

# LUTO

NO CONTEXTO DA

MEDICINA VETERINÁRIA



# ÍNDICE

INTRODUÇÃO	03
O QUE É LUTO?	04
COMPLEXIDADE DO LUTO: RESPOSTAS E IMPACTOS	05
FORMAS DE LUTO NA MEDICINA VETERINÁRIA	06
PAPEL DO VETERINÁRIO NO LUTO DO TUTOR	07
IMPACTO DO LUTO NA VIDA DO VETERINÁRIO	08
ESTRATÉGIAS PARA ACOLHIMENTO DO LUTO	09
CONCLUSÃO	10

# INTRODUÇÃO

A vida e a morte são faces inseparáveis da existência, embora frequentemente evitemos confrontar a última. Inevitável e universal, a experiência da perda nos desafia a compreender e processar emoções profundas.

No contexto da medicina veterinária, o luto adquire nuances particulares e significativas, embora raramente reconhecidas.

Esta cartilha tem como objetivo fornecer breves informações e orientações sobre o que é o processo de luto e como manejar esse fenômeno no contexto da medicina veterinária.



# CAPÍTULO 01

## O que é o Luto?

É um processo natural de resposta a perdas significativas, não estando relacionado somente à morte.

### Características:

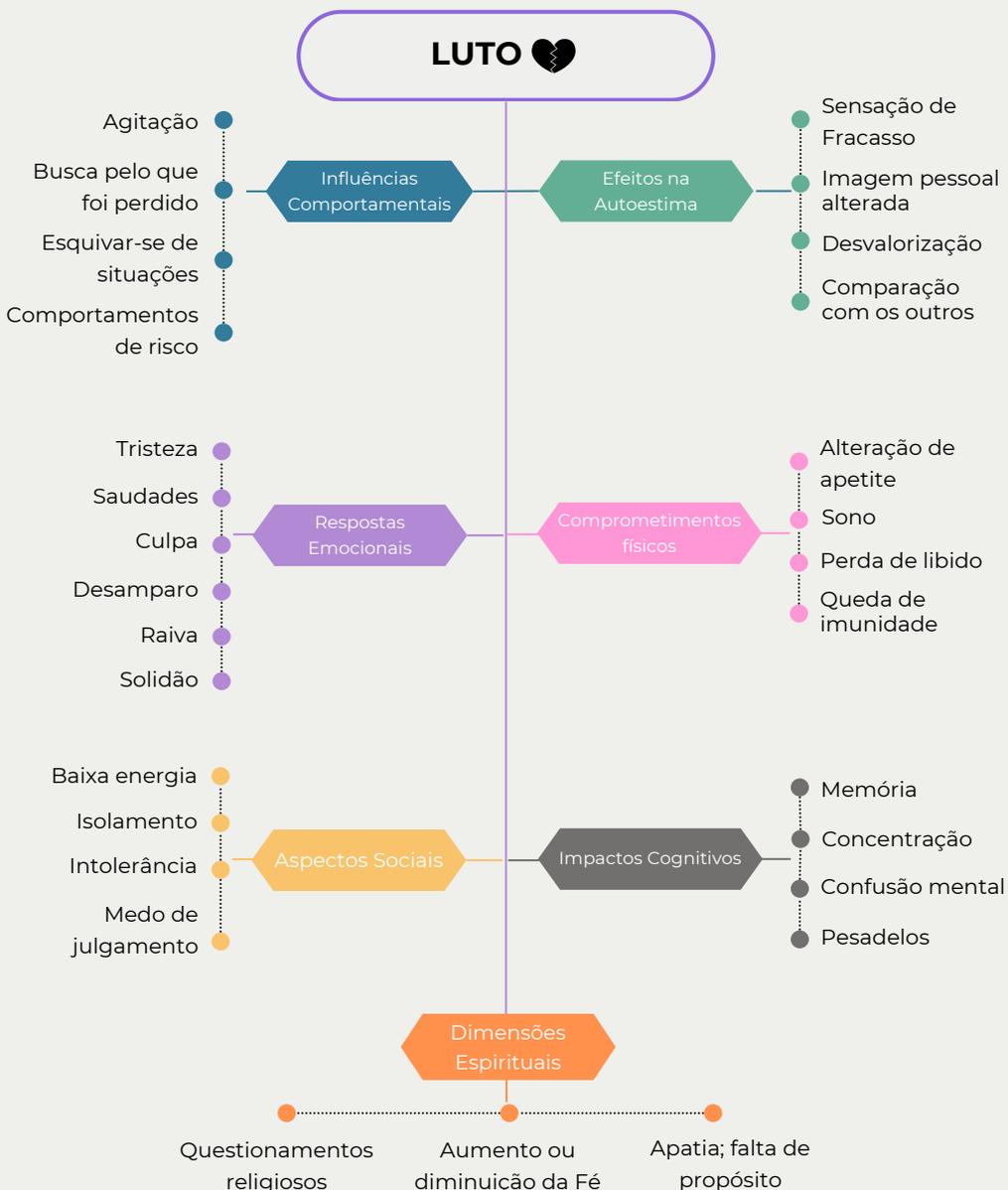
Individual e/ou coletivo;  
Não é um processo linear;  
Sentimentos diversos: tristeza, saudade, culpa, raiva, impotência, frustração, solidão, desamparo e alívio (podem coexistir).

