



# A IMPORTÂNCIA DA ARTETERAPIA NO PROCESSO DE LUTO DURANTE A PANDEMIA

Adolfo Vieira da Silva Bortolozzo<sup>1</sup>  
Patrícia Regina André Dini<sup>2</sup>

---

## Resumo

O presente artigo relata a prática clínica em arteterapia desenvolvida com enlutadas que perderam seus entes queridos durante a pandemia do Covid 19 e não conseguiram se despedir devido ao distanciamento físico. Com intuito de acolher, dar suporte terapêutico e promover, na prática, o conceito de ritual de finalização, a arteterapia propõe às enlutadas vivenciarem o seu luto e trazer para suas consciências seus processos individuais e internos, promovendo, assim, a cura de suas emoções e autonomia das suas expressões simbólicas. Promoveu-se também, durante esse segmento, dar visibilidade às narrativas deste momento histórico, para que futuras gerações tenham o entendimento do momento mundial que vivemos.

**Palavras-chave:** Arteterapia. Luto. Pandemia. Ritual de passagem.

---

## INTRODUÇÃO

Este artigo tem como objetivo oferecer suporte frente aos impactos no desenvolvimento da pandemia e, principalmente, dar visibilidade a narrativas que envolveram o processo de luto durante esse período, através de recursos expressivos, *oferecendo um espaço de acolhimento e ressignificação da dor, utilizando a Arteterapia como ferramenta eficaz aos enlutados* e, além de uma experiência clínica, registrar o momento histórico e mundial causado pelo coronavírus, no qual se fez urgente o distanciamento físico.

Arteterapia é uma área de atuação profissional que utiliza recursos artísticos com finalidade terapêutica (Carvalho, 1995). Cria-se um campo de possibilidades dentro do processo terapêutico individual ou em grupo. Através dela, o indivíduo consegue mudar o olhar de como ele percebe o mundo e a si mesmo, além de enxergar a forma como esse

---

<sup>1</sup> E-mail: adolfo.bortolozzo@gmail.com

<sup>2</sup> E-mail: patriciadiniartesvisuais@gmail.com

olhar é direcionado, seja trabalhando com o desenho, a pintura, as colagens, a escrita terapêutica, a música, ou a dança; construindo símbolos, dando significados às experiências que estão submersas no inconsciente, liberando emoções e ideias que são representadas por pensamentos e sentimentos.

Entende-se o luto como um processo de perda, seja ela física, quando um sujeito morre, ou emocional como, por exemplo, um término de relacionamento. Olhamos para o luto como uma reação que vem em resposta ao amor. Só existe reação à perda, composta por sentimentos como medo, raiva, incredulidade, desesperança, angústia, sensação de desamparo, entre outros, porque o vínculo que nos liga à pessoa que se foi, cria possibilidades de ainda continuarem existindo nessa relação. Esse vínculo afetivo é eterno. Amamos na presença e o processo de luto nos ensina a amar na ausência. O processo de luto é o encerramento de um ciclo e o início de outro.

Neste artigo, iremos, então, priorizar o processo do enlutado que perdeu fisicamente um ente querido no contexto da pandemia, ocorrido pelo vírus da Covid-19.

Os coronavírus são uma grande família de vírus comuns em muitas espécies diferentes de animais, incluindo camelos, gado, gatos e morcegos. Raramente, os coronavírus que infectam animais podem infectar pessoas, como exemplo do MERS-CoV e SARS-CoV. Recentemente, em dezembro de 2019, houve a transmissão de um novo coronavírus (SARS-CoV-2), que foi identificado em Wuhan na China, causando a COVID-19, sendo, em seguida, disseminado e transmitido de pessoa a pessoa.

A COVID-19 é uma doença causada pelo coronavírus, denominado SARS-CoV-2, que apresenta um espectro clínico que varia de infecções assintomáticas a quadros graves. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a maioria (cerca de 80%) dos pacientes com COVID-19 podem ser assintomáticos ou oligossintomáticos (poucos sintomas), e, aproximadamente 20% dos casos detectados requer atendimento hospitalar por apresentarem dificuldade respiratória, dos quais, cerca de 5% podem necessitar de suporte ventilatório. (Ministério da Saúde).

