

**Intervenções psicoterapêuticas no sofrimento psicológico decorrente do luto pós-natal:  
uma revisão sistemática**

**Psychotherapeutic interventions in psychological suffering resulting from postnatal grief: a  
systematic review**

**Intervenciones psicoterapêuticas en el sufrimiento psicológico resultado del duelo posnatal:  
una revisión sistemática**

DOI: 10.5281/zenodo.14752033

Recebido: 09 jan 2025

Aprovado: 16 jan 2025

**Luana Laryssa Souza Pereira**

Graduanda em Psicologia

Instituição de formação: Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UNIFACEMA

Endereço: Caxias – Maranhão, Brasil

E-mail: sluanalaryssa@gmail.com

**Mayanna da Conceição Sousa**

Graduanda em Psicologia

Instituição de formação: Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UNIFACEMA

Endereço: Caxias – Maranhão, Brasil

E-mail: mayannasousa2@gmail.com

**Jaqueline Lopes Silva**

Graduanda em Psicologia

Instituição de formação: Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UNIFACEMA

Endereço: Caxias – Maranhão, Brasil

E-mail: jaquelinelopessilva243@gmail.com

**Gabrielle Cristina Nogueira de Sousa**

Graduanda em Psicologia

Instituição de formação: Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UNIFACEMA

Endereço: Caxias – Maranhão, Brasil

E-mail: gcnogueirasousa@gmail.com

**Carlos Rafael Coelho Lopes**

Graduando em Psicologia

Instituição de formação: Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UNIFACEMA

Endereço: Caxias – Maranhão, Brasil

E-mail: rafaellopes200303t@gmail.com

**Eugênia Patrícia Paiva Pimentel**

Graduanda em Psicologia

Instituição de formação: Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UNIFACEMA

Endereço: Caxias – Maranhão, Brasil

E-mail: patriciapaivapimentel@gmail.com

**Monique Barbosa da Luz**

Graduanda em Psicologia

Instituição de formação: Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UNIFACEMA

Endereço: Caxias – Maranhão, Brasil

E-mail: moniquecxmabr@gmail.com

**Brian Gabriel Bentes Maia**

Graduando em Medicina

Instituição de formação: Universidade do Estado do Amazonas

Endereço: Manaus – Amazonas, Brasil

E-mail: brianmaia001@gmail.com

**Aline Vieira de Oliveira**

Graduanda em Psicologia

Instituição de formação: Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UNIFACEMA

Endereço: Caxias – Maranhão, Brasil

E-mail: alinevieira9572@gmail.com

**RESUMO**

**Introdução:** A perda gestacional é uma situação devastadora, que por vezes pode desencadear um luto complicado, sendo possível evoluir para o transtorno de estresse pós traumático, impactando negativamente o bem-estar físico e psicológico materno. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a natimortalidade atinge cerca de 2,6 milhões de famílias, sendo considerado um problema de saúde pública. **Objetivo:** O objetivo deste estudo é investigar, estratégias e intervenções empregadas por psicólogos no apoio psicológico a gestante que vivenciam a morte perinatal de forma sistemática. Além disso, o estudo busca identificar as abordagens mais eficazes para auxiliar no enfrentamento do luto e na promoção do bem-estar emocional das mulheres. **Metodologia** Seguiu o padrão de uma revisão sistemática baseada no protocolo prisma. Como critério de inclusão, estudos que tivesse condizente ao objetivo da pesquisa, com recorte temporal dos últimos 10 anos. Foram excluídos os estudos com baixo rigor metodológico e que não atendessem à pergunta PICO. As bases de dados utilizadas foram ScienceDirect, Medline e Google Scholar. **Resultados:** A literatura científica demonstra que a Terapia Cognitiva Comportamental é uma abordagem psicoterapêutica promissora para o tratamento de mães enlutadas. Além disso, o aconselhamento psicológico também apresenta resultados significativos no alívio do luto e no tratamento do transtorno de estresse pós traumático. Os achados desta revisão, fornecem implicações clínica, com estratégias e abordagens terapêutica relevante para o tratamento de mães que enfrentam a perda materna. **Conclusão:** Em vista dos resultados obtidos, esta revisão sistemática fornece evidências sólidas que a terapia cognitiva comportamental favorece a reestruturação cognitiva das implicações emocionais decorrente do luto.

