

**“INTERVENCION DEL PSICOLOGO EN LOS  
PROCESOS DE DUELO PATOLOGICO”**

**PSICOLOGIA GENERAL**

**PRESENTA**

**PAOLA DE JESUS ARGUELLO MERIDA**

**ASESOR**

**LIC. GUADALUPE RECINOS VERA**

## INTRODUCCION

Todos, en algún momento de la vida, enfrentaremos el duelo. La separación definitiva de aquellos a quienes se aman es una de las experiencias más dolorosas que puede experimentar el ser humano. El duelo es un proceso que requiere un considerable esfuerzo emocional y puede complicar el proceso de adaptación tras cualquier pérdida. Dependiendo de las características individuales de cada persona que ha sufrido la pérdida, el proceso de elaboración del duelo puede desarrollarse de manera saludable o, en algunos casos, de forma patológica.

La inevitable llegada de la muerte genera necesidades específicas que requieren atención especializada. Es fundamental abordar este proceso con sensibilidad y respeto, así como con un rigor profesional adecuado. El sufrimiento puede interpretarse como un desequilibrio entre las múltiples necesidades y los recursos disponibles. Este sufrimiento, a su vez, impacta a todos los actores involucrados: el paciente, sus familiares o seres queridos, y el personal encargado de brindar atención.

La intervención del psicólogo se define como un conjunto de estrategias, técnicas y procesos estructurados que este profesional aplica para evaluar, tratar y acompañar a individuos, grupos o comunidades en la resolución de problemas emocionales, cognitivos, conductuales o sociales. Estas intervenciones se fundamentan en principios científicos y éticos, con el objetivo de promover el bienestar psicológico, mejorar la calidad de vida y facilitar una adaptación saludable en diversas situaciones.

Se estima que entre el 7% y 10% de las personas en duelo desarrollan duelo patológico, especialmente tras muertes inesperadas. Este tipo de duelo se asocia con un alto riesgo de trastornos psiquiátricos, como depresión (hasta 50% de los casos) y ansiedad, así como con más hospitalizaciones y ausencias laborales.

La tanatología, como disciplina que aborda el estudio de la muerte, el proceso de morir y el manejo del duelo, juega un papel fundamental en la comprensión de las respuestas emocionales ante la pérdida de un ser querido. En el contexto del duelo patológico, la tanatología ofrece herramientas teóricas y prácticas que complementan las intervenciones psicológicas, facilitando la aceptación de la pérdida y promoviendo la adaptación emocional del individuo. Por lo tanto, este estudio tiene como objetivo explorar las estrategias de intervención psicológica desde una perspectiva tanatológica, destacando su impacto en la mejora del bienestar psicológico

La importancia de las intervenciones psicológicas en el duelo patológico es clara, ya que afecta el bienestar emocional, social y funcional de quienes enfrentan pérdidas complejas. Este enfoque se basa en teorías psicológicas y tanatológicas que subrayan la necesidad de apoyo durante el proceso de duelo.

El presente trabajo de investigación ha sido desarrollado en el marco del Plan de Estudios de la Licenciatura en Psicología General de la Universidad del Sureste, específicamente en el Campus de la Frontera, ubicado en Frontera Comalapa, Chiapas. Su objetivo es analizar el rol del psicólogo y tanatólogo en los procesos de duelo patológico, proporcionando información que facilite la comprensión y el manejo de estos casos. Además, se busca ofrecer técnicas y herramientas que beneficien a los habitantes de este municipio.

A partir de los resultados obtenidos, se promueve la intervención del psicólogo con el propósito de formular alternativas de acción dirigidas a la población para enfrentar este desafío.

El trabajo se presenta en cuatro grandes capítulos, independientemente la información general relacionada a las dedicatorias, índice, introducción, sugerencias y/o propuestas, anexo y la bibliografía.

Los cuatro capítulos antes referidos comprenden:

Capítulo I: Planeamiento del problema. En este apartado se exponen los datos relevantes que existen sobre el problema en distintos niveles, se definen las interrogantes que han de guiar la investigación, la idea central, el objetivo general, los objetivos específicos, la hipótesis, la justificación de la necesidad de investigar el tema en cuestión, así como delimitación del estudio.

Capítulo II: Marco de referencia. Acá se presenta información del tema a partir de un marco histórico que ilustra los antecedentes del problema desde tiempos remotos, también encontramos un marco teórico donde podemos conocer las bases teóricas que sustentan nuestra tesis a partir de diversos autores, finalmente un marco conceptual que nos da los distintos términos técnicos relacionados con el tema y nuestra profesión.

Capítulo III: Metodología. En este capítulo se habla del tipo de estudio y metodología aplicada en el proceso de investigación y de manera más concreta se

muestran los instrumentos, características y procedimientos utilizados para obtener nuestra información documental y de campo.

