

TECNOLÓGICO DE ANTIOQUIA INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA

EL DUELO POR MUERTE EN SUS DIFERENTES ÉPOCAS: UNA APROXIMACIÓN A LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO A LA PÉRDIDA.

RESUMEN ANALÍTICO DE ESTUDIO (RAE)

Autores (Authors): CARDONA SÁNCHEZ Daniel Felipe; MOLINA PULGARÍN, Maria Alejandra; OTÁLVARO OCAMPO, Cristina Claudia; ROJO TASCÓN Estefanía; TORO HIDALGO, Sandra Milena.

Facultad (School): de Educación y Ciencias Sociales.

Programa (Program): Psicología.

Asesor (Support): Tirado Pulido Sebastián.

Fecha de terminación del estudio (End of the research Date): 29 de mayo de 2022.

Modalidad de Investigación (Kind of research): Trabajo de Grado.

Palabras clave: Duelo; muerte; pérdida; afrontamiento; estrategias.

Keys words: Grieving, death, loss, facing, strategies.

Resumen: El presente escrito trata de ahondar en las percepciones acerca del duelo respecto al afrontamiento de la pérdida. Este trabajo tiene como objetivo primordial realizar una aproximación a algunas estrategias que aporten al desarrollo de sugerentes dinámicas interventoras para así contribuir a evitar el impacto de consecuencias negativas en la vivencia del duelo por muerte. En este estudio, se utilizó una metodología cualitativa cuyo diseño se enmarca en la teoría fundamentada en un análisis documental basado en la revisión bibliográfica de toda la información recopilada.

Abstract: The following writing tries to go deep in the perception of the grieving about facing the loss of a loved one. The main objective of this work is to make an approach to some strategies that contribute to the development of the suggesting intervening dynamics to help avoiding the impact of the negative consequences that some lives while grieving due to

the death of a person. In this study a qualitative methodology was used whose design is provided by fundamental theory, in a documentary analysis based on the bibliographic revision of all the collected information.

Objetivo General:

Analizar la transformación de las percepciones del duelo en diferentes momentos históricos y entregar un aporte en la variación de estrategias de afrontamiento en la población afectada.

Objetivos Específicos:

- Describir la importancia de las concepciones del duelo por muerte a través del recorrido histórico de diferentes culturas, precisando las consecuencias conductuales y emocionales que causa en las personas.
- Proponer la variación estructural de estrategias psicológicas que permitan un acompañamiento en el afrontamiento del duelo, *a través de la revisión hermenéutica de la bibliografía analizada.*

Referentes teóricos

Para la construcción de este trabajo de grado fue importante mencionar y abordar tres categorías principales: el duelo, las estrategias de afrontamiento y los ritos funerarios.

El Duelo

Partiendo de la Terapia Gestalt, Martín y Vásquez (citados por Ramírez, 2013, citado en Pérez Uribe & Atehortua Vélez, 2016), plantean que el duelo se presenta como un proceso para equilibrar la interacción del ser humano con su entorno, en la medida en que se busca armonizar su condición de vida frente a la pérdida del ser querido (Pérez Uribe & Atehortua Vélez, 2016, pág.2). Por otra parte, Oviedo, Parra y Marquina (2006), plantean que el duelo es un proceso en movimiento en el que el ser humano vivencia una respuesta natural que implica reacciones psicosociales frente a una pérdida real o

subjetiva.

Estrategias de Afrontamiento

Los estos autores, Lazarus y Folkman (1986) determinan el afrontamiento como las habilidades que poseen los individuos tanto a nivel cognitivo como conductual, para resistir los requerimientos internos y externos que para ellos son excesivos respecto a los recursos que poseen y a sus características personales y psicosociales que tienen a la hora de desafiar un duelo. (Álvarez Monsalve & Cataño Sierra, 2019, pág.10)

Ritos Funerarios

Su objetivo es asumir el hecho de fallecer logrando con ello obtener aceptación y construcción hacia una identidad gracias a las creencias, costumbres y fenómenos que se logren evidenciar en el momento de las diferentes actividades rituales; que se realicen en el momento de la muerte, a su vez, el ritual fúnebre es una escenificación de una realidad o acciones colectivas que ayudan a vincular la memoria de la persona fallecida a la nueva realidad.