A transmissão do coronavírus ocorre pelo ar, deste modo, pessoas que estão em contato ficam submetidas à sua contaminação. Devido a este fato, os enlutados que perderam seus familiares ou amigos não puderam vivenciar o ritual de finalização e velamento do falecido. O luto em si desorganiza processos internos e, muitas vezes, podem acarretar, no enlutado, doenças que desestruturam sua saúde emocional e cognitiva.

No caso de uma pandemia, a morte se torna mais próxima e repentina em comparação aos parâmetros convencionais, causando importantes barreiras psicológicas para os enlutados que continuam passando por esse doloroso processo, pois o vazio ganha mais espaço sem a despedida. Segundo o professor teólogo Sérgio Lucas, é importante que a despedida seja feita, mesmo não sendo um ritual religioso:

Um ritual que pode ser laico, pode ser conduzido por um conhecido, um próprio membro da família, não precisa ser nada elaborado, e é muito importante e significativo que se tenha esse momento, porque é a hora que as pessoas podem expressar suas emoções, naquele momento tão difícil no qual a gente se despede de uma pessoa que partiu. (Lucas, 2020<sup>3</sup>)

O significado, a explicação, os rituais entre a vida e a morte, e o processo de luto variam de acordo com cada sociedade e sua cultura. Cada uma estabelece normas culturais aceitáveis para estabelecer rituais fúnebres para entes queridos, desde cerimônias de despedida e saudações a diferentes formas de tratamento, como sepultamento ou cremação.

Vale ressaltar que, neste trabalho, utilizaremos a concepção de ritual de passagem com intuito de estabelecer uma finalização, para as enlutadas, sem caráter religioso, mas no processo de simbolização necessário ao devir de si mesma (Safra, 2006). Os rituais fazem parte das tradições culturais que oferecem ao enlutado uma possibilidade muito importante de se reorganizar.

Deste modo, a Arteterapia entra como recurso facilitador da expressão para as enlutadas, acessando suas emoções, dores e memórias, trazendo para consciência o que está submerso no inconsciente, liberando e abrindo espaço para resignificação de sentimentos independentemente das crenças pessoais que cada indivíduo carrega ao longo da vida.

A arte em Arteterapia, não tem apenas um papel acessório e sim uma condição essencial, que fundamenta o estímulo à criatividade para se atingir níveis mais elevados de bem-estar e a resolução de conflitos internos. (Martins, 2012, p. 5)

Este trabalho irá apresentar experiências de um grupo de enlutados passando por um processo terapêutico através da Arteterapia e tem como propósito revelar a importância dos rituais de finalização dentro da elaboração do luto.

---

<sup>3</sup> Revista Eletrônica disponível em < Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-04/sepultamento-em-tempos-de-covid-19-exige-mudanca-de-rituais>>

## METODOLOGIA

A proposta da prática clínica foi divulgada por meio das redes sociais devido ao momento histórico atual, a pandemia. Durante o processo, os interessados entraram em contato com os arteterapeutas e assim foi formado, inicialmente, um grupo de 7 mulheres que, em comum, vivenciavam o processo de luto pela perda de parentes pela Covid 19. Após o primeiro encontro, houve desistências de duas mulheres da mesma família por motivos pessoais.

O grupo se definiu, então, por 4 mulheres adultas (idades entre 30 a 45 anos) e uma 1 criança (10 anos). Devido à necessidade de os encontros serem realizados de forma virtual, a participação se estendeu sem restrição de localidade, abrangendo pessoas de cidades diferentes.

Os encontros tiveram início em 03/09/2020 e finalizaram em 05/11/2020, totalizando 10 (dez) encontros, que ocorreram 1 vez por semana, com duração de 2 horas, podendo se estender a até 3 horas. Foram aceitas eventuais faltas, desde que justificadas.