**Palavras-chave:** Mãe Gestante. Luto perinatal. Natimorto. Psicoterapia. Terapia Cognitiva Comportamental.

**ABSTRACT**

**Introduction:** Pregnancy loss is a devastating situation, which can sometimes trigger complicated grief, which can progress to post-traumatic stress disorder, negatively impacting physical and psychological well-being. According to the World Health Organization (WHO), stillbirth affects around 2.6 million families, being considered a public health problem. **Objective:** The objective of this study is to investigate strategies and interventions used by psychologists in psychological support for pregnant women who experience perinatal death in a systematic way. Furthermore, the study seeks to identify the most effective approaches to help cope with grief and promote women's emotional well-being. **Methodology** It followed the standard of a systematic review based on the prism protocol. As an inclusion criterion, studies that were consistent with the research objective, with a time frame of the last 10 years. Studies with low methodological rigor and that did not answer the PICO question were excluded. The databases used were ScienceDirect, Medline and Google Scholar. **Results:** The scientific literature shows that Cognitive Behavioral Therapy is a promising psychotherapeutic approach for treating bereaved mothers. Furthermore, psychological

counseling also shows significant results in relieving grief and treating post-traumatic stress disorder. The findings of this review provide clinical implications, with strategies and therapeutic approaches relevant to the treatment of mothers facing grief. **Conclusion:** In view of the results obtained, this systematic review provides solid evidence that cognitive behavioral therapy favors the cognitive restructuring of the emotional implications of the grieving process.

**Keywords:** Pregnant Mother. Perinatal grief. Stillborn. Psychotherapy. Cognitive Behavioral Therapy.

## RESUMEN

**Introducción:** La pérdida del embarazo es una situación devastadora, que en ocasiones puede desencadenar un duelo complicado, que puede progresar a un trastorno de estrés postraumático, impactando negativamente el bienestar físico y psicológico. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la muerte fetal afecta a alrededor de 2,6 millones de familias, considerándose un problema de salud pública. **Objetivo:** El objetivo de este estudio es investigar estrategias e intervenciones utilizadas por psicólogos en el apoyo psicológico a mujeres embarazadas que experimentan muerte perinatal de manera sistemática. Además, el estudio busca identificar los enfoques más efectivos para ayudar a afrontar el duelo y promover el bienestar emocional de las mujeres. **Metodología:** Se siguió el estándar de revisión sistemática basada en el protocolo prisma. Como criterio de inclusión se consideraron estudios que fueran consistentes con el objetivo de la investigación, con un marco temporal de los últimos 10 años. Se excluyeron los estudios con bajo rigor metodológico y que no respondieran a la pregunta PICO. Las bases de datos utilizadas fueron ScienceDirect, Medline y Google Scholar. **Resultados:** La literatura científica muestra que la Terapia Cognitivo Conductual es un enfoque psicoterapéutico prometedor para el tratamiento de madres en duelo. Además, el asesoramiento psicológico también muestra resultados significativos en el alivio del duelo y el tratamiento del trastorno de estrés postraumático. Los hallazgos de esta revisión brindan implicaciones clínicas, con estrategias y enfoques terapéuticos relevantes para el tratamiento de madres que enfrentan duelo. **Conclusión:** A la vista de los resultados obtenidos, esta revisión sistemática aporta evidencia sólida de que la terapia cognitivo conductual favorece la reestructuración cognitiva de las implicaciones emocionales del proceso de duelo.

**Palabras clave:** Madre embarazada. Duelo perinatal. Nacido muerto. Psicoterapia. Terapia cognitivo-conductual.

## 1. INTRODUÇÃO

A perda gestacional é uma situação devastadora, que por vezes podem desencadear um luto complicado e evoluir para um transtorno de estresse pós-traumático, que afeta negativamente o bem-estar físico e psicológico materno. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a natimortalidade afeta, por ano, cerca de 2,6 milhões de famílias, sendo considerado um problema de saúde pública (Herbet *et al.*, 2022). Nesse sentido, o enfrentamento do luto diante da morte da criança é um processo inevitável para os pais, estudos corroboram que durante o processo gestacional existe correlação de afeto entre mãe e feto. Além disso, a literatura atual respalda de modo científico uma complexa interação translacional entre este processo embriológico (Nournorouzi *et al.*, 2022).

O enfrentamento do luto dessas puérperas muitas vezes, podem acometer diversas vias neuronais que evoluem para uma menor atividade sináptica, levando a um comprometimento psicopatológico apresentando sintomas somáticos e psíquicos como: tristeza intensa, culpa e ansiedade generalizada que podem evoluir para um quadro de transtorno depressivo maior e transtorno de estresse pós-traumático,

muitas vezes irreversíveis ao longa da vida dessas mães que passam por esse trauma (Loughnan *et al.*, 2022; Ellis *et al.*, 2016; Heazell *et al.*, 2016).

