

COMO A ESPIRITUALIDADE INFLUENCIA O PROCESSO DE ELABORAÇÃO DO LUTO EM PESSOAS IDOSAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

Bruno Leonel Mendes de Abreu¹;

Universidade São Judas Tadeu (USJT), São Paulo, São Paulo.

<http://lattes.cnpq.br/6432206692028767>

Higor Santos Antunes da Silva²;

Universidade São Judas Tadeu (USJT), São Paulo, São Paulo.

<http://lattes.cnpq.br/9066453347373082>

Rodrigo Jorge Salles³.

Universidade São Judas Tadeu (USJT), São Paulo, São Paulo.

<http://lattes.cnpq.br/8935665554406291>

RESUMO: O luto na velhice é um fenômeno multifacetado que envolve desafios emocionais, sociais, existenciais e espirituais, agravados pela recorrência de perdas e maior vulnerabilidade. Neste estudo, investigou-se como a espiritualidade influencia o processo de elaboração do luto em pessoas idosas. Foi realizada uma revisão sistemática da literatura, com buscas nas bases PubMed, SciELO, LILACS e com apoio do software Elicit, abrangendo o período de 1999 a 2025. Foram identificados 59 artigos, dos quais 11 estudos empíricos atenderam aos critérios de inclusão e foram analisados qualitativamente. Os resultados revelaram cinco eixos principais: a espiritualidade como mecanismo de regulação emocional; sua associação à redução de sintomas depressivos e fortalecimento do apoio comunitário; sua função na construção de significado e manutenção de vínculos simbólicos com o falecido; seu papel no enfrentamento do luto pandêmico através de rituais adaptados; e a estabilidade da espiritualidade como recurso mobilizável ao longo do envelhecimento. Evidenciou-se que práticas espirituais, tanto individuais quanto coletivas, oferecem suporte simbólico e emocional, favorecendo o ajustamento psicológico e a resiliência dos idosos enlutados. Com isso, a espiritualidade atua como um mediador relevante no enfrentamento do luto na velhice e deve ser considerada nas práticas interdisciplinares de cuidado e acolhimento a essa população.

PALAVRAS-CHAVE: Luto. Espiritualidade. Envelhecimento.

HOW SPIRITUALITY INFLUENCES THE GRIEF PROCESS IN OLDER ADULTS: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

ABSTRACT: Grief in old age is a multifaceted phenomenon involving emotional, social, existential, and spiritual challenges, compounded by the recurrence of losses and increased vulnerability. This study investigated how spirituality influences the grief process in older adults. A systematic literature review was conducted using the PubMed, SciELO, and LILACS databases, with the support of Elicit software, covering the period from 1999 to 2025. A total of 59 articles were identified, of which 11 empirical studies met the inclusion criteria and were qualitatively analyzed. The results revealed five main themes: spirituality as an emotional regulation mechanism; its association with the reduction of depressive symptoms and the strengthening of community support; its role in meaning-making and maintaining symbolic bonds with the deceased; its contribution to coping with pandemic-related grief through adapted rituals; and the stability of spirituality as a mobilizable resource throughout aging. Spiritual practices, both individual and collective, were shown to provide symbolic and emotional support, promoting psychological adjustment and resilience among grieving older adults. Thus, spirituality emerges as a relevant mediator in coping with grief in old age and should be considered in interdisciplinary practices of care and support for this population.

KEYWORDS: Grief. Spirituality. Aging.

INTRODUÇÃO

O luto é compreendido como uma resposta natural à perda de algo ou alguém significativo, que envolverá um fenômeno biopsicossocial complexo, que envolve aspectos emocionais, cognitivos, espirituais e relacionais (Franco, 2021). Na pessoa idosa, conforme articula (Friedman et al., 2018) esse processo adquire contornos ainda mais profundos, uma vez que os idosos frequentemente vivenciam perdas múltiplas e sucessivas de cônjuges, familiares, amigos, papéis sociais e da própria autonomia. Além disso, as perdas nessa fase da vida são frequentemente acompanhadas por fragilidades funcionais, isolamento social e maior vulnerabilidade psíquica.

Segundo estudos da literatura geriátrica e gerontológica, o luto na velhice está associado a riscos acrescidos de depressão, declínio cognitivo, comprometimento da saúde física e mortalidade (Lacerda et al., 2022). Tais experiências evocam, não apenas a dor da ausência, mas também uma profunda necessidade de reconfiguração identitária e de ressignificação existencial frente à finitude, exigindo recursos internos e externos que sustentem a adaptação e a preservação do sentido de vida.