Ao longo destes encontros virtuais, foram adotados alguns passos:

1 - Diálogos e Escuta: conversa com cada um dos participantes sobre os acontecimentos emocionais significativos, e de como o encontro anterior reverberou emocionalmente durante a semana.

2 - Ritual de relaxamento inicial: respiração, para concentração e foco. Sempre no início dos encontros, respiramos profundamente por três vezes, expirando com leveza, equilibrando o estado emocional de cada enlutado.

3 - Atividade introdutória para aquecimento. Estimular a criatividade com um jogo artístico, uma massagem etc.

4 - Ritual de Prática Arteterapêutica - Atividades propostas para acessar o subconsciente, simbolicamente, sempre acompanhadas de músicas voltadas para o tema trabalhado.

5 - Compartilhamento e troca reflexiva com o grupo sobre o processo de criação artística.

6 - Ritual de relaxamento final: quando finalizado o encontro, propomos aos enlutados uma respiração profunda por três vezes, expirando com leveza, percebendo no corpo e no espírito, um estado emocional equilibrado e ressignificado.

As propostas arteterapêuticas foram voltadas tanto para a composição da ritualização do luto como também para acolhimento e carinho, diante da perda e da ausência de uma despedida significativa.

Por meio desses encontros, as enlutadas puderam vivenciar, através da arte, tendo ou não conhecimentos artísticos, cada sentimento contido, escondido ou arrancado sem qualquer explicação. Lembrando que todas as participantes perderam seus entes queridos durante a Pandemia da Covid 19 e não puderam ritualizar a despedida por motivo de segurança/contágio e pela falta de informações diante dos acontecimentos, ainda incertos, perante essa doença que devastou inúmeras famílias.

A arteterapia usa a arte como meio de expressão pessoal para comunicar sentimentos, em vez de ter como objetivo produtos finais esteticamente agradáveis a serem julgados segundo padrões externos. Esse meio de expressão é acessível a todos, não apenas aos que têm talento artístico. (Liebmann, 2000, p. 18).

Através da criação e elaboração de todos os processos artísticos sugeridos e vivenciados pelas enlutadas, elas puderam viver o processo de luto, fazer o ritual de passagem e apesar da ausência do ente querido, perceber que a vida é efêmera e precisa ser vivida.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para embasar a pesquisa, foram aplicados dois questionários qualitativos para as participantes: um *questionário inicial*, como anamnese (ficha prévia), em que pudemos conhecer o processo de luto de cada uma e suas expectativas de enlutada frente ao grupo; e um *questionário final*, que foi feito depois de encerrarmos os encontros, convidando as enlutadas, a fazerem uma reflexão de antes e após os encontros em arteterapia, como devolutiva às práticas arteterapêuticas, permitindo observar os resultados alcançados.

É importante que o terapeuta descubra, em primeiro lugar, o que é exatamente o que o paciente deseja. É este quem deve fornecer o incentivo para o que se pretende alcançar no tratamento. (Fiorini, 2004, p. 90)

Primeiro questionário:

- Como ficou sabendo do nosso grupo?
- Você já participou de algum acompanhamento terapêutico? Qual? Faz ou já fez uso de alguma medicação? Se sim, qual?
- Você possui alguma rede de apoio com quem possa conversar e dividir suas questões pessoais?

- Com quem você mora atualmente?
- Conte um pouquinho sobre você. O que você faz? O que você gosta de fazer?
- Atualmente, como você sente que se cuida?
- Para atravessar este momento de luto, quais têm sido os seus desafios pessoais? Que sentimentos você tem experimentado neste processo?
- Como você imagina que esse grupo pode te apoiar?
- Após preencher as perguntas acima, como você está se sentindo agora?

