



**MÃES:  
VIDA E PERDA**

# **INLUTO**

**INVESTIGAÇÃO NA PRÁTICA**

**PROPRIEDADE:**

InLuto – Associação Portuguesa de Cuidados Integrados no Luto

**MORADA:**

Praça Duque de Saldanha, 20, 3º Dto.  
1050-094 Lisboa

**TELEFONE:** 962 078 099

**EMAIL:** [geral@inluto.pt](mailto:geral@inluto.pt)

**SITE:** <https://inluto.pt/>

**EDITOR:** Margarida Ferreira de Almeida

**PERIODICIDADE:** Mensal

inluto

Cuidados Integrados no Luto

# CONTEÚDO

## EDITORIAL

Daniela Nogueira

---

3

## DEPOIS DA PERDA: O IMPACTO DA MORTE MATERNA

Daniela Nogueira

---

5

## DIA DAS MÃES E O LUTO PERINATAL: RECONHECIMENTO DA MATERNIDADE DIANTE DA PERDA

Damiana Angrimani

---

8

## PARTICIPE

Investigação em Curso

---

11

## ÚLTIMAS PUBLICAÇÕES

Artigos Publicados pela nossa  
Equipa de Investigação

---

15

## PRÓXIMA EDIÇÃO

Participe na nossa Newsletter  
Divulgue o seu trabalho

---

18

# NOTA EDITORIAL

Daniela Nogueira  
Psicóloga Clínica e da Saúde

*Abre os olhos ao menos, diz que sim!  
Diz que me vês ainda, que me queres.  
Que és a eterna mulher entre as mulheres.  
Que nem a morte te afastou de mim!*

Durante o mês de maio assinala-se o Dia da Mãe, eterna mulher entre as mulheres, como caracterizada pelo escritor Miguel Torga, no seu poema intitulado “Mãe”. Tal como no mês de Março, somos convidados a refletir sobre o impacto da perda de uma figura parental no desenvolvimento e reconstrução da identidade na vida de cada família.

A perda da figura materna, a qual não se limita à mãe biológica, pode ocorrer em diferentes etapas ao longo do ciclo de vida, cada uma acompanhada pelas suas especificidades. Desde o período neonatal, à infância, à adolescência, à adultez... Tendo em conta a representação socialmente instituída da mãe enquanto figura de cuidado, facilmente depreendemos o impacto da sua perda, independentemente da etapa desenvolvimental. Em faixas etárias mais avançadas, a dor poderá ser expressa através de delicadas palavras como as acima descritas; já em idades mais precoces talvez seja o desenho aquele que melhor permite representar esta experiência interna.

Poderá perguntar-se o leitor: mas afinal que diferenças esperar entre uma criança que perde a mãe e um jovem adulto? Qual é o impacto desta perda no seu desenvolvimento? Será este impacto diferente caso se trate de um pai ou de uma mãe?

E aqueles que nunca conheceram as suas mães (biológicas)? E aqueles outros que, na presença da figura materna, nutrem uma relação não caracterizada por amor e cuidado, mas antes por conflito e sofrimento?

Várias destas questões constituem uma oportunidade para o leitor investigador, aprofundar e, quem sabe, conduzir a sua própria investigação, uma vez que muitas permanecem ainda sem resposta. Ainda assim, podemos salientar que a vivência da morte da figura materna está associada a um maior risco de problemas psicológicos, tais como a depressão, ansiedade ou abuso de substâncias. Este impacto parece ser particularmente significativo em idades precoces, emergindo desafios na construção e desenvolvimento de relações interpessoais na idade adulta.

No âmbito desta temática, esta newsletter procurou trazer dois temas também eles merecedores de uma maior atenção, tanto ao nível da investigação como da prática clínica: a mortalidade materna e a mortalidade perinatal. O primeiro centra o olhar na experiência da morte da mulher durante a sua gravidez ou no período subsequente ao parto; o segundo retoma a reflexão em torno da perda de um filho durante a gestação ou logo após o nascimento.

