

DUELO

Carmen del Castillo Caro.
M^a Gabriela Ramírez Rodríguez.
Lucía Moreno Carmona.
Susana Rodríguez Zamorano.
Eric Ruíz Bech.

¿Qué es?

SE DEFINE COMO UNA REACCIÓN ADAPTATIVA NATURAL,
NORMAL Y ESPERABLE ANTE LA PÉRDIDA DE UN SER QUERIDO.

10%-20% de las personas tienen dificultades importantes

Situación Actual

EL CENTRO DE HUMANIZACIÓN DE LA SALUD DENUNCIA LA CARENCIA DE FORMACIÓN SOBRE ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO EN DUELO EN LAS CARRERAS SOCIALES Y SANITARIAS DE SALUD MENTAL



DUELO PSICOLOGICO

ESTADO Y PROCESO QUE SIGUE A LA PÉRDIDA DE UN SER QUERIDO. ESTA PÉRDIDA ES DEFINITIVA Y POR ELLO SE ASOCIA GENERALMENTE A LA MUERTE, PERO SE PUEDE DAR DUELO SIN MUERTE.



Características del Duelo

ESTRÉS DESENCADENANTE

PERÍODO DE TIEMPO ENTRE LA APARICIÓN DEL ESTRÉS Y EL INICIO DE SINTOMATOLOGÍAS

CARACTERÍSTICAS DE LOS SÍNTOMAS

DURACIÓN MÁXIMA

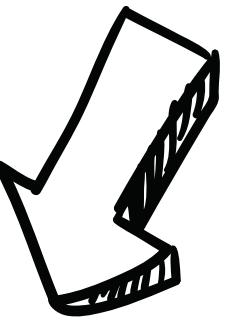
ES LA PÉRDIDA DE UN SER QUERIDO

EL MALESTAR PSICOLÓGICO SIEMPRE EMPIEZA EN LOS PRIMEROS DÍAS TRAS EL FALLECIMIENTO DEL FAMILIAR

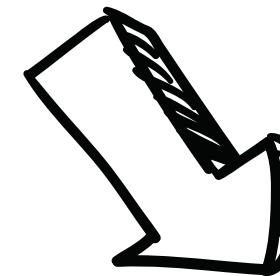
LA CLÍNICA QUE PRESENTA EL INDIVIDUO CON DUELO INCLUYE SÍNTOMAS EMOCIONALES Y/O ALTERACIONES DE CONDUCTA, GENERALMENTE ANTISOCIAL, AUNQUE TAMBIÉN PUEDE PRESENTAR CONDUCTAS ANORMALES DE ENFERMEDAD.

APROXIMADAMENTE UN TIEMPO MÁXIMO AL TRASTORNO DE ADAPTACIÓN DE 6 MESES

Intensidad del duelo



CIRCUNSTANCIAS DEL FACTOR ESTRESANTE



CIRCUNSTANCIAS DEL INDIVIDUO



- Intensidad: cuanto más cercano afectivamente sea el familiar fallecido mayor es el impacto.
- Rapidez: los cambios que surgen de forma rápida no dan tiempo a que aparezcan mecanismos adaptativos y tienden a producir un gran impacto emocional