Nesse sentido, a necessidade do tratamento prolongado com o profissional psicólogo é fundamental para essas gestantes que passam por esta experiência traumática de morte perinatal. Apesar da importância deste cuidado com o profissional no decorrer dos anos, há uma carência evidenciada na literatura de estudos, que exploram abordagens e intervenções para esse contexto, o que limita a capacidade do profissional psicólogo em oferecer intervenções eficazes e sensíveis às necessidades emocionais dessas mulheres.

Contudo, diante desse cenário, é necessária realização de estudos que compilem resultados eficazes acerca das intervenções psicológicas de tratamento aplicadas no contexto da morte perinatal, como forma de fornecer acolhimento eficaz e humanizado as mães enlutadas, minimizando os danos emocionais causado por essa vivência (Navidiano *et al.*, 2017; Corno *et al.*, 2020). Entender essa problemática é fundamental para ampliação do conhecimento na área clínica ou em contextos que exija que o psicológico contribua na promoção da saúde mental em casos de perda neonatal, além disso, é essencial que o profissional de psicologia saiba distinguir o luto normativo de um luto complicado para estabelecer um correto diagnóstico diferencial das outras complicações mentais (Charrois *et al.*, 2020; Setúbal *et al.*, 2021).

O objetivo deste estudo é investigar na literatura científica as estratégias e intervenções empregadas por psicólogos no apoio psicológico a gestantes que vivenciam a morte perinatal de forma sistemática. Além disso, esse estudo visa identificar as abordagens mais eficazes para auxiliar no enfrentamento do luto e na promoção do bem-estar emocional de mulheres.

## 2. METODOLOGIA

A metodologia deste estudo seguiu o critério rigoroso de revisão da sistemática baseado no protocolo *PRISMA* que foi delineada para investigar as estratégias e intervenções empregadas por psicólogos no apoio psicológico a gestantes que vivenciam a morte perinatal, conforme descrito nos objetivos da pesquisa. Foram incluídos estudos que investigaram as estratégias e intervenções psicológicas aplicadas por psicólogos no apoio a gestantes que vivenciaram a morte perinatal, com foco em intervenções que auxiliam no enfrentamento do luto e no bem-estar emocional, conforme identificado em ensaios clínicos, estudos quase-experimental e revisões sistemáticas publicados, onde este estudo houve recorte temporal dos últimos 10 anos. Foram considerados estudos que apresentaram dados relevantes sobre intervenções psicológicas no luto perinatal, incluindo abordagens como terapia cognitivo-comportamental, aconselhamento de luto e intervenções baseadas na compaixão. Foram excluídos da análise estudos que não atendiam à pergunta PICO: (1) gestantes que vivenciam a morte perinatal; (2) intervenções psicológicas

de apoio e suporte emocional; (3) comparação entre diferentes abordagens de intervenção; (4) melhoria do enfrentamento do luto e bem-estar emocional. E também, estudos que não forneceram evidências relevantes sobre o desfecho, com amostras pequenas e baixa qualidade científica, assim como aqueles que estavam duplicados ou disponíveis em idiomas diferentes do inglês e português.

Para a realização desta revisão, foram consultadas as bases de dados Google Scholar, ScienceDirect e MEDLINE. Além dessas bases de dados, foram examinadas listas de referências de estudos relevantes e revisões anteriores sobre o tema para identificar estudos adicionais que poderiam ser relevantes para a revisão. Foi utilizada a seguinte estratégia: ('pregnant women' OR 'gestation' OR 'expectant mothers' OR 'pregnancy') AND ('psychological support' OR 'psychotherapy' OR 'mental health intervention' OR 'counseling' OR 'emotional support') AND ('perinatal death' OR 'stillbirth' OR 'fetal loss' OR 'neonatal death' OR 'perinatal bereavement' OR 'infant loss') AND ('grief' OR 'bereavement' OR 'emotional well-being' OR 'mental health outcomes' OR 'coping strategies' OR 'psychological adjustment'). Para o MEDLINE foi utilizada a estratégia de busca similar para inclusão de estudos que atendiam a PICO.

