

QUANDO O MUNDO PERDE O SENTIDO: UMA COMPREENSÃO FENOMENOLÓGICA DA EXPERIÊNCIA DO LUTO

Érica Apolinária de Souza Fernandes¹

Fernanda Bicalho Pereira²

Alcione Januária Teixeira da Silveira³

Magali de Paula Silva Santana⁴

psicomagalasantana@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências Humanas

RESUMO

Este artigo tem como objetivo compreender a experiência do luto sob a perspectiva fenomenológica, a partir de uma revisão bibliográfica. Diferentemente de abordagens tradicionais que o organizam em fases, etapas ou categorias diagnósticas, a fenomenologia entende o luto como uma vivência singular, que se manifesta de maneira única em cada sujeito, conforme seu modo de ser-no-mundo. A análise da literatura evidencia que a perda de uma pessoa significativa não se limita à ausência física, mas desencadeia uma transformação profunda na forma como o indivíduo percebe a si mesmo, o outro e o mundo ao seu redor. Nesse contexto, o cotidiano pode tornar-se estranho, fragmentado e desorganizado, revelando uma ruptura nos sentidos anteriormente estabelecidos. Ao mesmo tempo, o vínculo com o ente perdido não se extingue, permanecendo de forma simbólica, sustentado por memórias, afetos e significações. Assim, o luto configura-se como uma travessia existencial complexa, marcada simultaneamente pela dor da perda e pela necessidade de reconstrução de sentidos. Conclui-se que essa experiência exige uma escuta sensível, ética e singular, que reconheça a profundidade do sofrimento humano em sua dimensão existencial.

PALAVRAS-CHAVE: luto; fenomenologia; experiência.

1 INTRODUÇÃO

A experiência do sofrimento humano tem sido amplamente investigada no campo da psicologia, especialmente quando relacionada a eventos que impactam profundamente a existência, a abordagem fenomenológica compreende o ser humano

¹Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Univértix.

²Psicóloga; Mestra em Enfermagem.

³Psicóloga; Doutoranda em Educação; Mestre em Educação; Professora do Curso de Psicologia no Centro Universitário Univértix.

⁴Psicóloga; Mestranda em Educação; Professora do Curso de Psicologia no Centro Universitário Univértix.

como um ser-no-mundo, inserido em uma realidade na qual está constantemente implicado e presente. A perspectiva valoriza sua subjetividade e a forma singular como cada indivíduo vivencia suas experiências, possibilitando uma compreensão mais profunda do existir e favorecendo uma postura de abertura no encontro com o outro (Silva, Lopes e Diniz, 2008).

Em uma sociedade que frequentemente busca explicar o sofrimento por meio de classificações e diagnósticos, torna-se relevante compreender o luto em sua dimensão existencial e subjetiva, respeitando a singularidade da experiência humana.

Na perspectiva fenomenológica, o luto é acolhido como uma experiência profundamente humana e singular, que não pode ser compreendida por meio de etapas fixas ou classificações universais, somente essa perspectiva permite voltar o olhar para a vivência única de cada pessoa diante da perda, reconhecendo os sentidos, as emoções e as transformações que emergem desse encontro com a ausência. Assim, mais do que explicar o luto, busca-se compreender como ele é vivido e significado por quem o atravessa. O luto pode ser compreendido como um fenômeno que se manifesta de forma evidente na experiência do enlutamento, expressando-se na vivência de dor, na sensação de ausência de sentido e na ambiguidade relacionada à presença-ausência do outro, nessa perspectiva, não deve ser entendido como uma entidade nosológica previamente definida, mas como uma experiência vivida e singular do sujeito (Freitas, 2018).

Diante disso, este estudo tem como objetivo compreender, por meio de uma revisão bibliográfica, a experiência vivida do luto sob a perspectiva fenomenológica, buscando analisar como essa vivência é descrita na literatura científica e quais significados são atribuídos à perda, com ênfase na forma como o sujeito reorganiza sua existência diante da perda de uma figura significativa, especialmente quando esta representa sua principal ou única fonte de apoio emocional.

Pretende-se, assim, contribuir para uma compreensão mais aprofundada do luto enquanto experiência subjetiva e existencial, ressaltando sua relevância para o campo da psicologia.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Segundo Heidegger (1976 ,*apud* Everling; Kahlmeyer-Mertens, 2022), o ser-no-mundo não deve ser compreendido como uma simples presença física do ser humano dentro de um espaço externo, mas como uma condição existencial na qual o indivíduo está inseparavelmente relacionado ao mundo. O humano constitui-se a partir dessa relação, construindo sua própria existência por meio das possibilidades que se apresentam no decorrer de sua trajetória. A partir dessa compreensão, entende-se que a perda de alguém significativo pode provocar mudanças na forma como o sujeito se relaciona com o mundo, uma vez que seus vínculos, projetos e sentidos construídos na existência são atravessados pela ausência do outro.

