

Relato de Experiencia

Relato de experiencia: grupo de consejería pastoral para personas en proceso de duelo en tiempos de pandemia de COVID-19

Relato de experiência: grupo de aconselhamento pastoral para pessoas em processo de luto em tempos de pandemia da COVID-19

Experience report: Pastoral counseling group for grieving people in times of COVID-19 pandemic

Fabiana de Oliveira Ferreira¹ 

Miria Benincasa² 

Blanches de Paula³ 

¹Autora correspondiente. Universidade Metodista de São Paulo (São Paulo). São Paulo, Brasil. fabiana.o.ferreira@gmail.com

^{2,3}Universidade Metodista de São Paulo (São Paulo). São Paulo, Brasil. miria.gomes@metodista.br, blanches.paula@metodista.br

RESUMEN | INTRODUCCIÓN: La elaboración del duelo es vivida de formas particulares por cada persona, dependiendo de los recursos sociales y personales disponibles, del contexto y de la historia de vida del individuo. Este trabajo propone presentar una iniciativa de asistencia a las personas enlutadas a través de la consejería pastoral. **OBJETIVO:** El objetivo de esta investigación es ofrecer soporte a quienes estén viviendo el duelo, a través de las experiencias compartidas delante del dolor y el sufrimiento causado por la muerte. **METODOLOGIA:** La metodología de los grupos es aplicada en dos módulos donde cada grupo tiene cuatro encuentros mensuales, con un encuentro semanal. En estos encuentros, que tienen una duración de hasta 1h30min, son trabajados temas que posibiliten el diálogo e intercambio de experiencias delante del duelo. Los grupos están formados por, como mínimo, cinco y, como máximo, diez personas. Hasta ahora, fueron atendidas cerca de 70 personas. **RESULTADOS Y DEBATES:** Los resultados de esta intervención revelan que el grupo se convirtió en un espacio de resignificación de la vida. Por tratarse de un momento de intercambio de dolores y duelos, las experiencias compartidas muestran caminos para la asimilación del propio duelo y el desarrollo de proyectos de vida. El presente proyecto tuvo su inicio antes de la Pandemia de COVID-19, pero la asistencia se hizo presente durante este periodo. Especialmente con peculiaridades relacionadas a un velorio restringido y limitaciones para la elaboración del luto por medio de rituales conocidos socialmente. **CONSIDERACIONES FINALES:** Consideramos que el simple hecho de reflexionar sobre los asuntos abordados en cada encuentro, además de ejercer la escucha y poder hablar de las propias experiencias, también se revela como un camino para la superación del duelo.

PALABRAS CLAVE: Duelo. Consejería pastoral. Pandemia. Espiritualidad. Muerte

RESUMO | INTRODUÇÃO: A elaboração do luto é vivenciada de formas particulares pelas pessoas, dependendo dos recursos sociais e pessoais disponíveis, do contexto e da história de vida do indivíduo. Este trabalho propõe-se a apresentar uma iniciativa de assistência às pessoas enlutadas através do aconselhamento pastoral. **OBJETIVO:** O objetivo desta intervenção é oferecer suporte a pessoas que estejam vivenciando o luto, através da partilha de experiência ante a dor e sofrimento diante da morte. **METODOLOGIA:** A metodologia dos grupos é aplicada em dois módulos nos quais cada grupo tem cerca de quatro encontros por mês, com encontros semanais. Nestes encontros, que tem uma duração de até 1h30min, são trabalhados temas que possibilitem diálogo e troca de experiências diante do luto. Os grupos são compostos por, no mínimo cinco e, no máximo dez pessoas. Até o momento, foram atendidas cerca de 70 pessoas. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Os resultados dessa intervenção revelam que o grupo se tornou um espaço de resignificação da vida, pós-perda para morte. Por tratar-se de um momento de compartilhamento de dores e lutos, as experiências trocadas mostraram caminhos para a assimilação do próprio luto e desenvolvimento de projetos de vida. O presente projeto teve seu início antes da Pandemia de COVID-19, entretanto, a assistência se fez presente durante este período. Especialmente com peculiaridades relacionadas a um velório restringido e limitações para elaboração do luto por meio de rituais socialmente reconhecidos. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Consideramos que o simples fato de refletir sobre os assuntos abordados a cada encontro, ao mesmo tempo em que exerce a escuta e pode falar sobre suas próprias experiências, por si só, se revela como caminho para a superação do luto.

PALAVRAS-CHAVE: Luto. Aconselhamento pastoral. Pandemia. Espiritualidade. Morte.

Presentado 08/09/2021, Aceptado 27/05/2022, Publicado 01/08/22

Rev. Psicol. Divers. Saúde, Salvador, 2022;11:e4097

<http://dx.doi.org/10.17267/2317-3394rpsds.2022.e4097>

ISSN: 2317-3394

Editora responsável: Mônica Daltró

Cómo citar este artículo: Ferreira, F. O., Benincasa, M. & Paula, B.

(2022). Relato de experiencia: grupo de consejería pastoral para personas en proceso de duelo en tiempo de pandemia de COVID-19.

Revista Psicologia, Diversidade e Saúde, 11, e4097. <http://dx.doi.org/10.17267/2317-3394rpsds.2022.e4097>

<http://dx.doi.org/10.17267/2317-3394rpsds.2022.e4097>



ABSTRACT | INTRODUCTION: The elaboration of mourning is experienced in particular ways by people, depending on social and personal available resources, context, and life history. This work aims to present a support initiative to mourning people through pastoral counseling. **OBJECTIVES:** The goal of this intervention is to offer support to people who are experiencing grief, through the sharing of experience in the face of pain and suffering in the face of death. **METHOD:** The groups' methodology is applied in two modules, in which each group has about four meetings per month, with weekly meetings. In these meetings, which last up to 1h30min, topics that allow dialogue and exchange of experiences in the face of grief are worked on. The groups are composed of a minimum of five people and a maximum of ten. Until this moment, seventy people have been assisted. **RESULTS AND DISCUSSION:** The results of this intervention reveal that the group becomes a space of resignification of life after death losses. As it is a time for sharing the pain of mourning, experiences exchanged showed ways to assimilate one's own grief and develop life projects. This project started before the COVID-19 pandemic. However, this assistance stills remains present during this time. The results of these realities present peculiarities related to the restricted funeral and limitations to the elaboration of mourning through socially recognized rituals. **FINAL CONSIDERATIONS:** It is observed that the simple fact of reflecting on subjects addressed in each meeting, at the same time that it is possible to listen and share your own experiences, reveals itself as a way of overcoming grief.

KEYWORDS: Mourning. Pastoral counseling. Pandemic. Spirituality. Death.

