

Religión y espiritualidad en el ajuste al duelo

Alumna: Raquel Lorenzo Álvarez

Tutora: Adelia de Miguel Negredo

Trabajo Final de Máster Universitario en Psicología General
Sanitaria por la Universidad de La Laguna
Curso Académico: 2019-2020

Resumen

El presente estudio ha tenido como objetivo realizar una revisión bibliográfica acerca de la influencia de la religión y espiritualidad en el afrontamiento del duelo. Los resultados de la búsqueda a través de las bases de datos seleccionadas, indican que en general, la religión y espiritualidad se encuentran positivamente relacionadas con el ajuste a la pérdida. La muerte traumática o inesperada resultó ser un potencial factor que obstaculiza el uso de estrategias de afrontamiento religiosas/espirituales, resultando en peores resultados de ajuste.

Palabras Clave:

Afrontamiento, Duelo, Religión, Espiritualidad

Abstract

The objective of this study was to carry out a bibliographic review about the influence of religion and spirituality in coping with grief. The results of the search through the selected databases indicate that, in general, religion and spirituality are positively related to adjustment to loss. Traumatic or unexpected death turned out to be a potential factor hindering the use of religious / spiritual coping strategies, resulting in worse adjustment outcomes.

Key Words:

Coping, Bereavement, Religion, Spirituality

Introducción

El duelo es una respuesta universal a la muerte. La pérdida de un ser querido es un suceso vital negativo que compromete la salud física, emocional y mental de las personas. En gran cantidad de estudios, se ha observado un aumento de las tasas de mortalidad, morbilidad y suicidio, así como de trastornos emocionales, psicosomáticos y mentales en personas en duelo (Yoffe, 2007).

En este sentido, algunos estudios sobre el duelo consideran la fe religiosa y espiritualidad como uno de los mecanismos de afrontamiento más eficaces para afrontar la pérdida de un ser querido. Existe un conjunto significativo de hallazgos que sugieren que las personas afligidas ante la pérdida de un ser querido utilizan la religión/espiritualidad para hacer frente a su angustia. Numerosas investigaciones muestran que la relación entre religión/espiritualidad y el ajuste al duelo es generalmente positiva, y son muchas las personas que se comprometen con creencias y prácticas religiosas como respuesta a la pérdida (Wortmann y Park, 2008).

La fe religiosa y la espiritualidad puede influenciar positivamente la salud mental produciendo efectos positivos a través de las emociones y estados afectivos que promueven actitudes de esperanza, perdón, aumento de la autoestima, paz, bienestar, amor y compasión. Además, la religión ofrece una forma poderosa de abordar las preguntas existenciales que surgen ante la muerte y permite crear nuevos significados ante una experiencia de pérdida (Wortmann y Park, 2009). Un tema comúnmente observado en los estudios que han examinado la interacción de la espiritualidad y el duelo es que las personas que tienen algún tipo de fe religiosa parecen ser más felices, más capaces de hacer frente a eventos traumáticos y están más esperanzados acerca de la vida en general que aquellos que no incorporan la fe en sus vidas (Dyer y Hagedorn, 2013).

Dos aspectos de las creencias religiosas parecen influir especialmente en la forma en que las personas responden al afrontamiento basado en la religión: la religiosidad intrínseca y el estilo de afrontamiento religioso. Se sabe que la religión intrínseca, definida como el grado de integración de las creencias y prácticas religiosas en la vida de uno, afecta al uso de la religión como mecanismo de defensa (Wortmann y Park, 2008). Por otro lado, el afrontamiento religioso es una dimensión de religiosidad/espiritualidad que se refiere al uso de actividades y creencias religiosas para prevenir y/o aliviar las consecuencias negativas de sucesos de vida estresantes, tanto como para facilitar la resolución de problemas. Por su parte, la espiritualidad hace referencia a las experiencias subjetivas trascendentes y menos tangibles, que incluyen la percepción e interacción con Dios o con la vida (Yoffe, 2007).

Por otra parte, también se ha encontrado que otros individuos desconsolados frente a la pérdida pueden llegar a cuestionar su sistema de creencias o incluso la validez de su visión religiosa/espiritual. Es aquí cuando la religiosidad/espiritualidad puede ser fuente de tensión y desafiar su fe, ya que las circunstancias obligan al individuo a cuestionar aspectos de su significado global, produciéndose así un cambio o pérdida de fe (Wortmann y Park, 2009). El duelo difiere de otros tipos de trauma en algunas formas fundamentales que pueden hacer que la duda religiosa sea particularmente problemática cuando se trata de lidiar con la muerte de un ser querido. La muerte es permanente e irrevocable y, por lo tanto, no es susceptible de afrontarla utilizando estrategias que buscan resolver el problema. La religión puede ofrecer una forma poderosa de control secundario, buscando adaptarse a las circunstancias negativas en lugar de tratar de cambiarlas (Hayward y Krause, 2014).

Dado que la religión y la espiritualidad resultan ser un mecanismo de afrontamiento bastante poderoso, examinar la cuestión de su utilidad y beneficios en el contexto del

ajuste al duelo resulta bastante interesante de cara a la intervención. Para determinar el estado actual de esta línea de investigación desde la última revisión realizada por Wortmann y Park (2008), se realizó una revisión exhaustiva de las investigaciones que se dedicaron al estudio de la religiosidad/espiritualidad y su impacto en el proceso de duelo con objeto de evaluar la existencia, fuerza y dirección de dicha relación.