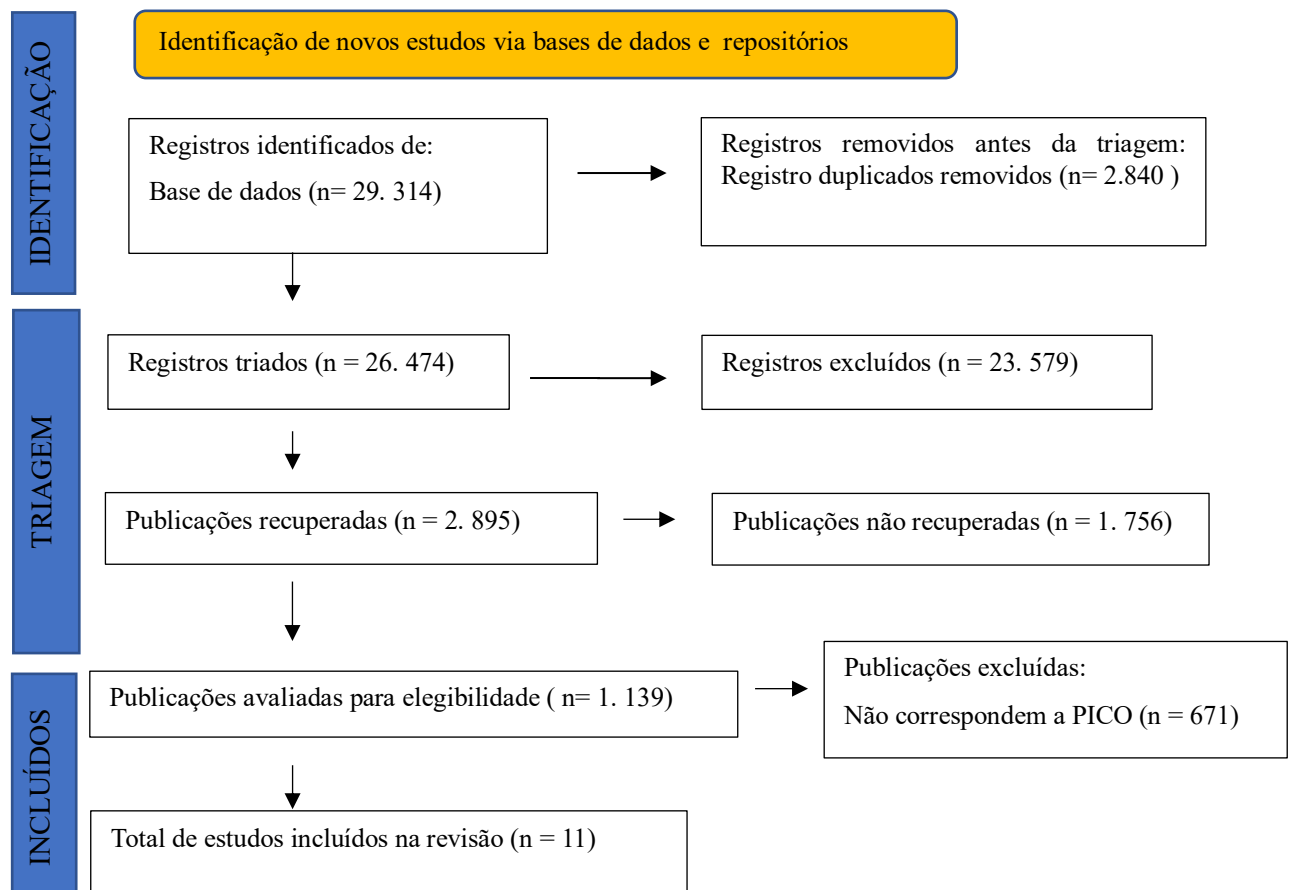
Inicialmente, todos os registros e publicações recuperados por meio das estratégias de busca foram submetidos a uma triagem de título e resumo. Dois revisores independentes realizaram essa triagem, avaliando individualmente cada registro quanto à sua relevância com base nos critérios de inclusão estabelecidos. Em caso de discordância entre os revisores, uma discussão foi realizada para resolver as diferenças e chegar a um consenso. Posteriormente, os estudos selecionados na triagem inicial foram submetidos à leitura completa do texto para uma avaliação mais detalhada de sua elegibilidade. Não foram utilizadas ferramentas de automação no processo de seleção dos estudos, sendo a avaliação realizada manualmente pelos revisores. Cada publicação incluída foi submetida à extração de dados por dois revisores independentes, que coletaram informações relevantes de acordo com os objetivos do estudo. Para tal, utilizaram um formulário padronizado, registrando dados como características do estudo (autor(es), ano de publicação, desenho do estudo e principais resultados das técnicas e abordagens psicoterapêuticas interventivas que tenham eficácia para melhor atender as demandas emocionais de mulheres que passam por luto perinatal.

Na avaliação do risco de viés dos estudos incluídos, foram adotadas a ferramenta Cochrane RoB 2 para ensaios clínicos randomizados, examinando domínios como o processo de randomização, desvios da intervenção pretendida, e desfechos reportados.

Após uma busca sistemática em diversas bases de dados, inicialmente identificamos 29.314 artigos. Dentre os quais, 2.840 registros duplicados foram removidos, restaram 26.474 registros que foram submetidos a um processo de triagem. Nesse estágio, 23.579 registros foram excluídos com base nos

critérios de inclusão pré-definidos, restando 2.895 estudos para avaliação de elegibilidade. Dentre esses, 671 estudos foram excluídos por não atenderem a PICO, 283 foram descartados por ser estudos de revisão. Após esse processo, foram incluídos 11 artigos no estudo. O processo de seleção dos estudos está detalhadamente ilustrado no Fluxograma PRISMA (Figura 1).

