

Universidad de Lima
Facultad de Psicología
Carrera de Psicología



ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO ANTE EL DUELO POR PÉRDIDA DE UN MIEMBRO FAMILIAR

Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en
Psicología

Darinka Mirjana Nestorovic Monsalve

20120895

Asesor
Carolina Camino Rivera

Lima – Perú
Marzo de 2021



**COPING STRATEGIES FOR GRIEF DUE TO
THE LOSS OF A FAMILY MEMBER**

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	VII
ABSTRACT	VIII
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.	1
CAPÍTULO II: MÉTODO	6
2.1. Criterios de elegibilidad.....	6
2.1.1. Criterios de inclusión.....	6
2.1.2. Criterios de exclusión.....	6
2.2. Estrategia de búsqueda.....	6
CAPÍTULO III: RESULTADOS	8
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN.....	14
CONCLUSIONES.....	16
REFERENCIAS	17

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 3.1 Análisis de los estudios seleccionados.....	8
Tabla 3.2 Continuación de análisis de los estudios seleccionados.....	10



ÍNDICE DE FIGURAS

Tabla 2.1 Diagrama de flujo.....7



RESUMEN

La muerte representa un tema tabú debido al dolor que suscita. Esto ha generado que no se aborde con la profundidad necesaria; y que, ante la pérdida de un ser querido, las personas se sientan frente a una situación novedosa sin estrategias que les permitan afrontar con menor sufrimiento el suceso; el cual implica, una etapa posterior de adaptación, a la cual se le denomina duelo. El objetivo del presente trabajo es identificar la relación entre el tipo de duelo y las estrategias de afrontamiento utilizadas en familias que pierden a uno de sus miembros; a partir de la revisión aplicada de trabajos relevantes existentes en la literatura científica. De un total de 559 referencias bibliográficas, se seleccionaron siete estudios que cumplieran con los criterios de selección definidos. Los resultados de la revisión evidencian la relación entre las estrategias de afrontamiento centradas en las emociones y el duelo complicado; y entre las estrategias de afrontamiento centradas en el problema y el duelo normal.

Palabras clave: estrategias de afrontamiento; duelo; familia; muerte.

ABSTRACT

Death is a taboo subject because of the pain it causes. This has generated that it is not approached with the necessary depth; and that, when a loved one is lost, people feel faced with a new situation without strategies that allow them to face the event with less suffering; which implies a later stage of adaptation, which is called mourning. The objective of this work is to identify the relationship between type of grief and coping strategies used in families that lose one of their members; from the applied review of relevant existing works in the scientific literature. From a total of 559 bibliographic references, seven studies were selected that met the defined selection criteria. The review results show the relationship between coping strategies focused on emotions and complicated grief; and between problem-focused coping strategies and normal grief.

Keywords: coping strategies; grief; family; death.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

Actualmente, la muerte representa un tema tabú debido al dolor que suscita. Las ideas y creencias con relación a ella cada vez ocupan un lugar menor en la educación (Odriozola & Mejía, 2016). Esto ha generado que no se aborde con la profundidad necesaria, de modo que cuando se produce una pérdida, las personas se sienten frente a una situación novedosa y no disponen de estrategias que les permitan afrontar con menor sufrimiento la muerte de un ser querido (Mesquida et al., 2016). Dicha pérdida implica una etapa posterior de adaptación, a la cual se le denomina duelo (Bermejo et al., 2016)

A nivel individual, tanto la manera como la persona afronte la muerte como el concepto que tenga sobre la misma, serán fundamentales para la elaboración del duelo (Bermejo et al., 2016). Los deudos pueden presentar ansiedad, tensión y estrés como consecuencia directa de la pérdida, además de sentimientos de soledad e incomprensión; así como cuestionamientos internos, sentimientos de culpa, injusticia, ira y resentimiento ante el acontecimiento (Lozano et al., 2016).

A nivel familiar, los miembros buscan adaptarse a la pérdida, y a lo que esta conlleva, a través de esfuerzos comportamentales y/o cognitivos (McCubbin et al., 1975; McCubbin & McCubbin, 1993) debido a los cambios bruscos en la dinámica y desorganización en los roles y responsabilidades. Es por ello, que la relación entre los miembros requiere atención, pues los lazos internos, la confianza, intimidad y cohesión que se mantenga entre ellos, será fundamental para superar de manera satisfactoria la pérdida (Itsweni & Tshifhumulo, 2018). Es importante mencionar que la reorganización del sistema familiar dependerá de la etapa de la vida en la cual se encuentre la familia; y la respuesta será diferente cuando se trata de la muerte de un hijo, un padre o un cónyuge, pues cada una de estas situaciones conlleva variables diferentes (Bowlby-West, 1983).

A lo largo del último siglo, distintos modelos teóricos han postulado principios esenciales para afrontar la muerte, los cuales concuerdan en su mayoría, de que el duelo es la “esencia” del afrontamiento ante el fallecimiento de un ser querido. Sin embargo, estudios recientes han evidenciado que los procesos de re-evaluación positiva y los pensamientos rumiativos negativos también juegan un rol importante (Stroebe et al., 2017).