Proceso metodológico:

La investigación posee un enfoque cualitativo cuyo diseño se enmarca en la teoría fundamentada en un análisis documental, dado que permite a los investigadores conocer, pero sobre todo comprender, los significados de las tradiciones y ritos que poseen los seres humanos cuando mueren en una cultura determinada, y a su vez, los procesos de duelo inmersos en una multiplicidad de contextos.

Diseño metodológico.

Esta teoría fundamentada, permite asimilar de manera óptima las vivencias de los individuos con el propósito de conceder un interés integral y conveniente. (Lúquez de Camacho & Otilia, 2016), que, en el marco de esta investigación, se verá orientada en el duelo y las estrategias de afrontamiento.

Estrategias metodológicas.

La investigación se lleva a cabo con el propósito de desarrollar las variables metodológicas, basadas en dos estrategias que plantea la teoría fundamentada: **Método comparativo constante (MCC) y el muestreo teórico.**

Método Comparativo Constante (MCC).

Recolección y análisis de información por medio de búsqueda activa en bases de datos electrónicas que permitieron recolectar información relevante acerca del fenómeno mortuario, los ritos funerarios, el duelo, técnicas de afrontamiento en el duelo, etc.

Muestreo teórico

Durante la revisión de los artículos que previamente se seleccionaron, se logra caracterizar y delimitar patrones actitudinales y comportamentales de los individuos y sus culturas a través del tiempo y que permitieron a los investigadores identificar novedosas situaciones que conlleva a reconocer y adquirir la interpretación adecuada de los conceptos previos.

Técnica de recolección: análisis documental

La información documental surgió con el fin de generar instrumentos de recolección de datos mediados por los significados culturales de la muerte, en los diferentes ritos históricos, esta técnica, posibilita la descripción y representación de las culturas basados en el estudio del significado de la muerte. Al mismo tiempo, parte desde siete estudios de fichas bibliográficas en las que enmarca el transcurso de datos relevantes.

Resultados y Discusión:

El proceso de duelo es un asunto de adaptación que sobrelleva cualquier pérdida significativa, no es un padecimiento patológico.

Tras la revisión hermenéutica de textos, los artículos de investigación y la demás información acerca del duelo, el grupo de investigación identificó que, se originan diversas estrategias ante una pérdida, y no todas contribuyen de la misma manera al

doliente.

La psicóloga Elena Sanz (2020), plantea tres distintos estilos de estrategias de afrontamiento enfocado en el problema y enfatiza en que estas irán en función de agruparse en el **estilo reflexivo, supresivo o reactivo.**

El grupo de investigación plantea las siguientes estrategias de afrontamiento para cada estilo de afrontamiento:

Estilo reflexivo: “De adentro hacia afuera” Su objetivo es integrar el cuerpo como elemento de expresión, permitiendo la manifestación de las emociones a través de los movimientos corporales, y que le facilite al individuo comprender la importancia del equilibrio mente-cuerpo. USO DEL CUERPO POR MEDIO DEL ARTE, COMO VEHÍCULO DE EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES.

Estilo reactivo: “Construyo y sano” Se solicita al doliente que construya de manera artesanal una figura que represente o simbolice la pérdida. Se le pedirá que, en su hogar, en los momentos cuando sobrevenga el pensamiento y conducta impulsiva relacionado a la pérdida (rabia, impotencia, u otro) recurra a la figura y realice la descarga emocional. ABORDAR EL DUELO A TRAVÉS DE ACTIVIDADES DIDÁCTICAS.

Estilo supresivo: “Expresión de una pérdida / Viaje en tus manos” Se plantea la realización de un relato (escrito o verbal) donde la persona hable de la muerte de su ser querido. NARRATIVAS, CARTAS, CUENTOS O POEMAS. ACEPTACIÓN POR PALABRAS.

Conclusiones

Se proyecta que este artículo, contribuya a todo investigador que trate abordar categorías conceptuales como el duelo y el deceso de un ser querido, ya que enfrentar esta etapa, es sin duda tremendamente compleja no solo de transitar si no de aceptar.