Figura 1. Fluxograma de busca



Fonte: Autores, 2025

### 3. RESULTADOS

Kersting *et al.*, (2013), sugeriram, por meio de um ensaio clínico randomizado, uma intervenção psicoterapêutica fundamentada nos princípios da Terapia Cognitiva Comportamental (TCC). Neste contexto, a abordagem do tratamento foi realizada via internet e a intervenção administrada foi dividida em três fases: A autoconfrontação, reestruturação cognitiva e compartilhamento social. O estudo demonstrou efeitos significativamente estatísticos na redução dos sintomas de estresse pós-traumático decorrente do luto.

Navidiano, Saravani e Shakiba (2017), realizaram um estudo quase experimental que incluiu quatro sessões de aconselhamento psicológico para mães enlutadas por perda neonatal. A primeira sessão teve foco na familiarização e na compreensão dos estágios do luto. A segunda trabalhou a personalidade, sentimentos e pensamentos disfuncionais, além de desafiar as distorções cognitivas. Na terceira sessão, foi abordado o ciclo de pensamento, emoção e comportamento, com foco na modificação de padrões cognitivo. A quarta sessão concentrou-se na psicoeducação sobre o que foi aprendido durante o processo. O estudo mostrou eficácia rápida no alívio dos sintomas de luto e TEPT grave nas participantes.

Charrois *et al.*, (2020), em uma revisão sistemática, evidenciam que intervenções em abordagens como a Terapia Cognitiva Comportamental, psicoterapia interpessoal e aconselhamento demonstram eficácia no apoio psicoterapêuticos a mães pela perda de um neonato. Essas abordagens oferecem métodos e técnicas de recuperação e equilíbrio psicológico. Corno *et al.*, (2020) apontaram a realidade virtual com diferentes paisagens e símbolos personalizados que irá representar de forma simbólica diferentes emoções e poderão ser escolhida pela paciente, a exemplo de praia, ilha, deserto ou aquela que melhor representa seu estado emocional relacionada a perda de seu filho. Assim, existirá maior efetividade em refletir, escrever e reinventar as dores da sua perda. A RV provou ser válida no suporte psicológico a mães que vivenciaram uma morte perinatal.

Salgado *et al.*, (2021), conduziram um estudo quase experimental que desenvolveram diretrizes específicas de suporte ao luto por morte perinatal. O estudo inclui qualificação profissional sobre como lidar com situações de terminalidade na maternidade, além de orientações gerais para que a mãe tivesse acesso à caixa de memória do bebê falecido. O estudo indicaram que essas diretrizes proporcionaram uma assistência eficaz para ressignificar o luto neonatal. Shaohua e Shoreyy (2021) apresentaram a intervenção psicossocial como eficaz na melhoria em situação de luto perinatal, demonstrou resultados significativos nos sintomas de luto como tristeza, ansiedade, humor deprimidos

A revisão de escopo de Martin e Reid (2021) se baseia na premissa que a Terapia Cognitiva Comportamental e aconselhamento psicológico demonstram eficácia em sintomas de traumas pós-natimorto e ressalva a necessidade de pesquisas para pacote de aconselhamento flexível frente ao luto perinatal. O estudo de Nournorouzi *et al.*, (2022) desenvolveu um programa de enfrentamento durante três sessões baseadas na TCC, psicoterapia breve e aconselhamento em princípios de Worden. A intervenção comprova eficácia em ajudar as mães encontrarem significado na perda, adapta-se a perda e identificar as possíveis patologia do luto.

O ensaio clínico randomizado de Haghighi *et al.*, (2022) investigou o efeito aconselhamento psicológico no decorrer de quatro sessões de psicoterapia, demonstrando redução significativa dos sintomas



de estresse, ansiedade e depressão. Loughnan *et al.*, (2022) sugeriram através de um ensaio clínico randomizado, um programa online baseado em uma gama de abordagens cognitivas comportamentais, terapia de aceitação e compromisso e terapia focada na compaixão. O programa foi direcionado para promover a normalização e validação das experiências de luto, sendo uma alternativa eficaz para reduzir a ansiedade e a depressão em mães que passaram pela perda pós-parto.

Johnson *et al.*, (2022) também em um ensaio clínico randomizado, descobriu que doze sessões em grupos e duas sessões individuais de psicoterapia interpessoal (IPT), combinadas com intervenções focadas em habilidades de relaxamento, estratégias cognitivas, comportamentais, sociais e ativação comportamental, podem ser fornecida como tratamento dos sintomas de transtorno depressivo maior em mães que passam por luto perinatal.