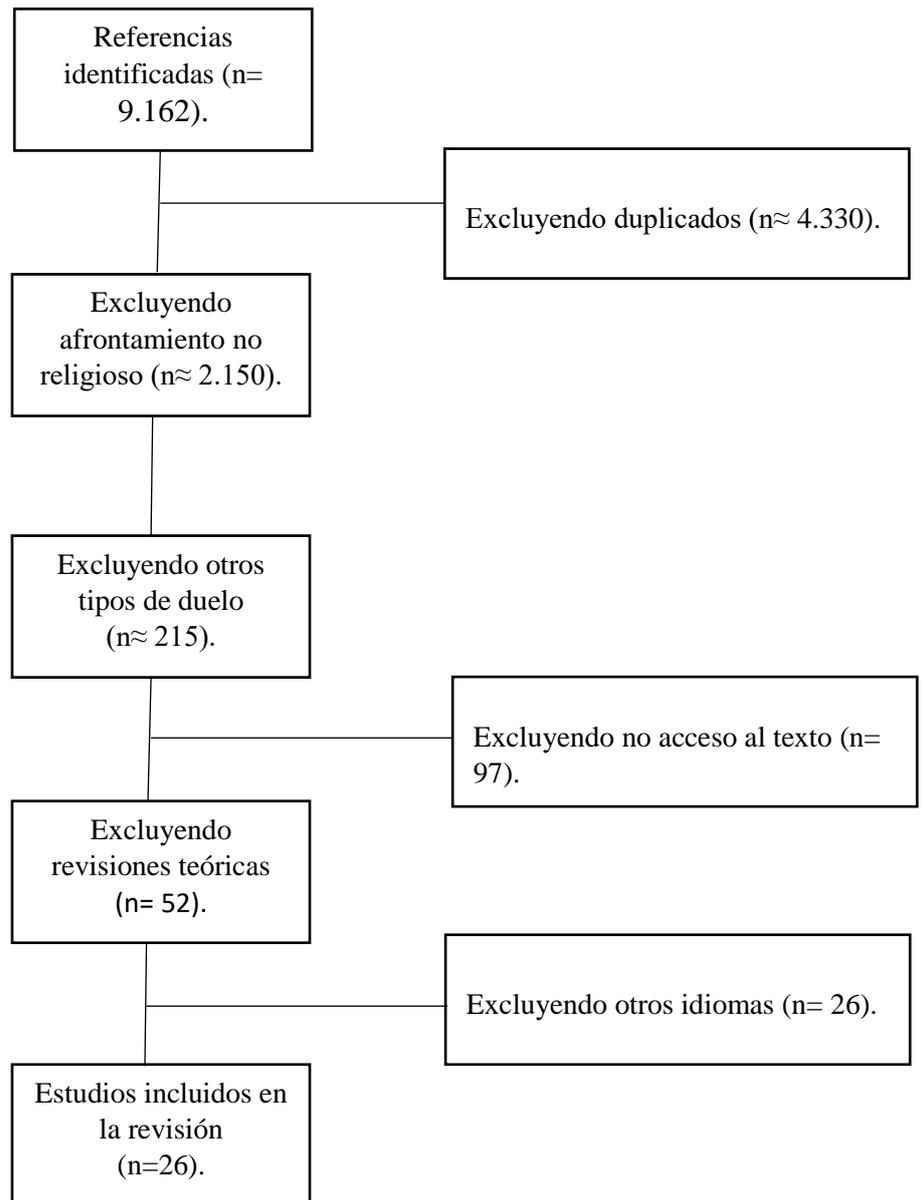
Método

Se ha realizado una revisión sistemática de las publicaciones acerca de los efectos de la espiritualidad y la religión en el afrontamiento del duelo. Para el hallazgo de los artículos se realizó un rastreo exhaustivo en las bases de datos *Punto Q*, *PsycInfo* y *PubMed*, cruzando como elementos de búsqueda las palabras “ *coping* ” and “ *bereavement* ”, “ *religion* ” and “ *bereavement* ” y “ *spirituality* ” and “ *bereavement* ”. Además, la búsqueda se limitó desde el año 2007 en adelante, ya que la última revisión sobre el tema permanece desactualizada desde entonces.

Se excluyeron de este trabajo aquellos artículos que utilizaron como variable cualquier tipo de afrontamiento no religioso o espiritual, trabajos que abordaron otros tipos de duelo que no fuese la muerte y los trabajos de revisión teórica. También se descartaron todas las investigaciones publicadas en otros idiomas distintos al inglés y español.

Por tanto, teniendo en cuenta estos criterios y habiendo desechado todos los artículos duplicados y a los que no se ha tenido acceso, el número total de publicaciones que componen finalmente esta revisión es de 26 artículos (véase figura 1).

Figura 1.
Diagrama de flujo



Resultados

A continuación, se exponen los principales resultados de los estudios empíricos sobre la influencia del afrontamiento religioso y/o espiritual en el proceso de duelo. La tabla 1 recoge los principales aspectos de los 26 trabajos finalmente incluidos en esta revisión, con objeto de recoger con claridad la evidencia existente sobre el tema y facilitar la comparación entre los distintos trabajos. Para cada uno de ellos se especifica: composición de la muestra y persona fallecida, diseño y objetivo de la investigación, instrumentos de evaluación y variables psicológicas evaluadas, así como los resultados principales.

Varios estudios han investigado la relación general entre las estrategias de afrontamiento utilizadas por las personas a la hora de afrontar una pérdida y su posterior impacto en la salud mental y física, es decir, en la intensidad de las reacciones de duelo. Currier, Mallot, Martínez, Sandy y Neimeyer (2013), compararon a personas afligidas por la muerte de un ser querido con personas que no habían experimentado una pérdida reciente, y encontraron que las personas afligidas por la pérdida informaron de niveles más elevados de experiencias espirituales diarias y apoyo religioso. Además, estas personas informaron de niveles más altos de crecimiento personal, crecimiento en la calidad de las relaciones, fortaleza personal y espiritualidad que aquellos que no había experimentado la pérdida.