*Daniela Nogueira*





# **DEPOIS DA PERDA: O IMPACTO DA MORTE MATERNA**

Daniela Nogueira

A **mortalidade materna** é definida pela OMS como a morte de uma mulher durante a gravidez ou nos 42 dias seguintes ao parto, por qualquer causa relacionada com a gravidez ou o seu acompanhamento, ou agravada por estes. A fim de se averiguar os seus principais efeitos psicossociais, foi conduzida recentemente uma revisão da literatura. Os resultados abordados aqui derivam da análise de 18 artigos.

## Impacto Psicossocial nos Familiares Enlutados

### Impacto Psicológico

- Sintomas depressivos
- PTSD
- Consumo de substâncias (menos comum)

- Taxas de mortalidade infantil mais elevadas
- Desnutrição e atraso no desenvolvimento

### Impacto na Saúde Física

### Consequências Sociais e Económicas

- Parentificação: as crianças são frequentemente impelidas a assumir um papel de cuidador ou contribuir para o rendimento familiar, levando ao absentismo escolar;
- Perda de rendimentos e despesas elevadas (cuidados médicos; rituais fúnebres)

- Rede de suporte informal (familiares, amigos, vizinhos, comunidade religiosa);
- Sistemas de apoio estruturados e institucionais limitados ou ausentes

### Estratégias de Coping

## Impacto Psicossocial nos Profissionais de Saúde

### Impacto Psicológico

- Luto
  - Culpa, medo e vergonha
  - Sintomas depressivos e PTSD
  - Consumo de substâncias
- 
- Perturbações do sono e alimentares
  - Cansaço extremo

### Impacto na Saúde Física

### Consequências Sociais e Económicas

- Medo de repercussões legais e das reações dos familiares
  - Isolamento e redução no autocuidado
  - Questionamento da profissão, levando alguns profissionais a considerar deixar a profissão
- 
- Apoio de colegas profissionais
  - Rede de suporte informal (familiares e amigos)
  - Espiritualidade
  - Acesso limitado a apoio institucional estruturado (ex.: reuniões de debriefing)

