ISSN: 2358-8829

O IMPACTO DO LUTO NA TRAJETÓRIA ACADÊMICA

Thayssa Mota de Abreu
Juliana Eugênia Caixeta

INTRODUÇÃO

A trajetória universitária envolve mudanças acadêmicas, sociais e pessoais que exigem adaptação constante. Quando a morte de uma pessoa querida ocorre durante esse percurso, as exigências da graduação passam a coexistir com o luto, entendido como uma reação natural ao rompimento de um vínculo e como um processo singular de adaptação à ausência. Esse processo pode produzir respostas emocionais, físicas, cognitivas, comportamentais e sociais, com intensidade e duração diferentes para cada pessoa (PARKES, 1998; SACILOTI; BOMBARDA, 2022).

No Ensino Superior, a experiência do luto pode interferir na concentração, na memória, na motivação, na organização dos estudos e na capacidade de cumprir prazos. Também pode gerar faltas, baixo rendimento, trancamento de componentes curriculares e risco de abandono do curso. A dificuldade se amplia quando a instituição não oferece acolhimento psicológico, orientação acadêmica ou flexibilidade para que o estudante concilie o processo de perda com suas obrigações universitárias (SAVICKI; SERVATY-SEIB; SMITH, 2021; TURELUREN; CLAES; ANDRIESSEN, 2022).

Embora as discussões sobre saúde mental tenham crescido nas instituições de Educação Superior, o luto ainda recebe atenção limitada nas políticas de permanência estudantil. Com frequência, o apoio depende da sensibilidade individual de docentes e colegas, e não de procedimentos institucionais estáveis. Essa lacuna pode intensificar o sofrimento e reforçar uma cultura acadêmica orientada pela produtividade, na qual o estudante é pressionado a manter o desempenho como se a perda não tivesse ocorrido (KOVÁCS, 2005; GOMES et al., 2023).

Diante desse contexto, a pesquisa teve como objetivo identificar os impactos do luto na trajetória acadêmica de estudantes universitários. Procurou-se compreender como a perda repercutiu no desempenho, na permanência e no bem-estar dos participantes, bem como analisar o apoio oferecido pelas universidades. O estudo se justifica pela

necessidade de reconhecer o estudante como sujeito integral e de subsidiar políticas institucionais capazes de promover acolhimento, cuidado e condições de continuidade da formação

METODOLOGIA

A pesquisa adotou abordagem qualitativa e perspectiva interpretativa, adequadas à investigação dos significados, percepções e experiências subjetivas relacionados ao luto. Participaram 25 estudantes universitários que haviam vivenciado uma perda durante a graduação ou cujos efeitos se estenderam ao ingresso no ensino superior. A técnica empregada foi o questionário misto, composto por questões estruturadas e abertas, permitindo a produção de dados objetivos e de narrativas sobre a experiência vivida (MINAYO, 2012; SAMPIERI; COLLADO; LUCIO, 2013).

Foram elaborados dois formulários no Google Forms. O primeiro investigou quem havia sido perdido, o semestre em que ocorreu a perda, a procura por apoio institucional, o atendimento obtido e a importância que esse suporte teria para a trajetória acadêmica. O formulário continha termo de consentimento livre e esclarecido, garantia de participação voluntária e compromisso com o sigilo. Foi divulgado em grupos acadêmicos de diferentes cursos e em redes de contatos da pesquisadora, permanecendo aberto por quatro semanas.

A leitura inicial revelou a necessidade de aprofundar especificamente as repercussões acadêmicas do luto. Assim, um segundo formulário, com a pergunta 'De que maneira a experiência do luto impactou sua trajetória acadêmica?', foi enviado por e-mail aos 25 participantes, sendo obtidas nove respostas. O uso de dois instrumentos permitiu aprofundar os dados e aproximou-se de uma triangulação de método (FLICK, 2009).

As respostas dos dois formulários foram reunidas e submetidas à Análise de Conteúdo, inspirada em Bardin. Realizou-se leitura flutuante, identificação de núcleos de sentido, agrupamento de conteúdos semelhantes e construção das categorias analíticas. Para preservar o anonimato, os participantes receberam nomes fictícios de flores. A análise originou quatro categorias: a perda e o luto; o luto situado na universidade; o impacto do luto na trajetória universitária; e a universidade no enfrentamento das consequências do luto.