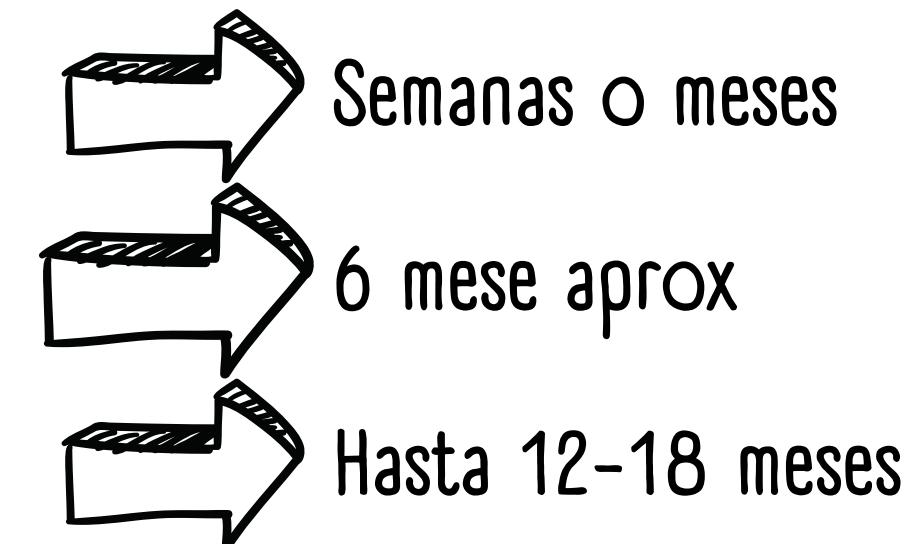
- Vulnerabilidad del individuo: la personalidad del sujeto va a determinar el impacto emocional
- Apoyo social: la posibilidad de contar con una red social con la que compartir el suceso, amortigua el efecto estresante
- Significado simbólico del suceso: dependiendo de las circunstancias personales (cuidadoras/gran dependientes)
- Responsabilidad respecto al suceso: si el sujeto piensa que ha tenido alguna responsabilidad (culpa, cronicidad)

Fases del duelo

Fase inicial o
de negación

Fase aguda del
duelo

Resolución del
duelo



Fases del duelo



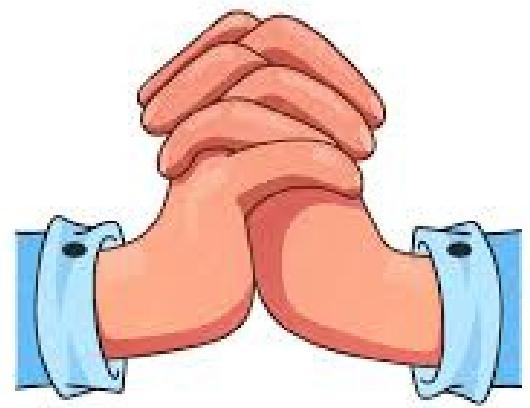
Adrian Nica / iStock2318



- SHOCK - Es un mecanismo de defensa que protege ante la amenaza de un dolor psíquico.
- NEGACIÓN - Durante esta etapa, la realidad de la muerte no ha penetrado totalmente en la conciencia de la persona.
- MIEDO - A enfrentar la vida sin el ser querido, a deshacerse de las pertenencias, a recordar los sucesos dolorosos, a quedarse solo.
- CULPA - La mayor parte de estos sentimientos son de culpas irreales, ante lo cual el trabajo de duelo consistirá en perdonarse y abandonar esta pesada carga.



Fases del duelo

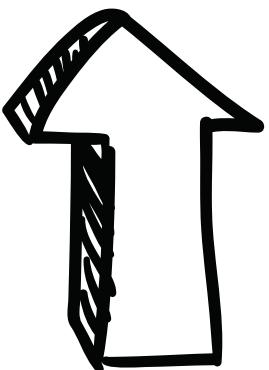


- RABIA - Esta es una fase de desorganización. Se manifiesta una agresividad con auto-reproches, pérdida de la seguridad y autoestima.
- DEPRESIÓN - Casi siempre llega después del shock y la rabia. El doliente queda envuelto en un sentimiento total de desesperanza
- ACEPTACIÓN - Etapa final del duelo. El dolor será menor y ya no se recordará tan seguido al ser querido.
- SERENIDAD - Fase de tranquilidad, de recordar al ser querido y disfrutar de los momentos que vivieron juntos.
- ESPERANZA - Volverá a sentir alegría y amor por una vida completa y normal.