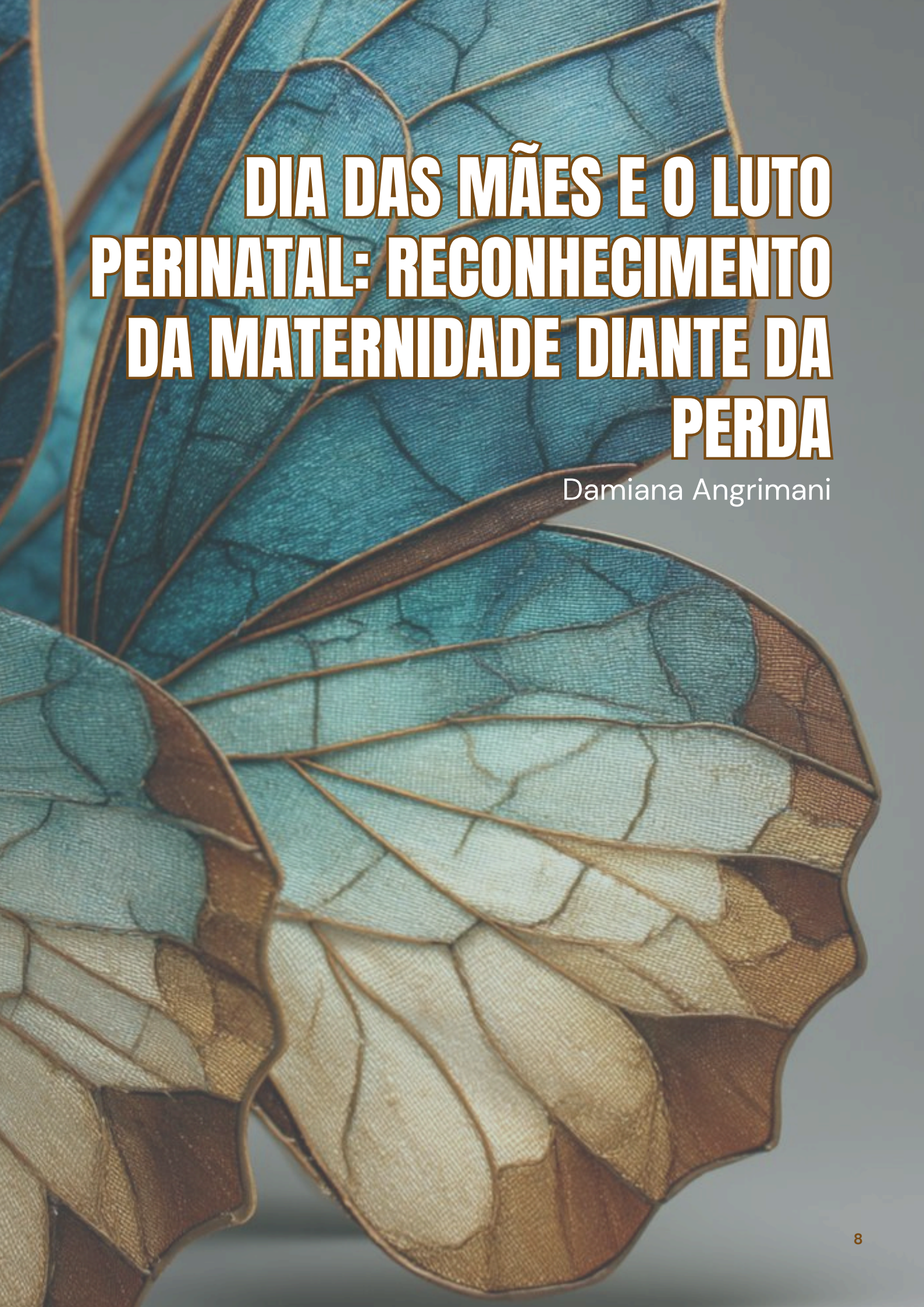
### Estratégias de Coping

## Conclusões Principais

1. A mortalidade materna encontra-se consistentemente associada, em diferentes culturas/países, a um sofrimento psicológico significativo, com um impacto negativo na saúde física, nas relações interpessoais e na estabilidade económica e profissional.
2. Constitui um desafio de saúde pública, sobretudo em contextos onde os recursos são limitados, onde se destaca a preocupação com o aumento da mortalidade infantil e na primeira infância. Tal exige não apenas cuidados psicológicos, mas também respostas ao nível da assistência social.
3. Trata-se de um evento com um profundo impacto profissional e substancial carga traumática, evidenciando a necessidade de uma maior preparação e formação dos profissionais de saúde, bem como a existência de sistemas de apoio institucionais devidamente estruturados.