ISSN: 2358-8829

REFERENCIAL TEÓRICO

O luto é uma experiência individual e social associada à perda de alguém significativo. Embora seja universal, sua expressão varia conforme a história do sujeito, seus vínculos, suas crenças e as práticas culturais de despedida. A Tanatologia estuda a morte e o morrer em suas dimensões biopsicossociais, espirituais e jurídicas, possibilitando compreender o luto como um processo complexo de elaboração da perda, e não apenas como um estado emocional passageiro (SACILOTI; BOMBARDA, 2022).

Kübler-Ross (1969) contribuiu para a compreensão do processo ao descrever cinco fases frequentemente associadas ao luto: negação, raiva, barganha, depressão e aceitação. Essas fases não constituem uma sequência rígida nem são vivenciadas por todas as pessoas da mesma forma. Elas ajudam a identificar movimentos de proteção, sofrimento, reconhecimento da perda e reorganização da vida, podendo ocorrer de maneira sobreposta e não linear.

Worden (1998) propôs uma perspectiva baseada em tarefas, atribuindo papel ativo à pessoa enlutada. As tarefas consistem em aceitar a realidade da perda, elaborar a dor, adaptar-se a um ambiente no qual a pessoa falecida não está presente e manter uma conexão emocional com ela enquanto a vida continua. Essa abordagem evidencia que o luto envolve processos afetivos, cognitivos e sociais e requer tempo, reconhecimento das emoções e reconstrução das rotinas e dos vínculos.

No espaço universitário, tais tarefas são realizadas simultaneamente às atividades acadêmicas, como aulas, avaliações, estágios, projetos e trabalhos de conclusão. O ambiente universitário, portanto, tanto pode agravar o sofrimento quanto favorecer a adaptação. A integração acadêmica e social é especialmente importante nos primeiros semestres, período decisivo para a permanência no curso. Quando o luto ocorre nessa fase, o estudante enfrenta conjuntamente a adaptação à universidade e a reorganização provocada pela perda (TINTO, 1997; CAREGNATO et al., 2025).

Uma política institucional de cuidado pode incluir contato com a pessoa enlutada, orientação aos cursos e docentes, flexibilização de prazos e frequência, apoio pedagógico, encaminhamento psicológico, grupos de acolhimento e divulgação clara dos serviços existentes. Essas medidas não eliminam a dor, mas podem evitar que as exigências acadêmicas agravem o sofrimento e comprometam a permanência. A concepção de

universidade promotora de saúde reforça que o bem viver, o pertencimento e o protagonismo estudantil devem integrar a formação (BRASIL, 2010; UNB, 2024).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A perda e o luto

Entre as 25 respostas, 84% se referiram à perda de uma pessoa com forte ligação afetiva. Foram mencionadas perdas de mães (20%), avós (24%), irmãos ou irmãs (16%) e amigos próximos (12%). Em 16% das respostas, os participantes relataram a morte de animais de estimação percebidos como membros da família. Para 67%, o luto foi descrito principalmente como um momento de dor; 33% também destacaram movimentos de adaptação e continuidade da vida.

Os relatos evidenciaram tristeza intensa, desorientação, ansiedade, cansaço mental, isolamento e dificuldade de falar sobre a perda. Ao mesmo tempo, alguns estudantes atribuíram novos sentidos à experiência, buscaram outros projetos ou encontraram apoio nas amizades construídas no curso. Esses resultados dialogam com Kübler-Ross (1969) e Worden (1998), pois demonstram que a elaboração não ocorre de forma uniforme e envolve tanto sofrimento quanto ações de reorganização da vida.

O luto situado na universidade

As perdas ocorreram em diferentes momentos da graduação, do primeiro ao décimo semestre, além de duas experiências anteriores ao ingresso cujos efeitos permaneceram durante o curso. Do total, 68% perderam alguém importante até o quinto semestre e 40% entre o primeiro e o terceiro semestre. Isso revela uma vulnerabilidade relevante, pois o início da graduação já exige adaptação às rotinas, aos vínculos e às expectativas acadêmicas. A sobreposição entre ingresso e luto pode aumentar o sentimento de inadequação, solidão e desmotivação.

Apesar das dificuldades, os participantes permaneceram vinculados à universidade, ainda que alguns tenham trancado disciplinas ou interrompido temporariamente o curso. Essa permanência indica processos de resistência e adaptação, favorecidos por vínculos sociais, reorganização das rotinas e ressignificação da perda. O

resultado reforça a importância de ações preventivas e de acolhimento, sobretudo nos semestres iniciais.

