de apoio de grupos sociais (e.g., associação de enlutados durante a pandemia, grupos de heteroajuda) têm um papel terapêutico e de suporte social, facilitando a partilha da experiência de sofrimento em comum (Burrell & Selman, 2020; Mayland et al., 2020; Stroebe & Schut, 2021).

Limitações e estudos futuros

Existem várias limitações neste estudo que devem ser referidas. Relativamente à amostra utilizada, sendo a maioria do sexo feminino, não nos permite generalizar os resultados obtidos à população portuguesa. Esta desproporcionalidade que existe entre os sexos, em particular nesta investigação do luto, poderá estar relacionado com a diferente forma masculina de lidar com a perda (Walsh, 2020).

Com o objetivo de colmatar estas lacunas, seria importante replicar esta investigação tentando aumentar a dimensão da amostra, uniformizando-a em termos de sexo masculino e feminino. Como o presente estudo tem um desenho transversal, os participantes só foram

avaliados num momento, o que impossibilita o estabelecimento de relações de causalidade entre as variáveis em estudo.

Dada a escassez de literatura relativa às limitações percecionadas das restrições nas cerimónias fúnebres, e formas alternativas de homenagem no contexto da pandemia por SARS-COV-2, e tendo em conta que o processo de luto se caracteriza por ser idiossincrático, único e não linear, esta temática carece de mais pesquisa.

As conexões culturais e espirituais (i.e., religiosidade, fé, práticas transcendentais) são apontadas como recurso e fator protetor para a adaptação ao processo de luto (Walsh, 2020). Estudos futuros longitudinais devem esclarecer a relação, entre as formas alternativas de homenagem e a intensidade de respostas do luto, incluindo variáveis de controlo (e.g., papel da religião para o enlutado, relação da proximidade com o ente querido, natureza da morte). Para além disso, seria relevante desenvolver um estudo qualitativo que nos permitisse aceder às significações atribuídas a cada forma alternativa de homenagem pelo enlutado.

Referências

- Aguiar, A., Pinto, M., & Duarte, R. (2020). Grief and mourning during the COVID-19 pandemic in Portugal. In *Acta Medica Portuguesa* (Vol. 33, Issue 13). CELOM. <https://doi.org/10.20344/AMP.14345>
- Albuquerque, S. M. P. D. (2018). “We are brothers in arms”: Individual and interpersonal determinants and processes in the adjustment of bereaved parents (Doctoral dissertation, 00500: Universidade de Coimbra).
- Albuquerque, S., Buyukcan-Tetik, A., Stroebe, M. S., Schut, H. A. W., Narciso, I., Pereira, M., & Finkenauer, C. (2017). Meaning and coping orientation of bereaved parents: Individual and dyadic processes. *PLOS ONE*, 12(6), e0178861. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0178861>
- Albuquerque, S., Teixeira, A. M., & Rocha, J. C. (2021). COVID-19 and Disenfranchised Grief. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.638874>
- Bailey, L., Bell, J., & Kennedy, D. (2015). Continuing social presence of the dead: exploring suicide bereavement through online memorialisation. *New Review of Hypermedia and Multimedia*, 21(1-2), 72–86. <https://doi.org/10.1080/13614568.2014.983554>
- Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2013). *Regulatory Flexibility. Perspectives on Psychological Science*, 8(6), 591–612. <https://doi.org/10.1177/1745691613504116>
- Bougere, M. (2008). Cultural manifestations of grief and bereavement: A clinical perspective. *Journal of Cultural Diversity*, 15(2), 66.
- Brubaker, J. R., Hayes, G. R., & Dourish, P. (2013). Beyond the grave: Facebook as a site for the expansion of death and mourning. *The Information Society*, 29(3), 152-163. <https://doi.org/10.1080/01972243.2013.777300>
- Burrell, A., & Selman, L. E. (2020). How do Funeral Practices impact Bereaved Relatives’ Mental Health, Grief and Bereavement? A Mixed Methods Review with Implications for COVID-19. *Omega (United States)*. <https://doi.org/10.1177/0030222820941296>
- Cadell, S., Reid Lambert, M., Davidson, D., Greco, C., & Macdonald, M. E. (2020). Memorial tattoos: Advancing continuing bonds theory. *Death Studies*. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1716888>
- Cardoso, É. A. de O., da Silva, B. C. de A., dos Santos, J. H., Lotério, L. D. S., Accoroni, A. G., & dos Santos, M. A. (2020). The effect of suppressing funeral rituals during the covid-19 pandemic on bereaved families. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 28, 1–9. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.4519.3361>