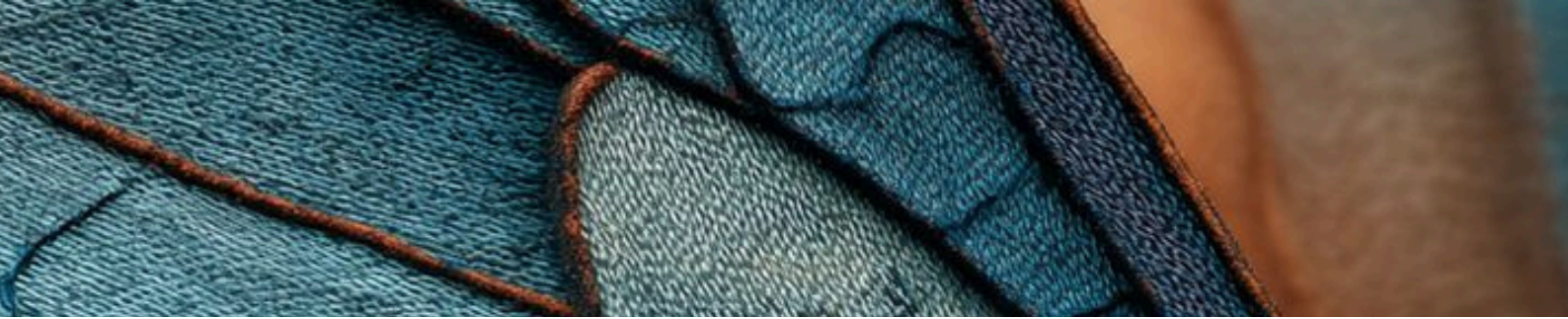
## REFERÊNCIA

Alhaj, D., Schmock, S., Gerhold, L. L., Wallwiener, S., Zdanowicz, J., Hanson, C., Dudenhausen, J., & Königsbauer, J. (2026). Psychosocial impact of maternal mortality on bereaved families and health care providers: what do we know?. Archives of gynecology and obstetrics, 313(1), 167. <https://doi.org/10.1007/s00404-026-08424-0>

The background of the page is a detailed embroidery of several overlapping leaves. The leaves are rendered in various shades of blue, teal, and brown, with intricate stitching that highlights the veins and the texture of the fabric. The overall effect is artistic and textured.

# **DIA DAS MÃES E O LUTO PERINATAL: RECONHECIMENTO DA MATERNIDADE DIANTE DA PERDA**

Damiana Angrimani




Influenciado por matrizes indígenas, africanas e europeias, o luto brasileiro expressa-se por meio de práticas e rituais diversos, revelando um mosaico de significados, crenças e modos de honrar a dor. No entanto, essas práticas passaram por um processo de retração, sobretudo com a urbanização, a medicalização da morte e a crescente privatização do sofrimento. Essa mudança trouxe também invisibilidade de certos lutos, especialmente os que não são socialmente legitimados, como o luto perinatal.

A mortalidade perinatal configura-se, como uma importante questão de saúde pública, não apenas pelos índices elevados, mas também pelos impactos emocionais, sociais e psicológicos que provoca nas famílias. **A brevidade do vínculo físico, a ausência de rituais reconhecidos e o tabu** que envolve esse tipo de perda tornam ainda mais urgente a necessidade de acolhimento profissional e social. A falta de reconhecimento social pode agravar o sofrimento, tornando o processo de elaboração mais solitário e, por vezes, patologizado (Instituto do Luto Parental, 2026).

A pesquisa apresentada resulta de um estudo qualitativo realizado com mulheres, residentes no Brasil, que vivenciaram o óbito dos seus filhos no período perinatal. Os autores colocaram questões a estas mulheres sobre a descoberta da gravidez e o desenvolvimento gestacional, a descoberta do óbito fetal e aos sentimentos vivenciados diante da notícia, a experiência hospitalar durante o processo de perda, os rituais realizados em homenagem ao bebê, as mudanças na relação com o outro progenitor, as reações da rede de apoio, o reconhecimento enquanto mães, o desejo de ter outros filhos e a maneira como percebiam a perda no momento da entrevista.





Diante da perda de seus filhos, grande parte das mulheres verbalizou a **necessidade de “vivenciar o luto”, compreendendo a importância de não adiar ou silenciar o sofrimento.**

As participantes demonstraram compreender o luto como um processo necessário, permeado por **emoções como tristeza, raiva, frustração, culpa e pesar**, mas também por **movimentos de reconstrução subjetiva e reorganização da vida cotidiana.**

Os avanços tecnológicos no diagnóstico pré-natal, embora tragam segurança, podem reforçar uma fantasia de controle sobre a vida, sobretudo quando esses recursos não são acompanhados por diretrizes humanizadas e as lacunas na assistência emocional tornam-se ainda mais profundas.