Quadro 1 - Período da graduação em que ocorreu a perda

Período	Participantes	Frequência relativa
Antes do ingresso	2	8%
1° ao 3° semestre	10	40%
4° ao 5° semestre	5	20%
6° ao 8° semestre	3	12%
9° ao 10° semestre	2	8%

Fonte: elaboração com base nos dados da pesquisa (2025).

Impactos na trajetória acadêmica

Os impactos foram organizados em quatro dimensões. As consequências emocionais envolveram tristeza profunda, fragilidade e necessidade de suprimir sentimentos para cumprir estágios, avaliações e o trabalho de conclusão. As consequências de ruptura apareceram no desejo de abandonar a graduação, no trancamento do curso ou de componentes curriculares e na redução da participação acadêmica. As consequências psicológicas incluíram dificuldades de atenção, memória, organização e concentração, que se refletiram em faltas, perda de conteúdos, atraso de atividades e queda no rendimento.

Também foram identificadas consequências de adaptação. Alguns estudantes ressignificaram a perda por meio do ingresso na universidade, da construção de novos propósitos e das relações com colegas. As amizades acadêmicas funcionaram como importante rede de apoio emocional e prático. Esses achados mostram que o luto não produz apenas um resultado e que a continuidade dos estudos depende da interação entre recursos pessoais, vínculos sociais e condições institucionais.

> *Foi o momento mais complicado da minha vida [...] Por conta da tristeza profunda me vi indo mal em tudo o que estava propondo fazer. (Trecho da resposta da estudante Hortênsia)*
>
> *Tranquei a faculdade logo depois. Talvez um incentivo e apoio emocional, poderia ter continuado. (Trecho da resposta da estudante Tulipa)*
>
> *Foram os meus amigos que fiz no curso e viraram um enorme pilar para mim, tanto na parte pessoal quanto na parte acadêmica. (Trecho da resposta da estudante Flor Celósia)*

ISSN: 2358-8829

A universidade no enfrentamento das consequências do luto

Na percepção de todos os participantes, as universidades não estavam preparadas para oferecer apoio adequado, e seus regulamentos e práticas prejudicavam a vivência do luto. Quase metade, 48%, não procurou ajuda institucional. Entre os motivos relatados estavam desconhecimento dos serviços, descrença na possibilidade de acolhimento, dificuldade de solicitar apoio e preferência por lidar com a perda de maneira privada. Quando houve suporte, ele apareceu sobretudo em iniciativas individuais de docentes, colegas e serviços especializados.

Embora fundamentais, essas iniciativas não substituem políticas institucionais. Professores podem negociar prazos e acolher o estudante, mas não conseguem, isoladamente, alterar regras acadêmicas ou garantir adequações curriculares. A ausência de protocolos deixa o atendimento dependente da sensibilidade pessoal e pode produzir respostas desiguais. Os participantes sugeriram apoio psicológico, espaços de escuta, flexibilização de prazos e frequência, monitoria, orientação pedagógica e comunicação clara sobre os recursos disponíveis.

Para 96% dos participantes, algum apoio institucional teria favorecido uma experiência de luto mais saudável e a permanência no curso. Em 36% das respostas, a dor somou-se às exigências de disciplinas, estágios, provas e TCC, contribuindo para trancamento ou sofrimento intenso. Além disso, 84% indicaram a percepção de que era necessário seguir como se nada tivesse acontecido. O dado sugere uma cultura que privilegia produtividade e cumprimento de tarefas em detrimento do cuidado.

Os resultados confirmam que a falta de reconhecimento institucional pode intensificar a solidão e o risco de interrupção da graduação (QUEIROZ, 2022). Também convergem com Kovács (2005), para quem a morte e o luto permanecem evitados nas instituições educacionais. A criação de políticas permanentes, associada à formação de docentes e gestores, permitiria transformar ações isoladas em uma rede de cuidado acessível e equitativa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa evidenciou que o luto pode afetar profundamente a trajetória acadêmica. Os participantes relataram tristeza intensa, desmotivação, ansiedade,

dificuldades de concentração e organização, queda no rendimento, faltas, trancamento de disciplinas e intenção de abandonar o curso. A experiência mostrou-se especialmente delicada nos primeiros semestres, quando o estudante ainda está construindo vínculos e aprendendo a lidar com as exigências do Ensino Superior.