Tabela 1: Síntese dos Principais resultados incluídos na revisão sistemática.

<b>Autor(es) e ano</b>	<b>Tipo do estudo</b>	<b>Principais Resultados</b>
Kersting <i>et al.</i> , 2013	Ensaio clínico randomizado	Programa de intervenção baseado na terapia cognitiva comportamental, por meio da internet, mostrou eficaz como na redução dos sintomas de estresse pós-traumático decorrente do luto.
Navidiano, Saravani e Shakiba 2017	Quase experimental	O estudo mostrou que o aconselhamento psicológico cognitivo comportamental teve grande significância para redução da gravidade dos sintomas do TEPT pós perda perinatal.
Charrois <i>et al.</i> , 2020	revisão sistemática e meta-análise	O estudo sugere que intervenções baseadas nas abordagens terapia cognitiva comportamental, psicoterapia interpessoal e aconselhamento são eficazes no apoio a programas psicoterapêuticos de mães enlutadas.
Corno <i>et al.</i> , 2020	Ensaio clínico randomizado	O estudo aponta a realidade virtual como forma pertinente ao tratamento da sintomatologia do luto neonatal, permite os participantes melhor ressignificar o processo da perda.
Salgado <i>et al.</i> , 2021	Quase experimental	A criação de diretrizes que inclui qualificação profissional e acesso a caixa de memória do bebê falecido apresentam uma assistência na ressignificação do luto neonato.
Shaohua e Shoreyy, 2021	Revisão sistemática e meta-análise	O estudo demonstra que intervenções psicossociais, incluindo apoio emocional e terapias baseadas em comportamentos foram eficazes para melhor bem-estar dos pais enlutados
Martin e Reid 2021	Revisão de escopo	O estudo apresenta que a terapia cognitiva comportamental e aconselhamento psicológico como tratamento eficaz em sintomas de traumas pós-natimorto vivenciado pela mãe.
Nournorouzi <i>et al.</i> , 2022	Quase-experimental	O programa para intervenção de enfrentamento foi baseado na terapia cognitiva comportamental, psicoterapia breve e aconselhamento de



Worden, sua eficácia aponta melhoria de adaptação diante da perda.

Haghighi <i>et al.</i> , 2022	Ensaio clínico randomizado	Aconselhamento psicológico denota redução nos sintomas de estresse, ansiedade e depressão pós-perda perinatal.
Loughnan <i>et al.</i> , 2022	Ensaio clínico randomizado	O estudo expressa ganhos terapêuticos por meio de um programa baseado nas abordagens cognitivas comportamentais, terapia de aceitação e compromisso e terapia focada na compaixão como forma de validar as experiências de luto neonato.
Johnson <i>et al.</i> , 2022	Ensaio clínico randomizado	O estudo mostra que a psicoterapia interpessoal combinada com intervenções focada em habilidades relaxamento, sociais, estratégias cognitivas, sociais e ativação comportamental é conveniente na diminuição dos sintomas depressivos em mães de luto.

Fonte: Autores, 2025.

Tabela 2: Principais abordagens usada nos estudos.

Autor(es) e ano	Tipo de estudo	Abordagem Terapêutica
Kersting <i>et al.</i> , 2013	Ensaio clínico randomizado	Terapia Cognitiva Comportamental
Navidiano <i>et al.</i> , 2017	Quase experimental	Aconselhamento Psicológico Cognitivo Comportamental
Charrois <i>et al.</i> , 2020	Revisão sistemática e meta-análise	Terapia cognitiva comportamental
Corno <i>et al.</i> , 2020	Ensaio clínico randomizado	Realidade virtual para aceitação do luto
Salgado <i>et al.</i> , 2021	Quase-experimental	Terapia focada na compaixão
Shaohua e Shorey 2021	Revisão sistemática e Meta-análise	Intervenção Psicossocial
Martin e Reid 2021	Revisão de escopo	Terapia cognitiva comportamental e Aconselhamento psicológico.
Nournorouzi <i>et al.</i> , 2022	Quase-experimental	Terapia Cognitiva Comportamental e Psicoterapia Breve
Haghighi <i>et al.</i> , 2022	Ensaio clínico randomizado	Aconselhamento Psicológico
Loughnan <i>et al.</i> , 2022	Ensaio clínico randomizado	Terapia Cognitiva comportamental, Terapia de Aceitação e Compromisso
Johnson <i>et al.</i> , 2022	Ensaio clínico randomizado	Terapia Interpessoal

Fonte: Autores, 2025.