Capítulo IV: Finalmente, en este capítulo se muestran los resultados de la investigación, los análisis e interpretación de los datos en función a los cuadros y graficas resultantes.

# **CAPITULO 1**

## **1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **INTERVENCION DEL PSICOLOGO EN LOS PROCESOS DE DUELO PATOLOGICO**

#### **1.1 DESCRIPCION DEL PROBLEMA**

Es importante señalar que el duelo puede surgir a partir de cualquier tipo de pérdida, no se limita únicamente a la muerte de una persona. Por lo tanto, el proceso de duelo se activa siempre que se experimenta una pérdida significativa, ya sea de algo valioso, tanto en términos reales como simbólicos, y que puede ser consciente o no para el individuo que lo sufre.

En este caso abordaremos el tema del duelo patológico, también conocido como duelo complicado. Este se manifiesta como una respuesta emocional intensa y prolongada que puede surgir tras la pérdida de un ser querido. A diferencia del duelo normal, que generalmente se resuelve con el tiempo, el duelo patológico tiende a persistir y puede interferir de manera significativa en el funcionamiento diario de la persona afectada.

El psicólogo desempeña un papel fundamental en la asistencia a los individuos para que procesen su pérdida de manera saludable, previniendo complicaciones emocionales adicionales y promoviendo el bienestar general. Mediante diversas

técnicas terapéuticas, el psicólogo ofrece el apoyo y las herramientas necesarias para que la persona pueda adaptarse a su nueva realidad y continuar con su vida.

El duelo es un proceso natural que se presenta ante la pérdida y puede durar hasta 12 meses. Es esencial abordar cada etapa de este proceso de manera adecuada. En ciertos casos, pueden surgir manifestaciones patológicas que requieren apoyo profesional, como el que ofrece la tanatología. Las intervenciones pueden incluir terapias cognitivo-conductuales, terapia interpersonal y técnica centrada en soluciones, todas diseñadas para ayudar al individuo a desarrollar estrategias efectivas de afrontamiento y a encontrar un camino hacia la aceptación y adaptación.

La intensidad del duelo no depende de la naturaleza del objeto perdido, sino del valor que se le atribuye. Algunos estudios refieren que 16% de las personas que pierde un familiar sufre una depresión durante el año siguiente, cifra que se incrementa hasta aproximadamente 85% en la población mayor de 60 años de edad (estudio de la Sociedad de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN)).

El duelo patológico puede afectar de manera significativa diversos aspectos de la vida de una persona, incluyendo su salud mental y física, sus relaciones interpersonales, así como su capacidad para trabajar y llevar a cabo actividades cotidianas. Es fundamental reconocer esta condición para ofrecer el apoyo y la intervención necesarios. Comprender el duelo patológico y sus características es esencial para brindar la asistencia adecuada a quienes lo experimentan.

Esto con el objetivo de ayudar a las personas a comprender sus problemas, reducir o superar estos, prevenir su aparición y/o mejorar sus habilidades personales y relaciones, incluso en ausencia de dificultades. En términos prácticos, la

intervención psicológica debe adoptar un enfoque multidimensional que integre estrategias basadas en evidencia, junto con una sensibilidad hacia las particularidades de cada paciente. Asimismo, es fundamental capacitar a los profesionales para abordar estas cuestiones de manera integral y fomentar una mayor conciencia sobre la importancia de buscar apoyo psicológico en tales situaciones.

En todas las etapas de la vida de una persona son igualmente significativas y, por ende, deben ser abordadas con seriedad y rigor profesional. En este caso la psicología debe ofrecer respuestas efectivas al sufrimiento generado por las dificultades del duelo, contribuyendo con sus recursos y colaborando en el equipo multidisciplinario que atiende a las personas en estas circunstancias.

El duelo es reconocido por la mayoría de los autores como un proceso inevitable que atraviesa una persona tras la pérdida de un ser querido. No obstante, la intensidad de las emociones, la duración del proceso y la naturaleza de su resolución dependen de múltiples factores. Según (BAYES), la evolución del duelo está determinada por la valoración que el individuo haga de las amenazas y privaciones asociadas a la pérdida, así como por los recursos, ya sean propios, ambientales o de apoyo psicosocial que tenga a su disposición para afrontarla.

( (NEIMEYER)) también conceptualiza el duelo como un proceso activo. Aunque su enfoque es similar, reinterpreta las "tareas" de este proceso como "desafíos", incorporando elementos que lo distinguen del planteamiento anterior. Los desafíos que la persona debe enfrentar se superan de manera diferente, dependiendo de los recursos disponibles y de la naturaleza de la pérdida. Según estos desafíos no se abordan en un orden preestablecido ni se resuelven completamente de manera definitiva a lo largo de la vida.