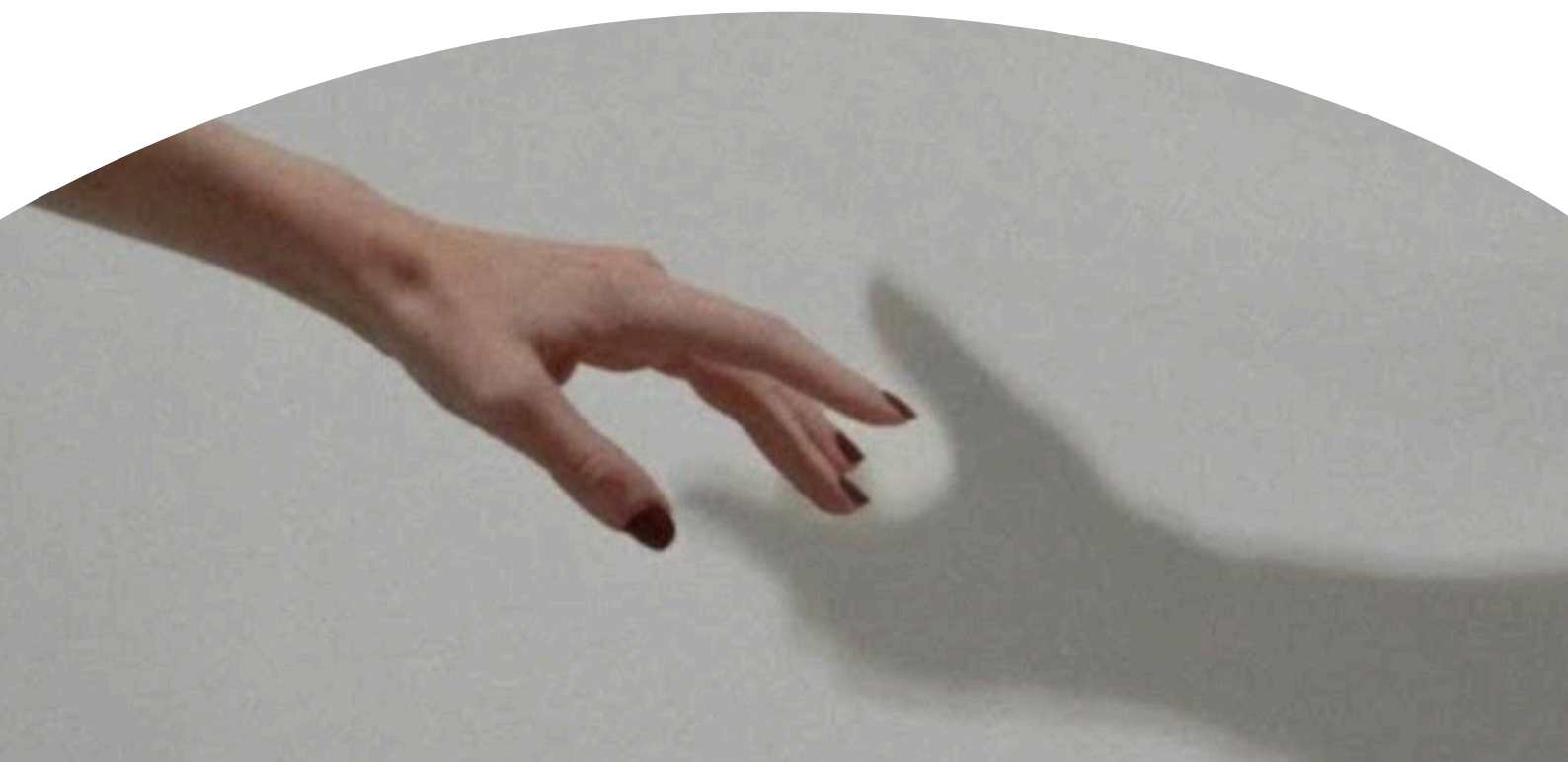
A experiência do luto parental desafia não apenas as famílias diretamente afetadas, mas também os modos sociais e institucionais de lidar com a morte. Em uma cultura que valoriza o controle e a superação rápida do sofrimento, o luto se apresenta como processo contracultural, marcado por retraimento e necessidade de tempo para elaboração. Conclui-se que o **reconhecimento da existência do bebê e da maternidade são fundamentais para favorecer processos mais saudáveis de elaboração do luto.**