El afrontamiento espiritual y la creación de significado, así como el mantenimiento de una conexión con el difunto, se identificaron como las principales estrategias de afrontamiento utilizadas (Mangione, Lyons y DiCello, 2016, Neimeyer y Young-Eisendrath, 2015, Sharpe y Bollas, 2011). Damianakis y Marziali (2012) evaluaron la función de la espiritualidad en la comprensión del proceso de duelo en adultos mayores tras la pérdida del cónyuge. En este estudio, los participantes han reportado que la creación de significado fue importante para encontrar el propósito en sus vidas y esfuerzos para avanzar durante el proceso de duelo. Resultados similares encontraron posteriormente Granek, Mazzotta, Tozer y Krzyzanowska (2013) en un estudio con cuidadores de enfermos de cáncer, al ver que éstos sacaban fuerzas de su fe y espiritualidad para ayudarlos a sobrellevar la pérdida. Disponer de una mayor religiosidad resultó además en una percepción más fuerte de la disponibilidad de apoyo y

mayor preferencia por el contenido religioso en los mensajes reconfortantes (Wilkum y McGeorge, 2010).

Sin embargo, otros estudios no respaldaron el papel positivo de la religión en la adaptación a la pérdida. Kokou-Kpolou, Tremblay, Moukouta, Bagnet y Menick (2017) encontraron que el afrontamiento religioso y las estrategias religiosas se asociaron con más síntomas de duelo. Particularmente, se encontró que este afrontamiento religioso estaba asociado con angustia de duelo. Por otra parte, este mismo estudio encontró diferentes patrones de estrategias religiosas según el tipo de muerte. Las estrategias religiosas se asociaron con síntomas de dolor cuando la muerte era esperada. Cuando la muerte era inesperada, el afrontamiento religioso negativo (ira hacia Dios, descontento y lucha espiritual) surgió como un factor de riesgo importante cuando no se esperaba la muerte. Además, el tiempo apenas alivió los síntomas de dolor y angustia por la pérdida, sino que los resultados mostraron que los síntomas eran persistentes cuando la muerte era inesperada y disminuían a medida que pasaba el tiempo y se esperaba la muerte. Estos resultados concuerdan con hallazgos anteriores que sugieren que las personas con niveles más altos de afrontamiento religioso negativo necesitan más tiempo y paciencia en comparación con las personas que utilizaron el afrontamiento religioso positivo y que, además, muchos de ellos muestran una crisis espiritual cada vez más profunda (Burke, Neimeyer, McDevitt-Murphy, Ippolito y Roberts, 2011).

Por otra parte, la muerte violenta ha sido clasificada como un factor de riesgo establecido para el duelo complicado. Una investigación muestra que la pérdida como resultado de la violencia (homicidio, suicidio o accidente) se relacionó consistentemente con angustia y dolor elevado, lo que a su vez estaba vinculado con el afrontamiento religioso negativo. Por tanto, el afrontamiento religioso negativo es más utilizado por las personas que han perdido a un ser querido por medios violentos (Burke y Neimeyer,

2014). Además, se encontró que los afligidos que lucharon con la pérdida de su ser querido de forma violenta, también lucharon simultáneamente con el sentimiento de ira y enfado hacia Dios y se sintieron castigados, cuestionando de esta forma sus creencias religiosas y su fe. La ira hacia Dios fue mayor cuando Dios fue visto como responsable de eventos negativos, particularmente cuando sus intenciones fueron vistas como crueles (Exline, Park, Smyth y Carey, 2011). Hayward y Krause (2014) encontraron además que la duda religiosa se asocia con síntomas de depresión en los años posteriores. Sin embargo, cuando se mantiene la confianza en Dios, se encontraron resultados positivos de duelo tras un homicidio, sugiriendo que la religión y espiritualidad pueden desempeñar un papel positivo en el proceso de curación (Johnson y Armour, 2016).

Pero de todos los eventos que generan luto, la muerte de un hijo es uno de los más devastadores que se puede experimentar. Hawthorne, Youngblut y Brooten (2016) investigaron el uso de la espiritualidad y religión en padres al primer y tercer mes después de la pérdida de su hijo en la unidad de cuidados intensivos y encontraron que las estrategias de afrontamiento espiritual pueden ser útiles para los padres en ese momento de mucho estrés. El uso de actividades espirituales de las madres y padres al mes después de la muerte se relacionaron con síntomas menos graves de dolor, manteniéndose al tercer mes. Sin embargo, en el caso de las madres, el uso de actividades religiosas fue útil para reducir el dolor al mes, pero no a los tres meses. Las madres desconsoladas utilizaron actividades no religiosas para aliviar los sentimientos de desesperanza, tristeza y soledad con objeto de encontrar su paz interior. Pero también el crecimiento personal fue mayor para las madres que además utilizaban más actividades espirituales (Alam, Barrera, D'Agostino, Nicholas y Schneiderman, 2012; Hawthorne, Youngblut y Brooten, 2016). Además, se encontró que las madres necesitan un periodo más largo de recuperación para adaptarse a su duelo que los padres. Por último, se dieron asociaciones más fuertes entre

un mayor uso de actividades espirituales en comparación con actividades religiosas y resultados positivos de duelo a lo largo del tiempo.