Introducción

"La fuerza como producto del sufrimiento es fruto de gestos solidarios que esparcen semillas de esperanza en medio del dolor" (Paula, 2011, p. 52)

El proyecto de consejería pastoral en grupos para personas enlutadas –Enlutados/as, es coordinado por la autora de este relato de experiencias, a través de la Pastoral Escolar e Universitaria de la Universidade Metodista de São Paulo. Es divulgado en los canales de dicha universidad y dirigido a toda la comunidad académica y externa. Este proyecto nace de la experiencia personal de luto de la investigadora y la necesidad de espacio para compartir el dolor mientras asimilaba la pérdida de un hijo, espacio que sea sin ningún tipo de juicio, o que, en el intento de consolar, se digan palabras duras trayendo más angustia que paz.

La necesidad de un espacio para poder oír historias de otras personas que estaban viviendo el luto nos desafía a escribir y desarrollar este proyecto. Estaba haciendo un posgrado en Consejería Pastoral, y en medio de tantos contenidos aplicados me encontré con los modelos de consejería, entre ellos la consejería pastoral en grupo. Busqué a mi profesora y orientadora, que es Doctora en Consejería Pastoral, especializada en duelo, Profa. Dra. Blanches de Paula, y le pedí que me ayudase. Con la sugerencia de algunas referencias bibliográficas, monté un proyecto y lo presenté a la Pastoral Escolar y Universitaria para seguir con las orientaciones necesarias hasta la aplicación del mismo.

En primer lugar, fue necesaria una lectura del contexto social para verificar para quién direccionaríamos el proyecto y, como parte del proceso, iniciamos con ocho encuentros, una vez por semana, dirigido solamente a mujeres enlutadas. Hicimos algunas consideraciones y el proyecto fue transformándose. Hoy está destinado a cualquier persona mayor de 18 años, independientemente del género, y que haya vivido directamente el luto. Está dividido en dos módulos de cuatro encuentros cada uno, lo que permite la participación de una persona en un módulo o en los dos, en caso de que así lo desee.

La metodología aplicada parte del supuesto de compartir el dolor y el sufrimiento causados por el luto. En este sentido, muchas personas comparten sus experiencias de dolor, y al mismo tiempo que se ven en otras historias vividas por el grupo. Se descubre parte de una comunidad que sufre y que pasa invisible, la mayoría de las veces, sin tener con quién compartir sus angustias delante del dolor. El simple hecho de reflexionar sobre los asuntos de cada encuentro, genera un lugar de conversas, desarrollando la escucha acogedora que por sí sola se revela como instrumento para la resignificación de la vida.

En este relato de experiencia, participaremos de los procedimientos metodológicos aplicados, relatos de duelo de quien perdió alguien en tiempos de pandemia, así como los resultados de dicha experiencia al final de cada módulo.

Contexto social y sufrimiento

Mirar el contexto social es importante cuando pensamos en la aplicación de la consejería pastoral en grupo. Primero, porque así definimos mejor el área necesaria al cual el grupo será direccionado y posteriormente, en la comprensión de la dinámica social vinculada a la realidad de esa comunidad. Para quien desarrolla, por ejemplo, una consejería pastoral junto a un grupo de personas enlutadas, es importante tener un acercamiento al tema propuesto, como también comprender los últimos acontecimientos que envuelven tanto la sociedad como la individualidad de la persona que se inscribe para participar del grupo.

La sensibilidad, el dolor y el sufrimiento de quien perdió, se vuelven instrumentos indispensables en este proceso. Por más que haya conmoción de las comunidades y aún del mundo en algunas situaciones de muerte, el sufrimiento está latente y es inevitable para quien vive directamente con la pérdida, y encararlo como parte del vivir se convierte en un camino posible de resignificación de la vida.

[Franco](#) (2021) destaca que el soporte ofrecido por una red de apoyo que se forma para el individuo enlutado, inclusive en la iglesia, es un importante espacio terapéutico en el enfrentamiento al luto. Esos espacios de cuidado amenizan el sufrimiento de quien vivencia el duelo y, muchas veces, no encuentra lugar para exponer su dolor y angustia delante de la muerte. [Franco](#) (2021, p. 115) agrega que reconoce "(...) y respeta las acciones terapéuticas brindadas por profesionales de otras áreas con el objetivo de ofrecer cuidado de calidad y sistematizado para personas, familiares o comunidades que enfrentan el duelo".

En este sentido, Hubert [Lepargneur](#) (1985) en su libro *Antropología del sufrimiento*, afirma que el dolor es la primera y última experiencia más latente del ser humano. Sin embargo, el dolor es individual; y por más que en algunos momentos se presente como colectivo, cada persona lo vive de manera particular. El aumento de la medicación del dolor destaca cuán necesario es el cuidado y el ejercicio de la compasión, de ahí que la empatía, simpatía y relación de los seres humanos con el prójimo sean recurrentes en la vida social y comunitaria.

En la búsqueda de un significado para el dolor y el sufrimiento, al mismo tiempo en que intenta huir, cualquier persona que esté delante de situaciones inevitables de sufrimiento, tiene la tendencia de recurrir a conceptos que, de alguna manera, amenicen el dolor. Es decir, hay una tendencia, aun para personas que se denominan como no religiosas, de buscar caminos, inclusive en el ámbito religioso que traigan algún alivio al sufrimiento. Por otro lado, en este contexto capitalista donde la felicidad es deseada a cualquier costo, las personas se vuelven cada vez más incapaces de lidiar con sus dolores y, consecuentemente, con el sufrimiento a su alrededor.

[Franco](#) (2021) resalta que en su experiencia de formación de psicoterapeutas para trabajar el duelo, nota la necesidad de ampliar el espacio de cuidado, especialmente cuando se piensa en el luto.

Entender que las competencias entre aspectos cognitivos y emocionales son la base que sustenta decisiones sobre avances, necesidades y dificultades en el desarrollo profesional. Integrar el aspecto espiritual agrega seguridad y amplía el ámbito del respeto por las diferencias entre el terapeuta y aquel que recibe sus cuidados. (...) Además del autoconocimiento, quien quiere trabajar con personas que viven el luto, precisa conocer muy bien el fenómeno, lo que implica entender su definición y las variaciones relativas a las demandas de cuidado. Sólo así podrá decidirse por la técnica a ser empleada y, más importante, sobre sus competencias para esta finalidad. ([Franco](#), 2021, p. 117-118)

Un espacio de escucha que alivie el dolor y posibilite que la persona enlutada exponga sus angustias delante de la muerte ameniza los daños emocionales, espirituales y hasta físicos delante de la pérdida causada por la muerte. [Paula](#) (2018, p. 107) comenta que "la exposición del luto, sin espacios de cuidado, escucha, de aprendizaje mutuo, de enfrentamiento de las crisis y el cuidado social, puede desencadenar una pandemia de daños físicos, sociales y psíquicos en la población (...)".