Também se verificou que redes de apoio compostas por colegas, docentes e serviços especializados favorecem a adaptação e a permanência. Entretanto, o suporte disponível mostrou-se fragmentado e dependente de iniciativas individuais. O acolhimento interpessoal é importante, mas precisa ser acompanhado de políticas que assegurem flexibilização pedagógica, orientação acadêmica, atenção psicológica e divulgação dos serviços institucionais.

Conclui-se que discutir o luto no ambiente universitário é necessário para romper o silêncio que cerca o tema e reconhecer que a formação acadêmica não está separada das dimensões afetivas e sociais da vida. Instituições promotoras de saúde devem criar protocolos de acolhimento, formar profissionais para lidar com situações de perda e garantir condições para que estudantes enlutados vivenciem o processo sem culpa ou punição acadêmica.

Como a investigação reuniu 25 participantes e aprofundou o segundo questionário com nove respostas, seus resultados não pretendem representar todas as experiências universitárias. Estudos futuros podem incluir amostras maiores, comparar instituições e cursos, investigar diferenças culturais e avaliar a efetividade de programas de acolhimento. Espera-se que este trabalho contribua para o debate sobre permanência estudantil e para a construção de universidades mais humanas e cuidadoras.

Palavras-chave: luto; universidade; trajetória acadêmica; permanência estudantil; acolhimento.

AGRADECIMENTOS

À orientadora, aos familiares, às amizades e a todas as pessoas que contribuíram para a realização deste trabalho. Agradece-se, especialmente, aos estudantes que compartilharam experiências sensíveis de perda e tornaram esta pesquisa possível.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2010.

CAREGNATO, Célia Elizabete et al. Trajetórias de estudantes em uma universidade pública: entre trajetos-projetos familiares, pertencimento e individuação. Educação em Revista, Belo Horizonte, v. 41, e46030, 2025. DOI: https://doi.org/10.1590/0102-469845663.

FLICK, Uwe. Introdução à pesquisa qualitativa. Tradução de Joice Elias Costa. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.

GOMES, Lucélia Maria Lima da Silva et al. Saúde mental na universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes. Educação em Revista, Belo Horizonte, v. 39, e40310, 2023. DOI: 10.1590/0102-469840310.

KOVÁCS, Maria Júlia. Educação para a morte: um tema a ser socializado. Psicologia: Ciência e Profissão, Brasília, DF, v. 25, n. 3, p. 482-497, 2005.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth. On death and dying. New York: Macmillan, 1969.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 17, n. 3, p. 621-626, 2012.

PARKES, Colin Murray. Luto: estudos sobre a perda na vida adulta. São Paulo: Summus, 1998.

QUEIROZ, C. D. S. L. Quando o suicídio invade a instituição de ensino: a perda e o luto na vivência de estudantes e educadores. 2022. 207 f. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2022. Disponível em: https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/51281. Acesso em: 14 jul. 2025.

SACILOTI, I. P.; BOMBARDA, T. B. Abordagem ao luto: aspectos exploratórios sobre a assistência de terapeutas ocupacionais. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, v. 30, e3264, p. 1-20, 2022. DOI: https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO249532641.

SAMPIERI, Roberto Hernández; COLLADO, Carlos Fernández; LUCIO, María del Pilar Baptista. Metodologia de pesquisa. 5. ed. Porto Alegre: Penso, 2013.

SAVICKI, Alicia M.; SERVATY-SEIB, Heather L.; SMITH, Patrick T. When college students grieve: new insights into the effects of loss during emerging adulthood. Death Studies, v. 46, n. 9, p. 2123-2133, 2021.

TINTO, Vincent. Classrooms as communities: exploring the educational character of student persistence. The Journal of Higher Education, v. 68, n. 6, p. 599-623, 1997.

TURELUREN, E.; CLAES, L.; ANDRIESSEN, K. Help-seeking behavior in bereaved university and college students: associations with grief, mental health distress, and personal growth. Frontiers in Psychology, v. 13, p. 1-8, 2022.

UNB. Universidade de Brasília. Resolução do Conselho de Administração nº 049/2024. Institui a Política de Promoção de Saúde e Equidade da Universidade de Brasília - UnB Promotora de Saúde. Brasília, DF: UnB, 2024.

WORDEN, J. William. Grief counseling and grief therapy: a handbook for the mental health practitioner. 3. ed. New York: Springer Publishing Company, 1998.