Para Merleau-Ponty (1999), o corpo não é um objeto separado da consciência, mas a própria condição pela qual o sujeito experiencia e atribui sentido ao mundo. Ao afirmar que "eu não estou diante de meu corpo, estou em meu corpo, ou antes, sou meu corpo" (Merleau-Ponty, 1999, p. 207-208), o autor evidencia o caráter encarnado da existência humana. Nessa perspectiva, o luto pode ser compreendido como uma experiência que afeta o sujeito em sua totalidade, modificando sua relação com o mundo vivido e alterando o horizonte de sentido construído a partir da presença do outro.

No campo da psiquiatria, o luto pode ser compreendido a partir de uma categoria clínica, especialmente quando a experiência de perda apresenta intensidade e duração associadas a prejuízos significativos na vida do indivíduo. O DSM-5-TR apresenta o Transtorno do Luto Prolongado como uma condição caracterizada pela persistência de sofrimento relacionado à morte de uma pessoa significativa, acompanhada por manifestações emocionais e funcionais específicas (American Psychiatric Association, 2023, p.322).

Já a perspectiva fenomenológica permite compreender o luto para além de uma leitura baseada apenas em classificações, sintomas ou explicações previamente estabelecidas. Husserl (2017, p.12) propõe suspender julgamentos e concepções já construídas, busca-se compreender como a experiência se manifesta para cada sujeito. Assim, o luto passa a ser entendido não apenas como uma reação diante da ausência de alguém, mas como uma vivência singular que pode transformar a maneira como o indivíduo percebe a si mesmo, suas relações e o mundo ao seu redor.

A experiência humana não pode ser separada do contexto em que ocorre, pois toda vivência carrega significados e está ligada à forma como o sujeito se relaciona com sua existência. Neste sentido, Corrêa (1997) relata que a fenomenologia tem como foco a compreensão dos fenômenos a partir da experiência cotidiana, entendendo o ser humano como ser-no-mundo e voltando-se ao mundo da vida.

A perda de uma pessoa significativa pode gerar sensação de vazio, sofrimento e mudança na forma de se relacionar com a realidade, uma vez que o vínculo perdido continua presente de forma simbólica na experiência do sujeito. A vivência do luto manifesta-se de forma singular em cada indivíduo, exigindo respeito às suas particularidades e ao seu modo próprio de enfrentar a perda. Nesse processo, podem emergir sentimentos como a perda de sentido e o desejo de morrer, sem que isso caracterize, necessariamente, um quadro patológico, sendo tais experiências compreendidas como parte da realidade vivida diante da ausência (Freitas e Michel, 2014).

A perda de uma figura de apoio significativo, especialmente quando esta representa uma base emocional central, intensifica a experiência de desamparo e pode afetar profundamente a forma como o indivíduo se percebe no mundo. Andrade e Gomes (2024) relatam que a morte é inevitável e a perda de alguém significativo pode transformar profundamente o modo de existir, afetando também os vínculos e papéis vividos. Quando ocorre de forma repentina, o luto tende a ser mais intenso, marcado pela sensação de interrupção e falta de preparo.

Assim, o luto se expressa como uma experiência marcada pela ambiguidade entre presença e ausência, pela transformação da identidade e pela necessidade de reconstrução de novos sentidos para a existência. Santos e Sales (2011) evidenciam que a morte é sentida por quem permanece, tornando necessário expressar o pesar, o luto não pode ser apressado, mas o apoio e a presença do outro ajudam a validar a dor e a experiência da perda.

3 METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza qualitativa. Segundo Silva e Menezes (2005), na pesquisa qualitativa o ambiente natural é a fonte

direta para coleta de dados e o pesquisador é o instrumento chave, os pesquisadores tendem a analisar seus dados indutivamente, o processo e seu significado são os focos principais de abordagem, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica. Esse tipo de abordagem permite a análise e a interpretação de produções científicas já existentes, possibilitando a construção de uma compreensão ampliada acerca do fenômeno investigado.

A pesquisa fundamenta-se na perspectiva fenomenológica, que busca compreender a experiência vivida do sujeito em sua singularidade, valorizando os sentidos atribuídos ao mundo e às suas vivências. E analisar o luto como uma experiência existencial e subjetiva, conforme discutido na literatura especializada.