Los cambios y desafíos que permean esta sociedad moderna vienen acompañados por el miedo y la desesperación, especialmente en el contexto de pandemia que vivimos, donde millones de personas están más conectadas al mundo virtual pero viviendo solitarias en medio a sus miedos y dolores.

La fragilidad en esta sociedad de resultado inmediato y al mismo tiempo inseguro sobre el presente y futuro con la sobreexposición, tiende a revelar una imagen de suceso, aunque esté envuelta en capas de fragilidad y supuesto fracaso

Sin embargo, [Kóvacs](#) (2014) destaca en su artículo, si bien en un contexto diferente al de la pandemia, el escenario paliativo, pero nos recuerda la necesidad de lidiar con la muerte, muchas veces prohibida, anulada. De esta manera, la muerte sale de un ambiente colectivo y se vuelve solitaria en sus diferentes aspectos, así como el deseo incasable de prolongar la vida, para escapar de tener que lidiar con el dolor de la muerte.

Para tener dignidad es indispensable: tener conocimiento del acercamiento de la muerte, control; intimidad y privacidad; comodidad para los síntomas incapacitantes; elección del lugar de la muerte; tener información, claridad, apoyo emocional y espiritual; acceso a cuidados paliativos; gente con quien compartir; acceso a DAV, poder de decisión y poder despedirse; partir sin obstáculos. Es la posibilidad de recuperar aspectos de la muerte domesticada como acontecimiento natural y con personas significativas.
([Kóvacs](#), 2014, p. 101)

En este contexto, la muerte es subyugada y ya no tiene su lugar de visibilidad. Su espacio en el medio social, que antes era público, asume un espacio cada vez más privado y menos compartido. [Paula y Souza](#) (2020) dicen que en el pasado los cementerios eran presentables, con aderezos que marcaban la simbología de la muerte. Sin embargo, muchos cementerios nuevos adhirieron a la idea de jardín, en los cuales no hay una visualización inmediata de la muerte. Los sepultados están escondidos por debajo de algunas placas en el piso de hierba. De cierta manera, así como la sociedad moderna limita al ser humano de vivir o morir, ella también limita a los vivos de mostrarse conmovidos con la muerte de sus entes queridos y cerrándose cada vez más en su sufrimiento delante de la muerte.

Teniendo en cuenta el contexto provocado por la pandemia en el cual el proceso de muerte es aún más

solitario, podemos sugerir que los dolores de un luto ante la imposibilidad de estar en los últimos minutos de vida al lado de quien se amaba se sienten con mayor intensidad. Por ejemplo, un velorio a cajón cerrado y restringido a algunos familiares más cercanos, sin abrazos, sin flores y a veces siendo sepultados en fosas comunes, imposibilita experimentar la muerte de cerca, es decir, la visualización del cuerpo muerto.

Si pensamos que sumado al “prejuicio” de la muerte por Covid-19 está el miedo de enfermarse, al mismo tiempo en que se está diariamente expuesto a la muerte y el duelo solitario ([Oliveira](#), 2020), fatalmente estaremos expuestos a sus marcas y traumas. En tiempos de pandemia, donde el sufrimiento está generalizado y alcanza las diversas áreas de la vida humana, aliviar el dolor es una búsqueda incansable de quien sobrevive. Esta búsqueda se da en diversos espacios en la dinámica de la vida humana que le presente una seguridad del buen vivir, como puede proponerle la espiritualidad.

Esta sociedad que tiene dificultades de lidiar con el sufrimiento, aun siendo consciente de que es inevitable, busca en los medicamentos una forma rápida de aliviar el dolor, solucionándolo, aunque muchas veces sin resolver el problema. A pesar de que muchas veces es difícil de soportar, el dolor es la señal de que algo no está bien en el cuerpo, la mente, el alma y aun en todo el contexto social.

El duelo en tiempos de pandemia

Una pandemia puede dejar sus huellas durante largos años, incluso después de un cierto control en la diseminación de la enfermedad. Si el escenario en el que ella surge fuera inestable, podemos hablar de un mayor sufrimiento provocado por las cuestiones económicas y sociales vividas por la población más vulnerable. En 1918 el mundo todavía respiraba las consecuencias de la Primera Guerra Mundial, cuando una pandemia, semejante a la del Covid-19, se propagó primeramente por algunos países de Europa.

El escenario de caos de la posguerra se revelaba peor con la Gripe Española. Tropas enteras fueron contaminadas por la enfermedad, lo que revelaba su cara perversa. Lo que al principio parecía ser una simple gripe, de a poco se volvió grave. Las personas fallecían en pocos días, después de una gran dificultad para respirar, según [Rocha](#) (2006).

Después de que la Gripe Española – como se la conoció debido al gran número de muertos en España – se diseminó por toda Europa, llega a Brasil por el Nordeste. La enfermedad desembarca con un grupo de soldados que volvían de la Primera Guerra donde actuaron como fuerza médica. Llegaron a Recife, Bahía y, simultáneamente, a Rio de Janeiro y San Pablo.

En ese tiempo se hizo evidente que las condiciones económicas influenciaban la forma de propagación de la enfermedad. En San Pablo, por ejemplo, quien tenía mejores condiciones financieras, decidía salir de la ciudad eligiendo lugares más tranquilos y alejados de la pandemia. Aunque haya casi cien años entre la Gripe Española y el Covid-19, podemos ver muchas similitudes en su impacto directo o indirecto. Por ejemplo, los efectos de la propia enfermedad en sí, sus medidas de prevención y tratamiento; como así también, sus consecuencias sociales y económicas.

Con el avance de la pandemia, sal de quinina, remedio usado en el tratamiento de la malaria y muy popular en la época, pasó a ser distribuido entre la población inclusive sin comprobación científica de su eficiencia contra el virus de la gripe. (...) durante la pandemia de 1918, las ciudades quedaron exactamente así: bancos, reparticiones públicas, teatros, bares y tantos otros establecimientos cerraron las puertas por la falta de funcionarios o por la falta de clientes. (...). Las autoridades brasileras oyeron con desdén las noticias llegadas de Portugal sobre los sufrimientos provocados por la pandemia de la gripe en Europa. Se creía que el océano impediría la llegada del mal al país. Pero eso, rápidamente resultó ser un error. (...) Pedro Nava, historiador que presenció los acontecimientos en Rio de Janeiro en 1918, escribe que (...) "Ninguna de nuestras calamidades había llegado a los pies de la molestia reinante: lo terrible no era el número de casualidades, sino que no haya quien fabricase cajones, quien los llevase al cementerio, quien cavara los pozos y enterrase a los muertos. Lo espantoso ya no era la cantidad de enfermos, sino el hecho de estar casi todos enfermos, la imposibilidad de ayudar, tratar, transportar comida (...),

dar recetas, ejercer, en suma, las tareas esenciales para la vida colectiva." (...). Se calcula que entre octubre y diciembre de 1918, periodo oficialmente reconocido como el de la pandemia, 65 por ciento de la población se enfermó. Solo en Rio de Janeiro fueron registradas 14.348 muertes. En San Pablo otras 2 000 personas murieron. ([Rocha](#), 2006, n.p)

Otra gran similitud entre la Gripe Española y el Covid-19 está en el proceso de morir que se da de forma solitaria y en la imposibilidad de realizar los rituales fúnebres junto al cuerpo por sus familiares y amigos/as. En el mundo, cerca de 40 millones de personas murieron por la Gripe Española. Considerando las limitaciones de comunicación y globalización, su alcance fue más grande de lo que vislumbramos hoy con el Covid-19.

