

# Mães enlutadas: criação de blogs temáticos sobre a perda de um filho

Grieving mothers: design of thematic blogs about loss of a child

Heloisa Cristina Figueiredo Frizzo<sup>1</sup>

Regina Szylyt Bousso<sup>2</sup>

Carolliny Rossi de Faria Ichikawa<sup>2</sup>

Natália Nigro de Sá<sup>2</sup>

## Descritores

Luto; Internet; Blogs; Mães

## Keywords

Grief; Internet; Blogs; Mothers

## Submetido

6 de Junho de 2016

## Aceito

6 de Abril de 2017

## Autor correspondente

Heloisa Cristina Figueiredo Frizzo  
Av. Dr. Enéas de Carvalho Aguiar, 419,  
05403-000, São Paulo, SP, Brasil.  
heloisa.frizzo@yahoo.com.br

## DOI

<http://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201700019>



## Resumo

**Objetivo:** Compreender as motivações de mães enlutadas para a criação e existência de um *blog* sobre a perda de um filho.

**Métodos:** Pesquisa qualitativa por meio da Etnografia Virtual a partir da análise narrativa dos dados registrados na ficha de identificação de 40 *blogs* sobre a perda de um filho, segundo o referencial teórico *Modelo do Processo Dual de Compreensão do Luto*.

**Resultados:** As categorias definidas foram: compartilhar a experiência da perda e do desafio de seguir em frente; criar rede de relacionamentos para apoio/conforto/suporte a outros enlutados; garantir espaço de refúgio para expressão de sentimentos, emoções e superação da perda; homenagear e perpetuar a memória e imagem do filho(a) perdida; ativismo social.

**Conclusão:** A expressão e validação do luto nos blogs contribuem para o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento para lidar com estressores relacionados à perda.

## Abstract

**Objective:** To understand motivations of grieving mothers to create and maintain a blog about the loss of their child.

**Methods:** This was a qualitative study on virtual ethnography from narrative analysis of data obtained from 40 blogs about the loss of a child, according to theory proposed in dual process model of grief.

**Results:** Defined categories were as follows: to share the experience of loss and challenges in moving forward; to create a relationship network to support, comfort, and support other grieving persons; to guarantee a space of refuge to express feelings and emotions in order to overcome loss; to honor and perpetuate the image of the child lost; and to engage in social activism.

**Conclusion:** The expression and validation of grief in blogs help mothers to develop strategies to cope with stressful factors related to the loss.

<sup>1</sup>Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, MG, Brasil.

<sup>2</sup>Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo, São Paulo, SP, Brasil.

**Conflitos de interesse:** não há conflitos de interesse a declarar.

## Introdução

A cultura ocidental contemporânea oferece poucas alternativas de suporte ao processo de perda e elaboração do luto. Encontrar um espaço social que possibilite ao enlutado falar, vivenciar sentimentos e trocar experiências relacionadas à perda é essencial para o processo de enfrentamento do luto e para a restauração da vida após a perda. Durante a vivência de um luto, a dor e o sofrimento são intensos, expressos por sentimentos como ansiedade, tristeza, medo, culpa, solidão e saudade que podem se manifestar de diversas formas e em tempos diferentes para cada pessoa, num processo dinâmico, individualizado e multidimensional. No entanto, os espaços sociais nem sempre estão receptivos a este processo, e esta realidade causa impacto direto na relação do enlutado consigo mesmo e com o mundo que o cerca. Lidar bem com o luto significa poder enfrentar os sentimentos evocados pela perda e a nova realidade que esta impõe, além de poder ter momentos de evitar a dor, voltando-se para a vida.<sup>(1)</sup>

Ao mesmo tempo em que o enlutado vivencia a dor e os sentimentos da perda, há a necessidade de reorganização da vida diante da ausência do ente falecido, numa vivência constante e cíclica de eventos estressores que desestabilizam o viver. Para que esta reorganização da vida seja possível, é importante que o enlutado encontre suporte que o auxilie na busca por estratégias de enfrentamento e adaptação à perda, caracterizada pela capacidade do enlutado em transitar entre os estressores do luto e a reorganização e restabelecimento da própria vida, em um processo contínuo, denominado como Modelo do Processo Dual.<sup>(2)</sup> Este Modelo é considerado um valioso instrumento para a compreensão do enfrentamento do processo de luto e a construção de significado da perda, na medida em que permite sua elaboração, utilizando-se, quando necessário, dos recursos defensivos para focar em tarefas cotidianas.<sup>(2)</sup>

