

 psicologianavet



# apoio para momentos difíceis



UM RECURSO PARA TUTORES ENLUTADOS





# a perda de um companheiro animal é real e profunda

Se você está lendo este folheto, é provável que esteja passando por um dos momentos mais difíceis da sua vida como tutor de um pet.

**Quero que saiba: seu luto é legítimo e válido.**

O vínculo humano-animal é poderoso e único. Quando esse vínculo se rompe pela perda, a dor que sentimos é tão real quanto qualquer outra forma de luto.

# o que é normal sentir?

Durante o processo de luto pela perda de um pet, é completamente normal experimentar:

## **Tristeza profunda**

- Sentir uma dor intensa e vontade de chorar
- Ter dificuldade para aceitar a realidade da perda

## **Culpa**

- Questionar decisões ("Fiz o suficiente?", "Deveria ter notado antes?")
- Sentir culpa mesmo quando fez tudo ao seu alcance

## **Raiva**

- Raiva de si mesmo, de profissionais, ou da situação
- Frustração com pessoas que não entendem sua dor

## **Solidão**

- Sentir um vazio imenso em casa
- Estranhar a rotina sem seu companheiro

## **Medo de esquecer**

- Preocupação em perder as memórias
- Ansiedade sobre "seguir em frente"



**Não há linha do tempo "certa" para o luto.  
Cada jornada é única.**





# não há vergonha em sofrer

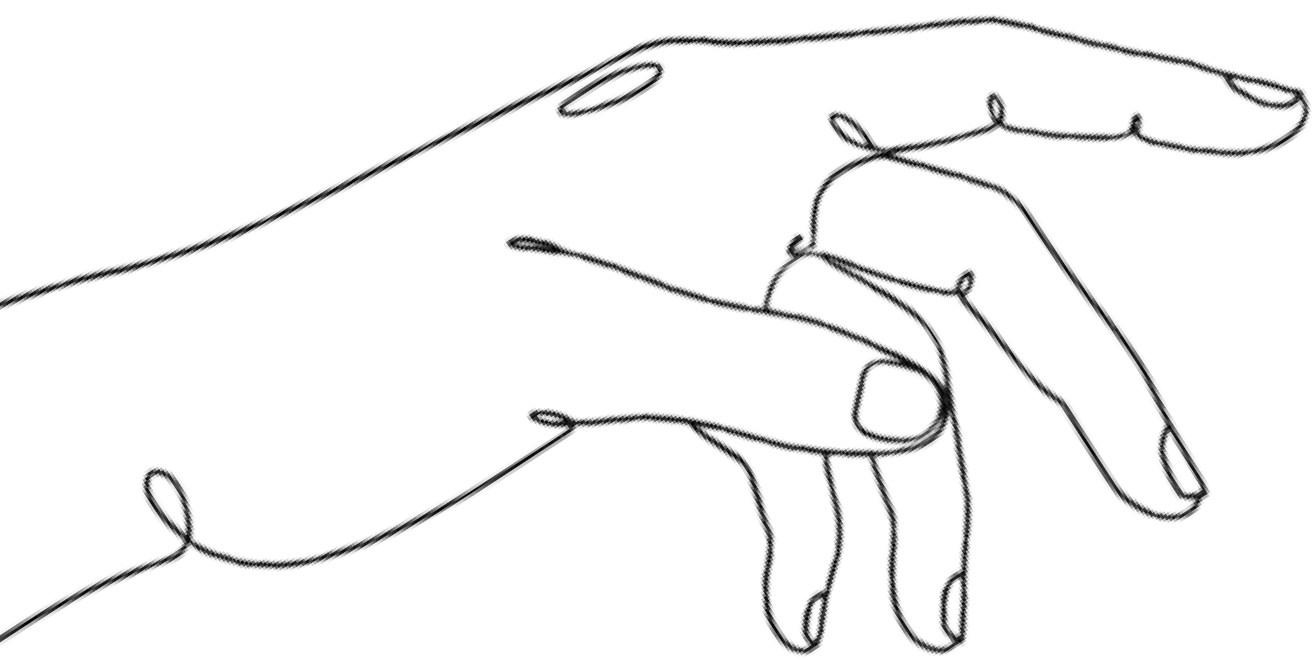
Algumas pessoas podem minimizar sua dor com frases como:

- "Era só um animal"
- "Você pode ter outro"
- "Pelo menos ele viveu bastante"

**Essas frases, embora bem-intencionadas, não ajudam.**

Seu pet não era "só um animal". Era um membro da família, um companheiro, uma fonte de amor incondicional. Sua dor merece ser respeitada.

# recurso de apoio especializado



Um ebook escrito por **Gisele Schneider**, psicóloga especializada em luto e vínculo humano-animal, que oferece:

- Compreensão psicológica do processo de luto por pets
- Exercícios práticos para processar emoções difíceis
- Orientação para decisões sensíveis (eutanásia, cremação, rituais)
- Formas de honrar e preservar memórias
- Apoio para reconstruir a vida após a perda

**Saiba mais em:** [psicologianavet.com.br](https://psicologianavet.com.br)

# honrando a memória



Lembre-se sempre:  
**Se hoje há dor, é porque ontem houve amor.**

E esse amor nunca desaparece.  
Ele vive em cada memória, em cada foto,  
em cada momento de alegria que vocês compartilharam.

Seu pet deixou marcas permanentes de amor em sua vida.  
**Isso é para sempre.**



*Com todo respeito  
e empatia por sua jornada*



**Gisele Schneider**

Psicóloga CRP 12/7263

@psicologianavet | psicologianavet.com.br



*Material gentilmente fornecido por*