Segundo questionário:

- Quais mudanças você percebeu durante seu Processo de Luto?
- Durante os encontros, você sentiu algum desafio pessoal que destacaria?
- Comente alguma prática Arteterapêutica que tenha sido mais importante durante seu processo.
- O que significou para você estar em contato com a Arte neste momento desafiador?
- Como você sente que os Terapeutas conduziram este processo?
- Fique à vontade para dar sugestões/críticas ou algum comentário que ache importante sobre o Grupo Terapêutico.
- Atualmente, como você sente que se cuida?
- Após preencher as perguntas acima, como você está se sentindo agora?

Esses questionários revelam como as enlutadas entraram no processo e quais as mudanças obtidas através da Arteterapia, na ritualização do luto. Vale ressaltar que essas mudanças se tornam notórias pela parte dos arteterapeutas e pelas próprias enlutadas, como é possível verificar nas respostas abaixo, no segundo questionário.

Na devolutiva dos questionários, a enlutada J.T.S. diz: *"Eu estou mais comunicativa e receptiva, não tenho mais tanto medo de me relacionar e nem de planejar as coisas, sinto que estou me acolhendo mais"*. Segundo Carvalho (1995), a Arteterapia é uma área de atuação profissional que utiliza recursos artísticos com finalidades terapêuticas, e nesse sentido, podemos afirmar com a fala da enlutada e com base nas sessões do grupo terapêutico, que a ela passou por um processo de modificação para além do processo de luto, momento em que a Arteterapia afirma a sua potência na transformação do sujeito, tornando-se mais consciente dos seus processos internos.

A enlutada A.S.K, nos conta: *"O meu maior desafio foi trabalhar as questões sobre paciência mediante ao erro. Digo isso, porque sou muito perfeccionista e quando eu errava*

*(fosse na sequência de cores que eu queria ou nos traçados) eu queria rasgar o papel e começar de novo. Até que percebi que poderia reinventar meu desenho/trabalho a partir daquela “falha” e os resultados sempre me agradavam*”. Neste depoimento, podemos verificar o processo de reelaboração criativa que a enlutada superou, e nesse sentido, a autora Daniela de Carvalho e Souza Martins afirma que cada recurso técnico artístico facilita a expressão de determinados tipos de afetos, sentimentos e emoções, bem como o desenvolvimento de sua criatividade (Martins 2012).

A narrativa da enlutada A.F., 30 anos, nos afirma a importância do ritual de finalização no qual o termo sagrado se apresenta sem caráter religioso, porém, o sentimento de gratidão revela a experiência com algo sagrado. *“Percebi que o sentimento de “faltar algo” foi substituído por gratidão. Meu coração ficou mais calmo e minha mente está lidando melhor com o tema “morte”*. Safra afirma que, na vivência do sagrado, a pessoa pressente o Ser e o sente como presença que coloca o seu próprio modo de ser em devir e em realização. Após a experiência, sente-se transformada. (Safra, 2006).

É importante ressaltar que neste processo consideramos que o tempo cronológico de grupo foi muito importante para as enlutadas, pois percebemos notória diferença na participação de cada uma e de como ele se estabelecia a cada encontro. Para Cardoso e Seminotti (2006), o grupo é entendido pelos usuários como um lugar onde ocorre o debate sobre a necessidade de ajuda de todos. A enlutada L.B.S. nos relata: *“Eu me desconstruí, me liberei de crenças limitantes, eu me permiti criar artisticamente, participar sem julgamentos. Sem pré-conceitos. Para poder me reconstruir e estar aberta ao novo, ao que a vida tem a me oferecer. A relação com outras pessoas na mesma situação foi muito importante também, a troca de experiências, de sentimentos, de mundos diferentes do meu. Foi maravilhoso.”* Com esse relato, afirmamos a potência do grupo em Arteterapia no processo de luto, reunindo processos diferentes das enlutadas, mas com algo em comum, o luto na pandemia e a arte como possibilidade de transformação.