Um dos espaços sociais disponíveis para a expressão do luto na sociedade ocidental contemporânea é o espaço virtual ou ciberespaço, que agrega pessoas *on* e *offline* a partir de interesses em comum.

O ciberespaço pode contribuir para a construção de laços afetivos que, uma vez consolidados, podem oferecer suporte social. A *internet* pode criar uma sensação de intimidade por meio da condição de anonimato, levando as pessoas a compartilharem uma experiências de suas vidas, podendo interferir, pela força do agrupamento virtual, nos rumos das pesquisas sobre uma determinada doença, assim como nas políticas públicas criadas.<sup>(3)</sup> Sob esta ótica, a expressão do luto tem sido muito compartilhada e manifestada em diferentes ambientes virtuais, em especial nas redes sociais e em *blogs*. Os *blogs* são compreendidos como comunidades virtuais que agregam pessoas, assuntos e interesses comuns em rede.<sup>(4)</sup> Particularmente, os *blogs* temáticos sobre luto, por serem espaços públicos, acessíveis a quem interessar sobre o tema pode constituir-se como espaço de desmistificação de temas considerados tabus sociais como a morte e o morrer. A literatura especializada no assunto tem identificado o ciberespaço como oportunidade de manifestação de pêsames, de elaboração de obituário e perfis de pessoas mortas como espaços importantes e necessários para a expressão e elaboração do luto e suas repercussões.<sup>(5,6)</sup>

Neste contexto, o espaço virtual pode suscitar reflexões relacionadas ao apoio e suporte tanto às equipes de assistência, em contato constante com a perda, quanto aos enlutados, a partir da compreensão da (re)estruturação da vida após a perda de alguém com quem se estabeleceu um vínculo significativo. Um recente levantamento realizado pelos autores desta pesquisa identificou que maioria dos *blogs* disponíveis sobre este tema é de autoria de mães enlutadas, e se reportam exclusivamente ao luto vivenciado pela perda de um filho(a). A perda de um filho é uma experiência que jamais será superada, no entanto o sentimento se modifica com o passar dos anos à medida que a mãe encontra meios para lidar com a ausência do filho. Com a perda de um filho as mães podem não atribuir mais sentido à vida e vivenciar experiências como a vontade de morrer. Esses sentimentos nem sempre implicam em um luto patológico. Essa realidade precisa ser compreendida e aceita pelo entorno do enlutado, pois está relacionada à nova realidade. O luto materno deve ser respeitado contemplando as necessi-

dades e limitações vivenciadas frente à perda, independentemente das cobranças e exigências sociais.<sup>(7)</sup>

Este estudo pretende compreender as motivações de mães enlutadas para a criação e existência de um *blog* sobre a perda de um filho, e de como esta experiência relaciona-se ao processo de luto. Acredita-se que o um aprofundamento neste tema possa subsidiar a implementação de estratégias de atenção junto às pessoas frente ao processo de morte e morrer, além de contribuir para a qualificação de profissionais de enfermagem e demais áreas da saúde para o apoio e suporte aos enlutados, e também para com a desmistificação do tema. Explorar a motivação de mães enlutadas para a criação de *blogs* temáticos sobre a perda do filho.

## Métodos

Pesquisa qualitativa, que se utilizou da Etnografia Virtual como método de investigação.<sup>(8,9)</sup> A coleta de dados ocorreu a partir da inserção e imersão do pesquisador no ambiente virtual, tendo como foco inicial a expressão do luto em *blogs* temáticos.

A etnografia virtual reúne técnicas que permitem a instrumentalização do pesquisador no trabalho de observação e viabiliza o contato intrasubjetivo com o objeto de estudo, a partir de sua inserção na comunidade a ser pesquisada,<sup>(10)</sup> neste caso, o ambiente virtual, especificamente *weblogs*.