- Christensen, D., & Gotved, S. (2015). Online memorial culture: An introduction. *New Review of Hypermedia and Multimedia*, 21(1-2), 1-9.
- Coelho, A. & Teixeira, P. (2020). A morte e o luto durante a pandemia. <https://observador.pt/opiniao/a-morte-e-o-luto-durante-a-pandemia/>. Acedido a 15 de setembro de 2022.
- Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral science (2nd ed.). Lawrence Earlbaum Associates.
- Cohen, O., & Katz, M. (2015). *Grief and Growth of Bereaved Siblings as Related to Attachment Style and Flexibility*. *Death Studies*, 39(3), 158–164. <https://doi.org/10.1080/07481187.2014.923069>
- Coutinho, J. P. (2020). Religiosidade em Portugal: caracterização, comparação e evolução. *Religião & Sociedade*, 39, 58-81. <https://doi.org/10.1590/0100-85872019v39n3cap03>
- Crepaldi, M. A., Schmidt, B., Noal, D. D. S., Bolze, S. D. A., & Gabarra, L. M. (2020). Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. *Estudos de Psicologia* (Campinas), 37. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200090>
- Delalibera, M. A. (2010). Adaptação e validação portuguesa do instrumento de avaliação do luto prolongado: prolonged grief disorder (PG-13) (Doctoral dissertation). <http://hdl.handle.net/10451/2255>
- Djelantik, A. M. J., Smid, G. E., Kleber, R. J., & Boelen, P. A. (2017). Early indicators of problematic grief trajectories following bereavement. *European Journal of Psychotraumatology*, 8(sup6), 1423825. <https://doi.org/10.1080/20008198.2018.1423825>
- Gabriel, S., Paulino, M., & Mourinho Baptista, T. (2021). *Luto - Manual de Intervenção Psicológica* (1st ed.). Pactor.
- Gibbs, M., Meese, J., Arnold, M., Nansen, B., & Carter, M. (2015). # Funeral and Instagram: Death, social media, and platform vernacular. *Information, communication & society*, 18(3), 255-268. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2014.987152>
- Gibson, M. (2004). Melancholy objects. *Mortality*, 9(4), 285-299. <https://doi.org/10.1080/13576270412331329812>
- Goldstein, R. D., Petty, C. R., Morris, S. E., Human, M., Odendaal, H., Elliott, A. J., ... & Prigerson, H. G. (2020). Transitional objects of grief. *Comprehensive psychiatry*, 98, 152161. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152161>

- Hall, C. (2014). Bereavement theory: recent developments in our understanding of grief and bereavement. *Bereavement Care*, 33(1), 7–12. <https://doi.org/10.1080/02682621.2014.902610>
- Hayes, A. F. (2022). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach. Guilford publications.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2021). Terapia de Aceitação e Compromisso-: O Processo e a Prática da Mudança Consciente. Artmed Editora.
- Imber-Black, E. (2020). Rituals in the time of COVID-19: imagination, responsiveness, and the human spirit. *Family process*, 59(3), 912-921. <https://doi.org/10.1111/famp.12581>
- International Classification Of Diseases [ICD 11]. (2018). *Mortality and Morbidity Statistics*.
- Johnson, E. K. N., & Wijdicks, E. F. M. (2018). Dying in the Intensive Care Unit: A Candle Vigil Using Illustrations. *Mayo Clinic Proceedings: Innovations, Quality & Outcomes*, 2(4), 378–381. <https://doi.org/10.1016/j.mayocpiqo.2018.09.002>
- Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865–878. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001>
- Knowles, L. M., & O'Connor, M. F. (2015). Coping flexibility, forward focus and trauma focus in older widows and widowers. *Bereavement Care*, 34(1), 17–23. <https://doi.org/10.1080/02682621.2015.1028200>
- Lingel, J. (2013). The Digital Remains: Social Media and Practices of Online Grief. *The Information Society*, 29(3), 190–195. <https://doi.org/10.1080/01972243.2013.777311>
- Maddrell, A. (2016). Mapping grief. A conceptual framework for understanding the spatial dimensions of bereavement, mourning and remembrance. *Social & Cultural Geography*, 17(2), 166-188. <https://doi.org/10.1080/14649365.2015.1075579>
- Marques, J. F. P. (2018). Luto patológico: revisão baseada na melhor evidência (Doctoral dissertation). <http://hdl.handle.net/10451/42230>
- Mayland, C. R., Harding, A. J. E., Preston, N., & Payne, S. (2020). Supporting Adults Bereaved Through COVID-19: A Rapid Review of the Impact of Previous Pandemics on Grief and Bereavement. *Journal of Pain and Symptom Management*, 60(2), e33–e39. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.05.012>
- Mergulhão, B. R. D. V. (2020). O silêncio que fala: os ritos fúnebres como performance e o cemitério como lugar de memória (Doctoral dissertation). <http://hdl.handle.net/10071/21719>

