



**INSTITUTO FEDERAL**  
Rio Grande do Sul

---

# Trabalhando o Luto por Morte



# Considerações Iniciais

---

- As recomendações visam orientar princípios de proteção da saúde mental na comunidade acadêmica, bem como evitar tratamentos díspares quando as perdas tiverem o mesmo tipo de vínculo institucional (não diferenciar tratamento de servidores entre si, tampouco de estudantes).
- Nem sempre serão necessárias intervenções coletivas e/ou individuais. O luto apresenta diferentes fases e cada sujeito o expressa de forma diferente conforme a temporalidade.
- Respeitar processos individuais é importante, bem como garantir que não ocorra o apagamento institucional das perdas.

# Considerações Iniciais

---

- As sugestões não são exaustivas, não esgotam as possibilidades de atuação, podem ser utilizadas uma ou mais estratégias para cada demanda, e devem ser analisadas e implementadas conforme perfil do servidor/estudante envolvido, perfil dos gestores e colegas, e conforme cultura da unidade organizacional. Não há, neste repertório, ideias melhores ou piores, mais ou menos eficazes, sem considerar o perfil da unidade organizacional, dos sujeitos envolvidos na situação e o contexto da perda.

# Recomendações e Estratégias

Recomendação de saúde mental	Possíveis estratégias / sugestões
<p>Em caso de falecimento de servidor ativo ou estudante, informar a comunidade acadêmica e garantir a manifestação verbal da perda no encontro seguinte que contaria com a pessoa (aulas e/ou reuniões).</p> <p>Aplicar o mesmo procedimento para cada grupo diferente de pessoas com quem o servidor/estudante atuava.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Informes oficiais (e-mail/site);</li><li>● Orientar sobre possibilidades de auxílio emocional interno ou externo ao IFRS;</li><li>● Destinar tempo da reunião/aula para acolher sentimentos e para apoio mútuo;</li><li>● Fazer minuto de silêncio;</li><li>● Outras que façam sentido no contexto do campus.</li></ul>
<p>Por quê / para que: A perda não deve ser ignorada, sob risco de aguçar sentimentos negativos pelo falecimento e/ou o senso de que “sou só um número”. Também podem surgir ansiedades pela reorganização dos papéis formais e informais que eram desempenhados pela pessoa no grupo. Objetivo é fortalecer os vínculos do grupo próximo à pessoa que faleceu, permitindo elaboração e encaminhamentos saudáveis.</p>	

# Recomendações e Estratégias

Recomendação de saúde mental	Possíveis estratégias / sugestões
<p>Em caso de falecimento de servidor ativo ou estudante, revisar/orientar procedimentos e prazos administrativos e/ou acadêmicos a cumprir.</p> <p>Não necessariamente as respostas estarão disponíveis imediatamente, mas deve-se registrar a demanda e dar o retorno aos interessados assim que possível.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>● CGP e Direção de Ensino podem ser referência para esclarecer dúvidas e orientar questões práticas;</li><li>● Caso os servidores ocupantes destes cargos/áreas estejam envolvidos afetivamente na situação, sugere-se o apoio da Direção Geral e de setores correlatos na Reitoria;</li><li>● Com relação a prazos, sugere-se diálogo com os demandantes para a excepcionalidade da situação e novos acordos possíveis;</li><li>● O próprio demandante pode antecipar-se e contatar os envolvidos propondo prorrogação excepcional naquela situação.</li></ul>

Por quê / para que: Podem surgir ansiedades pela reorganização dos papéis e/ou pelas dúvidas práticas e imediatas provocadas pela ausência da pessoa que faleceu. A falta de esclarecimentos sobre procedimentos e cobrança de prazos pode amplificar o sofrimento de forma desnecessária. Objetivo é evitar ou mitigar estes sentimentos quando possível e encaminhar soluções administrativas.