## REFERÊNCIA

Dumitru, G. P. ., Camargo, A. ., Cardoso, G. F. ., & Kuss, A. S. S. (2024). Luto materno perinatal: quando um sonho vira saúde. *Revista Psicologia, Diversidade E Saúde*, 13, e5784. <https://doi.org/10.17267/2317-3394rpds.2024.e5784>



# PARTICIPE



## A sua participação é importante para nós

É através da investigação que somos capazes de avançar o conhecimento, ganhando uma maior compreensão da população em luto, sensibilizando a comunidade e informando a prática clínica.

Deste modo, podemos contribuir para intervenções mais eficazes e focadas nas necessidades da população em luto, bem como para a sensibilização da população para um tema que nos toca a todos: o luto.

# INVESTIGAÇÃO EM CURSO

Caso se enquadre num dos estudos que lhe apresentamos abaixo, por favor participe!

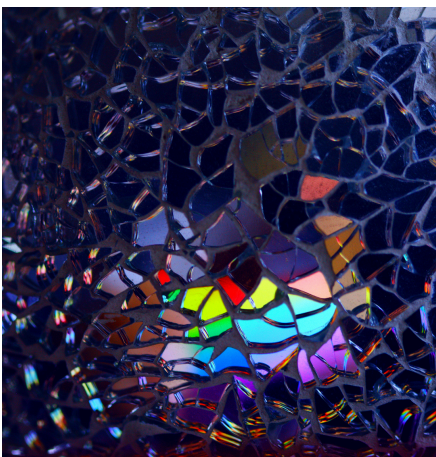
A evolução depende de si!

## LUTO EM FAMÍLIA

*Bruna Barbosa & Alexandra Coelho*

Perdeu alguém próximo na sua família há mais de 6 meses e não mais de 5 anos?

<https://forms.gle/LutoFamilia>



## PERDA PARENTAL DURANTE A INFÂNCIA

*Andreia Rodrigues, Maria João Beja & José Alberto Gonçalves*

Tem entre 18 e 30 anos?

Experienciou a perda de um pai ou mãe entre os 7 e os 12 anos de idade?

**Interessados contactem: 2096421@student.uma.pt**



## VIÚVOS PRECOCES

*Vera Cruz & Alexandra Coelho*

Tem entre 20 e 55 anos?  
Perdeu o seu cônjuge há mais de 6 meses?

<https://docs.google.com/forms/Viuvez>

## PERDA GESTACIONAL

*Carolina Filipe, Sofia Von Humboldt & Sara Albuquerque*

Tem mais de 18 anos?  
Passou por uma perda gestacional?

<https://docs.google.com/forms/LutoPerinatal>



## FAMILIARES E CUIDADORES

*Mónica Menezes da Silva*

Tem mais de 18 anos e está **atualmente envolvido nos cuidados a um familiar adulto com doença oncológica em fase avançada?**

<https://ispawjrc.qualtrics.com/Cuidadores>

<https://ispawjrc.qualtrics.com/CuidadoresFamiliares>

## LUTO NO BRASIL

*Margarida Ferreira de Almeida*

É Brasileiro, tem mais de 18 anos e experienciou a perda de um ente-querido **nos últimos 5 anos?**

**BRASILEIRO:** <https://ispawjrc.qualtrics.com/Brasil>





## EDUCAÇÃO PARA A MORTE

*Francisca Eduardo & Alexandra Coelho*

Tem um filho a frequentar o ensino obrigatório?