Nesse cenário, a espiritualidade emerge como um elemento central na elaboração do luto. Estudos apontam que a espiritualidade, compreendida como um conjunto de crenças, práticas e significados que conectam o indivíduo a algo maior, atua como mediadora

simbólica na experiência do luto, promovendo a construção de sentido, a manutenção de vínculos simbólicos com os falecidos e o fortalecimento de redes de apoio comunitário (Damianakis & Marziali, 2012; Walsh et al., 2002).

Pesquisas clássicas já distinguem entre religiosidade extrínseca (centrada em práticas sociais e normas externas) e intrínseca (vinculada à vivência pessoal e interiorizada da fé), sendo esta última associada a melhores indicadores de ajustamento psicológico diante do luto (Rosik, 1989; Coleman et al., 2007). A espiritualidade, nesse sentido, não se limita à pertença institucional religiosa, mas abarca experiências subjetivas de transcendência, conexão com o sagrado, valores de compaixão e propósito de vida (Becker et al., 2007).

Farinasso e Labate (2012), em estudo qualitativo com viúvas idosas, reforçam essa compreensão ao apontar que a espiritualidade oferece espaço para resignificação da perda, acolhimento emocional e reorganização simbólica da identidade **pós-luto**. Estudos nacionais, como o de Farinasso e Labate (2012), também corroboram essa perspectiva ao evidenciar que a espiritualidade oferece às idosas enlutadas um espaço de acolhimento simbólico e reorganização emocional frente à perda.

Diante disso, este estudo tem como objetivo investigar, por meio de uma revisão sistemática da literatura, de que forma a espiritualidade influencia o processo de elaboração do luto em pessoas idosas, a partir da hipótese de que ela atua como recurso protetivo frente ao sofrimento psíquico e existencial decorrente da perda.

OBJETIVO

Investigar, por meio de uma revisão sistemática da literatura, de que forma a espiritualidade influencia o processo de elaboração do luto em pessoas idosas.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão sistemática da literatura. As buscas foram realizadas nas bases de dados PubMed, SciELO, LILACS e com o apoio do software Elicit, que utiliza inteligência artificial para auxiliar na identificação de artigos relevantes, abrangendo o período de 2020 a 2025. Contudo, devido à escassez de estudos recentes sobre o tema com foco específico em idosos, o recorte temporal foi estendido até o ano de 1999, a fim de incluir pesquisas relevantes que contribuíssem com a análise qualitativa.

Utilizou-se a combinação dos descritores em inglês: “spirituality AND grief AND elderly”. Inicialmente, foram identificados 59 artigos. Após triagem criteriosa, aplicaram-se os seguintes critérios de inclusão: estudos publicados entre 1999 e 2025, nos idiomas português, inglês ou espanhol, com amostras compostas exclusivamente por idosos 60+, que abordassem de maneira explícita a espiritualidade no contexto do luto. Foram excluídos estudos teóricos, revisões não sistemáticas, relatos de caso isolados, pesquisas

com amostras mistas e artigos sem acesso ao texto completo. Ao final do processo, 11 estudos empíricos que apresentavam dados diretamente relacionados aos resultados foram utilizados na análise qualitativa final.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados permitiu identificar cinco eixos temáticos principais que descrevem como a espiritualidade influencia o processo de luto entre idosos: regulação emocional e sintomas de luto; depressão e apoio comunitário; construção de significado e vínculo simbólico; ritual, resiliência e luto pandêmico; e estabilidade da espiritualidade no envelhecimento.

Regulação emocional e sintomas de luto

A espiritualidade exerce papel importante na modulação das respostas emocionais ao luto entre idosos. Damianakis e Marziali (2012) conduziram uma intervenção grupal com 24 idosos enlutados, ao longo de 14 semanas, demonstrando que a espiritualidade facilitou a reconstrução da identidade pós-perda, auxiliou na reparação emocional e promoveu a reintegração social dos participantes. O processo terapêutico revelou que práticas espirituais funcionaram como suporte simbólico para reorganizar afetos e fortalecer o senso de continuidade do próprio eu. De maneira complementar, Suttie et al. (2021) observaram que a espiritualidade se mostrou eficaz como mecanismo de regulação emocional adaptativa em idosos com níveis baixos a moderados de luto prolongado. No entanto, a mesma eficácia não foi verificada em casos de luto agudo e intenso, sugerindo que a intensidade da dor pode comprometer a acessibilidade ou funcionalidade dos recursos espirituais, exigindo intervenções mais integradas.