# Recomendações e Estratégias

Recomendação de saúde mental	Possíveis estratégias / sugestões
<p>Proporcionar ou facilitar espaço/momento de expressão coletiva sobre a perda.</p> <p>A expressão coletiva dá-se pela participação e envolvimento dos pares, não deve ser uma formalidade sugerida pro-forma.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Rodas de conversa;</li><li>● Murais coletivos;</li><li>● Jardim compartilhado;</li><li>● Expressões artísticas como música, coletânea de textos, fotos, playlists, oficinas criativas, saraus;</li><li>● Eventos simbólicos, soltura de balões, homenagens;</li><li>● Ações coletivas para prevenção da morte por Covid-19 a outras pessoas;</li><li>● Campanhas de conscientização;</li><li>● Adoção de causas relacionadas ao contexto da pessoa que faleceu;</li><li>● Outras que façam sentido no contexto do campus.</li></ul>

Por quê / para que: A perda pode exigir um tempo para elaboração afetiva e cognitiva dos que eram próximos. Estratégias coletivas facilitam este processo, além de fortalecer o sentimento de pertença no grupo. Objetivo: Compartilhar e ressignificar a lembrança da pessoa que faleceu, permitir uma despedida simbólica manifestando que aquela pessoa foi importante no grupo.

# Recomendações e Estratégias

Recomendação de saúde mental	Possíveis estratégias / sugestões
<p>Orientar e/ou proporcionar espaço/momento de diálogo individual sobre a perda caso seja necessário e/ou demandado.</p> <p>O acolhimento é a primeira estratégia na atenção individual a quem sofre a perda de uma pessoa próxima, pode ser feito por qualquer pessoa independente de cargo ou formação.</p> <p>É importante respeitar quem deseja e quem não deseja falar. Por isso, basta disponibilizar(-se), orientar para apoio.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Orientar/informar sobre apoio individual em serviços internos e externos ao IFRS.</li><li>● Orientar/informar sobre iniciativas externas de apoio em grupo.</li><li>● Um professor próximo, chefia ou colega, caso esteja em condições para tal, pode oferecer-se para ouvir/conversar.</li><li>● Psicólogos e equipes de Assuntos Estudantis nos campi podem contribuir.</li><li>● Psicóloga Ana (ana.andrade@ifrs.edu.br) - presta apoio para CGPs e servidores em geral.</li><li>● Psicóloga Janaína (janaina.zanchin@ifrs.edu.br) - presta suporte à área de ensino.</li></ul>
<p>Por quê / para que: As pessoas podem beneficiar-se de momentos individuais para abordar a relação que tinha com quem faleceu, as relações pessoais/institucionais, e talvez mesmo repensar a própria relação com a morte e o morrer. Objetivo é amenizar o sofrimento, ressignificar sentimentos negativos e permitir novas perspectivas e atitudes positivas e saudáveis frente ao luto.</p>	

# Apoio Externo ao IFRS

---

- [Revira Saúde](#)
- [Vamos Falar Sobre o Luto](#)
- [Centro de Valorização da Vida - CVV](#)
- [Onde buscar atendimento psicológico online, gratuito ou pagando 'valor social'](#)
- [Coronavírus: Tratamento psicológico gratuito | Drauzio Varella](#)
- [Onde encontrar atendimento psicológico e psiquiátrico a baixo custo ou de graça durante a pandemia](#)

# Falecimento de Familiares de Servidores

- Acompanhamento e avaliação específica de cada caso pela CGP e/ou chefia imediata. Se necessário, com apoio/orientação da psicóloga da Reitoria.
- Ao encaminhar licença nojo, pode-se orientar a respeito de serviços de atendimento externo à instituição e da disponibilidade da psicóloga da reitoria para atendimentos e orientações
- Às chefias, orienta-se expressar sua solidariedade/respeito dentro de seus próprios parâmetros culturais e manter-se à disposição caso o servidor requeira algum tipo de apoio.
- O luto tem fases diferentes, além de se expressar de maneira diferente a partir de padrões de culturais e comportamentais de cada sujeito.
- Que os colegas e as chefias possam garantir que essas pessoas tenham sua situação respeitada, seja daqueles que gostariam de falar sobre o tema como daqueles que preferem não falar sobre sua perda.
- No retorno da licença, pode-se conversar com o servidor e avaliar necessidade de adequações de tarefas, prazos, etc. pelos próximos dias do retorno (primeira semana), ou uso de férias/outros afastamentos.