O levantamento bibliográfico foi realizado em bases de dados eletrônicas, como Scientific Electronic Library Online (SciELO), PePSIC e Google Scholar, a partir de descritores como “luto”, “fenomenologia”, “experiência vivida”, “perda” e “sofrimento”. Também foram utilizados livros e artigos clássicos e contemporâneos que fundamentam a temática, contribuindo para a construção teórica do estudo.

A análise dos materiais ocorreu de forma qualitativa, por meio de leitura interpretativa e compreensiva das produções selecionadas, buscando identificar como o fenômeno do luto é descrito na literatura a partir de uma perspectiva fenomenológica. Os dados foram organizados permitindo a articulação entre os diferentes autores e a construção de uma discussão teórica sobre a experiência vivida da perda.

Este estudo faz parte do cumprimento do estágio supervisionado do curso de Psicologia do Centro Universitário Univértix.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise da literatura evidencia que a compreensão fenomenológica do luto se afasta de modelos que o organizam em fases, etapas ou categorias diagnósticas. Nessa perspectiva, o luto não é algo que pode ser encaixado em estruturas fixas, mas uma experiência profundamente singular, vivida de maneira única por cada sujeito diante da perda de alguém que ocupava um lugar significativo em sua existência. A experiência do luto pelo filho pode ser compreendida na literatura como uma vivência

insuperável e imensurável, uma vez que o vínculo estabelecido não se encerra com a morte, permanecendo vivo na memória e na existência simbólica do sujeito. Nesse sentido, trata-se de uma dor que não pode ser medida, comparada ou padronizada, pois não se submete a classificações ou definições de normalidade e patologia (Feijoo,2022; Noleto,2022).

Os estudos analisados indicam que o luto se manifesta como uma experiência existencial que nasce na relação entre o sujeito e a ausência do outro. A morte de uma pessoa importante não representa apenas a interrupção de um vínculo, mas uma ruptura no modo de ser-no-mundo, afetando a forma como o indivíduo percebe a si mesmo, o outro e o próprio sentido da vida. A literatura aponta que o acolhimento no luto envolve uma escuta sensível, marcada mais pela presença e pelo silêncio acolhedor, do que por intervenções pré-estabelecidas. Trata-se de uma experiência de dor indizível, que não pode ser explicada ou padronizada, devendo ser compreendida e acolhida em sua forma singular de expressão (Gomes, 2024; Dutra, 2024).

Nesse contexto, a literatura descreve um momento em que o mundo parece perder sua familiaridade. O cotidiano, antes sustentado por presenças, rotinas e sentidos compartilhados, pode se tornar estranho, silencioso e difícil de habitar. É como se aquilo que sustentava a vida perdesse, por um tempo, sua solidez. Não se trata apenas de sofrimento emocional, mas de uma experiência de desorganização existencial, na qual o sentido das coisas parece suspenso. Ferreira e Freitas (2025) ressaltam que o luto se manifesta de forma multidimensional na existência do sujeito, atravessando o campo cognitivo, corporal, afetivo, social e espiritual. Trata-se de uma experiência que implica desorganização do vivido e alterações no modo de ser-no-mundo, afetando de maneira global a forma como o enlutado se percebe, se relaciona e atribui sentido à própria existência.

Outro aspecto profundamente marcado nos estudos é a presença da ausência. Mesmo diante da morte, o outro permanece de algum modo vivo na experiência do enlutado. Ele continua existindo nas lembranças, nos afetos e nos significados construídos ao longo da relação. Essa presença que insiste, mesmo na ausência

física, revela que o vínculo não se encerra com a morte, mas se transforma, permanecendo como parte da história vivida.

A literatura também aponta que, quando a pessoa falecida ocupava um lugar central de apoio emocional, o impacto do luto pode ser ainda mais intenso e desestruturante. Nesses casos, não se perde apenas alguém, mas também uma referência de cuidado, sustentação e pertencimento no mundo. Pode emergir uma sensação de desamparo profundo, a existência é, de algum modo, reorganizada pela falta. Ainda assim, os estudos reforçam que essa vivência não deve ser compreendida como patológica, mas como expressão legítima de uma perda significativa. No processo do luto a literatura destaca como fundamental a existência de espaços de acolhimento, pois ele não é superado, mas transformado ao longo do tempo (Sepulcro, 2024).

Diante disso, a perspectiva fenomenológica oferece uma compreensão sensível do luto ao reconhecer que não existe um modo correto de sofrer. Cada experiência é atravessada por uma história única, por vínculos singulares e por um modo próprio de existir no mundo. Assim, mais do que explicar o luto, essa abordagem se dedica a acompanhar e compreender a profundidade da experiência vivida. Ressalta-se que essa experiência profunda e complexa, que atravessa a existência do sujeito, desorganizando sentidos antes estáveis e intensificando-se em contextos de vulnerabilidade ainda assim, pode abrir caminhos de reconstrução e ressignificação, revelando a profundidade da experiência vivida diante da perda (Lima *et al*, 2026).