Os rituais diante da morte são muito importantes, porque regularizam as experiências, fornecem um lugar seguro, desde um lugar físico, até um lugar afetivo importante para expressão das emoções, para que as pessoas possam enfrentar este momento juntas. (Franco, 2020<sup>4</sup>)

Para ilustrar esse estudo, é interessante mostrar aqui o momento final do ritual de passagem, em que todas as participantes foram conduzidas a reunir seus trabalhos

---

<sup>4</sup> Revista eletrônica disponível em <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-04/sepultamento-em-tempos-de-covid-19-exige-mudanca-de-rituais>> Acesso em 10 de fevereiro de 2021>



terapêuticos feitos durante todo o processo dos encontros e convidadas a ritualizarem o luto, cada uma da sua maneira.

Para afirmar a potência do trabalho terapêutico em arteterapia, mostraremos um trabalho em que a imagem nos convida a refletir sobre o processo que uma enlutada viveu e como se sentiu no momento final deste processo.

Por fim, avaliamos que a prática clínica em Arteterapia foi essencial para o fortalecimento das enlutadas, tornando-as mais conscientes de suas emoções e com mais autonomia no processo de autoconhecimento. Consideramos também que essa prática foi de grande aprendizado para nós, arteterapeutas e pesquisadores da saúde mental e emocional.

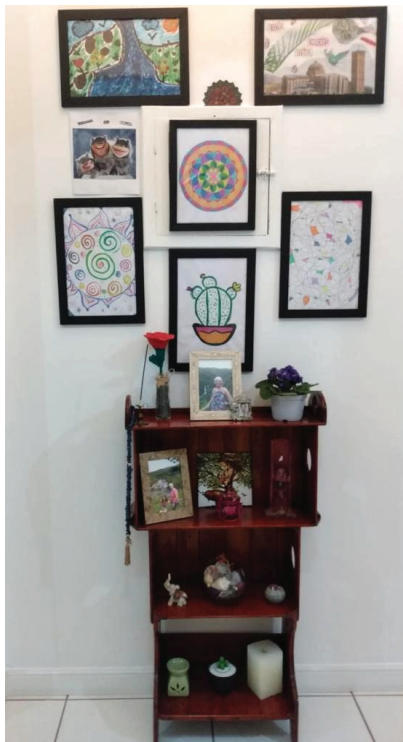


Figura 1  
Ritual de Passagem  
Enlutada A.S.K. (2020)

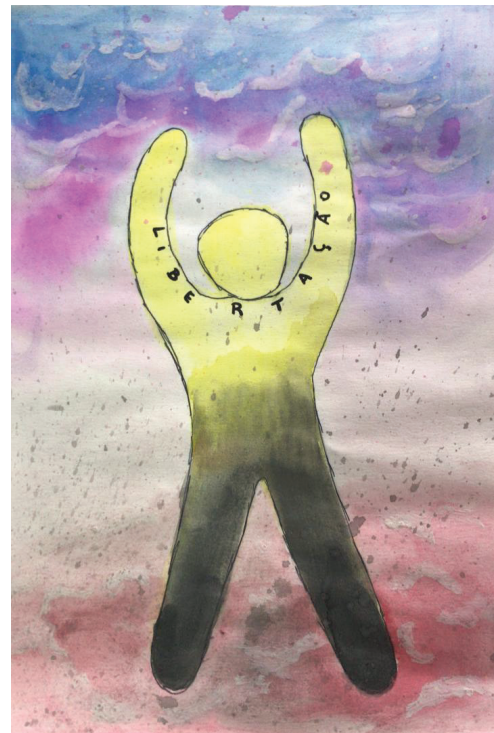


Figura 2  
Processo Final  
Enlutada A.F. (2020)

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Levando em consideração o efeito global que a pandemia causou nas pessoas e a demanda de profissionais da área saúde na linha de frente para minimizar o impacto mediante os cuidados da Covid-19 com o trabalho essencial no suporte físico e estrutural,



compreendemos também o aumento na demanda da saúde psíquica e emocional que a pandemia gerou no bem-estar das relações humanas. Diante deste cenário e com os novos protocolos de segurança, as despedidas de um ente querido também sofreram um processo de mudança brusca, impedindo os enlutados de se despedirem. Este trabalho afirma, então, a importância da arteterapia nos processos de luto e dos ritos de passagens.