<https://ispawjrc.qualtrics.com/EducaçãoMorte>

## PREVENÇÃO LUTO PROLONGADO

*Alexandra Coelho, Sara Albuquerque, David Neto e Miguel Barbosa*

Tem mais de 18 anos e **perdeu uma pessoa significativa no passado?**

<https://ispawjrc.qualtrics.com/GRisk>



## LUTO E INTIMIDADE CONJUGAL

*Carolina Sousa & Alexandra Coelho*

Viveu a perda de uma pessoa significativa enquanto estava numa relação conjugal?

<https://forms.gle/Luto&Intimidade>

## ATITUDES E ESTIGMAS

*Alexandra Coelho*

Tem mais de 18 anos?

<https://ispawjrc.qualtrics.com/Atitudes>

<https://ispawjrc.qualtrics.com/CuidadosPaliativos>



# PUBLICAÇÕES RECENTES

Dos Membros da Equipa de Investigação

**Coelho, A.,** Aníbal, S., **Nobre, C.,** & Albuquerque, S. (2026). Development and initial validation of the grief training needs assessment scale (GTNAS). *Death Studies, Advanced Online Publication*. <https://doi.org/10.1177/00302228251364697>

---

Neto, D. D., **Coelho, A.,** Silva, A. N. D., Marques, T. G., & **Albuquerque, S. (2025)**. Empower-Grief for Relatives of Cancer Patients: Implementation and Findings from an Exploratory Randomized Controlled Trial. *Behavioral Sciences, 15*(7), 972. <https://doi.org/10.3390/bs15070972>

---

**Coelho, A.,** Albuquerque, S., & Dias Neto, D. (2025). Bereavement support guidelines for caregivers in palliative care: A scoping review. *Frontiers in Psychology, 16*, 1541783. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1541783>