Según la Organización Mundial de la Salud ([OMS], 2017) en el mundo se produce un promedio de 56 millones de defunciones anualmente. El 55% de estas muertes son a causa de enfermedades cardiovasculares, enfermedades respiratorias y afecciones neonatales (OMS, 2020). Estas enfermedades en su mayoría causan muerte súbita, aquella muerte natural que ocurre en un espacio corto de tiempo en personas sin enfermedad grave conocida, y provocan mayor conmoción entre los deudos ya que dejan poco tiempo para que estos puedan comprender y asimilar la pérdida. Es por ello, que los deudos corren mayor riesgo de desarrollar un duelo complicado (Rubio et al., 2017).

Es importante mencionar que en la actualidad se enfrenta una pandemia y la mortalidad ha sido una de las preocupaciones más importantes desde su aparición, especialmente en las poblaciones vulnerables; ya que puede causar 500 millones de muertes aproximadamente, lo cual representa el 6% de la población mundial (Grech, 2020).

Durante el COVID-19 han sido varias las familias que han atravesado una pérdida en circunstancia de aislamiento y con procedimientos clínicos insólitos. La separación obligada del enfermo y el impedimento de rituales funerarios; así como el asumir en soledad, sufrimiento y tristeza el fallecimiento, han incrementado el riesgo de duelo complicado (Sánchez, 2020), pues bajo estas circunstancias se prevé que los individuos harán uso de estrategias de afrontamiento deficientes (Larotta et al., 2020)

Asimismo, el COVID-19 ha puesto en relieve la fragmentación inherente de los sistemas de atención de salud en el mundo, al encontrarse que la mayoría de países de ingresos bajos no cuentan con una instancia normativa que conozca la cifra real y el motivo de mortalidad de las personas que fallecen (OMS, 2020).

En el Perú, la muerte a causa de COVID-19 ha incrementado. A la fecha han fallecido 45,263 individuos según el Ministerio de Salud; en su mayoría adultos mayores (Minsa, 2020). Por otro lado, el Instituto Nacional de Estadística e Informática ([INEI], 2019) comunicó que la tasa de mortalidad ha subido respecto al 2014, pues en el año 2018 se inscribieron 151 mil 690 defunciones, lo cual representa un aumento de 18 mil 860. Además, indicó que al día se registran un promedio de 416 defunciones y cada hora, 17 aproximadamente. Según el INEI (2019), en Lima Metropolitana se concentra el mayor número de muertes y del total de defunciones inscritas en el departamento de

Lima, 91.1 por ciento fueron inscritas en la provincia de Lima. Tumbes, Moquegua y Madre de Dios tuvieron el menor número de defunciones inscritas.

Es así, que cada año aumenta el número de familias que se enfrentan a la muerte de uno de sus miembros, lo cual implica una experiencia emocional de reacciones corporales, sociales, psicológicas, cognitivas y comportamentales denominada duelo (Stroebe et al., 2017)

Freud realizó el primer estudio de duelo en 1917, el cual ha servido como base de otras investigaciones acerca del tema. Para él, se trata de la reacción natural frente a la pérdida de un ser querido (Quito et al., 2019).

Para comprender de mejor forma el tema es necesario profundizar en conceptos relacionados. Sancho (2015), menciona que el duelo se da ante la pérdida de un individuo, cosa o suceso específico; o también, es la reacción emocional y de comportamiento que surge cuando se rompe un vínculo afectivo importante. Dentro de sus componentes, incluye dimensiones psicológicas, físicas y sociales.

Cabe mencionar que no existen dos duelos iguales, pues dos personas que comparten la misma pérdida pueden sostener posturas muy diferentes, lo cual potencia que los individuos puedan sentirse en soledad ante el suceso al no sentir que los demás viven su dolor de la misma manera (Carmelo, 2013).

Por otro lado, los duelos pueden ser anticipados o anticipatorios, iniciando antes que llegue la pérdida y continuando hasta terminar el ciclo; o, empezando al momento de presentarse la pérdida (Bermejo, 2019). En ambos casos el duelo puede ser normal o complicado.

El duelo normal provoca que los individuos transiten por todas las etapas del proceso de manera fluida, es decir; por la negación, etapa en la que muchos individuos tienden a sentirse culpables por no sentir nada; el enojo, el cual se proyecta hacia otras personas o de manera interna en forma de depresión; la negociación, donde los individuos buscan negociar el dolor a través de un ser superior como Dios y le piden que el difunto resucite a cambio de un estilo de vida mejorado; la depresión, que incluye aislamiento, falta de esperanza y frustración; y, por último, la aceptación, donde los individuos hacen las paces con la pérdida y son capaces de vivir el presente sin refugiarse en el pasado (Elizabeth Kübler-Ross, 1999).

Por otra parte, el duelo complicado se caracteriza por lo siguiente: Distorsiones cognitivas, enfado y disgusto, deseo de morir, sentimiento de vacío, así como ideación intrusiva sobre la persona fallecida, que genera actitudes evitativas y franca disfunción social (Millán & Solano, 2010).

En el duelo se dan altos niveles de estrés; y aunque se trata de un proceso natural, suele complicarse si las estrategias de afrontamiento utilizadas no resultan ser las más adaptativas (Álvarez & Cataño, 2019). Estas hacen referencia a los recursos psicológicos del individuo y su uso no siempre asegura el éxito, pero ayudan a evitar o disminuir el malestar psicológico (Macías et al., 2013).

