

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.

Você Não Está Sozinho(a)

Milhões de tutores ao redor do mundo passam por essa experiência todos os dias. Buscar apoio é um ato de autocuidado, não de fraqueza.

Recurso de Apoio Especializado



"Quando um amor se vai"

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

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 XX/XXXXX Especialista em Luto e Vínculo Humano-Animal



psicologianavet.com.br

Este material foi desenvolvido com cuidado e empatia para apoiar tutores enlutados. A versão completa, com mais recursos e orientações, estará disponível em breve.

Material gentilmente fornecido por:

[NOME DA CLÍNICA VETERINÁRIA]

Em parceria com Psicologia na Vet