A seleção dos participantes ocorreu por meio de busca eletrônica via *Google\**, utilizando-se os unitermos *blog* e luto. Também foi utilizada a técnica Bola-de-Neve, isto significa um *blog* referenciar outro como seguidor/seguido.

Dentre 48 *blogs* identificados inicialmente, 40 eram de autoria de mães, reportando-se sobre o processo de luto vivenciado após a perda de um filho, justificando-se assim a motivação a realização desta pesquisa. Os critérios de inclusão foram: *blogs* temáticos sobre a perda de um filho, cujo a autora fosse a mãe, em língua portuguesa. Os dados foram coletados no ambiente virtual, especificamente no sítio eletrônico de cada *blog*, unicamente a partir da ficha de identificação, produzida pela autoria quando do início do processo de criação e registro do *blog*. Es-

tas informações são requisitos para registros de *blogs* nas plataformas virtuais de hospedagem para este fim, e se referem interesses e motivações do autor para a criação do *blog*. Para esta pesquisa não foram utilizados dados relacionados às interações virtuais entre autor e audiência do *blog*.

Esta pesquisa foi submetida à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa em Enfermagem da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo-USP/SP, conforme Resolução 466/2012. Mediante aprovação, consta no Sistema Nacional de Ética em Pesquisa (SIS-NEP), através do protocolo nº 1088/2011.

De acordo com as diretrizes do *Ethical decision-making research: Recommendations from the aoir ethics working committee*, *blogs* são espaços virtuais classificados como dados abertos ao público, isso significa que estão disponíveis a todos, sem controle de privacidade dos dados.<sup>(11)</sup> Cabe destacar que independentemente dos dados estarem publicamente disponíveis nos respectivos *blogs* como informações abertas, cuidou-se para preservar procedimentos éticos relacionados à garantia de proteção da privacidade e sigilo das informações, de forma a não identificar dados de autoria e identidade real das participantes da pesquisa. Os dados foram analisados segundo a análise narrativa, compreendida como “um texto falado ou escrito, dando conta de um evento/ação ou série de eventos/ações, cronologicamente ligados”.<sup>(12)</sup> Para fins de análise dos dados utilizou-se como referencial teórico o *Modelo do Processo Dual*<sup>(2-15)</sup> e a sistematização das narrativas em categorias temáticas.<sup>(11)</sup>

## Resultados

As narrativas analisadas expressam reflexões da autora do *blog* consigo mesma, com o filho falecido e com seu respectivo público de audiência. Narrativas estas pautadas na tentativa de buscar e construir sentido para a perda, algumas vezes subsidiadas por crenças e valores religiosos. Os dados dos *blogs* e respectivas autoras serão identificados pela letra B do alfabeto, correspondendo à palavra *blog*, seguida do respectivo número de identificação. A seguir, apresentamos as categorias temáticas:

### Compartilhar a experiência da perda e do desafio de seguir em frente

Esta categoria expressa o interesse da mãe em narrar à história da perda, compartilhar momentos difíceis e os desafios em seguir em frente.

“Este *blog*, é sobre meu anjo, sobre minhas perdas e como conseguir seguir em frente, vivendo dia a dia é que estarei compartilhando com vocês neste *blog*, sejam todos muito bem vindos.” B2

“O *blog* foi criado por intuito de compartilhar o momento mais difícil de minha vida a perda de uma filha amada e esperada ela se chama L. um anjo lindo que Deus me enviou”.B4

Há um interesse em buscar alternativas que possam amenizar a dor e o sofrimento decorrentes da perda, especialmente em relação à necessidade de compartilhar experiência, expressar emoções e sentimentos.

“Venho através deste *blog* revelar a história das minhas gestações. Tive meu sonho interrompido duas vezes e posso afirmar que só mesmo quem passa pelo que eu passei é capaz de saber como é esse sofrimento.” B9

### Criar rede de relacionamento para apoio, conforto e suporte a outros enlutados

Esta categoria expressa um convite da mãe para a formação de uma rede de relacionamento e pela busca de novas amizades, a fim de compartilhar a experiência de perder um filho, assim como legitimar o *blog* como um espaço de apoio, conforto e encorajamento a outros enlutados.