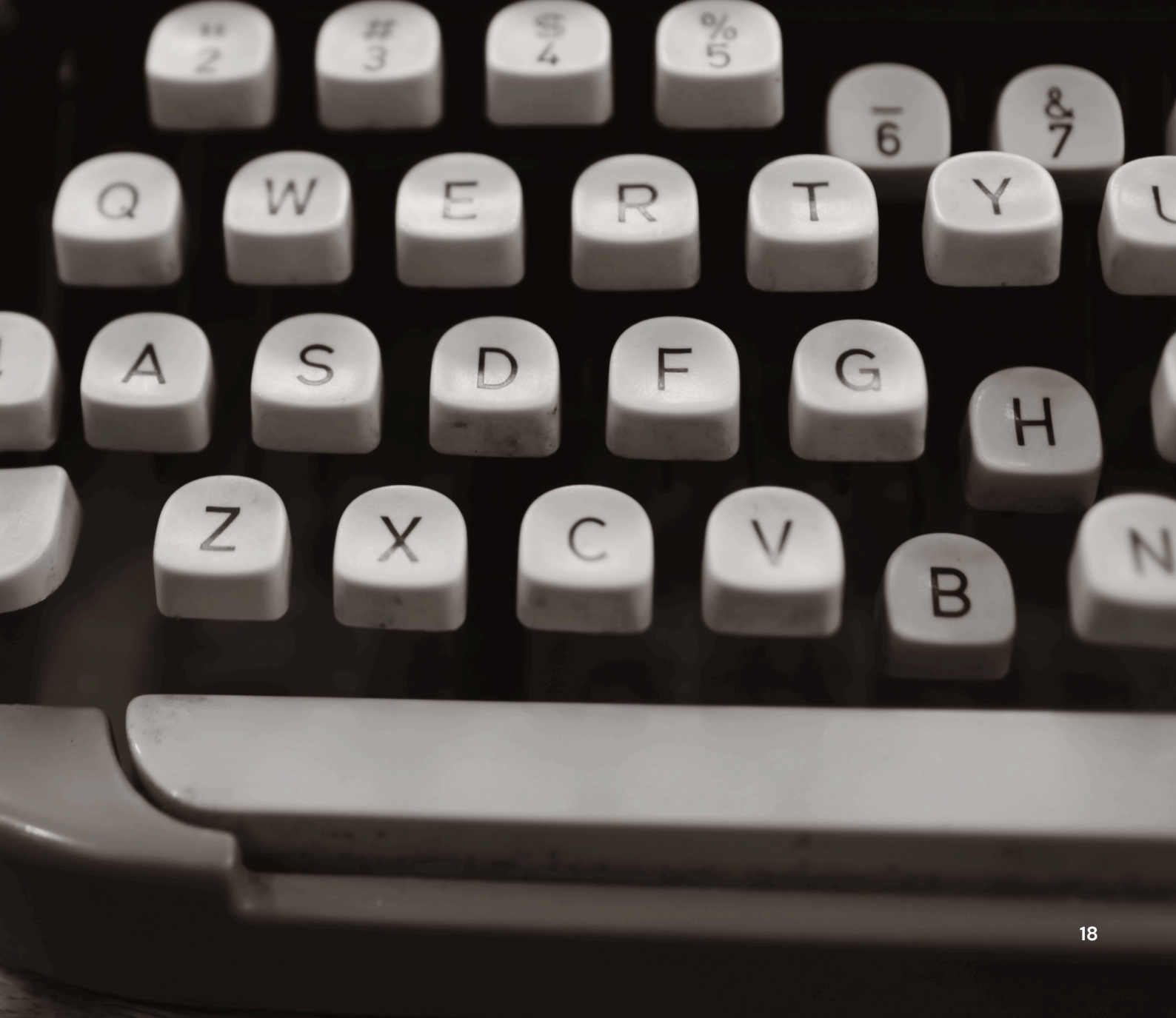
---

Neto, D. D., **Coelho, A.,** Albuquerque, S., & Nunes da Silva, A. (2025). Effectiveness of Empower-Grief for Relatives of Palliative Care Patients: Protocol for an Exploratory Randomized Controlled Trial. *Clinical psychology in Europe, 7*(1), e14307. <https://doi.org/10.32872/cpe.14307>

---

**Ferreira de Almeida, M.,** Costa, J., Martins, C., Larcher Almeida, M., Ramos, C., **Coelho, A.,** & Leal, I. (2025). The Paths of Adjustment to Loss: Prolonged Grief Disorder and Posttraumatic Growth. *OMEGA - Journal of Death and Dying, 0*(0). <https://doi.org/10.1177/00302228251364697>





# PARTILHE

## O SEU TRABALHO

1. O artigo deve ser escrito em Português.
2. O artigo deve estar relacionada com a área do luto ou da morte.
3. A(s) referência(s) bibliográfica(s) a partir da(s) qual(is) o artigo foi escrito deve(m) ter sido publicada(s) nos últimos 5 anos.
4. O(s) autor(es) deverão declarar que se trata duma publicação original, embora seja o resumo/opinião a partir de artigo(s) científico(s) publicado(s) previamente.
5. Para ser aceite, o artigo deverá ser revisto por um membro do grupo de investigação da InLuto.
6. O texto do artigo deverá contemplar as seguintes seções:
  - a. Título.
  - b. Nome(s) do(s) autor(es), respetiva(s) afiliação(ões) institucional(is), contato de e-mail do autor de correspondência.
  - c. Breve resumo, em que é explicitado o principal objetivo do artigo (máximo 500 caracteres, incluindo espaços).
  - d. Palavras-chave (entre 3 e 5 palavras).
  - e. Corpo do artigo em que se procuram evidenciar as principais implicações práticas da investigação realizada (máximo 3500 caracteres, incluindo espaços).
  - f. Referência(s) bibliográfica(s) base do artigo (num máximo de 3).
  - g. Eventuais imagens, esquemas, gráficos ou tabelas deverão ser apresentadas em folha única, não podendo ocupar mais do que uma página por artigo.

Envie o seu trabalho para: [geral@inluto.pt](mailto:geral@inluto.pt)

E NÃO SE ESQUEÇA...  
ESCREVA PARA TODOS



INLUTO  
INVESTIGAÇÃO NA PRÁTICA