Compreendemos que durante o processo terapêutico com as enlutadas, os lutos simbólicos também afirmaram sua presença, pois eram comuns às narrativas voltadas aos temas relacionados à pandemia no geral, como o distanciamento social e físico entre amigos e colegas, mudanças nas relações de trabalho, convívio integral entre familiares, adaptações tecnológicas repentinas, medos e incertezas que mobilizaram o mundo inteiro a adaptar-se.

A arteterapia abre espaço para reflexão e transformação dos lutos internos e externos que simbolicamente aparecem durante o processo terapêutico, no qual o paciente revisita suas emoções e dá significados para suas experiências.

---

### Referência Bibliográficas

BRASIL, Cláudia – **Cores, Formas e Expressão** – Wak Editora (2013).

CARDOSO, Cassandra e SEMINOTTI, Nedio (2006) - **O grupo psicoterapêutico no Caps**. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext & pid=S1413-81232006000300025 & lng=pt & tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232006000300025&lng=pt&tlng=pt) . Acesso em 20 de Abril 2021.

CARRANO, Eveline e REQUIÃO, Maria Helena – **Materiais de Arte – Sua linguagem subjetiva para o trabalho terapêutico e pedagógico**. Wak Editora (2013).

CARVALHO, M. M. M. J. (Org.). **A arte cura? Recursos artísticos em psicoterapia**. Campinas: Editorial Psy II, 1995, p. 59-63.

ERLBRUCH, Wolf – **O Pato, A Morte e A Tulipa** – Editora Cosac & Naify; 1ª Edição (2009)

FIORINI, Hector Juan – **Teoria e Técnicas de Psicoterapias** – Capítulo 4 – A Primeira entrevista (2004).

FRANCO, Maria Helena Pereira e LUCAS, Pe. Sérgio, 2020 - **Revista Eletrônica - Empresa Brasil de Comunicação - Agência Brasil - Saúde - Pandemia - Sepultamento em tempos de covid-19 exige mudanças de Rituais - Caixões lacrados impõem novas formas de encarar o luto e a morte**. Abril de 2020. Disponível em:

<https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-04/sepultamento-em-tempos-de-covid-19-exige-mudanca-de-rituais> Acesso em 10 de fevereiro de 2021.

LIEBMANN, Miriam – **Exercícios de Arte para Grupos - Um manual de temas, jogos e exercícios** – Editora Summus - 5ª Edição.(2000)

MARTINS, Daniela de Carvalho e Souza – **Arte terapias e as Potencialidades Simbólicas e Criativas dos Mediadores Artísticos** – Mestrado em Educação Artística, 2012 – Universidade de Lisboa –

Faculdade de Belas Artes. Disponível em:  
[https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/10008/2/ULFBA\\_TES665.pdf](https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/10008/2/ULFBA_TES665.pdf). Acesso em 10 de Abril 2021.

PHILIPPINI, Angela – **Linguagens e Materiais Expressivos em Arteterapia: uso, indicações e propriedades** – Wak Editora, 2ª Edição (2018).

REIS, Alice Casanova - **A Arte Como Dispositivo a recriação de si: Uma prática em psicologia social baseada no fazer artístico**. Barbarói, Santa Cruz do Sul, n. 40, p. 246-263, jan/jun, 2014.

SAFRA, Gilberto – **Desvendando a memória do humano: o brincar, o narrar, o corpo, o sagrado, o silêncio**. Edições Sobornost (2006)

SILVERSTEIN, Shel – **A Parte que falta** – Editora Companhia das Letrinhas; 1ª Edição (2018)

Sites:

Ministério da Saúde – Corona Vírus - Disponível em -  
<https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca> . Acessado em 15 de Janeiro de 2021.

[www.institutoentrelacos.com](http://www.institutoentrelacos.com) – Apoio ao Luto e Emergências Corporativas - acesso em setembro de 2020.