“...este *blog* trará amor para um coração que sofre. Destinado a todas as pessoas que sofrem por ter perdido um ente querido, para transformar sua dor em amor.” B2

A criação do *blog* demonstra a busca por um espaço onde se possa expressar a dor e o sofrimento, também há a busca aproximação das pessoas que viveram situações semelhantes.

“*Blog* dedicado a todos os pais e mães que sofrem a maior dor que um ser humano pode sentir: a perda de um filho. Por isso criei o *blog*, para desabafar e também ler o que todas as mães que passam por essa dor têm a dizer...Assim não nos sentimos tão sozinhas ...” B6

“É muito importante compartilharmos nossas histórias, quem sabe assim possamos nos ajudar a suportar um pouco mais essa angústia”. B9

### Garantir espaço de refúgio para a expressão de sentimentos, emoções e superação da perda

Esta categoria demonstra o interesse da mãe em validar o *blog* como um espaço para a expressão de emoções, sentimentos e crenças. Neste espaço também são manifestadas crenças e valores em relação à vida e morte.

“Esse cantinho é meu refúgio nos momentos de desespero”. B4

“Perder um filho é muito difícil perder duas então este é o meu caso, eu perdi duas bebes, hoje carrego no peito uma dor enorme e neste *blog* deposito meu amor e saudade por elas sejam bem vindos... B3

As mães utilizam os *blogs* como forma de validar sua dor e o sofrimento mediante a perda e o processo de luto.

“...Falar deles, olhar fotos, escutar suas músicas preferidas sabemos que é dolorido, mas tudo isso os mantém perto de nós... Mas acima de tudo Orar por eles. Sempre. Entregá-los nas mãos de Deus, sabendo que Ele como Pai bondoso que é não deixa um só filho sem amparo.” B31

### Homenagear e perpetuar a memória do filho(a) falecido(a)

Criar o *blog* para homenagear e perpetuar a memória do filho falecido é um interesse frequentemente relatado pelas mães. Aqui é comum o diálogo com o filho falecido, muitas vezes nomeado como: anjo de luz, anjo, princesa, estrela.

“Este *Blog* é dedicado a minha querida e amada filhinha “M.” que partiu no dia 21 de abril de 2011 com apenas 04 anos e 10 meses. Filha amada, você pediu asas a Deus e ele lhe transformou em um anjo.” B22

O conteúdo postado nos *blogs* ficará eternizado no ciberespaço, a mãe busca perpetuar a memória do filho falecido.

“Criei este *blog* para homenageá-la, pois meu maior desejo é manter sempre viva a imagem e a memória da minha filhota! T. minha filha, te amo,

nosso amor jamais terá fim, a separação é apenas momentânea. Aguardo ansiosa o dia do nosso encontro... Agora no Céu T. é uma Estrela”. B24

### Ativismo social

As situações destacadas nesta categoria justificam o interesse da mãe em criar o *blog* em função de ativismo social. Nestes casos, o *blog* tem um propósito social, em prol de mudanças nas políticas públicas brasileiras, como ampliação de leitos de unidade de terapia intensiva neonatal e contra a violência social.

“O meu sonho é que com as mãos dadas possamos buscar soluções e dar um freio na violência (...) não ficarmos mais no anonimato, mas quebrarmos o silêncio, encontrando-nos nesse espaço. As famílias se revoltam e tomam atitudes que não contribuem à paz, mas gerando vingança. Desejo uma atitude não-violenta! (...) Temos que nos unir apoiando outras pessoas que passem pelo mesmo sofrimento.” B1

As mães expressam a indignação com a violência e buscam uma união de forças em prol de melhorias no sistema de saúde.