Así como en la pandemia de 2019, la Gripe Española limitaba y, muchas veces, impedía las procesiones fúnebres hasta los cementerios y algunas familias ni siquiera llegaron a enterrar a sus muertos. En el auge de la enfermedad en Rio de Janeiro, alcanzando los sepultureros, muchas familias dejaban los cuerpos de sus seres queridos enfrente de sus casas para que sean recogidos y así sepultados, algunas veces en fosas comunes.

"Muerte en masa", "mar de insepultos", "muertes en centenas", y "espectáculo macabro", son algunos de los términos usados para hablar de la mortalidad causada por la Gripe Español. Bassanezi señala el bajo registro de los datos al analizar las estadísticas de San Pablo. La autora menciona que "ni todos los casos fueron notificados o fueron registrados con otras causas, cuando la gripe fue causa determinante y final de las mismas" (...) La alta tasa de óbitos alcanzó especialmente a los más pobres, habitantes de barrios marginales, pueblos y comunidades de la clase trabajadora, con mayor letalidad de la faja etaria entre 20 y 40 años. ([Kind & Cordeiro](#), 2020, p. 6)

Aunque sea necesario un poco más de tiempo para tales conclusiones, si comparamos el número de muertos por Covid-19 con la gripe de 1918, los de Covid-19 son inferiores. Especialmente si consideramos que ya estamos a por lo menos un año y medio de pandemia, ultrapasando hasta el momento cerca de 4 400 000 muertos en el mundo, según informaciones de la OPAS ([Organização Pan-Americana da Saúde](#)) y la OMS (Organización Mundial de la Salud).

Sin embargo, también necesitamos considerar que en tiempos de pandemia del Covid-19, la información llega más rápido y los estudios son más avanzados, ofreciendo una mayor posibilidad de vida, comparado con hace 100 años. Por lo tanto, es innegable que las demás consecuencias y desafíos políticos de cada país en el enfrentamiento directo e indirecto suman implicaciones a una pandemia en esta proporción, así como en el cuidado de la vida y en el proceso de humanización de la muerte.

Una de las cosas que las pandemias acarrearán es la interferencia en el proceso de la muerte. Este espacio se vuelve solitario y la despedida, tan importante en la elaboración del duelo, es restringida y sin la visibilidad del muerto, sin el toque del cuerpo. [Franco](#) (2021, p. 110) dice que “con el fin de entender cómo la relación entre muerte, duelo y memoria puede proporcionar medios de comprensión de aspectos socioculturales e históricos” es necesario una mirada hacia el individuo religioso y sus prácticas, inclusive delante de la muerte.

El velorio es, en realidad, un ritual de muerte, donde las personas enlutadas inician su proceso de resignificación de la vida post pérdida. En ese momento se toma conciencia de que el ser vivo ya no existe más, asumiendo el papel de “ancestro” de una parte de la historia de vida. Para las personas cristianas, por ejemplo, este ritual envuelve una dimensión espiritual donde se expone como pasaje para una nueva vida – Vida Eterna. Privarse de este espacio de llanto, abrazos y concretización puede generar una dificultad en el proceso de asimilación del duelo.

[Silva](#) (2020) destaca que los rituales funerarios en los espacios de velorio permiten que los vivos elaboren los cambios sociales y personales que la muerte impone. Es en ese espacio donde se toma conciencia de la muerte, se llora al muerto mientras se toca su cuerpo y se asimila su muerte. El momento de despedida es también de recuerdos de la vida vivida, de reírse, abrazarse y compartir alegrías y lágrimas. Por lo tanto, el velorio es parte de la elaboración y asimilación del duelo.

El aislamiento social necesario para el control de la enfermedad proporciona un duelo solitario. Familiares, amigos y amigas son imposibilitados de realizar un velorio presencial y comunitario,

incluso de personas que no fallecieron por causa del coronavirus. Cuando el velorio es liberado, este momento es corto y restringido a un número de personas; por eso, si la muerte es por Covid-19, las restricciones son mayores.

Los velorios fueron rápidos y con cajones lacrados en espacios abiertos y comunes y, en casos extremos como en Manaos – AM, los entierros también fueron en fosas comunes y, algunas veces, sin la identificación correcta. A esto se le suma *el mercado de la muerte*, que se aprovecha de la fragilidad de quien perdió a alguien, haciendo que la despedida sea aún más dolorosa sin la posibilidad del contacto con el cuerpo del difunto.

La privación de miradas en el rostro, gestos solidarios y expresiones de cuidado, según [Silva](#) (2020), desestabilizó los elementos simbólicos de los rituales de muerte que estaban consolidados. Por lo tanto, podemos comprender la frustración de los enlutados ante la imposibilidad de ofrecer un entierro digno a sus seres queridos, lo que lleva a respuestas emocionales agresivas o, incluso, a una profunda apatía y tristeza.

En este tiempo de pandemia, el duelo sin velorio se ha convertido en un tema recurrente en los grupos del Proyecto Luto. Lo que antes estaba restringido a algunas personas, que por estar geográficamente distantes de la persona fallecida, no podían participar en el ritual de despedida, se volvió más común. Nos damos cuenta de cómo la ausencia de este rito de despedida ha afectado la elaboración del duelo. Muchas de estas personas guardaron su dolor por no haber hecho posible un entierro y velatorio dignos para la persona que amaban.

Metodologías aplicadas

El dolor, según [Lago-Rizzardi](#) et al. (2010), es el relato más común en la búsqueda por una consulta médica y que no está ligado exclusivamente a estímulos físicos, sino que también se presenta en aspectos emocionales y hasta espirituales. Por este motivo, muchas personas sienten alivio al expresar su dolor a través de la fe; como por ejemplo, las personas cristianas que lo hacen desde la oración, canciones, consejerías, cultos y más específicamente en espacios terapéuticos como la consejería pastoral en grupo.