Lazarus et al. (1986) establecen dos estilos de afrontamiento diferentes. Uno busca manipular o alterar el problema, y pretende cambiar al estresor analizado. El otro, está dirigido a regular la respuesta emocional ante el problema con el objetivo de minimizar el grado de alteración emocional producido por la situación estresante; que es utilizado, cuando los individuos perciben que el estresante no puede ser modificado.

Las estrategias de afrontamiento centradas en el problema se componen por: Confrontación, cuando el individuo intenta solucionar una situación específica haciendo uso de acciones directas y agresivas; búsqueda de apoyo social, utilizada cuando el individuo acude a terceros en busca de apoyo y comprensión; y finalmente la estrategia de planificación, utilizada cuando el individuo piensa y desarrolla estrategias orientadas a la solución del problema (Cadena, 2012).

Por otro lado, las estrategias centradas en la emoción, se componen por: Autocontrol, utilizada por el individuo que regula sus sentimientos y respuestas emocionales mediante el esfuerzo; distanciamiento, utilizada por el individuo que se esfuerza por adaptarse o alejarse del problema y así evitar que le afecte; reevaluación positiva, utilizada por la persona que percibe aspectos positivos en la situación estresante; aceptación de responsabilidad; utilizada por el sujeto que se hace responsable del origen y mantenimiento del problema; y finalmente la estrategia de escape/evitación, utilizada por la persona que se comporta de manera perjudicial ante el problema haciendo uso de drogas o medicamentos (Cadena, 2012).

En línea con lo planteado anteriormente, el duelo es un proceso único y dinámico. Los individuos y núcleos familiares lo viven de distinta manera dependiendo de sus características personales y de las estrategias de afrontamiento que han ido desarrollado

a lo largo de sus vidas para enfrentar situaciones estresantes, como lo es la pérdida de un ser querido. El contexto actual y las características antes mencionadas justifican que el duelo esté en constante revisión, más aún, en relación con las estrategias de afrontamiento, pues estas influyen directamente en el tipo de duelo que atraviesan los deudos.

Es por ello, que este trabajo busca identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el tipo de duelo en familias que pierden a uno de sus miembros.

Es así que la pregunta de investigación del presente trabajo es ¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y el tipo de duelo ante la pérdida de un miembro familiar?



CAPÍTULO II: MÉTODO

2.1. Criterios de elegibilidad

Para asegurar la rigurosidad en la búsqueda de artículos se cumplieron criterios de inclusión y exclusión.

2.1.1. Criterios de inclusión

Los criterios de inclusión fueron los siguientes: a) Diseños experimentales y cuasi experimentales, pues garantizan la objetividad, la fiabilidad y la validez de las investigaciones seleccionadas, b) estudios cuantitativos, ya que se basan en regularidades y relaciones causales entre variables y evitan la subjetividad de los investigadores, c) estudios que relacionen estrategias de afrontamiento con el tipo de duelo con la intención de responder a la pregunta de investigación, d) estudios que especifiquen el número de participantes, pues garantizan la fiabilidad y validez del mismo, y e) estudios que precisen el cuestionario aplicado para asegurar la medición de ambas variables.

2.1.2. Criterios de exclusión

Por otro lado, como criterios de exclusión se cumplieron los siguientes: a) Estudios teóricos o revisiones, pues tienen un análisis subjetivo, b) estudios cualitativos; ya que, los datos no pueden ser generalizables y los resultados de los mismos no son concluyentes, y c) estudios sin datos concluyentes, pues no garantizan la fiabilidad y la validez del estudio.