“A meta de todo esse trabalho é tentar mudar alguma coisa na saúde desse Brasil, é tentar ajudar outros bebês que irão precisar de leitos de UTI, é tentar dar algum consolo sabemos que é difícil mas temos que tentar não é, contamos com você.” B5

## Discussão

A perda de um filho é apontada na literatura como uma perda essencialmente dolorosa, tendendo a ser um processo de difícil elaboração.<sup>(14)</sup> A análise das narrativas das mães conduz a uma compreensão do processo de enfrentamento da perda do filho a partir da expressão do luto em ambiente particularmente em *blogs*.

Lidar com a perda diz respeito a processos, estratégias ou estilos de gestão vivenciados individualmente para cada um dos enlutados, buscando adaptar-se ao luto.<sup>(16)</sup> As orientações referentes ao luto refletem por um lado a resposta a estressores que emergem com a perda: estressores da própria perda, da quebra dos laços com o ente querido, e por outro lado, estressores ligados ao restabelecimento, à

resposta aos desafios para prosseguir a sua vida individual sem o ente querido. Cada indivíduo escolhe confrontar-se ou evitar esses estressores de perda e de restabelecimento, o que leva a que seja interessante à proposta do conceito de oscilação.<sup>(15,16)</sup>

Neste contexto o processo de enfrentamento e de adaptação ao luto das mães participantes em momentos foi orientado para a perda, e em momentos foi orientado para a restauração.

A orientação para a perda refere-se a lidar com a perda em si, concentrando-se nela e trabalhando algum de seus aspectos, especialmente relacionados à pessoa falecida, havendo necessidade de re colocação dos laços afetivos, focando-se nas circunstâncias da morte.<sup>(2,16)</sup> Neste caso as categorias: Compartilhar experiências da perda e do luto em relação ao desafio para seguir em frente; Homenagear e perpetuar a memória e imagem do filho(a) perdido; Garantir espaço de refúgio para a expressão de sentimentos e emoções e superação da perda, sugerem um movimento voltado para as circunstâncias da morte, da perda em si, trabalhando com questões relacionadas a pessoa falecida, havendo necessidade e buscar relocalização dos laços afetivos.

A orientação para a restauração inclui dar conta das tarefas, reorganizar a vida e desenvolver novas identidades. Refere-se às consequências secundárias à perda que constituem fontes de estresse com as quais a pessoa enlutada necessita de lidar, bem como à definição de formas de como o fazer.<sup>(16)</sup>

Compartilhar experiências da perda e do luto e do desafio para seguir em frente; criar rede de relacionamentos para a expressão de sentimentos e emoções e superação da perda e ativismo social sugerem a necessidade de mães enlutada reorganizar a vida apesar da perda, dar conta das tarefas e desenvolver nova identidade e papel social após o falecimento do filho.

A oscilação é um processo regulatório, dinâmico, fundamental para o enfrentamento adaptativo, de alternância entre enfrentamento voltado para a perda e orientado para a restauração e não-enfrentamento. Também é possível confrontar e evitar as tarefas de restauração.<sup>(2)</sup>

A análise das categorias sugere que a criação de um *blog* sobre a perda de um filho auxilia a vivên-

cia deste movimento oscilatório com a finalidade de adaptação ao luto, com alternância de enfrentamento voltado para a perda e orientado para a restauração, num processo regulatório e dinâmico.

Isso significa que em um momento a pessoa enlutada confrontará algum aspecto da perda, em outro evitará memórias tentando retomar a vida. Esta oscilação é um processo necessário e muito possivelmente um dos melhores indicadores do enfrentamento positivo da experiência do luto.<sup>(17)</sup>

Considerando-se os resultados apresentados entende-se que a criação e existência de um *blog* sobre a perda do filho tende a permitir a vivência do luto possibilitando a mãe uma contínua busca da internalização da relação perdida e reconstrução da vida e das relações sociais apesar da perda. Entre as limitações encontradas neste estudo, houve carência de dados na ficha de identificação contida nos *blogs*, não sendo possível a identificação de dados de caracterização das mães, da compreensão da história da perda e das circunstâncias da morte. Este fato motivou a realização de um estudo posterior que tem por objetivo a compreensão da história da perda, a vivência do processo de enfrentamento do luto pelas mães enlutadas e a busca de sentido e significado na perda.

