

DESAFIOS DO LUTO E DEPRESSÃO EM CONTEXTO ADULTO: UM ESTUDO DE CASO CLÍNICO

Lucas Ferreira da Silva¹, Rayane Gris², Adriano Schlösser³

1. Discente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Videira, SC
2. Discente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Videira, SC
3. Docente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Videira, SC

Autor correspondente: Lucas Ferreira da Silva, lucas_dasilva25@outlook.com

Área: Ciências da Vida e Saúde

Introdução: Este relato de caso descreve o acompanhamento psicológico de uma paciente adulta de 37 anos que procurou atendimento em função de luto mal elaborado referente à mãe, avó e animal de estimação, associado a sintomas depressivos e ideação suicida. O histórico de perdas significativas, somado a um contexto ocupacional estressante e fragilidades na rede de apoio, contribuiu para a manutenção do sofrimento emocional. As intervenções foram conduzidas a partir da Terapia Cognitivo-Comportamental, com foco na compreensão de padrões cognitivos e comportamentais, psicoeducação, ativação comportamental e estratégias de enfrentamento do luto e da sintomatologia depressiva. **Objetivo:** Apresentar o acompanhamento psicológico de uma paciente adulta com luto mal elaborado e sintomas depressivos, destacando as estratégias cognitivo-comportamentais utilizadas para promover enfrentamento emocional e reestruturação de padrões disfuncionais. **Método:** Trata-se de um estudo de caso desenvolvido no programa de saúde mental da cidade de Videira. Ocorreram 12 sessões de psicoterapia, com frequência de uma sessão por semana, fundamentadas na abordagem da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC). Foram realizadas análises funcionais para mapear antecedentes, comportamentos e consequências, além de conceitualizações cognitivas e psicoeducação sobre pensamentos, emoções e luto. Recursos terapêuticos incluíram questionamento socrático, metáforas, relaxamento e estratégias de ativação comportamental, com o objetivo de promover enfrentamento das situações problemáticas e redução dos sintomas depressivos e ansiosos. **Resultados:** Ao longo das sessões, a paciente apresentou momentos de melhora, demonstrando engajamento nas intervenções e compreensão dos padrões cognitivos e emocionais relacionados ao luto e à depressão. No entanto, retornos aos comportamentos e pensamentos disfuncionais ocorreram, influenciados por estressores externos, como o ambiente de trabalho hostil e a fragilidade da rede de apoio. A paciente conseguiu adotar algumas estratégias de enfrentamento, incluindo afastamento do trabalho e busca por acompanhamento psiquiátrico, mas interrompeu o tratamento antes da conclusão, evidenciando a complexidade do caso e a necessidade de suporte contínuo. **Conclusão:** O acompanhamento evidenciou que intervenções cognitivas e comportamentais podem favorecer a compreensão do luto e a adoção de estratégias de enfrentamento em pacientes adultas com sintomas depressivos. Entretanto, fatores contextuais, como estressores ocupacionais e fragilidade da rede de apoio, podem comprometer a adesão e a eficácia do tratamento. O caso reforça a importância de abordagens integradas e suporte contínuo para a promoção do bem-estar emocional em situações de luto complexo.

Palavras-chave: Depressão; Ativação comportamental; Estratégias de enfrentamento; Fragilidade da rede de apoio; Psicoeducação.