Depressão e apoio comunitário

Lee e Jun (2023) realizaram um estudo quantitativo com 316 idosos residentes em instituições de longa permanência em Kansas, nos Estados Unidos, com o objetivo de investigar os fatores associados à sintomatologia depressiva no contexto do luto. Os resultados evidenciaram que embora o luto estivesse relacionado ao aumento de sintomas depressivos, a presença de suporte social, particularmente de amigos próximos, atuou como fator protetivo significativo. Além disso, estratégias de enfrentamento baseadas na espiritualidade, como oração, reflexão e participação em atividades religiosas, demonstraram associação estatisticamente significativa com menores níveis de depressão.

Esses achados reforçam Michael et al. (2003) já haviam destacado que o enfrentamento do luto por meio de práticas espirituais está associado a melhor adaptação emocional em mulheres idosas, fortalecendo o ajustamento ao novo contexto de vida. Brown et al. (2004),

em estudo longitudinal, também demonstraram que a religiosidade pode funcionar como um fator compensatório emocional frente à viuvez, oferecendo suporte para lidar com o sofrimento. A importância das redes de apoio interpessoal e das práticas espirituais como elementos mediadores da saúde mental em idosos enlutados.

Construção de significado e vínculo simbólico

Martins et al. (2024) sintetizaram evidências qualitativas que demonstram como a espiritualidade contribui simultaneamente como processo e como resultado no enfrentamento do luto. Narrativas de idosos enlutados revelam que a fé oferece uma estrutura simbólica que legitima o sofrimento, encoraja a esperança e facilita a reelaboração da identidade frente à ausência do ente querido. Essa espiritualidade se manifesta por meio da crença em uma continuidade existencial, da presença simbólica do falecido e da ressignificação da dor como parte de um propósito maior. Estudos como os de Golsworthy e Coyle (1999) e Farinasso e Labate (2012) reforçam que a espiritualidade permite integrar a experiência da perda a uma narrativa de vida mais ampla, oferecendo ao idoso enlutado não apenas consolo, mas também coerência e pertencimento.

Ritual, resiliência e luto pandêmico

Em contexto pandêmico, marcado por restrições sanitárias e impossibilidade de rituais coletivos de despedida, a espiritualidade emergiu como um elemento de grande relevância para o enfrentamento da perda. Biancalani et al. (2022), por meio de entrevistas semiestruturadas, a partir do método fenomenológico realizadas na Itália, observaram que idosos que mantinham crenças em uma dimensão espiritual pós-morte, bem como a possibilidade de realizar rituais funerários mesmo que adaptados, demonstraram maior capacidade de resiliência diante do luto. A espiritualidade, nesses casos, funcionou como recurso simbólico que forneceu sentido à perda e alívio emocional frente à ausência física. Em contrapartida, a impossibilidade de acessar locais como funerais, orações comunitárias ou visitas hospitalares, intensificou o sofrimento emocional, levando à vivência de um luto mais solitário e doloroso.

Estabilidade da espiritualidade no envelhecimento

Bailly et al. (2018) realizaram um estudo longitudinal com 567 idosos na França e constataram que os níveis de espiritualidade permaneceram estáveis ao longo de cinco anos. Isso sugere que a espiritualidade já é um recurso estabelecido nessa população e potencialmente mobilizável frente à adversidade. Essa estabilidade pode explicar a eficácia consistente da espiritualidade como estratégia de enfrentamento ao longo do tempo. Revelou que os níveis de espiritualidade permaneceram estáveis ao longo de cinco anos, sugerindo que a espiritualidade já é um recurso estabelecido nessa população e

potencialmente mobilizável frente à adversidade. Essa estabilidade pode explicar a eficácia consistente da espiritualidade como estratégia de enfrentamento ao longo do tempo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A espiritualidade se configura como um recurso essencial e multifacetado no processo de elaboração do luto em pessoas idosas, contribuindo para a ressignificação da perda, a preservação de vínculos afetivos com o falecido e o fortalecimento de redes de apoio emocional e comunitário. Os achados desta revisão sistemática indicam que práticas espirituais, como oração, meditação, participação em rituais e vivência de crenças transcendentais, oferecem suporte simbólico para a reorganização subjetiva do sofrimento, promovendo sentimentos de continuidade, esperança e pertencimento.