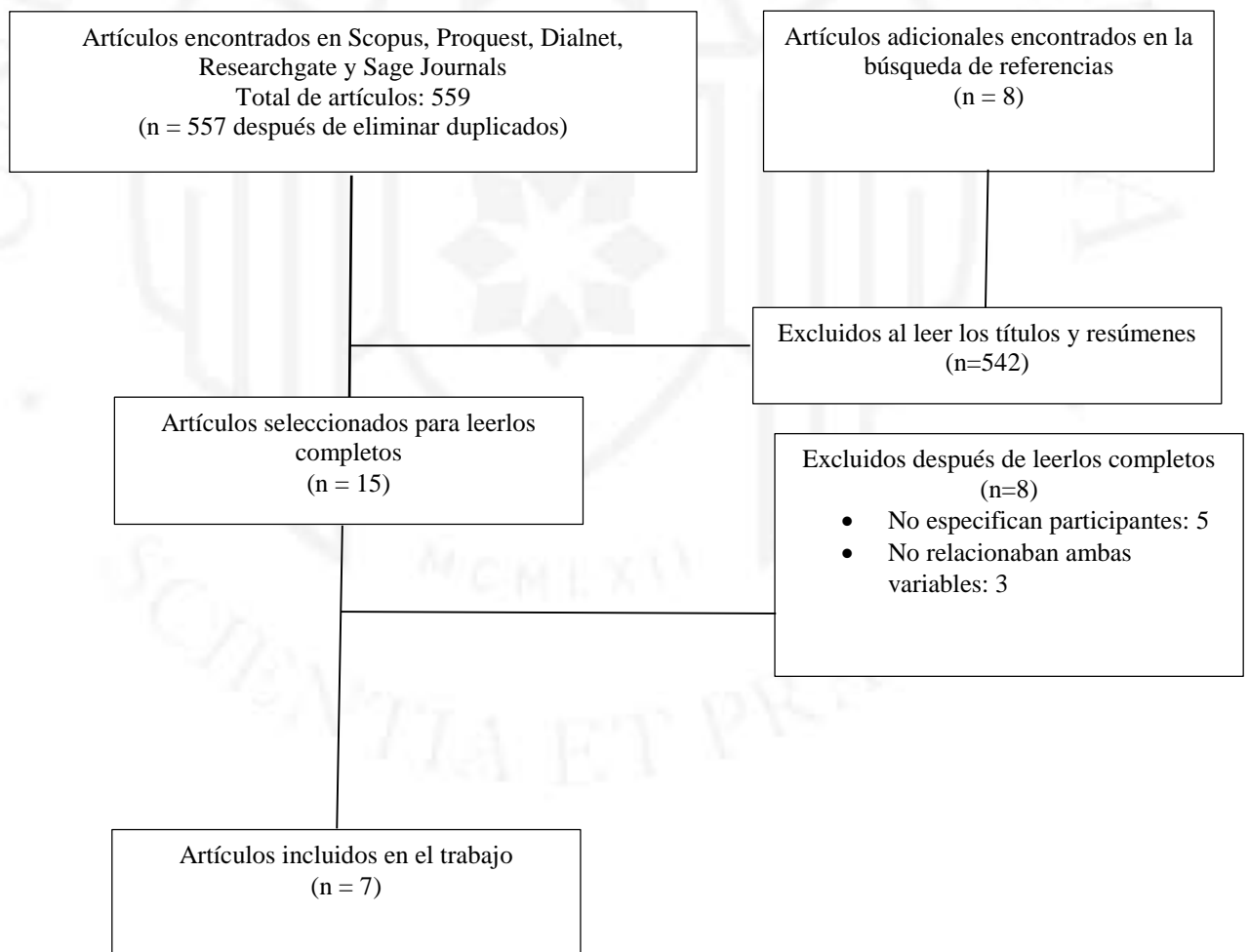
2.2. Estrategia de búsqueda

La búsqueda se realizó entre enero y febrero de 2021, en las bases de datos electrónicas Scopus, Proquest, Dialnet, Researchgate y Sage Journals. Asimismo, las palabras clave utilizadas fueron: estrategias de afrontamiento, afrontamiento, duelo, duelo crónico, duelo normal, miembro familiar, familia, inventario, cuestionario, coping, cope, grief, mourning, bereavement, grievance, mourn, pérdida, fallecimiento, muerte, death,

loss, loosing y se combinaron de la siguiente manera (estrategias de afrontamiento or afrontamiento) AND (duelo or duelo crónico or duelo normal) AND (miembro familiar or familia) AND (inventario or cuestionario) AND (pérdida or fallecimiento or muerte); (coping or cope) AND (grief or mourning or bereavement or grieve or mourn) and (family or family member) AND (inventory or questionnaire) AND death (death or loss or lossing). El proceso de búsqueda utilizando las bases electrónicas y siguiendo la guía PRISMA (Urrútia & Bonfill, 2013) arrojó un total de 559 referencias, que permitió seleccionar 7 artículos que cumplieran con los criterios de inclusión (ver figura 2.1). En la Figura 2.1 aparece sintetizado el proceso de selección de los trabajos analizados.

Figura 2.1

Diagrama de flujo



CAPÍTULO III: RESULTADOS

En la búsqueda bibliográfica se seleccionaron siete artículos, los cuales son analizados en las Tablas 3.1 y 3.2 donde se muestran los datos principales de cada artículo destacando aspectos como el autor, el año de divulgación, el título del artículo, el tipo de investigación que aborda la V1 y V2, el número de participantes, el instrumento de evaluación, la confiabilidad, la relación entre la V1 y V2 y los hallazgos principales.

Tabla 3.1

Análisis de los estudios seleccionados

Autor	Año	Título	Tipo de investigación que aborda la V1 y V2	Participantes	Instrumento de evaluación
Schnider et al.	2007	Coping style use predicts posttraumatic stress and complicated grief symptom severity among college students reporting a traumatic loss	Correlacional	123	Brief COPE Inventory of complicated grief revised short
Bermejo et al.	2012	Estrategias de afrontamiento y resiliencia como factores mediadores de duelo complicado	Descriptivo y correlacional	130	Cuestionario COPE abreviado de Carver Inventario de duelo complicado de Prigerson (IDC)
Ornelas.	2016	Estrategias de afrontamiento y resiliencia en cuidadores primarios con duelo	Comparativo y correlacional	26	Cuestionario de afrontamiento al estrés Inventario de duelo complicado de Prigerson

(continúa)

(continuación)