Posteriormente, Lövgren et al. (2017) obtuvieron resultados similares al encontrar que el uso de las actividades espirituales estaba asociado con síntomas más leves de dolor y depresión. Estos resultados son consistentes con hallazgos previos que apoyan que la religiosidad parece jugar un papel modulador contra los efectos adversos que afectan al bienestar generados por la muerte de un hijo (Barroso y Ruíz, 2014).

Otra cuestión que se ha encontrado en variedad de estudios es la creencia en la vida después de la muerte y su influencia en el ajuste al duelo. A menudo, la creencia en una vida tras la muerte, donde los seres queridos podrán ser reencontrados, es una de las creencias religiosas que se utilizan para dar sentido a la pérdida (Steffen y Coyle, 2011). De esta forma, los familiares experimentan una mejor aceptación de la pérdida y una mayor fortaleza personal durante el duelo (Feldman, Fischer y Gressis, 2016; Hamilton, Best, Wells y Worthy, 2017).

Finalmente, en un estudio reciente se ha demostrado que la espiritualidad previa a la pérdida también predice la angustia posterior a la muerte de un ser querido. Específicamente, las personas con una mayor sensación de paz interior previa al duelo, informaron niveles más bajos de pensamientos intrusivos y angustia psicológica asociados con la pérdida (Ting, Lucette, Carver, Cannady y Kim, 2018).

Tabla 1

Estudios sobre el afrontamiento religioso y espiritual en el ajuste después del duelo.

Autor/es (año)	Muestra (N, %mujeres, media edad, DT)	Fallecido	Diseño de la investigación	Objetivo del estudio	Instrumento evaluación de afrontamiento religioso/espiritual	VARIABLES psicológicas evaluadas	Resultados
Alam (20129)	31 (58%) X= 40 (7'3)	Padres	Longitudinal	Investigar el duelo longitudinal en padres de niños enfermos fallecidos por cáncer.	Entrevista semi-estructurada	Espiritualidad Estrategias de afrontamiento Expresión de duelo Comunicación con el cónyuge Relación con la familia	Se observaron cambios a lo largo del tiempo: madres reacciones más intensas que disminuyen a lo largo del tiempo, padres más centrados en el trabajo.
Ando (2015)	20 (70%) X= 64	Ser querido	Transversal	Investigar la utilidad de la revisión de la vida de duelo para elevar el bienestar espiritual.	“Evaluación Funcional de Terapia de Enfermedades Crónicas” (FACIT-Sp) “Inventario de Depresión de Beck” (BDI-II)	Espiritualidad Depresión	La terapia de la revisión de la vida de duelo demostró ser eficaz para el bienestar espiritual y la depresión.
Barroso (2014)	22 (100%)	Hijo	Transversal	Examinar la influencia de la religiosidad contra los efectos adversos del duelo.	“Evaluación Funcional de la Terapia de Enfermedades Crónicas” (FACIT-Sp)	Religiosidad Síntoma de duelo	La religiosidad parece jugar un papel modulador contra los efectos adversos que provoca la pérdida de un hijo.

Autor/es (año)	Muestra (N, %mujeres, media edad, DT)	Fallecido	Diseño de la investigación	Objetivo del estudio	Instrumento evaluación de afrontamiento religioso/espiritual	Variables psicológicas evaluadas	Resultados
Burke (2011)	46 (89%) X=50(11´36)	Ser querido	Longitudinal	Investigar la relación entre el afrontamiento religioso positivo y negativo con el duelo complicado.	“ <i>Inventario de Duelo Complicado</i> ” (ICG-R) Breve “ <i>RCOPE</i> ”	Síntomas de duelo Afrontamiento religioso	El afrontamiento religioso negativo estaba asociado con el duelo complicado, mientras que el positivo no se relacionó con el resultado del duelo.
Burke (2014)	150 (82%) X= 33 (17´7)	Ser querido	Transversal	Examinar la relación entre los niveles de aflicción y la lucha espiritual con el tipo de muerte (natural o violenta).	“ <i>Inventario de Duelo Complicado</i> ” (ICG-R) Breve “ <i>RCOPE</i> ” “ <i>Subescala de Descontento de Actividades de Afrontamiento Religioso</i> ” (RCA)	Síntomas de duelo Afrontamiento religioso Lucha espiritual	Los individuos con duelo por muerte violenta informaron mayor duelo complicado y mayor crisis espiritual que los de muerte natural.
Currier (2013)	369 (82-84%) <i>Edad: 20-21</i>	Ser querido	Transversal	Examinar la intersección entre el duelo, la religión y el crecimiento postraumático.	“ <i>Breve Medida Multidimensional de Religión/Espiritualidad</i> ” (BMMRS) “ <i>Inventario de Crecimiento Postraumático</i> ” (PTGI)	Afrontamiento religioso Espiritualidad Crecimiento personal	Quienes habían perdido un ser querido en los últimos 2 años reportaron mayor religiosidad que quienes no habían experimentado pérdida.
Autor/es (año)	Muestra	Fallecido	Diseño de la investigación	Objetivo del estudio	Instrumento evaluación de	Variables psicológicas evaluadas	Resultados