En muchas circunstancias es notable la falta de claridad conceptual y de aplicabilidad en la práctica en relación a la distinción entre religión y espiritualidad. Este factor diferenciador es fundamental en la práctica clínica ya que la vivencia y el respeto por la libertad religiosa y el derecho de todos, son resguardados por instancias ético-morales. La espiritualidad dimensiona y redimensiona el sentido de la vida con un dinamismo interior. En algunas personas existe una mayor sensibilidad y autoconciencia sobre su espiritualidad, favoreciendo los procesos de significación y resignificación de los acontecimientos de la vida.
(Tavares, 2020, p. 2)

El papel de la religiosidad/espiritualidad se revela como un camino de ayuda al individuo en medio del duelo. "Si la fe es parte de la vida del enlutado, debe expresarla de la forma que le parezca apropiada. La comunidad religiosa hace un gran aporte en este proceso, favoreciendo la integración social que contribuye en gran medida al enfrentamiento encaminado a la restauración" (Franco, 2021, p. 107).

Los grupos de consejería pastoral, como los Enlutados/as, tienden a llenar un vacío que agrega fe a un espacio terapéutico en tiempos de dolor como los eventos pandémicos. Así, la muerte se convierte en un tema común y compartido desde la perspectiva de quien siente el duelo, con una mirada integral a la dinámica de la vida; siempre teniendo en cuenta que la pastoral de grupo responde a las propias expectativas. Por eso es necesario estar atentos al momento en el que la persona enlutada necesitará un seguimiento más especializado, ya sea espiritual y/o psicológico en el proceso del duelo.

La consejería pastoral se puede desarrollar de varias maneras, una de ellas es la consejería grupal. A diferencia de la consejería individual, en parejas, familias, etc., donde el asunto es guiado por lo que presenta el aconsejado, en la pastoral de grupo, el movimiento se invierte, nace para satisfacer una necesidad específica y común de un grupo de personas.

Aunque su metodología es en parte similar a los grupos de apoyo, hay que destacar las diferencias entre ellos. El contenido y la metodología que se aplica en la consejería pastoral grupal, como los Enlutados/as, es direccional y con una fecha de inicio y finalización, y los interesados deben registrarse con anticipación. Por su parte, los grupos de apoyo son abiertos y continuos.

Aunque la religión no es un factor indispensable para la participación de un grupo como los Enlutados/as, existe esta posibilidad de diálogo, y su aplicación se da en el ser humano como un todo. Siempre enfatizando que la consejería pastoral grupal no reemplaza una eventual necesidad de un seguimiento más específico, dentro de cada religión de sus participantes, así como el acompañamiento de un psicológico.

Castellanos (2008) dice que el proceso de humanización tiene lugar cada vez que alguien expone su propia vida a una revisión. Valiéndose del Evangelio, subraya que las personas ante la posibilidad de una nueva vida y salvación se abrieron a un diagnóstico y así tuvieron un encuentro profundo con Cristo. Experimentar la humanidad incluye descubrirse a uno mismo, dejarse confrontar y adquirir una nueva lucidez, buscando encontrarse con el "yo" interior de manera sincera y profunda.

La consejería pastoral grupal puede ser un instrumento para ayudar en la elaboración del duelo, permitiéndonos descubrir nuestra humanidad, liberando capacidades creativas con relación a las adversidades de la vida, que muchas veces suceden de manera mutua al compartir las experiencias de dolor y sufrimiento de manera colectiva. Este es el primer paso para formar un grupo.

El proyecto Enlutados/as, consejería pastoral grupal para personas que están viviendo el duelo, funciona desde 2018 en la Universidade Metodista de São Paulo, bajo la coordinación de la autora principal a través de la Pastoral Escolar e Universitaria. Los encuentros son gratuitos y publicitados para inscripción en las redes sociales de la universidad y por correos electrónicos corporativos a empleados y estudiantes. Está dividido en dos módulos de cuatro encuentros cada uno, que siguen la metodología del primer encuentro, cuando se invita a las personas del grupo a relatar sus experiencias con el duelo. En este momento, recogemos los sentimientos expuestos y establecemos el cronograma de los temas que serán abordados en los próximos encuentros.

Cada encuentro dura 1h30min y todas las personas en todas las reuniones están invitadas a expresar cómo se sienten sobre el tema propuesto. Por lo tanto, el número de participantes está restringido a un mínimo de 5 y un máximo de 10 personas. Se establece un número mínimo para lograr un espacio de diálogo

diverso y participativo, aunque no haya obligación de hablar, siempre respetando cuando el deseo es callar. Es un grupo mixto y destinado a mayores de 18 años, que son responsables de sí mismos.

En tiempos sin pandemia, las reuniones se hacían presencialmente. Separábamos una habitación silenciosa y colocábamos a las personas en un círculo, todas por igual y sin destacar a nadie. Con la llegada de la pandemia, este entorno se ha vuelto virtual. Siendo así, se siguieron las pautas, de manera que cada persona buscó un ambiente de silencio y apartó este tiempo para estar exclusivamente en el grupo. En ambos espacios los encuentros cumplieron con las expectativas.

Aunque no es muy habitual, dos o tres personas de una misma familia participaron del mismo módulo, pero viviendo el duelo de forma diferente. Por eso, siempre buscamos crear un espacio individual para la expresión de sentimientos. Cuando hay más de una persona pasando por la misma pérdida, les pedimos que hablen desde lo que sienten y no desde lo que perciben en la familia. De esta manera, el lugar de palabra de cada uno se vuelve único aunque, en ocasiones, sea compartido a veces con otras personas del grupo.

La posibilidad del apoyo emocional e incluso espiritual en un proceso de duelo puede ayudar en la resignificación de la vida, especialmente a través de la escucha en un espacio para compartir el dolor sin prejuicios. Cabe señalar que la mayoría de las personas que ante cualquier situación de salud/enfermedad asocian religiosidad/espiritualidad logran superarse y evolucionar con mayor énfasis en el bienestar general. Por lo tanto, según [Faria y Seidl](#), (2005, p. 38) “las creencias y prácticas religiosas son mediadoras en el proceso salud-enfermedad, debido a la participación de esquemas cognitivos que podrían aumentar los recursos personales de enfrentamiento – al incrementar el sentido de control y autoestima – que permite atribuir significado a los eventos estresantes”.

Para [Siqueira y Padovam](#) (2008) el apoyo en una condición difícil de la vida de una persona puede ayudarla a recuperar su autoestima, reforzando su

dignidad y mejorando sus relaciones interpersonales, generando un sentido a su experiencia de vida. Todo esto resulta, según las encuestas, en la reducción del riesgo de depresión y estrés. Por eso, en el grupo hay una participación colectiva en los intercambios y vivencias del dolor ante el duelo y pocas veces alguna persona no exterioriza lo que está sintiendo.