Diante disso, destaca-se a necessidade de que políticas públicas e práticas clínicas adotem uma abordagem integrativa e interdisciplinar no cuidado a idosos enlutados, reconhecendo a espiritualidade como uma dimensão legítima do cuidado integral em saúde. Profissionais como psicólogos, médicos, terapeutas ocupacionais, assistentes sociais e cuidadores devem estar atentos às expressões espirituais das pessoas idosas, promovendo escuta qualificada, espaços de acolhimento e incentivo à conexão com recursos espirituais significativos. O respeito às crenças individuais e a valorização da espiritualidade como fonte de resiliência podem contribuir substancialmente para a promoção da saúde mental, do bem-estar e da dignidade na velhice. Na elaboração do luto em pessoas idosas, promovendo a construção de sentido, o fortalecimento de vínculos simbólicos e a ampliação das redes de apoio. Evidencia-se a importância de abordagens integrativas e interdisciplinares no acompanhamento de pessoas idosas enlutadas, considerando suas experiências espirituais como parte do cuidado integral à saúde mental e emocional.

REFERÊNCIAS

- BAILLY, Nathalie. et al. Spirituality, social support, and flexibility among older adults: A five-year longitudinal study. **International Psychogeriatrics**, v. 30, n. 12, p. 1745–1752, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S1041610218000029>.
- BECKER, Gerhild. et al. Do religious or spiritual beliefs influence bereavement? **Palliative Medicine**, v. 21, n. 3, p. 207-217, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0269216307077327>.
- BIANCALANI, Gianmarco et al. Spirituality for coping with the trauma of a loved one's death during the COVID-19 pandemic: An Italian qualitative study. **Pastoral Psychology**, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11089-021-00989-8>.
- BROWN, Stephanie L. et al. Religion and emotional compensation: Results from a prospective study of widowhood. **Personality and Social Psychology Bulletin**, v. 30, n. 9, p. 1165-1179, 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0146167204263752>.

COLEMAN, Peter G. et al. In sure and uncertain faith: Belief and coping with loss of spouse in later life. **Ageing and Society**, v. 27, n. 6, p. 855–874, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S0144686X07006551>.

DAMIANAKIS, Thecla.; MARZIALI, Elsa. Older adults' response to the loss of a spouse: The function of spirituality in understanding the grieving process. **Aging & Mental Health**, v. 16, n. 1, p. 57–66, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/13607863.2011.609531>.

FARINASSO, Adriano Luiz da Costa; LABATE, Renata Curi. Luto, religiosidade e espiritualidade: Um estudo clínico-qualitativo com viúvas idosas. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 14, n. 3, p. 624–633, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.5216/ree.v14i3.14453>

FRANCO, Maria Helena Pereira. **O luto no século 21: uma compreensão abrangente do fenômeno**. 1. ed. São Paulo: Summus, 2021.

GOLSWORTHY, Richard; COYLE, Adrian. Spiritual beliefs and the search for meaning among older adults following partner loss. **Mortality**, v. 4, n. 3, p. 265–280, 1999. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/713685964>.

LEE, Sherman A.; GIBBONS, Jeffrey A.; BOTTOMLEY, Jamison S. Spirituality influences emotion regulation during grief talk: The moderating role of prolonged grief symptomatology. **Journal of Religion and Health**, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01450-z>.

LEE, Kyoung Hag; JUN, Jung Sim. Grief, social support, spirituality, and depressive symptoms among older adults in assisted living in Kansas. **Journal of Evidence-Based Social Work**, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/26408066.2023.2211970>.

MARTINS, Helga. et al. Insights on spirituality and bereavement: A systematic review of qualitative studies. **Journal of Clinical Nursing**, v. 33, n. 5, p. 1593–1603, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/jocn.17052>.

MICHAEL, Scott T. et al. Widowhood and spirituality: Coping responses to bereavement. **Journal of Women & Aging**, v. 15, n. 2–3, p. 145–165, 2003. Disponível em: https://doi.org/10.1300/J074v15n02_09.

ROSIK, Christopher H. The impact of religious orientation in conjugal bereavement among older adults. **International Journal of Aging and Human Development**, v. 28, n. 4, p. 251–260, 1989. Disponível em: <https://doi.org/10.2190/37H9-UDP5-UQRC-QHTT>.

SIAN, Chin Hui et al. Bereavement and loss in older adulthood: Associations between meaning-making, spirituality and grief. **Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities**, v. 32, n. S3, p. 43–58, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.47836/pjssh.32.s3.03>.

WALSH, Kiri et al. Spiritual beliefs may affect outcome of bereavement: Prospective study. **British Medical Journal**, v. 324, n. 7353, p. 1551, 2002. Disponível em: <https://doi.org/10.1136/bmj.324.7353.1551>.