	(N, %mujeres, media edad, DT)				afrontamiento religioso/espiritual		
Damianakis (2012)	24 (54%) Edad: > 65	Cónyuge	Transversal	Examinar el papel de la espiritualidad en el afrontamiento del duelo.	Entrevista	Afrontamiento del duelo Espiritualidad Religiosidad	Existen asociaciones entre la espiritualidad, el afrontamiento del duelo, la identidad y la reinserción social.
Exline (2011)	1481 (57%) X= 45 (18'5)	Ser querido	Transversal	Examinar la ira hacia Dios como un tipo específico de lucha espiritual.	Entrevista	Capacidad de encontrar significado en eventos negativos Violaciones de la visión del mundo	Se informó de forma frecuente sentimientos de ira hacia Dios en respuesta a eventos negativos.
Feldman (2016)	101 (45%) X= 29 (7'9)	Ser querido	Transversal	Comparar a creyentes religiosos y no creyentes sobre medidas de ansiedad y dolor por la muerte ante una pérdida.	<i>“Perfil de Actitudes de la Muerte” (DAP-R)</i> <i>“Inventario Revisado de Dolor de Texas” (TRIG)</i> <i>“Escala de Apego a Dios” (AGS)</i>	Ansiedad por la muerte Dolor Creencias religiosas	Aquellos que profesaban creencias religiosas informaron menos dolor, mayor crecimiento en respuesta a la pérdida y niveles más altos de aceptación de la muerte.
Granek (2013)	20 X= 47	Pacientes	Transversal	Investigar las estrategias de afrontamiento que usan los oncólogos para afrontar la pérdida de pacientes.	Entrevista semi-estructurada	Estrategias de afrontamiento	Las estrategias de afrontamiento incluyeron apoyo social, afrontamiento orientado a la actividad, giro a la fé y la retirada de pacientes y familias.

Autor/es (año)	Muestra (N, %mujeres, media edad, DT)	Fallecido	Diseño de la investigación	Objetivo del estudio	Instrumento evaluación de afrontamiento religioso/espiritual	Variables psicológicas evaluadas	Resultados
Hamilton (2017)	19 (84%) X= 53 (20´7)	Familiar	Transversal	Explorar el uso de la espiritualidad para dar sentido a las experiencias de duelo.	Entrevista	Espiritualidad Religiosidad Síntomas de duelo	Los participantes dieron sentido a la muerte a través de la espiritualidad, entendida como “conexión con Dios o uno mismo”.
Hawthorne (2016)	165 (69%) X=31 (DT: 7´7)	Hijo	Longitudinal	Evaluar las relaciones entre las estrategias de afrontamiento espirituales o religiosas y el duelo y la salud mental.	“ <i>Lista de Verificación de Reacciones de Duelo Hogan</i> ”(HGRC) “ <i>Inventario de Depresión de Beck</i> ”(BDI-II) “ <i>Escala de Impacto de Eventos Revisada</i> ” (IES-R) “ <i>Escala de Estrategias de Afrontamiento Espiritual</i> ” (SCS)	Duelo Depresión TEPT Afrontamiento espiritual	Las estrategias y actividades espirituales ayudaron a los padres a sobrellevar su dolor y ayudaron a las madres afligidas a mantener su salud mental y experimental un crecimiento personal.
Hayward (2014)	206 Edad: > 66	Hijo o cónyuge	Longitudinal	Examinar la relación de la duda religiosa con la salud mental.	“ <i>Escala de Depresión del Centro de Estudios Epidemiológicos</i> ”	Síntomas depresivos Religiosidad	Aquellos con más dudas religiosas informaron un empeoramiento de los síntomas.

Autor/es (año)	Muestra (N, %mujeres, media edad, DT)	Fallecido	Diseño de la investigación	Objetivo del estudio	Instrumento evaluación de afrontamiento religioso/espiritual	Variables psicológicas evaluadas	Resultados
Johnson (2016)	38 (80%) X= 50	Ser querido	Transversal	Explorar el papel de la espiritualidad y la religión en el proceso de curación ante pérdida por homicidio.	Entrevista semiestructurada	Espiritualidad Religiosidad Síntomas del duelo	Aquellos que pudieron confiar en Dios tras la pérdida experimentaron la religiosidad y espiritualidad como una fuente de fortaleza y consuelo.
Kokou-Kpolou (2017)	162 (88%) X= 56 (11´6)	Cónyuge	Transversal	Examinar el papel de las estrategias de afrontamiento religiosas (RCS) en el proceso de duelo.	"RCOPE" "Escala de Apoyo Religioso" "Inventario de duelo complicado" (ICG)	Afrontamiento religioso Apoyo de la comunidad religiosa Síntomas de duelo	Las RCS se asociaron positivamente con síntomas de dolor en muerte esperada y el afrontamiento religioso negativo predijo síntomas de dolor cuando era inesperada.
Kragt (2013)	148 (95%) Edad: 20-40	Hijo	Transversal	Estudiar el impacto de la muerte fetal y neonatal en la religiosidad y espiritualidad de los padres	Análisis de entradas en blogs y foros de discusión escritos por padres desconsolados.	Espiritualidad Religiosidad	Se ha encontrado desorientación religiosa, reorientación religiosa, búsqueda de significado y cambios de relaciones con otros.

Autor/es (año)	Muestra (N, %mujeres, media edad, DT)	Fallecido	Diseño de la investigación	Objetivo del estudio	Instrumento evaluación de afrontamiento religioso/espiritual	Variables psicológicas evaluadas	Resultados
Lövgren (2017)	174 (58%) X= 24 (3'8)	Hermano	Transversal	Identificar las formas de afrontar el dolor por duelo y examinar si se relacionan con la superación del dolor.	" <i>Inventario de Duelo Complicado</i> " (ICG) Cuestionario	Síntomas de duelo Estrategias de afrontamiento	Aquellos que había utilizado la espiritualidad y creencias religiosas para afrontar, tenían más probabilidades de haber superado su dolor que aquellos que no.
Mangione (2016)	51 (100%) Edad: 33-86	Padres	Transversal	Estudiar la conexión entre religiosidad y espiritualidad y la pérdida y el dolor.	Entrevista semiestructurada y abierta	Religiosidad Espiritualidad Enfoque del duelo	La religión y espiritualidad eran especialmente importantes para las hijas al perder a sus padres.
Neimeyer (2015)	41 (80%) X= 55	Ser querido	Transversal	Describir y evaluar un protocolo piloto para abordar el cambio tras la pérdida de un ser querido.	"Lista de Verificación de Reacciones de Duelo de Hogan" "Escala de Integración de Experiencias de Vida Estresante" (ISLES)	Reacción al duelo Significado de transición de vida estresante	Los participantes informaron una reducción significativa en el sufrimiento relacionado con el duelo, así como un crecimiento personal.