Sendo assim, compreende-se o luto como uma transformação do ser-no-mundo. Trata-se de um processo em que antigos sentidos se desfazem lentamente, enquanto novos significados ainda frágeis começam a se formar. Nesse percurso, o sujeito não apenas sofre a ausência, mas é atravessado por ela, sendo convidado a reconstruir, aos poucos, um mundo que já não pode ser vivido da mesma maneira. Observamos que lidar com a morte envolve principalmente a experiência da morte do outro, que pode ser inicialmente percebido como um corpo sem vida, mas cuja existência não se encerra completamente na vivência de quem permanece. A compreensão da morte passa também pelo impacto que ela produz na narrativa e na

história compartilhada com aquele que partiu, de modo que, mesmo após a morte, o outro ainda permanece de alguma forma presente na memória e na experiência de quem o conheceu (Costa, 2025).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da revisão da literatura, compreende-se que o luto, na perspectiva fenomenológica, não pode ser reduzido a fases, etapas ou classificações diagnósticas. Ele se apresenta como uma experiência profundamente singular, atravessada pela história de vida de cada sujeito, pelos vínculos que o constituem e pelos sentidos que sustentavam sua forma de existir no mundo. Trata-se de um fenômeno que não se explica apenas pelo que é perdido, mas pelo modo como essa perda atravessa e reorganiza a existência de quem permanece. Os estudos analisados evidenciam que a morte de uma pessoa significativa não representa apenas a ausência física de alguém amado, mas uma transformação sensível, muitas vezes silenciosa e contínua, no modo de ser-no-mundo do enlutado.

O cotidiano, antes sustentado por presenças, rotinas, palavras e gestos compartilhados, pode se tornar estranho, instável e, em alguns momentos, difícil de habitar. O que antes parecia familiar passa a exigir um novo modo de presença no mundo, como se a própria realidade tivesse sido levemente deslocada.

Nesse sentido, o luto não se restringe à dor emocional imediata, mas se desdobra como uma experiência de desorganização e reorganização existencial. Aquilo que dava sustentação ao sentido da vida projetos, referências afetivas, segurança emocional e modos de se reconhecer no mundo pode se fragilizar diante da perda. Ainda assim, a literatura aponta que esse processo não ocorre de forma linear ou previsível, mas de maneira singular, respeitando o tempo interno de cada sujeito e suas possibilidades de resignificação. Dessa forma, a fenomenologia desloca o olhar da tentativa de explicar o luto como um processo a ser controlado ou normalizado, para a escuta da experiência vivida em sua profundidade. Ela permite reconhecer que o sofrimento não é apenas algo a ser superado, mas algo que também diz de um vínculo, de um amor e de uma história que marcaram a existência.

Por fim, compreende-se o luto como uma travessia existencial marcada por rupturas e continuidades. Um processo em que antigos sentidos se desfazem, por vezes de forma abrupta, enquanto novos significados ainda frágeis começam, lentamente, a se delinear. Nesse percurso, o sujeito não apenas enfrenta a ausência, mas é atravessado por ela, sendo convocado a reconstruir sua forma de estar no mundo. Essa reconstrução não implica o apagamento do que foi vivido, mas a sua transformação. O que se perde no plano físico permanece como marca existencial, inscrita na memória, nos afetos e na maneira como o sujeito passa a se relacionar com a própria vida.

Assim, o luto não representa apenas fim, mas também continuidade, uma forma de existência que se reorganiza a partir da ausência, mas que ainda é atravessada pela presença do que foi significativo.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Arthur Kelles; GOMES, André Luiz Barcelo. O luto depois da morte repentina: uma perspectiva fenomenológica: A phenomenological perspective. **Revista NUFEN: Phenomenology and Interdisciplinarity**, v. 16, 2024. Disponível em: <https://submission-pepsic.scielo.br/index.php/nufen/article/view/24828>. Acesso em: 15 abr. 2026.

ASSOCIATION, American P. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5-TR: Texto Revisado**. 5. ed. Porto Alegre: ArtMed, 2023. *E-book*. pág. 322. ISBN 9786558820949. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558820949/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

CORRÊA, A. K.. Fenomenologia: uma alternativa para pesquisa em enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 5, n. 1, p. 83–88, jan. 1997. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-11691997000100010>. Acesso em: 15 abr. 2026.