Como el grupo se lleva a cabo dentro de una institución confesional y está coordinado por la autora principal de este relato de experiencia, al final de cada reunión preguntamos si podemos hacer una oración. La respuesta siempre es afirmativa, incluso por quienes no confiesan la misma fe.

[Paula](#) (2012) revela la importancia de este aspecto definido y bien aplicado. Lidar con el dolor del duelo está relacionado a nuestro vínculo con un ser trascendente y que le da un nuevo sentido a la vida, trayendo nuevos significados a la vida que merece ser vivida. Por eso, una sana espiritualidad es relevante para enfrentar situaciones adversas de la vida, como la muerte; ya que ella expone nuestra realidad al mismo tiempo que amplía nuestra mirada con relación a nuestra propia vida.

Si bien los tiempos de pandemia presentan un escenario de mucho dolor y sufrimiento, donde el duelo individual de una familia se suma al de otras familias, asumiendo en parte un carácter colectivo, la programación de los encuentros no sufrió muchos cambios en las temáticas como resultado de la pandemia. Pero son perceptibles los cambios puntuales que fueron necesarios para incluir temas como los velatorios, que antes no eran tan abordados.

La necesidad de cambiar de la modalidad presencial a la virtual, generó algunos impedimentos en cuanto a las relaciones interpersonales: el abrazo al final de cada encuentro, por ejemplo, hacía menos propicio el espacio. Pero, por otro lado, habilitó el ingreso de personas de otros estados y ciudades, que no podrían haber participado de manera presencial.

Otro cambio significativo fue la búsqueda del grupo en la primera etapa más aguda de la pandemia, en junio de 2020. Para fines del segundo semestre de 2020 se formaron dos grupos más, sumando tres

en total, con el fin de satisfacer la demanda de la gente. Sin embargo, a principios de 2021, la demanda disminuyó y volvió casi a la normalidad.

Aunque no podemos decir cómo terminará la segunda mitad de 2021, podemos estimar que habrá un crecimiento, debido a las cifras de muertes en la primera mitad del año. La llegada de los dolientes al grupo se da después de un tiempo, pues las inscripciones suelen darse después de 3 meses del fallecimiento del familiar/amigo. Esto ya lo podemos ver, ya que iniciamos el segundo semestre de 2021 con un grupo de 8 personas que se apuntaron y casualmente, todos viviendo el duelo de muerte provocado por el Covid-19.

En nuestra metodología, en la última reunión de cada módulo, además de los contenidos presentados y dialogados, cada persona escribe cómo se siente al finalizar el módulo y, si lo desea, puede contar al grupo cómo se encuentra con relación al duelo. Este es un momento de evaluación personal y de la eficacia del grupo en el proceso de elaboración del duelo, donde cada persona expone al mediador/consejero lo que ha cambiado y lo que todavía falta. De esta forma, es posible evaluar los resultados y visualizar otros temas y contenidos para el próximo módulo. A la fecha, el proyecto Enlutados/as ya ha atendido a unas 70 personas, en las modalidades presencial y online, divididas en 8 grupos.

Resultados

En las grandes catástrofes, donde la visibilidad del dolor y del sufrimiento es más grande, la forma de abordar la muerte influye o influirá en la asimilación del duelo. En tiempos de pandemia, con muertes diarias aumentando de manera alarmante, como en Brasil, existe el riesgo de naturalizar este evento, recayendo en un proceso de indiferencia social ante la muerte. Por eso, según [Paula](#) (2013, p. 20) "la acogida, los gestos, la disposición de estar con una persona en los momentos dolorosos es una actitud que puede traer alivio y esperanza para seguir lidiando con nuestros límites", especialmente en tiempos de pandemia.

El Memorial de las Víctimas del Coronavirus en Brasil es una de esas iniciativas. Otra posibilidad es el sitio web Los Innumerables, donde se nombra a cada una de las víctimas. Familiares, amigos y voluntarios publican sobre sus muertos. Sus vidas no son solo números. Usando nuevas tecnologías, los sentimientos de duelo se comparten y se hacen públicos. Es posible hablar un poco de las relaciones del muerto, de sus afectos. ([Silva](#), 2020, p. 10)

En estos casos, la disponibilidad de espacios que visibilicen la identidad de la persona fallecida refuerza su significación en el entorno social del cual formaba parte. Los medios de comunicación que hacen con que los números estadísticos se revelen en nombres e historias, así como los espacios de escucha, los grupos de asesoramiento pastoral y los grupos de apoyo para el duelo, por ejemplo, pueden ser formas de resignificar la vida posterior al duelo.

La resignificación de la vida tras el duelo de la muerte no excluye definitivamente la tristeza y añoranza que se siente por la persona fallecida. Muchas veces, la dificultad en la elaboración del duelo está ligada al dolor, porque dejar de sentirlo es borrar a quien se ha ido. La idea de que para superar es necesario olvidar desaparece cuando llegamos a este punto. [Paula](#) (2012) nos muestra que tenemos una enorme capacidad de apego, que en cierto modo está aliada a la capacidad de soltar. Para el cristianismo, la vida se hace eterna cuando asumimos la posibilidad de perdernos para amar, y perdernos para volver a encontrarnos. El amor nace en la pérdida, la ganancia y el compartir. La imagen de que es posible inmortalizar a la persona perdida asume el espacio del miedo y el olvido, agudizando la posibilidad de continuidad de la vida después del duelo.

Observamos que algunas personas llegaban al grupo desconsoladas, descreídos de la alegría de vivir ante la ausencia física de los que tanto amaban. Otros, a su vez, informaron que sintieron el deseo de morir para poder acercarse a la persona que se había ido, sintiendo a la muerte como la única manera de superar el duelo. Es importante resaltar que la participación en el grupo no resolvió mágicamente las angustias y los interrogantes, pero ofreció caminos para la resignificación de la vida.

Notamos que dos a tres personas regresaban en el siguiente módulo, es decir, completando los dos módulos y sumando ocho encuentros. Del primer al segundo módulo, era visible en ellas la transformación y la reacción diferenciada con relación al duelo. Cuando regresaron, estaban más felices y conscientes del proceso que implica el duelo, una comprensión de la elaboración y de cómo los sentimientos toman su espacio en su debido momento. Paula (2011, p. 190) destaca que "es fundamental afirmar que el concepto de consejería pastoral comunitaria puede contribuir significativamente a la relación entre pastoral y ciudadanía, en una sociedad marcada por la falta de cuidado y servicio en situaciones de luto".