Autor/es (año)	Muestra (N, %mujeres, media edad, DT)	Fallecido	Diseño de la investigación	Objetivo del estudio	Instrumento evaluación de afrontamiento religioso/espiritual	Variables psicológicas evaluadas	Resultados
Ryckebosch -Dayez (2016)	40 (50%) X= 68 (7´66)	Cónyuge	Transversal	Examinar frecuencia, estresores y estrategias de afrontamiento tras 1 año de duelo.	Diario	Estresores relacionados con el duelo Estrategias de afrontamiento Eficacia de las estrategias de afrontamiento	Se encontraron factores estresantes frecuentes y estrategias de afrontamiento específicas y efectivas.
Sharpe (2011)	8 (0%) <i>Edad: 18-82</i>	Familiar	Transversal	Examinar las estrategias de afrontamiento utilizadas ante pérdidas por homicidio.	Entrevista semi-estructurada	Experiencia de duelo Estrategias de afrontamiento	Las principales estrategias utilizadas fueron el afrontamiento espiritual y la creación de significado, entre otras.
Steffen (2011)	12 (83%) X= 49 (15´8)	Ser querido	Transversal	Explorar el papel de la experiencia de "sentir la presencia del difunto" en el proceso de creación de significado en el duelo.	Entrevista semiestructurada	Sentido de presencia y significado	Se encontró beneficio en los participantes que habían encontrado significado a través de la creación de sentido existencial, espiritual y religioso.

Autor/es (año)	Muestra (N, %mujeres, media edad, DT)	Fallecido	Diseño de la investigación	Objetivo del estudio	Instrumento evaluación de afrontamiento religioso/espiritual	Variables psicológicas evaluadas	Resultados
Suhail (2011)	10 (30%) X= 41 (16´6)	Pariente significativo	Transversal	Explorar cómo la cultura y religión influyen en los procesos de duelo, estudiando el proceso de duelo en musulmanes.	Entrevista Etnográfica Entrevista semiestructurada	Afrontamiento Relación antes de la muerte Rituales que rodean a la muerte Cambio en la relación después de la muerte Forma del vínculo	Los hallazgos indicaron un fuerte impacto de la cultura y la religión en la expresión e intensidad del dolor, así como en el mantenimiento de los vínculos con el difunto.
Tang (2017)	178 (82%) X= 76 (7´27)	Familiar 1º grado	Transversal	Examinar el papel mediador del afrontamiento en relación a los factores de riesgo y los resultados del duelo.	Entrevista estructurada	Soledad emocional Soledad social	La muerte traumática predijo dolor, depresión y soledad a través del afrontamiento orientado a la pérdida.
Ting (2018)	128 (79%) X= 58 (13´1)	Pariente	Transversal	Examinar el papel de la espiritualidad con respecto a la angustia general y específica en el ajuste al duelo.	“Escala de Evaluación Funcional de Enfermedades Crónicas-Bienestar Espiritual” “Escala del Impacto del Evento” (IES-R)	Espiritualidad Angustia específica de duelo Angustia general	Los hallazgos resaltan la importancia de la sensación de paz previa a la pérdida como predictor de angustia psicológica durante el duelo.

Autor/es (año)	Muestra (N, %mujeres, media edad, DT)	Fallecido	Diseño de la investigación	Objetivo del estudio	Instrumento evaluación de afrentamiento religioso/espiritual	Variables psicológicas evaluadas	Resultados
Wilkum	313 (55%) X= 20	Abuelo	Transversal	Examinar cómo las personas que varían en religiosidad intrínseca evalúan la influencia del contenido religioso en los mensajes reconfortantes.	“Tarea de Evaluación de Comodidad Religiosa” “Escala de Resolución de Problemas Religiosos” (RPS) “Breve Índice de Religión de Duke” (DUREL)	Estilo de afrontamiento religioso Religiosidad intrínseca	Preferencia por los mensajes con contenido religioso, existiendo variación en función en función de la religiosidad intrínseca y el estilo de afrontamiento religioso.

Discusión

Este trabajo ha tenido como propósito realizar una revisión de la literatura publicada desde el año 2007 acerca de la influencia de la religiosidad y espiritualidad en el ajuste al duelo por la muerte de un ser querido.

Los procesos de afrontamiento desempeñan un papel crucial en la comprensión del ajuste al duelo porque son uno de los pocos factores que influyen en los resultados de duelo susceptibles de intervención. La religión/espiritualidad es uno de los recursos de afrontamiento más comúnmente utilizados entre los afligidos por la muerte de un ser querido y varios estudios han encontrado que usar el afrontamiento religioso para lidiar con la muerte tiende a estar positivamente relacionado con el ajuste al duelo. Se ha visto que las personas desconsoladas tienden a recurrir a creencias religiosas y espirituales, incluyendo creencia en Dios, para encontrar consuelo (Granek, Mazzotta, Tozer y Krzyzanowska, 2013; Mangione, Lyons y DiCello, 2016; Sharpe y Boyas, 2011; Steffen y Coyle, 2011, Suhail, Jamil, Oyebode y Ajmal, 2011). En línea con estos hallazgos, se encontró que una mayor religiosidad estaba relacionada con resultados de duelo y salud mental más positivos (Ando, Wong, Simon, Kira y Becker, 2015; Wilkum y MacGeorge, 2010). Estos resultados respaldan la noción de que el duelo puede proporcionar un contexto para una posible profundización de la religiosidad y crecimiento espiritual y personal.