Autor	Año	Título	Tipo de investigación que aborda la V1 y V2	Participantes	Instrumento de evaluación
Huh et al.	2017	Attachment styles, grief responses, and the moderating role of coping strategies in parents bereaved by the Sewol ferry accident	Correlacional	81	Brief COPE, Personal Feelings Questionnaire-2 Inventory of Complicated Grief
Quito et al.	2019	Afrontamiento de un grupo de adultos ante el duelo por pérdida de los padres en el centro de apoyo al duelo	Transversal cuantitativo-descriptivo	45	Adaptación española del inventario de estrategias de afrontamiento Adaptación del inventario del duelo complicado en población colombiana
Fisher et al.	2020	Coping strategies and considering the possibility of death in those bereaved by sudden and violent deaths: grief severity, depression, and posttraumatic growth	Correlacional	1,709	Brief COPE Inventory of Complicated Grief.
Caparrós et al.	2021	Coping strategies and complicated grief in a substance use disorder sample	Correlacional	196	Coping Strategies Inventory Inventory of Complicated Grief

Tabla 3.2*Continuación de análisis de los estudios seleccionados*

Autor	Confiabilidad y Validez V1	Confiabilidad y Validez V2	Relación entre V1 y V2	Hallazgos principales
Schnider et al.	Rango alfa de cronbach.50 a .90	Confiabilidad 0.80 Validez No	Las estrategias de afrontamiento centradas en las emociones se relacionan con la gravedad del duelo complicado.	Tras un análisis de ruta se encontró que el afrontamiento emocional evitativo seguía siendo significativo en la predicción de duelo complicado.
Bermejo et al.	Centrado en emociones 0.65 Centrado en problemas 0.75 Búsqueda de trascendencia 0.22	0.94	El duelo complicado se asocia con las estrategias de afrontamiento centradas en las emociones.	Las características de las personas resilientes tienen mayor relación con el afrontamiento centrado en los problemas y el duelo complicado se asocia con las estrategias de afrontamiento centradas en las emociones.
Ornelas.	0.78	No	En el duelo normal las estrategias más utilizadas fueron las estrategias de afrontamiento centradas en el problema.	En la intervención psicológica del duelo se ve conveniente promover el desarrollo de estrategias de afrontamiento tales como la reevaluación positiva y el entrenamiento para resolver problemas.

(continúa)

(continuación)

Autor	Confiabilidad y Validez V1	Confiabilidad y Validez V2	Relación entre V1 y V2	Hallazgos principales
Huh et al.	Centrado en emociones 0.82 Centrado en problemas 0.86 Estrategia de afrontamiento evitativo 0.72	0.92	El afrontamiento centrado en las emociones se relaciona con un duelo complicado.	Se debe considerar el estilo de apego al ayudar a las personas que sufren una pérdida traumática.
Quito et al.	0.88	0.939	Los participantes que usan la retirada social como estrategia de afrontamiento presentan mayoritariamente presencia moderada de duelo complicado.	Los participantes tienen como estrategia principal el privarse de contacto de amigos, familiares, compañeros y personas significativas.
Fisher et al.	No	No	El afrontamiento evitativo se asoció con un duelo complicado.	Las estrategias de afrontamiento y la causa de muerte se asocian de diferente manera con la gravedad del duelo, depresión y crecimiento post traumático.
Caparrós et al.	0.81	0.88	El afrontamiento centrado en las emociones y la retirada social se asociaron con un duelo complicado.	La ocurrencia de dos condiciones de salud graves, en este caso adicción y duelo complicado se relacionan con estrategias de afrontamiento desadaptativas como lo es la retirada social.

Los artículos analizados se publicaron entre los años 2016 y 2019; y podemos destacar lo siguiente:

Schnider et al. (2007), examinaron la correlación entre el afrontamiento centrado en el problema y el afrontamiento emocional activo y evitativo, en relación a la gravedad del duelo y estrés post traumático, en 123 estudiantes universitarios que habían perdido de manera inesperada a un familiar inmediato, a su pareja o un amigo muy cercano. Los resultados mostraron que la gravedad del duelo y el estrés post traumático correlacionan significativamente de manera positiva con el estilo de afrontamiento emocional centrado en el problema, activo y evitativo. Asimismo, los autores realizaron un análisis de ruta para controlar el tiempo transcurrido desde el fallecimiento y descubrieron que solo el afrontamiento emocional evitativo seguía siendo significativo para predecir la gravedad del duelo complicado y el estrés post traumático.

Bermejo et al. (2012), realizaron un estudio donde describieron el tipo de afrontamiento que desarrollan las personas en situación de duelo complicado, en el cual participaron 130 personas que habían perdido a uno de sus miembros familiares. Los resultados mostraron que el afrontamiento centrado en los problemas y la búsqueda de trascendencia se relacionan con una mayor resiliencia; mientras que, el afrontamiento centrado en las emociones se relaciona con el duelo complicado.

Ornelas (2016), llevó a cabo un estudio con la intención de conocer las estrategias de afrontamiento empleadas por 26 cuidadores, familiares de enfermos fallecidos, de los cuales 13 estaban experimentando un duelo normal y el restante, un duelo complicado. La intención de la investigación era conocer la relación entre las estrategias de afrontamiento y el nivel de resiliencia mostrado. Los resultados evidenciaron que las personas que estaban transitando un duelo normal demostraban un nivel de resiliencia más elevado que aquellos que estaban elaborando un duelo complicado. Por otro lado, la reevaluación positiva y la religión se correlacionaron de forma significativa con la resiliencia en los casos de duelo normal; mientras que, la religión y la solución de problemas, se correlacionaron significativamente en los casos de duelo complicado.