- Meyer, E. P. (2016). Death in the age of eternity: how Facebook users cope with personal loss (Doctoral dissertation, Iowa State University). <https://doi.org/10.31274/etd-180810-5400>
- Mitima-Verloop, H. B., Mooren, T. T., & Boelen, P. A. (2019). Facilitating grief: An exploration of the function of funerals and rituals in relation to grief reactions. *Death Studies*, 1-11. <https://doi.org/10.1080/07481187.2019.1686090>
- Nair, V. S., & Banerjee, D. (2020). The heterogeneity of grief in India during coronavirus disease 2019 (COVID-19) and the national lockdown. *Asian Journal of Psychiatry*, 54, 102249. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102249>
- Pappas, S (2021). Continuing education helping patients cope with COVID-19 Grief. Retirado de <https://www.apa.org/monitor/2021/2021-06-monitor.pdf>
- Pereira, I. C. O. (2014). Avaliação do processo de luto: na perspectiva do cuidador enlutado (Doctoral dissertation). <http://hdl.handle.net/10451/23495>
- Root, B. L., & Exline, J. J. (2014). The role of continuing bonds in coping with grief: Overview and future directions. *Death Studies*, 38, 1-8. <https://doi.org/10.1080/07481187.2012.712608>
- Santos, L. T. D. S. P. (2018). A vivência do luto pelos médicos de família (Doctoral dissertation). <http://hdl.handle.net/10451/37869>
- Sedakova, I. (2015). Magico-Religious Symbolism of a Candle in the Slavic Calendar Rituals. *The Ritual Year*, 10, 141-151.
- Serviço Nacional de Saúde [SNS]. (2020). Novo coronavírus SARS-CoV-2 | Covid-19. Acedido a 27 de novembro de 2021. <https://www.insa.min-saude.pt/category/areas-de-atuacao/doencas-infeciosas/novo-coronavirus-sars-cov-2-covid-19/>.
- Serviço Nacional de Saúde [SNS]. (2021). COVID- 19 e Saúde Mental. Acedido a 18 de novembro de 2021. <https://saudemental.min-saude.pt/luto/>
- Silva, B., L., M., & Silva, S. (2021). Como Vivenciar o Luto Online? Uma Comparação de Memoriais Web Para Apoiar o Designer (How to Experience Grief Online? A Comparison of Web Memorials to Support Designer). *Journal of Digital Media & Interaction*, 4(10), 60–80. <https://doi.org/10.34624/jdmi.v4i10.23632>
- Stroebe, M. S., Abakoumkin, G., Stroebe, W., & Schut, H. (2012). Continuing bonds in adjustment to bereavement: Impact of abrupt versus gradual separation. *Personal Relationships*, 19(2), 255-266. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2011.01352.x>
- Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale

- and description. In *Death Studies* (Vol. 23, Issue 3, pp. 197–224). Taylor and Francis Inc. <https://doi.org/10.1080/074811899201046>
- Stroebe, M., & Schut, H. (2016). Overload: A missing link in the dual process model? *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 74, 96–109. <https://doi.org/10.1177/0030222816666540>
- Stroebe, M., & Schut, H. (2021). Bereavement in times of COVID-19: A review and theoretical framework. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 82(3), 500-522. <https://doi.org/10.1177/0030222820966928>
- Taylor, S. (2022). The psychology of pandemics. *Annual Review of Clinical Psychology*, 18, 581-609. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-072720-020131>
- Wakenshaw, C. (2020). The use of Winnicott’s concept of transitional objects in bereavement practice. *Bereavement Care*, 39(3), 119-123. <https://doi.org/10.1080/02682621.2020.1828770>
- Wallace, C. L., Wladkowski, S. P., Gibson, A., & White, P. (2020). Grief during the COVID-19 pandemic: considerations for palliative care providers. *Journal of pain and symptom management*, 60(1), e70-e76. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.04.012>
- Walsh, F. (2020). Loss and resilience in the time of COVID-19: Meaning making, hope, and transcendence. *Family Process*, 59, 898–911. <https://doi.org/10.1111/famp.12588>
- Worden, J. W. (2018). Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner. springer publishing Company.