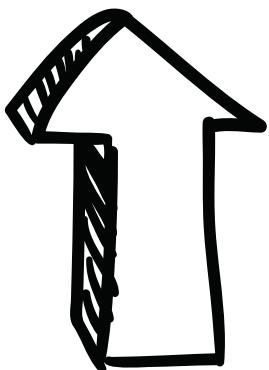




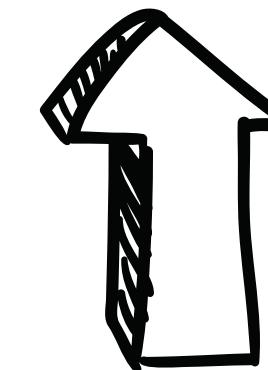
Incredulidad



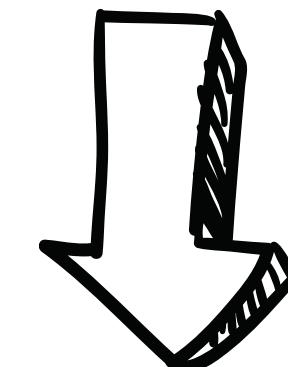
Confusión



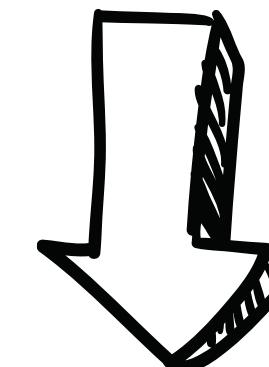
Preocupación



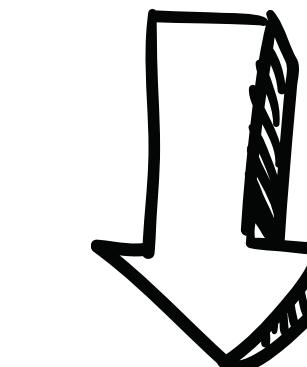
Reacciones en el duelo



Sentido de la presencia



Alucinaciones



Sensaciones somáticas



AFRONTAMIENTO DEL DUELO PROFESIONAL

COMPARTIR EL DOLOR CON COMPAÑEROS.

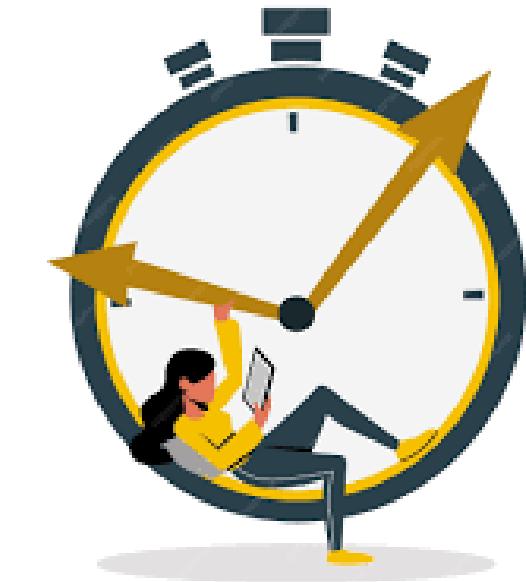
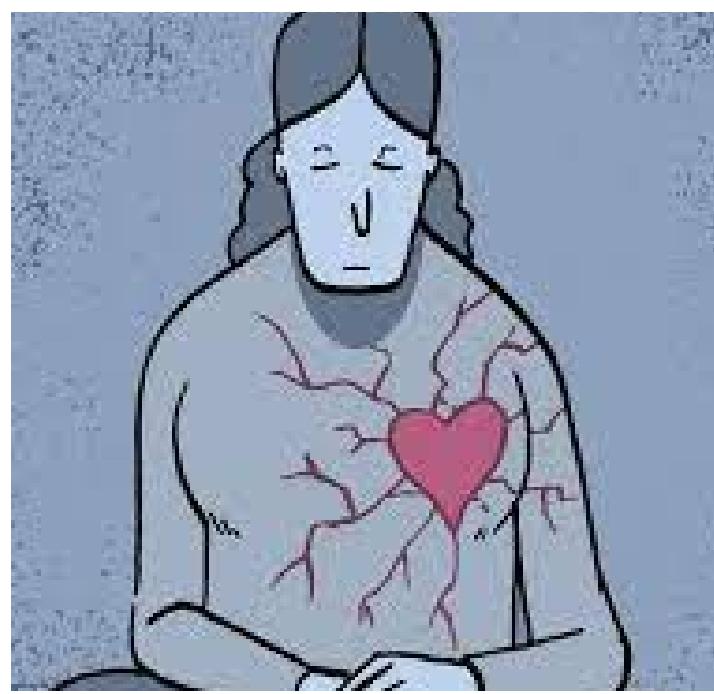
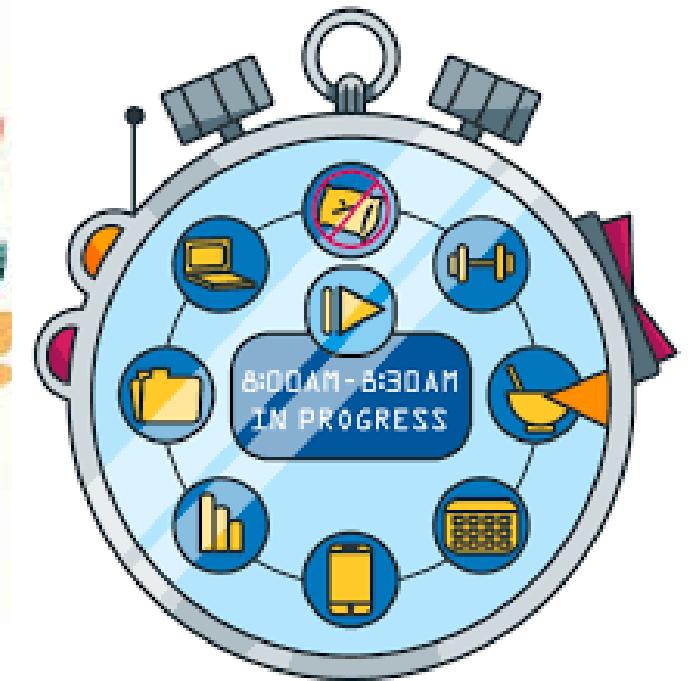
AFRONTAR LA RUTINA.