El dolor y el sufrimiento pueden volverse intolerables cuando hay miedo, incomprensión o depresión. El arte es encontrar un canal para su expresión. El sufrimiento debe despertar en el profesional el deseo de cuidado, empatía y compasión; si conduce al desapego, la indiferencia o el tecnicismo, algo anda mal. Para cuidar hay que dejarse tocar, abrir las antenas de la sensibilidad para captar las señales que emiten los que están bajo tu cuidado. (Kóvacs, 2014, p. 102)

En los informes finales de cada módulo, se nota en el grupo que ya lograron verbalizar las habilidades adquiridas en los encuentros cuando reconocieron su duelo, y su significado para la continuidad de la vida. Era común, en estos relatos, decir que antes de participar en el grupo de Enlutados/as eran personas en duelo que guardaban sus emociones. Sin embargo, el espacio de compartir en este grupo les permitió despertar la conciencia de que, aunque continúan experimentando el duelo, ya son capaces de reconocer sus sentimientos.

Otro tema recurrente, sobre todo en estos tiempos de pandemia, es la imposibilidad de brindar un entierro y velatorio digno a su ser querido. La dificultad de realizar el velorio y la idea de que el ser querido fuera enterrado sin ropa especial ni flores añadía aún más sufrimiento a este proceso. Sin embargo, dichas personas expresaron que compartir esa angustia en el grupo de alguna manera les trajo alivio, pues también se encontraron en otras historias similares a la suya.

Cada vez que vivimos alguna situación de sufrimiento y nos vemos impulsados a resignificar nuestra vida, se necesita mucha fuerza tanto emocional como

espiritual, para quien confiesa una fe, para transitar este arduo camino y reconstruirse. La psicología define esta capacidad como resiliencia. Hoch & Rocca (2007) afirman que este concepto nació y se desarrolló en Inglaterra, luego llegó a los Estados Unidos, se extendió a Francia y otros países europeos y posteriormente llegó a América Latina donde asumió una forma más humanizada, atribuido a la inmensa desigualdad social.

La palabra resiliencia se toma de la física de los materiales. Es una fuerza de resistencia a los golpes y de recuperación. Significa la capacidad elástica de un material para recuperar su forma original después de haber sido sometido a una presión deformante. En psicología (...) es la capacidad de desenvolverse bien, de seguir proyectándose hacia el futuro a pesar de eventos desestabilizadores, condiciones de vida difíciles y, a veces, traumas severos (Hoch & Rocca, 2007, p. 10).

No todas las personas tienen esta capacidad de recuperarse con facilidad y rapidez tras una situación que les genera sufrimiento. Además, no era raro cruzarse con personas que traían en sus relatos historias de otros duelos que no habían sido superados, y esto solo se notó cuando compartieron y/o escucharon de otros sus historias de pena y dolor.

A veces, estas personas traían consigo algo más que un duelo concreto, es decir, una suma de todos ellos. En estos casos, es posible que las reacciones frente al duelo que la llevó al grupo sean reflejos de un compendio de dolores, desafiando al mediador a realizar una lectura imparcial, permitiéndose ver las posibilidades y los límites frente al sufrimiento que cada persona vive o ha vivido. En estos casos, es común aconsejar a la persona en duelo que busque atención psicológica más especializada.

En la experiencia del grupo nos dimos cuenta que el proceso de elaboración del duelo no siempre se dará de la misma manera. Sin embargo, un espacio colectivo de diálogo sobre el dolor enfrentado en la elaboración del duelo ayuda significativamente en este proceso.

Podríamos decir que alrededor del noventa por ciento de las personas que terminaron los cuatro encuentros reconocieron que necesitaban hablar sobre su dolor para poder seguir adelante, afirmando que llegaron a ese momento más ligeros y tranquilos que cuando se inscribieron.

El otro diez por ciento se dio cuenta de que necesita ayuda más especializada, ya que otros problemas fueron provocados por el duelo.

Era común en las reuniones finales de cada módulo decir que era significativo poder hablar sin que nadie reprodujera discursos ya preparados o incluso presentara alternativas. De hecho, estas personas revelaron que sabían lo que tenían que hacer, pero fue importante descubrir esto mientras compartían en el grupo.

Los temas propuestos durante los encuentros demostraron ser efectivos en su acción. Al abordarlos, los participantes se permitieron tocar temas guardados, ya que, al escuchar otras historias, muchas veces similares a la suya, se sintieron motivados a exponer también su propia experiencia. Hubo momentos en el que algunas personas no se sintieron cómodas compartiendo, así que respetamos su tiempo y esperamos hasta que ella quisiera hablar. En general, el cien por ciento de las personas habló de su dolor.

Las pérdidas derivadas del Covid-19 y/o consecuencia de la enfermedad, también fueron más agudas en sus relatos. Un punto común fue la imposibilidad del contacto previo a la muerte y los rituales funerarios, pues al comienzo de la pandemia de Covid-19 en Brasil había una distancia más grande en estos casos. Con el tiempo se fue percibiendo que a los pocos días esa persona ya no contagiaba y se llamaba a la familia al hospital para ese momento de despedida que, de alguna manera, ayudó en ese proceso de elaboración de la muerte.

A pesar de eso, pocas personas del grupo informaron que pudieron visitar a un familiar en el hospital unos días antes de que muriera. Otros albergaban la tristeza de no haber tenido una despedida digna. En todos, era común el sentimiento de angustia y deuda/culpa por la imposibilidad de realizar los rituales funerarios.

Al final de cada módulo, las personas en duelo revelaban cómo se sentían ahora frente a sus pérdidas, y en varios momentos se encontraron las historias y los sentimientos. Hubo una comprensión del duelo que necesitaba ser vivido e identificado,

así como superado, lo que no significa ausencia del dolor ni de la historia, sino la capacidad de resignificar la vida, a pesar de la añoranza.

Algunas personas, a partir de su construcción religiosa, demostraron que se dieron cuenta de que es posible seguir viviendo y luchando en la vida mientras se vive el duelo. Otros, incluso sin confesar una fe en el grupo, relataron que lograron renovar la esperanza y se sintieron consolados con los textos bíblicos, leídos al inicio, y las oraciones realizadas al final de cada encuentro.

Consideraciones finales

El sufrimiento puede ser visto de diferentes formas, ya sea como la posibilidad de resiliencia, de reconstruirse y buscar un nuevo sentido a la vida, o como un proceso injusto y cruel. En este proceso de comprensión y asimilación del sufrimiento como parte de la vida, podemos optar por el dolor solitario, lejos de la vida y de las personas, o por encontrar un espacio colectivo donde sea posible compartir y al mismo tiempo nutrirse de otras experiencias de sufrimiento que traen consuelo mutuo.