# Falecimento de Familiares de Estudantes

- Professores e coordenadores de curso podem acolher a situação, na medida em que se sintam confortáveis. Importante garantir que o estudante tenha sua situação respeitada, seja daqueles que gostariam de falar sobre o tema como daqueles que preferem não falar sobre sua perda.
- Acompanhamento do caso pela equipe dos Assuntos Estudantis, para avaliar melhor a situação específica. Alguns encaminhamentos possíveis são:
- Extensão/revisão de prazos avaliativos;
- Diálogos/orientações aos demais familiares, em especial quando menor de idade;
- Orientações quanto aos serviços da rede de saúde/assistencial externa;
- Diálogos com serviços externos em que o estudante seja/deva ser acompanhado (serviço de saúde, assistencial, conselho tutelar, entre outros);
- Reforço/revisão de auxílios estudantis, em caso de perda de familiar que impacte na situação de vulnerabilidade social;
- Avaliação da necessidade de trancamento de componentes curriculares/curso.

# Presença física ou simbólica em rituais familiares de despedida

- A participação em velórios e outros rituais familiares de despedida não é obrigatória, mas pode ser facilitada pela instituição, se assim for desejado.
- A participação nesses rituais deve respeitar a definição dada pela família, bem como as restrições sanitárias específicas para a situação.
- Nenhum membro da comunidade acadêmica, seja por cargo ou função, tem o dever de comparecer a qualquer cerimônia ou ritual. Os membros da comunidade também devem ser respeitados em suas condições para tal.
- Quando houver possibilidade de presença, esta pode se dar de diferentes formas:
- Presença física de um membro da comunidade acadêmica, representando os colegas próximos e a instituição;
- Envio de mensagem oficial aos familiares;
- Envio de mensagem/material coletivo aos familiares;
- Participar de cortejo de carros;
- Envio de flores ao velório ou cerimônia;
- Realizar contato telefônico com mensagem de solidariedade/respeito.

# Sobre contatos telefônicos com o servidor/estudante/familiar

- O primeiro contato (após o adoecimento agravado ou morte) pode ser feito com objetivos simples: saber se a pessoa precisa de algum auxílio, se tem alguma dúvida ou preocupação com o trabalho ou aulas, orientar algum procedimento, colocar-se à disposição para conversar - inclusive naquele exato momento do contato.
- Se houver vontade, pode ligar/fazer contato. Mas não fazer de forma artificial, 'porque é de bom tom'. Uma proximidade forçada pode ser pior que um distanciamento sincero, congruente.
- Recomenda-se uma atitude genuinamente próxima no dia a dia dos servidores e discentes, para facilitar este caminho em casos de eventualidades.
- Geralmente este papel é ocupado por algum(ns) colega(s)/professor(es) mais próximo(s), chefia imediata, coordenador de curso, gestão de pessoas ou assuntos estudantis.
- Recomenda-se que os gestores certifiquem-se de que cada membro da comunidade acadêmica tenha colegas com maior proximidade para eventualmente acompanhar uma situação dessas.
- No dia a dia das atividades, isso pode ser feito por tarefas compartilhadas (projetos, trabalhos, responsabilidades), que facilitam a aproximação e a percepção quando alguém não esteja bem (além de poder ser uma ferramenta que diminui a sobrecarga de trabalho e promotora de saúde mental de maneira geral, não apenas em tempos de pandemia).

## Responsáveis

Ana Maria Jung de Andrade - CRP 07/15061

[ana.andrade@ifrs.edu.br](mailto:ana.andrade@ifrs.edu.br)

Janaina Turcato Zanchin - CRP 12/12051

[janaina.zanchin@ifrs.edu.br](mailto:janaina.zanchin@ifrs.edu.br)