REPASAR LO BUENO QUE HEMOS HECHO POR EL PACIENTE.

APLAZAR DESICIONES IMPORTANTES.

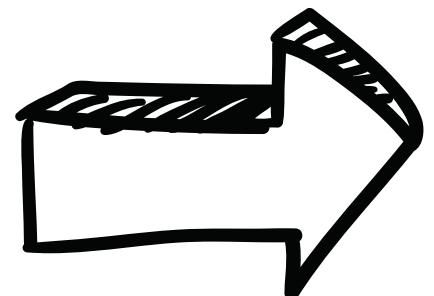
DARSE PERMISO PARA “ESTAR” TEMPORALMENTE EN DUELO.

TOMARSE TIEMPO.

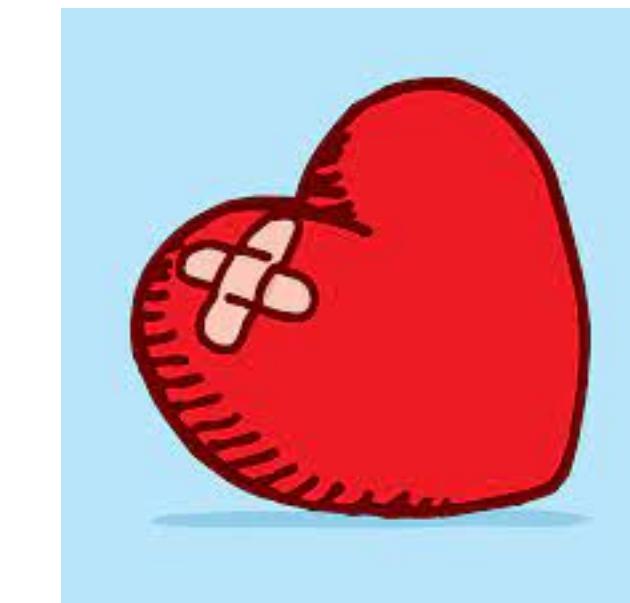
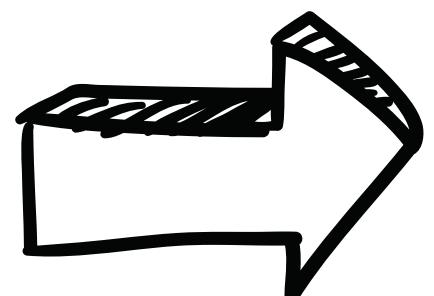


¿DOLOR O SUFRIMIENTO?