Tabela 3. Avaliação de risco de viés – ensaios clínicos randomizados

Autor(es) e ano	Tipo de estudo	Ferramenta usada	Domínios avaliados	Risco de viés avaliado
Kersting <i>et al.</i> , 2013	Ensaio Clínico randomizado	Cochrane RoB 2	Processo de randomização, desvio do protocolo, dados de desfecho, relatório seletivo	Baixo risco em todos os domínios
Corno <i>et al.</i> , 2020	Ensaio Clínico randomizado	Cochrane RoB 2	Processo de randomização, desvio do protocolo, dados de desfecho, relatório seletivo	Baixo risco em todos os domínios
Haghighi <i>et al.</i> , 2022	Ensaio Clínico randomizado	Cochrane RoB 2	Processo de randomização, desvio do protocolo, dados de desfecho, relatório seletivo	Baixo risco em todos os domínios
Loughnan <i>et al.</i> , 2022	Ensaio Clínico randomizado	Cochrane RoB 2	Processo de randomização, desvio do protocolo, dados de desfecho, relatório seletivo	Baixo risco em todos os domínios
Johnson <i>et al.</i> , 2022	Ensaio Clínico randomizado	Cochrane RoB 2	Processo de randomização, desvio do protocolo, dados de desfecho, relatório seletivo	Baixo risco em todos os domínios

Fonte: Autores, 2025

#### 4. DISCUSSÃO

Os resultados desta revisão destacam a Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) como uma das abordagens psicoterapêutica mais promissora no apoio psicológico a gestante que vivenciam a morte perinatal, o que corrobora com a literatura já existente (Kersting *et al.*, 2013). Martin e Reid (2021), (Nournorouzi *et al.*, 2022) e (Loughnan *et al.*, 2022) sugerem que a TCC é eficaz, ao fazer uso das técnicas de reestruturação cognitiva, autoconfrontação, metacognição e compartilhamento social. Manifesta resultados expressivo na diminuição dos sintomas de ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e luto prolongado. Essa descoberta é especialmente relevante considerando a escassez de pesquisas que explorem a eficácia interventiva de abordagens e tratamento psicológico em mães após viver perdas perinatal e luto pós-parto (Martin e Reid 2021).

O aconselhamento psicológico também emergiu como uma alternativa viável em vários estudos, demonstrando efeitos nos sintomas decorrentes de transtorno de estresse pós-traumático e nos sintomas grave de luto, além das complicações e vulnerabilidades comum em mães que passam por perda neonato. Nesse sentido, os estudos de Navidiano, Saravani e Shakiba (2017) e Haghighi *et al.*, (2022), evidenciaram a eficácia de quatro sessões de aconselhamento psicológico com êxito na diminuição dos sintomas de TEPT. Outro estudo, como Salgado *et al.*, (2021) propuseram o desenvolvimento de diretrizes específicas de suporte de acolhimento para mães que passaram por perdas neonatais, as diretrizes inclui a qualificação dos

profissionais para melhor proporcionar uma assistência eficaz na maternidade frente a terminalidade. No entanto, essa evidência ainda é limitada, sendo necessário mais investigações, especialmente em ensaio clínicos randomizados de longo tempo e maior número de participantes possível.

Os achados desta revisão contribuem para a ampliação do conhecimento clínico, ao fornecer estratégias e abordagens psicoterapêuticas mais relevantes para o manejo de mães que enfrentam o luto perinatal.

## 5. CONCLUSÃO

Em vista dos resultados obtidos, esta revisão sistemática fornece evidência de que a Terapia Cognitiva Comportamental pode ser considerada uma abordagem psicoterapêutica potencialmente alternativa promissora para auxiliar no enfrentamento do luto e na promoção do bem-estar emocional de mulheres que vivenciam perdas perinatais. Isso se deve ao fato de que as técnicas da Terapia Cognitiva Comportamental favorecem a reestruturação das distorções cognitivas associadas às implicações emocionais do processo de luto.

É importante ressaltar que, embora a maioria dos estudos incluídos forneça evidências substanciais sobre eficácia da TCC como tratamento, ainda existem lacunas na literatura. Uma das limitações identificadas na literatura foi a escassez de ensaios clínicos de alta qualidade. Portanto, estudos futuros devem priorizar ensaios clínicos randomizados de maior escala de tempo com número amplo de participantes.

Por fim, é necessário a implementação de políticas públicas de saúde com finalidade de suporte as mães enlutadas, proporcionando cuidados emocionais e psicológicos especializados, com foco na prevenção de transtorno mentais decorrentes do luto. Além disso, é necessário o desenvolvimento de ações híbridas e online, a fim de facilitar adesão ao tratamento.