## Conclusão

O estudo aponta para um movimento das mães autoras em definir estratégias de enfrentamento para lidar com os estressores relacionados à perda do filho(a) através da criação e manutenção do *blog* temático. Os resultados encontrados poderão contribuir para com a qualificação de profissionais de enfermagem e equipe multiprofissional em relação à compreensão do processo de morte e morrer, potencializando o cuidado a pessoa em situação de luto, especialmente nas áreas Cuidados Paliativos, Luto e Tanatologia. Este estudo poderá instrumentalizar a sociedade para o apoio e suporte aos enlutados, contribuir para a desmistificação do tema e para o desenvolvimento de novas pesquisas. Além disso, auxilia a compreensão sobre o uso das novas tecnologias de comunicação e informação como estratégia de enfrentamento do luto.

## Colaborações

Frizzo HCF, Bousso RS, Ichikawa CRF e Sá NN declaram que contribuíram com a concepção do projeto, análise e interpretação dos dados, revisão crítica relevante do conteúdo intelectual e aprovação da versão final a ser publicada.

## Referências

1. Bousso RS. A complexidade e a simplicidade da experiência do luto. *Acta Paul Enferm.* 2011; 24(3):249-56.
2. Stroebe M, Schut H. The dual process model of coping with bereavement: A decade on. *OMEGA.* 2010; 61(4):273-89.
3. Ortega F, Zorzaneli R, Meierhoffer LK, Rosário CA, Almeida CF, Andrada BF, Chagas BS, Feldman C. The construction of the diagnosis of autism in a Brazilian virtual community. *Interface Comunic. Saúde Educ.* 2013; 17(44): 119-32.
4. Brownstein CA, Brownstein JS, Williams DS 3rd, Wicks P, Heywood JA. The power of social networking in medicine. *Nat Biotechnol.* 2009; 27(10): 888-90.
5. Bousso RS, Ramos D, Frizzo HC, Santos MR, Bousso, F. Facebook: um novo locus para a manifestação de uma perda significativa. *Psicologia USP.* 2014; 25(2): 172-9.
6. Bousso RS, Santos, MR, Bousso F, Ramos RS. Uma nova forma de luto: os efeitos da revolução tecnológica - A morte como tema. *ComCiência (Campinas).* 2014;(163).
7. Freitas JL, Michel LH. A maior dor do mundo: o luto materno em uma perspectiva fenomenológica. *Psicol Estudo.* 2014; 19(2):273-8.
8. Neergaard MA, Olesen F, Andersen RS, et al. Qualitative description: the poor cousin of health research? *BMC Med Res Methodol.* 2009; 9:52.
9. Hine C. *Virtual ethnography.* London: Sage; 2000.
10. Geertz C. *Nova luz sobre a antropologia.* Rio de Janeiro: Jorge Zahar; 2001.
11. Czarniawska B. *Narratives in social science research.* Thousand Oaks (CA): Sage; 2004.
12. Elm MS. How do various notions of privacy influence decisions on qualitative internet research? In: Maekman AN, Baym, N. *Internet inquiry: conversations about method.* Los Angeles: Thousand Oaks; 2009. p. 69-87.
13. Alarcão AC, Carvalho MD, Peloso SM. The death of a son in violent circumstance: understanding the experience of the mother. *Rev Lat Am Enfermagem.* 2008; 16(3):341-7.
14. Almeida EJ, Leitune CS, Seger AC, Terner ML, Silva DA. Dor e perda: análise do processo do luto. *Revi Psicol IMED.* 2015; 7(1):15-22.
15. Stroebe M, Schut H. Overload: A missing link in the Dual Process Model? *OMEGA.* 2016; 74(1): 96-109.
16. Stroebe M, Schut H. The dual process model of coping with bereavement: rationale and description. *Death Studies.* 2013; 23(3):197-224.
17. Silva MD, Ferreira J. O luto em adultos Idosos: natureza do desafio individual e das variáveis contextuais em diferentes modelos. *Psicol Reflex Crít.* 2011; 25(3):588-95.