En este duro y pesado camino del dolor, a veces el sufrimiento tiende a destruir algunos sentimientos más profundos de quien sufre, y al mismo tiempo abre la posibilidad de fortalecerse en otras cuestiones que no han sido exploradas antes. El autoconocimiento es importante en este proceso, y a veces pasa por medio de la espiritualidad. En quién creer y cómo se cree, en muchos momentos, es un factor determinante en el camino de regreso a la vida después del sufrimiento.

Espacios que integran la espiritualidad y la salud integral del ser, especialmente en lo que se refiere al duelo, se revelan como un camino para una mejor calidad de vida de la persona enlutada. Como se presenta en este relato, el grupo de Enlutados/as trajo alivio desde la escucha y el intercambio de experiencias de dolor, posibilitando la superación y resignificación de la vida.

Contribuciones de los autores

Ferreira F. O. participó de la creación y elaboración del relato de experiencias. Benincasa M. y Paula B. participaron de la orientación, supervisión e indicación de contenido bibliográfico.

Conflictos de intereses

No se declararon conflictos financieros, legales o políticos que involucren a terceros (gobierno, empresas y fundaciones privadas, etc.) por ningún aspecto del trabajo presentado (incluidos, entre otros, subvenciones y financiamiento, participación en un consejo asesor, diseño del estudio, preparación del manuscrito, análisis estadístico, etc.).

Referencias

- Castellanos, S. U. (2008). A Igreja como comunidade de saúde integral [La Iglesia como comunidad de salud integral]. In H. N. Santos, *Dimensões do cuidado e aconselhamento pastoral: contribuições a partir da América Latina e Caribe* [Dimensiones y consejería pastoral: contribuciones a partir de América Latina y el Caribe]. Aste.
- Faria, J. B., & Seidl, E. M. F. (2005). Religiosidade e Enfrentamento em Contextos de Saúde e Doença: Revisão da Literatura [Religiosidad y Enfrentamiento en Contextos de Salud y Enfermedad: Revisión de la Literatura]. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 18(3), 381-389. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722005000300012>
- Franco, M. H. P. (2021). *O luto no século 21: uma compreensão abrangente do fenômeno* [El luto en el siglo 21: una comprensión amplia del fenómeno]. Summus Editorial.
- Hoch, L. C. & Rocca, S. M. (2007). *Sofrimento, resiliência e fé: implicações para as relações de cuidado* [Sufrimiento, resiliencia y fe: implicancias para las relaciones de cuidado]. Sinodal.
- Kind, L., & Cordeiro, R. (2020). Narrativas sobre la muerte: La gripe española y el COVID-19 en Brasil. *Psicologia & Sociedade*, 32, e020004. <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2020v32240740>
- Kóvacs, M. J. (2014). A Camino a la muerte con dignidad en el siglo XXI. *Revista bioética*, 22(1), 94-104. <https://www.scielo.br/j/bioet/a/QmChHDv9zRZ7CGwncn4SV9j/?lang=pt>
- Lago-Rizzardi, C. D., Teixeira, M. J., & Siqueira, S. R. D. T. (2010). Espiritualidade e religiosidade no enfrentamento da dor [Espiritualidad y religiosidad en el enfrentamiento del dolor]. *O Mundo da Saúde*, 34(4), 483-487. <https://revistamundodasaude.emnuvens.com.br/mundodasaude/article/view/591>
- Lepargneur, H. (1985). *Antropologia do Sofrimento* [Antropología del Sufrimiento]. Santuário.
- Oliveira, E. (2020). *A cada morte por coronavírus, seis a dez pessoas são impactadas pela dor do luto, dizem especialistas* [Por cada muerte por coronavirus, de seis a diez personas son impactadas por el dolor del duelo, dicen los especialistas]. G1. <https://g1.globo.com/bemestar/coronavirus/noticia/2020/05/01/a-cada-morte-por-coronavirus-seis-a-dez-pessoas-sao-impactadas-pela-dor-do-luto-dizem-especialistas.ghtml>
- Organização Pan-Americana da Saúde. *Folha informativa do COVID-19* [Informe de COVID-19]. <https://www.paho.org/pt/covid19>
- Paula, B. (2012). Espiritualidade nas perdas [Espiritualidad en las pérdidas]. *Revista Caminhando*, 17(1), 111-120. <https://doi.org/10.15603/2176-3828/caminhando.v17n1p111-120>
- Paula, B. (2018). Um olhar pastoral sobre o luto e a violência [Una mirada pastoral al dolor y la violencia]. *Revista Pistis & Praxis Teologia Pastoral*, 10(1), 101-116. <https://doi.org/10.7213/2175-1838.10.001.DS05>
- Paula, B. (2011). *Pedaços de nós: luto, aconselhamento pastoral e esperança* [Pedazos de nosotros: luto, consejería pastoral y esperanza]. Aste/ Editeo.
- Paula, B., & Souza, L. A. (2020). O tabu da morte na modernidade: a COVID-19 como um reforço ao interdito [El tabú de la muerte en la modernidad: el COVID-19 como un refuerzo a la prohibición]. *Caminhos de Diálogo*, 8(13), 165-176. <https://doi.org/10.7213/cd.a8n13p165-176>
- Rocha, J. (2006). Pandemia de gripe de 1918 [Gripe pandémica de 1918]. *Invivo - Museu da Vida Fiocruz*. <http://www.invivo.fiocruz.br/historia/pandemia-de-gripe-de-1918/>
- Silva, A. V. (2020). Os 'ritos possíveis' de morte em tempos de coronavírus [Los 'ritos posibles' de muerte en tiempos de coronavirus]. *Dilema*. <https://www.reflexpandemia.org/texto-50>
- Silva, A. V. (2020). *Velórios em tempos de COVID-19* [Velórios en tiempos de COVID-19]. (Boletim Especial No. 25). Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Ciências Sociais. http://www.anpocs.com/index.php/ciencias-sociais/destaques/2753-publicacoes/boletim-cientistas-sociais/2339-boletim-n-25-cientistas-sociais-e-o-coronavirus?fbclid=IwAR1m0ARSyHGAwKU9362-2E5WZsi1LXnCbFfHFCHLLczxqRShakR_TF_hnyl
- Siqueira, M. M. M., & Pandovam, V. A. R. (2007). Suporte Social. In M. M. Siqueira, S. N. Jesus & V. B. Oliveira (Org.), *Psicologia da saúde: Teoria e pesquisa* [Psicología de la salud: Teoría e investigación]. Universidade Metodista de São Paulo.
- Tavares, C. Q. (2020). Dimensiones de lo cuidado en la perspectiva de la espiritualidad durante la pandemia debido al nuevo coronavirus (COVID-19). *Journal Health NPEPS*, 5(1), 1-4. <http://dx.doi.org/10.30681/252610104517>