Huh et al. (2017), efectuaron una investigación con el propósito de identificar la relación entre el duelo de padres que habían perdido a uno de sus hijos en un accidente y las estrategias de afrontamiento que utilizaron para hacer frente al suceso. Para ello, participaron 81 padres y los resultados evidenciaron que el afrontamiento centrado en las emociones se relaciona con un duelo complicado; y que, los individuos con vinculación evitativa pueden sentir vergüenza si se focalizan en el problema.

Quito et al. (2019), hicieron un estudio transversal cuantitativo – descriptivo con la intención de analizar el uso de estrategias de afrontamiento en adultos que habían atravesado un proceso de duelo debido a la muerte de uno de sus progenitores. Para ello, se contó con 45 participantes y los resultados mostraron que el aislamiento social y la evitación del problema corresponden a las estrategias de afrontamiento más utilizadas. Además, la estrategia menos utilizada es la de resolución de problemas. Por otro lado, se encontró que, de las 45 personas, 9 estaban atravesando un duelo complicado grave, 25 un duelo complicado moderado, 10 un duelo complicado leve y 1 no pasó por duelo complicado. Además, el estudio indicó que las personas que utilizan menos la estrategia de resolución de problemas, muestran una presencia moderada de duelo complicado; y que, con la evitación de esta estrategia, se presenta un duelo complicado.

Fisher et al. (2020), llevaron a cabo un estudio para examinar la relación de las estrategias de afrontamiento y la gravedad del duelo, la depresión y el crecimiento post traumático a través de instrumentos de evaluación aplicados a 1,709 personas que habían perdido a un familiar por muerte súbita. Los resultados evidenciaron que las estrategias de afrontamiento y la causa de muerte se asociaron de manera diferente con la gravedad del duelo, la depresión y el crecimiento post traumático. El afrontamiento solidario y activo se asoció con un mayor crecimiento post traumático; mientras que el afrontamiento evitativo, se asoció con mayor gravedad de duelo, depresión y menor crecimiento postraumático.

Caparrós et al. (2021), realizaron un estudio para identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento empleadas por personas que padecen trastorno por uso de sustancias y el duelo complicado. La muestra estuvo compuesta por 196 individuos con las características antes mencionadas que estaban atravesando un duelo por la pérdida de un ser querido. Los resultados evidenciaron que existen diferencias entre las estrategias de afrontamientos utilizadas por aquellos individuos que atraviesan por un duelo complicado, pues estos tienden a retraerse y autocriticarse, lo que hace referencia a las estrategias centradas en la emoción. Es así que se concluye que la población elegida hace uso de estrategias de afrontamiento menos adaptativas.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN

La pandemia mundial ha puesto a la mortalidad como foco de preocupación en el mundo, pero también a la salud mental. Antes del COVID-19 los países destinaban menos del 2 por ciento de su presupuesto a la misma. Asimismo, el duelo, el aislamiento social, la inestabilidad económica, la pérdida de empleo y el miedo; están generando y/o agravando trastornos mentales (OMS, 2020).

Previamente se ha señalado que han sido varias las familias que han perdido a uno, o a más de uno de sus miembros durante la presente coyuntura; ya sea a causa del COVID-19 o por alguna otra enfermedad, pues como se ha mencionado, la mortalidad ha ido en aumento. En cualquiera de los dos casos, a los individuos se les priva la oportunidad de acompañar al enfermo y de realizar un ritual funerario tras su fallecimiento; lo cual, incrementa el riesgo de un duelo complicado.

Es por ello que la presente investigación busca responder: ¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y el tipo de duelo ante la pérdida de un miembro familiar?

Los estudios analizados encontraron una relación entre las estrategias de afrontamiento centradas en las emociones y el duelo complicado; evidenciando que las estrategias centradas en el problema resultan más adaptativas ante dicho suceso estresante.

Entre las estrategias de afrontamiento empleadas por las personas evaluadas que presentan duelo complicado se encuentran: el autocontrol, el distanciamiento y la estrategia de escape/evitación. Entre las estrategias de afrontamiento empleadas por las personas evaluadas que presentan duelo normal se encuentran: búsqueda de apoyo, confrontación y estrategia de planificación.

Por otro lado, en el proceso de realización, se encontraron algunas limitaciones como lo fue la dificultad en hallar los estudios sobre el tema en la presente investigación, evidenciando la falta de investigación en torno a la muerte; y más aún, en relación a las variables estudiadas. Como se mencionó anteriormente, al ser un tema tabú, el fenómeno no ha sido abordado con la profundidad necesaria desde el ámbito de la salud mental.

Esto nos invita a una reflexión, puesto que, en el contexto actual, los profesionales de salud mental se enfrentan cada día más a individuos que necesitan acompañamiento psicológico tras la pérdida de un ser querido.

Otra limitación fue que los estudios encontrados presentaron poblaciones variadas, pues el estudio realizado por Schnider et al. (2007) recogió información de estudiantes universitarios; el estudio realizado por Bermejo et al. (2012) de personas que habían perdido a un miembro familiar o a un amigo y estaban en situación de duelo complicado; el estudio realizado por Ornelas (2016) de cuidadores primarios; el estudio realizado por Jung et al. (2017) de padres en duelo; el estudio realizado por Quito et al. (2019), de hijos en duelo; el estudio realizado por Fisher et al. (2020) de personas que habían perdido a un familiar por muerte súbita; y el estudio de Caparrós y Masferrer (2021), de individuos con trastorno por uso de sustancias que habían perdido a un ser querido.