### Impactos:

Físicos (ex: alterações de apetite, sono, queda de imunidade);  
Cognitivos (ex: impactos na memória, concentração, confusão mental);  
Sociais (ex: isolamento, medo de julgamento);  
Espirituais (ex: questionamentos da crença religiosa);  
Comportamentais (ex: busca pelo que foi perdido, comportamentos de risco);  
Afeta a autoestima (ex: sensação de fracasso, desvalorização).

# CAPÍTULO 02

## Complexidade do Luto: Respostas e Impactos



# CAPÍTULO 03

## Formas de Luto na Medicina Veterinária

Antecipatório: preparação para perda iminente (ex: animal com doença terminal);

Ambíguo: incerteza na perda (ex: desaparecimento do animal);

Inibido: ausência de reações emocionais (ex: bloqueio emocional);

Adiado: percepção tardia da perda (ex: reações emocionais surgem após semanas);

Complicado ou prolongado: desregulação emocional intensa e prolongada (ex: interferência incapacitante nas atividades diárias);

Profissional: sobrecarga emocional em veterinários (ex: devido a eutanásias rotineiras e emergências).



# CAPÍTULO 04

## Papel do Veterinário no Luto do Tutor

### **Comunicação Empática:**

✓ Explicar claramente o estado de saúde do animal;  
Apresentar opções de tratamento ou procedimentos pós-óbito;  
Orientar sobre eternização de lembranças (ex: cartinha, mecha de pelo, patinha de biscoito).

### **Escuta Ativa:**

✓ Permitir que o tutor expresse seus sentimentos sem julgamentos;  
Usar perguntas abertas e demonstrar compreensão.

### **Respeito ao Tempo:**

✓ Reconhecer que cada tutor processa a perda diferentemente;  
Perguntar como pode ajudar dentro das possibilidades.

### **Oferecer Recursos:**

✓ Indicar materiais, grupos de apoio e profissionais especializados em luto pet;  
Fazer acompanhamento por mensagem alguns dias após a perda, se apropriado.

# CAPÍTULO 05

## Estratégias para Minimizar o Impacto do Luto na Vida do Veterinário

### **Autocuidado:**

Praticar atividades que promovam bem-estar físico, emocional, social e espiritual (ex: exercícios, meditação, hobbies, convívio social, autoconhecimento).

### **Supervisão e Apoio Profissional:**

Buscar suporte de colegas ou grupos de discussão sobre emoções na prática veterinária;  
Considerar terapia ou aconselhamento profissional.

### **Estabelecer Limites:**

Reconhecer os próprios limites emocionais e profissionais;  
Comunicar limites de forma assertiva (ex: horários de trabalho, disponibilidade emocional);  
Diferenciar a dor do paciente da responsabilidade profissional.



# CAPÍTULO 05

## Estratégias para Acolhimento do Luto

### Para tutores:

#### **Criar ritual de despedida**

(ex: cerimônia; plantar uma árvore);

**Escrever carta para o pet expressando sentimentos;**

#### **Manter lembranças afetivas**

(ex: fotos, brinquedos favoritos);

**Buscar apoio em comunidades de luto pet (online ou presenciais).**

### Para Veterinários:

**Compartilhar experiências com colegas de profissão;**

**Implementar espaços de decompressão no trabalho**

(ex: sala de descanso, momentos de pausa);

**Criar rede de apoio na clínica**

(ex: grupos de discussão, grupos de decompressão).



## CONCLUSÃO

O luto na medicina veterinária é uma realidade que precisa ser abordada com **sensibilidade e empatia**.

Compreender esse processo e desenvolver estratégias para acolher tanto tutores quanto profissionais pode fazer toda a diferença no bem-estar emocional de todos os envolvidos.

“O sofrimento só é intolerável quando ninguém cuida.” (Cicely Saunders).





**ekoa**

Associação Brasileira  
em prol da Saúde Mental  
na Medicina Veterinária

**Autoras:**

Psicóloga Juliana Sato  
Psicóloga Anna Laura Leal Freire  
Psicóloga Camilla Eckert