**REFERÊNCIAS**

- BLACKMORE, Emma Robertson *et al.* Perda pré-natal prévia como preditor de depressão e ansiedade perinatais. **The British journal of psychiatry: the journal of mental science** , v. 198, n. 5, p. 373–378, 2011.
- CHARROIS, Elyse M. *et al.* Effectiveness of psychotherapeutic interventions on psychological distress in women who have experienced perinatal loss: a systematic review protocol. **Systematic reviews**, v. 9, n. 1, p. 125, 2020.
- CORNO, Giulia *et al.* Providing psychological and emotional support after perinatal loss: Protocol for a virtual reality-based intervention. **Frontiers in psychology**, v. 11, p. 1262, 2020.
- DE BROUWERE, Vincent; RICHARD, Fabienne; WITTER, Sophie. Acesso a serviços de saúde materna e perinatal: lições de exemplos bem-sucedidos e menos bem-sucedidos de melhoria do acesso ao parto seguro e aos cuidados do recém-nascido: Acesso a serviços de saúde materna e perinatal. **Medicina tropical e saúde internacional: TM & IH** , v. 15, n. 8, p. 901–909, 2010.
- ELLIS, Alisson *et al.* Revisão sistemática para entender e melhorar o cuidado após natimorto: uma revisão das experiências dos pais e profissionais de saúde. **BMC pregnancy and birth** , v. 16, n. 1, p. 16, 2016.
- GAUDET, Carolina *et al.* Gravidez após perda perinatal: associação de luto, ansiedade e apego. **Journal of reproductive and infant psychology** , v. 28, n. 3, p. 240–251, 2010.
- HAGHIGHI, Mahmonir *et al.* Aconselhamento individual em mães enlutadas por perda gestacional: Um ensaio clínico randomizado: Um ensaio clínico randomizado. **Revista de educação e promoção da saúde**. v. 11, n. 1, p. 209, 2022.
- HEAZELL, Alexander EP *et al.* Stillbirths: economic and psychosocial consequences. **Lancet**, v. 387, n. 10018, p. 604–616, 2016.
- HERBERT, Danielle *et al.* O impacto da perda perinatal na saúde mental: Uma revisão sistemática e meta-análise. **Journal of affective disorders** , v. 297, p. 118–129, 2022.
- Johnson, Jennifer E *et al.* Protocolo para o Estudo de Cura Após Perda (HeAL): um ensaio clínico randomizado controlado de psicoterapia interpessoal (IPT) para depressão grave após perda perinatal. **BMJ OPEN**.
- KERSTING, Anette *et al.* Brief Internet-based intervention reduces posttraumatic stress and prolonged grief in parents after the loss of a child during pregnancy: a randomized controlled trial. **Psychotherapy and psychosomatics**, v. 82, n. 6, p. 372–381, 2013.
- LOUGHNAN, Siobhsn A *et al.* Vivendo com a perda: protocolo de estudo para um ensaio clínico randomizado que avalia um programa de luto perinatal baseado na internet para pais após natimorto e morte neonatal. **Trials** , v. 23, n. 1, p. 464, 2022.

MARTIN; Caroline, J, Hollins; REID; Katrina. Uma revisão de escopo de terapias usadas para tratar trauma psicológico pós-luto perinatal. **Journal of reproductive and infant psychology** , v. 41, n. 5, p. 582–598, 2023.

NAVIDIAN, Ali.; SARAVANI, Zahra.; SHAKIBA, Mansour. Impact of psychological grief counseling on the severity of post-traumatic stress symptoms in mothers after stillbirths. **Issues in mental health nursing**, v. 38, n. 8, p. 650–654, 2017.

NOURNOROUZI, Leila *et al.* O efeito de um programa de enfrentamento no luto das mães após mortes perinatais. **Journal of education and health promotion**, v. 11, n. 1, p. 248, 2022.

SALGADO, Heloísa de Oliveira *et al.* Projeto luto perinatal: desenvolvimento e avaliação de diretrizes de apoio para famílias que vivenciam natimorto e morte neonatal no Sudeste do Brasil um estudo quase experimental do tipo antes e depois. **Saúde reprodutiva** , v. 18, n. 1, p. 5, 2021.

SETUBAL, MS *et al.* Uma revisão sistemática de instrumentos que medem o luto após perda perinatal e fatores associados às reações de luto. **Palliative & supportive care** , v. 19, n. 2, p. 246–256, 2021.

SHAOHUA, Liu.; SHOREYY, Shefaly. Intervenções psicossociais em resultados psicológicos de pais com perda perinatal: Uma revisão sistemática e meta-análise. **Revista internacional de estudos de enfermagem**, v. 117, n. 103871, p. 10.