Otra limitación encontrada tiene que ver con los reportes de evidencias de confiabilidad y validez. Este vacío de información en dos de las siete investigaciones, resta seriedad al omitirse información relevante que afecta al estudio y la posibilidad del mismo a ser replicado.

Es importante considerar en futuras líneas de investigación estudios acerca de la muerte, el duelo y el afrontamiento, pues es un tema que merece ser profundizado debido al dolor que suscita y a la importancia del mismo en el mundo, más aún en esta coyuntura.

Por último, la importancia de llevar a cabo esta investigación está en conocer la relación de las variables con el propósito de que los profesionales de la salud mental obtengan mayor conocimiento y puedan dar a sus pacientes las herramientas necesarias para elaborar un duelo normal.

CONCLUSIONES

El objetivo de este trabajo fue describir la relación entre las estrategias de afrontamiento utilizadas por las familias que pierden a uno de sus miembros; y el tipo de duelo que experimentan. Para ello se realizó una revisión aplicada a partir de estudios que relacionan el constructo de duelo con estrategias de afrontamiento ante la muerte de un miembro familiar. Las siguientes conclusiones se desprenden tomando en cuenta el objetivo:

- Se encontró una relación entre las estrategias de afrontamiento centradas en las emociones y el tipo de duelo complicado; y entre las estrategias de afrontamiento centradas en el problema y el tipo de duelo normal.
- Cabe resaltar que el número de trabajos revisados es reducido, pues como se mencionó anteriormente al momento de llevar a cabo la investigación se evidenció una falta de información sobre este campo en la psicología.
- Dado el contexto actual, sería interesante que se realicen estudios en torno a las variables investigadas; ya que, podrían ser de gran relevancia para los profesionales de la salud mental que trabajen con pacientes en duelo, dándoles así claridad sobre las herramientas a trabajar con los pacientes.

REFERENCIAS

- Alvarez, E., & Cataño, L. (Eds.). (2019). *Proceso de duelo y estrategias de afrontamiento*. Universidad de Antioquia. <http://hdl.handle.net/10495/16345>
- Bermejo, J. C. (2019). Counselling al final de la vida y en el duelo. *Clínica Contemporánea*, 10(1), 6. <https://doi.org/10.5093/cc2019a1>
- Bermejo, J. C., Magaña, M., Villacieros, M., Carabias, R., & Serrano, I. (2012). Estrategias de afrontamiento y resiliencia como factores mediadores de duelo complicado. *Revista de Psicoterapia*, 22, 85–95. https://www.humanizar.es/fileadmin/documentos/Investigacion/Estrategias_de_afrontamiento_y_resiliencia_como_factores_mediadores_de_DC_-_REV_PSIKOTERAPIA.pdf
- Bermejo, J. C., Villacieros, M., & Fernandez-Quijano, I. (2016). Escala de mitos en duelo relación con el estilo de afrontamiento evitativo y validación psicométrica [Scale of myths in duel relationship with avoidant coping style and psychometric validation]. *Acción Psicológica*, 13(2), 129. <https://doi.org/10.5944/ap.13.2.15965>
- Bowlby-West, L. (1983). The impact of death on the family system. *Journal of Family Therapy*, 5(3), 279–294. <https://doi.org/10.1046/j..1983.00623.x>
- Cadena, S. (2012). *Estilos de Afrontamiento en mujeres diagnosticadas con cáncer de mama*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad central del Ecuador, Quito, Ecuador.
- Caparrós, B., & Masferrer, L. (2020;2021;). Coping strategies and complicated grief in a substance use disorder sample. *Frontiers in Psychology*, 11, 624065-624065. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.624065>
- Carmelo, A. (2013). *El buen duelo: Amor y resiliencia (Plataforma actual)* (Spanish Edition) (1st ed.). Plataforma Editorial, S.L.
- Centro Nacional de Planeamiento Estratégico. (Julio, 2011). *Plan Bicentenario*. Gobierno del Perú. https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1057109/plan_bicentenario_cepl_an20200728-16199-dv8a1q.pdf
- Fisher, J. E., Zhou, J., Zuleta, R. F., Fullerton, C. S., Ursano, R. J., & Cozza, S. J. (2020). Coping strategies and considering the possibility of death in those bereaved by sudden and violent deaths: Grief severity, depression, and posttraumatic growth. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 749-749. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00749>