Del mismo modo, se puede afirmar que esta investigación se realizó con fines académicos con la pretensión de recopilar estrategias y herramientas de afrontamiento empleadas con frecuencia en el proceso de duelo, en cuanto al manejo de esa experiencia para reformarlas de tal manera que permitan entender la finitud del hombre así como el final

de la existencia en la misma línea de la vida, evitando con ello afectar la salud mental del doliente pero también procurando devolverle la capacidad de reanudar su realidad.

Recomendaciones

Es significativo promover diferentes metodologías e instrumentos de investigación que apoyen la adquisición de herramientas inquisitivas en el conocimiento, facilitando las intenciones y fines académicos de la investigación, igualmente, incluir propuestas enfocadas en la búsqueda de nuevos elementos de interés que faciliten enfrentar el fenómeno de estudio, generando componentes adicionales y la extensión de los análisis comprendidos en los niveles de percepción, emoción, cultura y conducta bajo la realidad individual y social de las expresiones externas sobre la apreciación del duelo y su afrontamiento a la pérdida.

Alcances:

Se plantea que esta investigación aportará a los estudiantes de la institución universitaria Tecnológico de Antioquia, pero no solo de la facultad de educación, ciencias sociales y humanas sino también a otros actores, dado que este trabajo investigativo quedará como una fuente de información y de datos en donde se podrá trabajar a partir de una mejor comprensión del duelo y el fenómeno de la muerte. Así mismo, otros universitarios profesionales de psicología y de trabajo social, de filosofía, antropología y sociología se podrán ver beneficiados de este contenido enriquecedor visto desde el aspecto histórico extenso de las culturas, las tradiciones, los ritos funerarios y el entorno alrededor de quienes se enfrentan a este acontecimiento, haciéndolos más conscientes de la finitud del ser humano.

Esta investigación también contempla mediante la revisión documental que todo lector del artículo comience a interesarse más por el proceso del duelo, en saber cómo la aflicción es el proceso de adaptarse a la vida después de una pérdida; a su vez como se ve influenciado por la cultura, la humanidad y las creencias o doctrinas de la persona. Al mismo tiempo, cabe mencionar que este proyecto no incluye la creación de estrategias de afrontamiento, pero si se trabaja en ellas proponiendo una variación estructural de las estrategias psicológicas ya existentes. De allí la importancia de saber abordar el duelo de

cada paciente de manera particular permitiendo que este asimile el estado por el que está atravesando de un modo más conveniente para su vida.

Propuesta:

Existen diferentes posturas al momento de elaborar un proceso de duelo, pero es de destacar lo significativo de adoptar un adecuado acompañamiento, de manera que a este sobrevenga el adaptarse al mundo, al mismo tiempo, no sólo centrándose en la intervención del individuo, sino también abarcando las diferentes esferas que se relacionan con su problemática, entendiendo a la persona no solo como una existencia sobre el que repercute el ambiente, si no como una vida en continuo desarrollo influido por su contexto laboral, social, cultural y emocional, con la obligación de continuar para poder cubrir sus necesidades a nivel personal.

Referencias Bibliográficas

Álvarez Monsalve, E., & Cataño Sierra, L. (sd de sd de 2019). Proceso de duelo y estrategias de afrontamiento. 1-68. Medellín, Antioquía, Colombia. Obtenido de bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/16345/AlvarezEstefania_2019_ProcesoDueloEstrategias.pdf

Lúquez de Camacho, P., & Otilia, F. (2016). La teoría fundamentada: precisiones epistemológicas, teórico-conceptuales, metodológicas y aportes a las ciencias. Revista CUMBRES, 2(1), 101-114. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6550772>

Pérez, D., & Atehortua, M. (2016). La comprensión del duelo desde la psicoterapia humanista. Revista Electrónica Psyconex, 8 (12), 1-9.

Oviedo Soto, S., Parra Falcón, F., & Marquina Volcanes, M. (2009). La Muerte y el Duelo. Enfermería Global (15), 1-7.

Sanz, E. (11 de 02 de 2020). La mente es maravillosa. Recuperado el 09 de Septiembre 2021, de <https://lamenteesmaravillosa.com/estrategias-de-afrontamiento-del-duelo->

y-sus-consecuencias/.