DOLOR



SUFRIMIENTO



DUELO

EL DOLOR PRODUCIDO ES TOTAL

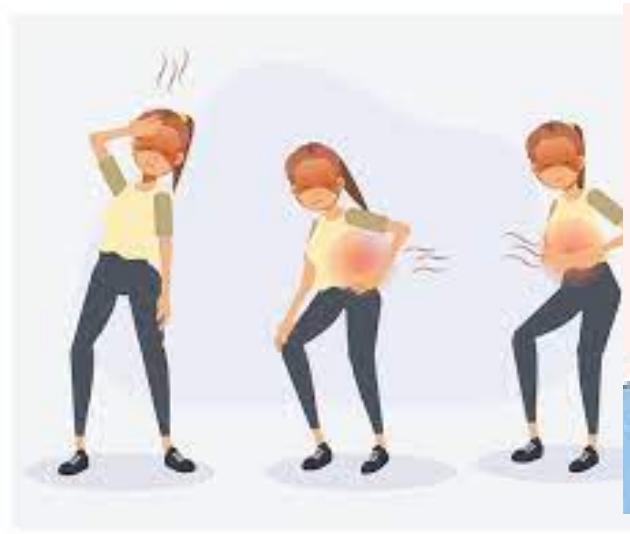
BIOLÓGICO.

PSICOLÓGICO.

SOCIAL.

FAMILIAR.

ESPIRITUAL



DUELO

¿CUÁNDO UN DUELO ESTÁ SIENDO SUPERADO?



Cuando el familiar toma conciencia intelectual y emocional de la pérdida, tras pasar por las etapas anteriormente mencionadas.



LA RESOLUCIÓN SE MANIFIESTA EN QUE:

La persona es capaz de enfocar su carga afectiva sobre nuevos objetos o personas

SÍNTOMAS DUELO PATOLÓGICO

Depresión severa



Furia e Ira extremas



Discurso de fallecido como si estuviera vivo



SÍNTOMAS DUELO PATOLÓGICO

Hiperactividad compulsiva

Persistencias de quejas somáticas: mareos, cefaleas

Incapacidad para llorar

Aislamiento prolongado



SÍNTOMAS DUELO PATOLÓGICO

Necesidad persistente de tomar sedantes: abuso con drogas, alcohol...

Problemas en la escuela o en el trabajo

Cuando parece estar bien durante el primer desarrollo inicial del duelo pero después empeora sin aparente causa



DIFERENCIAS DE MANIFESTACIÓN DE DUELO NORMAL Y PATOLÓGICO

DUELO NORMAL

MOMENTO DE APARICIÓN

A los pocos días del fallecimiento

INTENSIDAD

Incapacitante durante días

CARACTERÍSTICAS

Identificarse con el fallecido
Oír, ver y oler al fallecido de
forma efímera y momentánea
Padecer síntomas similares a los
que causaron la muerte del
difunto

DUELO PATOLÓGICO

Semanas o meses después (duelo retrasado)
No aparición del duelo (negación del duelo)

Incapacitante durante semanas

Negar la muerte del fallecido, creer que vive.
Creer que es el fallecido
Alucinaciones complejas
Pensar que se va a morir de la misma
enfermedad
Acudir al médico mucho por esa causa

TIPOS DE DUELO PATOLÓGICO

DUELO CRÓNICO

Continúa durante años
Reinscripción social imposible
Relaciones muy dependientes

DUELO EXAGERADO

Respuesta exagerada
Depresión, crisis de ansiedad
Abuso de sustancias

DUELO RETRASADO

No expresan los sentimientos
Sentimientos tardíos y exagerados
Duelos de repetición

SITUACIONES ESPECIALES

MUERTES SÚBITAS

ACCIDENTES

CATÁSTROFES

HOMICIDIOS

GUERRAS

SUICIDIOS

ABORTOS PROVOCADOS