- Gorosabel-Odriozola, M., & León-Mejía, A. (2016). La muerte en educación infantil: algunas líneas básicas de actuación para centros escolares. *Psicología Educativa*, 22(2), 103–111. <https://doi.org/10.1016/j.pse.2016.05.001>
- Grech, V. (2020). Unknown unknowns – COVID-19 and potential global mortality. *Early Human Development*, 144, 105026. <https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2020.105026>
- Huh, H. J., Kim, K. H., Lee, H.-K., & Chae, J.-H. (2017). Attachment styles, grief responses, and the moderating role of coping strategies in parents bereaved by the Sewol ferry accident. *European Journal of Psychotraumatology*, 8(sup6), 1424446. <https://doi.org/10.1080/20008198.2018.1424446>
- Instituto Nacional de Estadística. (Noviembre, 2019). *Perú Natalidad, Mortalidad y Nupcialidad, 2018 (Departamento, provincia y distrito)*. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1698/
- Itsweni, P., & Tshifhumulo, R. (2018). Coping strategies employed by young vhavenda widows in vhembe in dealing with death and bereavement. *Gender & Behaviour*, 16(2), 11705-11727.
- Larrotta-Castillo, R., Méndez-Ferreira, A., Mora-Jaimes, C., Córdoba-Castañeda, M., & Duque-Moreno, J. (2020). Pérdida, duelo y salud mental en tiempos de pandemia. *Salud UIS*, 52(2), 179-180.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping* (1st ed.). Springer Publishing Company.
- Lopera Echavarría, J. D. (2019). La pulsión en Freud ¿un concepto superado? *CES Psicología*, 12(3), 133–149. <https://doi.org/10.21615/cesp.12.3.10>
- Lozano-Avedaño, L., Bohórquez-Ortiz, A. Z., & Zambrano-Plata, G. E. (2016). Implicaciones familiares y sociales de la muerte materna. *Universidad y Salud*, 18(2), 364. <https://doi.org/10.22267/rus.161802.45>
- Macías, M. A., Orozco, C. M., Amaris, M. V., & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología Desde El Caribe: Revista Del Programa De Psicología De La Universidad Del Norte*, 30(1), 123-145.
- McCubbin, H. I., Hunter, E. J., & Dahl, B. B. (1975). Residuals of war: families of prisoners of war and servicemen missing in action. *Journal of Social Issues*, 31(4), 95–109. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1975.tb01014.x>
- Mesquida Hernando, V., Seijas Gómez, R., & Rodríguez Enríquez, M. (2016). Los niños ante la pérdida de uno de los progenitores: revisión de pautas de

- comunicación eficaces. *Psicooncología*, 12(2-3), 417-429.
https://doi.org/10.5209/rev_PSIC.2015.v12.n2-3.51019
- Millán-González, R., & Solano-Medina, N. (2010). Duelo, duelo patológico y terapia interpersonal. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 39(2), 375–388.
[https://doi.org/10.1016/s0034-7450\(14\)60257-2](https://doi.org/10.1016/s0034-7450(14)60257-2)
- Ministerio de Salud. (23 de febrero del 2021). *Covid 19 en el Perú - Ministerio de Salud*. <https://www.gob.pe/>. https://covid19.minsa.gob.pe/sala_situacional.asp
- Organización Mundial de la Salud. (17 de mayo del 2017). *Actualmente se registran las causas de muerte en casi la mitad de todas las defunciones, según datos de la OMS*. OMS. <https://www.who.int/es/news/item/17-05-2017-almost-half-of-all-deaths-now-have-a-recorded-cause-who-data-show>
- Organización Mundial de la Salud. (Diciembre, 2020). *La OMS revela las principales causas de muerte y discapacidad en el mundo: 2000-2019*. OMS.
<https://www.who.int/es/news/item/09-12-2020-who-reveals-leading-causes-of-death-and-disability-worldwide-2000-2019>
- Organización Mundial de la Salud. (Diciembre, 2020). *Las 10 principales causas de defunción*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>
- Ornelas, P. E. (2016). Estrategias de afrontamiento y resiliencia en cuidadores primarios con duelo. *Psicología y Salud*, 26, 177–184.
<https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2193>
- Quito Maza, C. P., Trelles Calle, D. E., & Cadena Povea, H. R. (2019). Afrontamiento de un grupo de adultos ante el duelo por pérdida de los padres en el centro de apoyo al duelo. *Areté: Revista digital del doctorado en educación de la Universidad central de Venezuela*, 5(9), 169–184.
<https://doaj.org/article/4fb8d41eb51442dd9386a7733b9dfc98>
- Sánchez Sánchez, T. (2020). Duelo silente y furtivo: Dificultad para elaborar las muertes por pandemia de COVID-19. *Studia Zamorensia (Salamanca, España)*, (19), 43-65.
- Sancho, M. G. (2015). *El duelo y el luto (Spanish Edition)*. Editorial El Manual Moderno.
<https://books.google.com.pe/books?id=hLJZDwAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Schnider, K. R., Elhai, J. D., & Gray, M. J. (2007). Coping style use predicts posttraumatic stress and complicated grief symptom severity among college students reporting a traumatic loss. *Journal of Counseling Psychology*, 54(3), 344–350. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.3.344>
- Stroebe, M., Schut, H., & Boerner, K. (2017). Models of coping with bereavement: An updated overview / Modelos de afrontamiento en duelo: Un resumen

actualizado. *Estudios de Psicología*, 38(3), 582–607.

<https://doi.org/10.1080/02109395.2017.1340055>

Urrútia, G., & Bonfill, X. (2013). La declaración PRISMA: Un paso adelante en la mejora de las publicaciones de la revista española de salud pública. *Revista Española De Salud Pública*, 87(2), 99-102. <https://doi.org/10.4321/S1135-57272013000200001>

World Health Organization. (2021, February). *COVID-19 Weekly Epidemiological Update*. <https://www.who.int/publications/m/item/weekly-epidemiological-update---16-february-2021>