COSTA, Sâmara Araújo. Morte e Existência: Heidegger e Sartre. **Philosophos - Revista de Filosofia**, Goiânia, v. 30, n. 2, 2025. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/philosophos/article/view/83911>. Acesso em: 14 jun. 2026.

EVERLING, Marli; KAHLMEYER-MERTENS, Roberto S. Design, educação ambiental e ser-no-mundo: : elementos para uma hermenêutica da complexidade e da sustentabilidade. **Revista Confluências Culturais**, v. 11, n. 2, p. 58–71, 2022. DOI: 10.21726/rcc.v11i2.1809. Disponível em: <https://periodicos.univille.br/RCC/article/view/1809>. Acesso em: 24 jun. 2026.

FEIJOO, A. M. L. C.; NOLETO, M. C. M. F. O Imensurável da Experiência do Luto Materno. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 42, p. e240345, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003240345> . Acesso em: 10 jul. 2026

FREITAS, J. DE L.. Luto, pathos e clínica: uma leitura fenomenológica. **Psicologia USP**, v. 29, n. 1, p. 50–57, jan. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-656420160151>. Acesso em: 15 abr. 2026.

FREITAS, J. L. DE .; MICHEL, L. H. F.. A maior dor do mundo: o luto materno em uma perspectiva fenomenológica. **Psicologia em Estudo**, v. 19, n. 2, p. 273–283, abr. 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-737222324010>. Acesso em: 15 abr. 2026.

GOMES, Pedro Geraldo Luciano; DUTRA, Nathália Santos. O Luto materno sob um olhar Fenomenológico. **Revista NUFEN: Phenomenology and Interdisciplinarity**, [S. l.], v. 16, 2024. DOI: 10.26823/rnufen.v16i01.25548. Disponível em: <https://submission-pepsic.scielo.br/index.php/nufen/article/view/25548>. Acesso em: 14 jun. 2026.

HUSSERL, Edmundo. **Conferências de Paris** . 2. ed. São Paulo: Almedina Brasil, 2017. *E-book*. p. 12. Capa. ISBN 9789724422206. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9789724422206/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

LAGINESTRA DE ARAUJO FERREIRA, Mariana; SANTOS DE FREITAS, Allan Felipe. O caráter singular da vivência do luto e a clínica fenomenológico-existencial. **POLÊMICA**, v. 23, n. 1, p. 20–47, 2025. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/polemica/article/view/94506>. Acesso em: 14 jun. 2026.

LIMA, Débora Karine de Souza; VILELA, Diana Hadaça de Lima Araújo; COMASSETTO, Isabel; PEIXOTO, Thatiana da Fonseca; SANTOS, Amuzza Aylla Pereira dos; BERNARDO, Thais Honório Lins; PAES, Vitor Comassetto. O luto decorrente da perda de um familiar durante a pandemia da COVID-19. **Veredas do Direito**, v. 5, p. e235523, 2026. Disponível em: <https://revista.domhelder.edu.br/index.php/veredas/article/view/5523>. Acesso em: 14 jun. 2026.

MERLEAU-PONTY, Maurice, 1908-1961. **Fenomenologia da percepção / Maurice Merleau-Ponty** ; [tradução Carlos Alberto Ribeiro de Moura]. - 2- ed. - São Paulo : Martins Fontes, 1999.

SANTOS, E. M. DOS .; SALES, C. A.. Familiares enlutados: compreensão fenomenológica existencial de suas vivências. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 20, n. spe, p. 214–222, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072011000500027>. Acesso em: 15 abr. 2026.

SEPULCRO, Adriana do Nascimento; MOREIRA, Quézia Florentino dos Santos de Almeida; OLIVEIRA, Rebeca Barbosa Tatagiba; BARROS , Rosa Maria Guimarães. Luto complicado: desafios e superação de mulheres que sofrem com a perda de entes queridos. **Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física**, v. 13, n. 2, p. 71–82, 2024. Disponível em: <https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/rbraf/article/view/3581>. Acesso em: 14 jun. 2026.

SILVA, J. M. DE O. E.; LOPES, R. L. M.; DINIZ, N. M. F. Fenomenologia. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 61, n. 2, p. 254–257, mar. 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-71672008000200018>. Acesso em: 15 abr. 2026.

SILVA, Edna Lúcia da, MENEZES, Estera Muszkat. **Metodologia da Pesquisa e Elaboração de Dissertação**. 4º edição revisada e atualizada. Florianópolis: UFSC, 2005. Disponível em: <https://cursos.unipampa.edu.br/cursos/ppgcb/files/2011/03/Metodologia-da-Pesquisa-3a-edicao.pdf> . Acesso em: 15 abr. 2026.