## 1.2 FORMULACION DEL PROBLEMA

1. ¿Las personas que acuden a la casa de salud “El Portal” de Fra. Comalapa, conocerán el termino duelo patológico?
2. ¿Qué concepto tienen las personas que han perdido a un ser querido sobre tanatología?
3. ¿De qué manera el psicólogo puede intervenir de manera efectiva en un paciente que presenta duelo patológico?
4. ¿Qué daños emocionales, sociales y laborales presentan las personas que atraviesan por un duelo sin concluir?
5. ¿Cuáles son las herramientas y técnicas que utiliza el psicólogo para casos de duelo patológico?

## **1.3 OBJETIVOS**

### **1.3.1 OBJETIVO GENERAL**

Resaltar el papel del psicólogo en la identificación de la sintomatología asociada al duelo patológico en los pacientes de la Casa de Salud de El Ejido El Portal. Su intervención contribuye a facilitar un proceso de duelo más saludable y adaptativo.

### **1.3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS**

1. Desarrollar un plan de intervención terapéutica individualizada, adaptando enfoques como la Terapia Narrativa y las técnicas de exposición según las necesidades del paciente.
2. Conocer los mecanismos de resistencia que las personas que han perdido a un ser querido desarrollan.
3. Implementar programas psicoeducativos para pacientes y familias, promoviendo la comprensión del duelo patológico y facilitando el acceso a recursos de apoyo.
4. Fomentar la reintegración social y la reconstrucción del propósito de vida del paciente, guiándolo hacia una adaptación saludable después de la pérdida.
5. Fortalecer la capacidad del paciente para redefinir su vínculo con el ser querido perdido, integrando la experiencia de duelo en su vida de manera saludable y constructiva
6. Desarrollar herramientas de evaluación específicas para identificar y monitorear las características del duelo patológico de manera temprana y precisa.

7. Fomentar la conciencia pública sobre el duelo patológico, promoviendo la comprensión y la reducción del estigma asociado, así como la importancia de buscar apoyo profesional.

## **1.4 HIPOTESIS**

A mayor cantidad y calidad de información presentada sobre las estrategias de intervención psicológica en los procesos de duelo, mayor será la comprensión del público objetivo, lo que permitirá una adecuada aplicación y aceptación en el manejo del duelo patológico.

## **1.5 JUSTIFICACION**

A lo largo de los años, la humanidad ha enfrentado el duelo utilizando los recursos de cada época. Sin embargo, los cambios sociales han modificado este enfoque, resultando en una pérdida del sentido de comunidad y redes de apoyo familiar. Esto ha llevado a un aumento en la búsqueda de ayuda profesional por parte de quienes sufren pérdidas. Recientemente, ha crecido el interés de los especialistas en temas relacionados con la muerte y el proceso de duelo.

Los problemas principales que afectan el duelo patológico es que ejerce una profunda influencia en el bienestar emocional, físico y social de las personas, dificultando su capacidad para aceptar la pérdida y reintegrarse a una vida plena.

Este tipo de duelo, que trasciende las reacciones normales al proceso de pérdida, demanda una intervención psicológica especializada para evitar el agravamiento de los síntomas y su posible evolución hacia otros trastornos, como la depresión o la ansiedad severa.

A pesar de la importancia de este fenómeno, perdura una falta de conciencia y comprensión acerca del duelo patológico, tanto en quienes lo sufren como en sus familias y comunidades. Esta realidad resalta la necesidad de forjar estrategias de intervención psicológica basadas en evidencia científica, que no solo enfrenten el problema de manera efectiva, sino que también ayuden a desestigmatizar la búsqueda de ayuda profesional para el bienestar mental.

Es de vital importancia que los pacientes que visitan la casa de salud del ejido El Portal, estén informados sobre temas relevantes en nuestra sociedad, como el duelo y las intervenciones relacionadas. A menudo, al abordar estos asuntos, muchos piensan que nunca les sucederá y que no se encontrarán en esa situación, sin comprender realmente las profundas repercusiones emocionales que esto conlleva. Como psicólogos, nuestro anhelo es que la población que acude a la casa de salud del ejido El Portal reciba una orientación clara y concisa sobre el duelo patológico, así como las herramientas y técnicas necesarias para afrontar casos de gran magnitud.

## **1.6 DELIMITACION DE ESTUDIO**

La presente investigación se centrará en el análisis de la intervención psicológica en los procesos de duelo patológico, con un enfoque particular en su aplicación en adolescentes y adultos de entre 20 y 65 años, residentes en el ejido El Portal, municipio de Frontera Comalapa, Chiapas.

El estudio se llevará a cabo en la institución de la casa de salud, donde se identificarán a individuos que presentan características de duelo complicado.

El periodo de investigación se extenderá a lo largo del tiempo estipulado y se centrará en los casos documentados dentro de este lapso. La meta es presentar estrategias de intervención efectivas y culturalmente adaptadas para asistir en el duelo en comunidades vulnerables.