En este sentido, la religión juega un papel clave a la hora de dar sentido a la pérdida. Enfrentando la muerte de un ser querido, las personas desconsoladas recurren a los recursos religiosos para darles significado y para avanzar hacia un mejor nivel emocional (Neimeyer y Young-Eisendrath, 2015).

No obstante, otras investigaciones han sugerido que, en casos de trauma severo, la creación de significado puede volverse insuperable y los desafíos espirituales que plantea el duelo pueden conducir a la pérdida de la fe (Exline, Park, Smyth y Carey, 2011; Kokou-Kpolou, Tremblay, Moukouta, Bagnnet y Menick, 2017). Muchas personas experimentan ira hacia Dios en su proceso de duelo, por lo que estos resultados sugieren, las estrategias religiosas no son recursos estáticos y constantes de disposición, sino que su uso puede depender de la intensidad del dolor.

Por otra parte, el tipo de muerte parece afectar a la relación entre el afrontamiento religioso y el ajuste al duelo. Cuando la muerte es inesperada, se asocia con mayores niveles de lucha espiritual y abandono o cambio de fe. El afrontamiento religioso negativo con respecto a la muerte inesperada, está fuertemente asociado con síntomas de duelo complicado. Además, hallazgos revelan que la muerte violenta se relaciona con mayor nivel de dolor y lucha espiritual que aquellos que perdieron a su ser querido de forma natural (Tang y Chow, 2017). Por otro lado, se ha encontrado que disponer de niveles elevados de paz interior antes de que se produzca la pérdida, jugaría un papel importante como factor de resiliencia que protege contra los efectos negativos del duelo. Se hace necesario evaluar esta faceta de la espiritualidad en futuras investigaciones ya que podría ayudar a las personas a enfrentar de forma más satisfactoria las adversidades incontrolables, como lo es la muerte en la familia (Ting, Lucette, Carver, Cannady y Kim, 2018).

El presente estudio sirve para ilustrar que la toma de sentido espiritual y la búsqueda de beneficios en el duelo, se clasificaron altamente como predictores de un mejor ajuste y mejores resultados de duelo (Steffen y Coyle, 2011). La elevación del bienestar espiritual y podría ser pues, útil para conformar la atención psicológica en pacientes en duelo.

Conclusiones y Limitaciones

De la revisión bibliográfica realizada, podemos extraer las siguientes conclusiones principales:

- En general, se considera que la religión ejerce un efecto positivo y beneficioso en el proceso de recuperación tras la muerte de un ser querido, al promover la aceptación y proporcionar significado a la pérdida.
- La muerte súbita o inesperada se documenta como una potencial experiencia traumática que predispone a trastornos psiquiátricos como depresión mayor o trastorno de ansiedad, provoca estrés emocional doloroso y angustia abrumadora que en general, obstaculiza las estrategias de afrontamiento para dar sentido a la pérdida.
- El afrontamiento religioso negativo es más probable que se dé en personas que afrontan la muerte inesperada y/o violenta de un ser querido. Además, aquellos que pierden a su ser querido de forma violenta, experimentan mayor dificultad para acomodar la pérdida emocional y espiritualmente que los afligidos por muerte natural/ la lucha espiritual es frecuente en los supervivientes de homicidio.
- Las personas desconsoladas con fuertes creencias religiosas y espirituales experimentan una resolución más rápida y satisfactoria del duelo en comparación con aquellos que no tienen dichas creencias.
- Disponer de ciertos niveles de paz interior previos al momento de la pérdida, favorece el proceso de adaptación al duelo.

En cuanto a los aspectos metodológicos de las investigaciones expuestas, debemos señalar que la naturaleza transversal y correlacional de la mayoría de los estudios, plantea problemas de interpretación ya que estos métodos no permiten inferencias con respecto a la dirección causal de la relación entre los niveles de religiosidad y espiritualidad y el ajuste al duelo. Disponer de un grupo de comparación de participantes sin duelo o más diseños longitudinales que demuestren los efectos de interacción también sería interesante para mostrar los efectos de la religión en el duelo. Debido a estas limitaciones, la interpretación de estos hallazgos debe hacerse con cautela.

Referencias

- Alam, R., Barrera, M., D`Agostino, N., Nicholas, D., y Schneiderman, G. (2012). Bereavement experiences of mothers and fathers over time after the death of a child due to cancer. *Death Studies*, 36, 1-22. doi: 10.1080/07481187.2011.553312
- Ando, M., Marquez-Wong, F., Simon, G., Kira, H. y Becker, C. (2015). Bereavement life review improves spiritual well-being and ameliorates depression among american caregivers. *Palliative and Supportive Care*, 13, 319-325. doi: 10.1017/S1478951514000030
- Bakker, J. y Paris, J. (2013). Bereavement and religion online: stillbirth, neonatal loss and parental religiosity. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 52, 657-674.
- Barroso, C. y Ruíz, R. (2014). Comprehensive wellbeing and variables linked to religiosity in mothers with children who died. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 132, 486-491.
- Burke, L. y Neimeyer, R. (2014). Complicated spiritual grief I: Relation to complicated grief symptomatology following violent death bereavement. *Death Studies*, 38, 289-267. doi: 10.1080/07481187.2013.829372
- Burke, L., Neimeyer, R., McDevitt-Murphy, M., Ippolito, M. y Roberts, J. (2011). Faith in the wake of homicide: religious coping and bereavement distress in an african american sample. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 21, 289-307. doi: 10.1080/10508619.2011.607416
- Currier, J., Mallot, J., Martinez, T., Sandy, C. y Neimeyer, R. (2013). Bereavement, religion and posttraumatic growth: a matched control group investigation. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5, 69-77. doi: 10.1037/a0027708

