

Prefácio – Valéria e Luna amigas para sempre

Conheci Natália quando iniciava minha jornada como psicoterapeuta especializada em luto pela perda de pets. Precisava de ajuda para profissionalizar meu perfil no Facebook. De certa forma, ela foi minha madrinha nessa nova vocação! Agora tenho oportunidade de retribuir, com o olhar e coração mais amadurecidos, acrescentando informações sobre o processo de luto à sua escrita.

Escrever sobre a perda do animal de estimação é um ato heróico e necessário. A ruptura desse vínculo pode ser profundamente dolorosa e solitária. A vivência desse pesar segue encontrando falta de compreensão, empatia e apoio social. Frases invariavelmente ouvidas pelos tutores enlutados desqualificam suas manifestações e impõem mais camadas de sofrimento. “Pega logo outro!”, “Era só um cachorro/gato/etc”, “Que exagero! Ainda se fosse uma pessoa!”, “Ainda está chorando?”, encabeçam a lista.

Esta história da amizade de Valéria com sua amada cadelinha Luna é a de muitas pessoas que cresceram com a companhia de um pet e têm de enfrentar a sua perda. Com doçura, Natália nos dá a dimensão de como o cão pode tornar-se fonte de segurança, cumplicidade e conforto para a garota e, em alguns momentos, figura central em sua vida: sua melhor amiga!

A convivência das duas traz, também, a tomada de consciência da finitude, de Luna, de tudo o que vive e das transformações ao longo do ciclo vital. Valeria aparentemente aceita essa constatação, porém isso não a impede de sofrer intensamente quando a cadelinha morre. O luto não pode ser ‘resolvido’ racionalmente!

Assim como cada vínculo é único, a expressão do luto também é individual. Valéria sente-se livre para expressar seus sentimentos, homenagear sua “cãopanheira” e sustenta viver o vazio e a tristeza, antes de abrir seu coração para outro animalzinho.

Natália nos presenteia uma história tecida com afeto e delicadeza, que pode ser útil para estimular conversas verdadeiras e acolhedoras entre cuidadores e crianças que sofrem pela perda de seu pet. Essa primeira e impactante experiência infantil traz a possibilidade de muitos aprendizados para – e sobre – a vida e pode fortalecer os laços familiares, fomentar a descoberta de recursos internos e preparar para as futuras perdas.

Os cuidadores e pais possuem o potencial de transformar esse momento em crescimento e maior intimidade e senso de segurança

na relação com a criança. Quando lidam de uma maneira sensível com relação à morte, se comunicam de forma clara e verdadeira, permitem a livre expressão de sentimentos (e expressam os seus também) e oferecem continência, favorecem a elaboração da perda pela criança.

Por fim, no pano de fundo da história, Natália bordou valores humanos que precisamos resgatar com urgência: conexão, compromisso com o outro, amor, reciprocidade, lealdade, gentileza, generosidade, entre tantos outros. Os animais de estimação resgatam a nossa humanidade!