- Damianakis, T. y Marziali, E. (2012). Older adults' response to the loss of a spouse: the function of spirituality in understanding the grieving process. *Aging & Mental Health*, 16, 57-66.
- Dayez, A., Zech, E., Mac Cord, J. y Taverne, C. (2016). Daily life stressors and coping strategies during widowhood: A diary study after one year of bereavement. *Death Studies*, 40, 461-478.
- Dyer, J. y Hagedorn, B. (2013). Navigating bereavement with spirituality-based interventions: implications for non-faith-based counselors. *Counseling and Values*, 58, 69-84. doi: 10.1002/j.2161-007X.2013.00026.x
- Exline, J., Park, C., Smyth, J., y Carey, M. (2011). Anger toward God: social-cognitive predictors, prevalence and links with adjustment to bereavement and cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100, 129-148. doi: 10.1037/a0021716
- Feldman, D., Fischer, I., y Gressis, R. (2016). Does religious belief matter for grief and death anxiety? Experimental Philosophy meets Psychology of Religion. *Journal of the Scientific Study of Religion*, 55, 531-539.
- Granek, L., Mazzotta, P., Tozer, R. y Krzyzanowska, M. (2013). Oncologists' protocol and coping strategies in dealing with patient loss. *Death Studies*, 37, 937-952. doi: 10.1080/07481187.2012.692461
- Hamilton, J., Best, N., Wells, J. y Worthy, V. (2017). Making sense of loss through spirituality: perspectives of African-american family members who have experienced the death of a close family member to cancer. *Palliative and Supportive Care*, 16, 662-668.

- Hawthorne, D., Youngblut, J. y Brooten, D. (2016). Parent spirituality, grief and mental health at 1 and 3 months after their infant's/child's death in an intensive care unit. *Journal of Pediatric Nursing*, 31, 73-80.
- Hayward, R. y Krause, N. (2014). How religious doubt moderates depression symptoms following older adult bereavement. *Death Studies*, 38, 217-223. doi: 10.1080/07481187.2012.742476
- Johnson, S. y Armour, M. (2016). Finding strength, comfort and purpose in spirituality after homicide. *Psychology of Religion and Spirituality*, 8, 277-288.
- Kokou-Kpolou, K., Tremblay, J., Moukouta, C., Bagnet, L. y Menick, D. (2017). Unexpected death, religious coping and conjugal bereavement outcomes in Africa (Togo). *Mental Health, Religion & Culture*, 20, 766-782.
- Lövgren, M., Sveen, J., Steineck, G., Wallin, A., Eilertsen, M. y Kreicbergs, U. (2017). Spirituality and religious coping and related to cancer-bereaved siblings' long-term grief. *Palliative and Supportive Care*, 17, 138-142.
- Mangione, L., Lyons, M. y DiCello, D. (2016). Spirituality and Religion in experiences of italian american daughters grieving their fathers. *Psychology of Religion and Spirituality*, 8, 253-262.
- Neimeyer, R. y Young-Eisendrath, P. (2015). Assessing a buddhist treatment for bereavement and loss: the Mustard Seed Project. *Death Studies*, 39, 263-273.
- Rashe, R. y Diniso, M. (2017). The role of african theology and spirituality in the bereavement among amaxhosa children: an ecclesiastical challenge. *Pharos Journal of Theology*, 98, 1-9.
- Sharpe, T y Boyas, J. (2011). We fall down: the african american experience of coping with the homicide of a loved one. *Journal of Black Studies*, 42, 855-873. doi: 10.1177/00219347103

- Steffen, E., Coyle, A. (2011). Sense of presence experiences and meaning-making in bereavement: a qualitative analysis. *Death Studies*, 35, 579-609.
- Suhail, K., Jamil, N., Oyebode, J., Ajmal, M. (2011). Continuing bonds in bereaved pakistani muslims: effects of culture and religion. *Death Studies*, 35, 22-41. doi: 10.1080/07481181003765592
- Tang, S. y Chow, A. (2017). How do risk factors affect bereavement outcomes in later life? An exploration of the mediating role of dual process coping. *Psychiatry Research*, 255, 297-303.
- Ting, A., Lucette, A., Carver, C., Cannady, R. y Kim, Y. (2019). Preloss spirituality predicts postloss distress of bereaved cancer caregivers. *Annals of Behavioral Medicine*, 53, 150-157. doi: 10.1093/abm/kay024
- Wilkum, K. y MacGeorge, E. (2010). Does God Matter? Religious content and the evaluation of comforting messages in the context of bereavement. *Communication Research*, 37, 723-745. doi: 10.1177/0093650209356438
- Wortmann, J. y Park, C. (2008). Religion and spirituality in adjustment following bereavement: an integrative review. *Death Studies*, 32, 703-736. doi: 10.1080/07481180802289507
- Wortmann, J. y Park, C. (2009). Religion/Spirituality and change in meaning after bereavement: qualitative evidence for the meaning making model. *Journal of Loss and Trauma*, 14, 17-34. doi: 10.1080/15325020802173876
- Yoffe, L. (2007). *Efectos positivos de la religión y la espiritualidad en el afrontamiento de duelos* (Tesis Doctoral, Universidad de Palermo).