

TIPOS DE DUELOS

Centro San Camilo

Psic. Adriana M. Tejada Montaña.

TIPOS

- Duelo normal
 - Duelo anticipado
 - Duelo patológico
 - Duelo crónico
 - Duelo negado (inhibido, ausente)
 - Duelo retrasado
 - desautorizado
-

DUELO ANORMAL

- Lo que distingue un el duelo normal del anormal es la intensidad y duración de las reacciones en el tiempo.
 - En el duelo anormal o atípico el proceso queda bloqueado y el dolor es elaborado.
-

MECANISMOS DE DEFENSA

- 1) Negación :tendencia a negar la realidad
- 2) Represión: impide que los sentimientos salgan a flote.
- 3) Fijación: se detiene e ldesarrollo evolutivo a través de ideas obsesivas.
- 4) Racionalización: controla la dimensión emotiva a través de la dimensión racional.
- 5) Aislamiento: se presenta de forma externa en lo social y en forma interna en el plano emotivo y racional.

6) Regresión: se vuelve a un estadio de comportamiento anterior, se comporta como niño. Actitudes de egocentrismo, dependencia, pensamiento mágico y agresión.

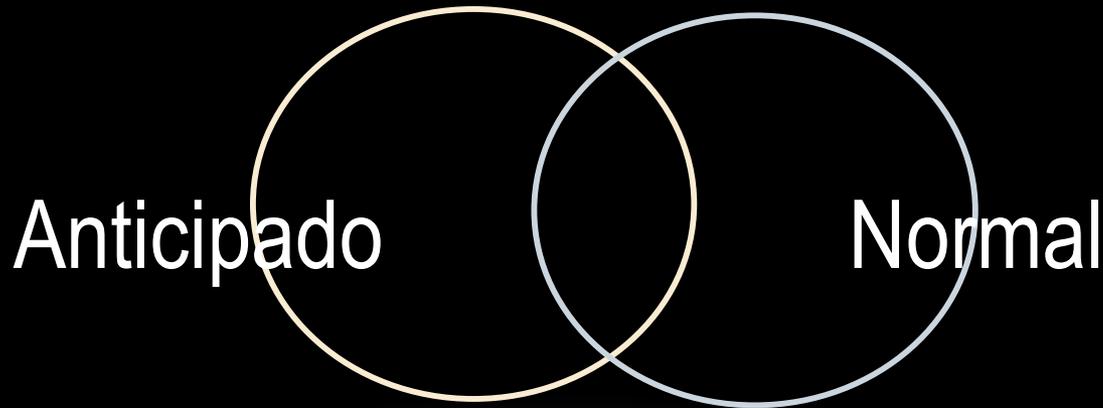
7) Somatización: la tensión al no ser liberada es absorbida por el organismo y manifestada en enfermedades.

8) Identificación: es un proceso psíquico de unificación con el otro .la persona no vive su proyecto de vida sino la del otro, del difunto.

Se identifican con el estado de muerte, como zombis.

DUELO ANTICIPADO

- Se llama así a la experiencia de vivir algunas fases del proceso de duelo que facilitan el desapego, antes de que ocurra la pérdida. Se presenta en casos de enfermedades terminales.



- El duelo anticipado permite a las personas la oportunidad de compartir sus sentimientos y prepararlos para la pérdida.
-

DUELO RETARDADO

- Es la reacción de control, que presentan algunas personas, en las fases iniciales del duelo.
 - Se puede presentar por atender lo relacionado a la pérdida y no se da tiempo a la experiencia personal.
-

DUELO CRÓNICO

- El superviviente es absorbido por constantes recuerdos y es incapaz de reinsertarse en el tejido social.
- Este tipo de reacción puede durar años.
- Si la persona se mantiene en la fantasía del pasado, no tiene tiempo ni cabida para el presente.
- La duración del duelo es anormalmente prolongada o permanente.
- El dolor emocional persiste en el tiempo y no parece acabar nunca.

DUELO PATOLÓGICO

- El dolor patológico encuentra expresión en agotamientos nerviosos, en síntomas hipocondríacos o de identificación con el fallecido y dependencia de fármacos o de alcohol.
 - La persona se ve superada por la gravedad de la pérdida y los equilibrios físico y psíquico se rompen.
-

DUELO AUSENTE

- También llamado enmascarado, evitado o reprimido, se presenta como una falta de aflicción consciente, es una prolongación de la fase de embotamiento o negación.
- Pasa de la fase de embotamiento a la de adaptación aparentemente bien.
- Su conducta esconde una sintomatología fóbica hacia todo lo que le recuerde al fallecido, para ello se deshará de foto, objetos del difunto y evitará las visitas al cementerio.

DUELO EXAGERADO

- El doliente experimenta una intensa reacción al duelo, reacciona exageradamente como escape.
 - Se siente aplastado, desbordado y busca ayuda.
 - Sabe que lo que le ocurre es relacionado con la pérdida.
-

DUELO RETRAZADO

- También llamado duelo retardado, aplazado, diferido, inhibido o pospuesto.
 - El duelo se inhibe inicialmente y aparece más tarde con motivo de otra pérdida a la que se responde de forma desmesurada.
-

DUELOS COMPLICADOS

DUELOS COMPLICADOS

- El proceso de duelo nunca se ha dado.
 - Se detiene morbosamente en alguna etapa.
 - Progresa hasta alguna de ellas, y retrocede una y otra vez hacia alguna anterior.
 - Se detiene e intenta evitar una etapa.
-

TRASTORNOS MÁS COMUNES ASOCIADOS A COMPLICACIONES EN EL PROCESO DE DUELO

- Depresión grave.
 - Trastornos psicosociales de integración.
 - Abuso de drogas o alcohol.
 - Ideas recurrentes de la propia muerte.
 - Duración anormal de los síntomas.
 - Ausencia de pena.
-

DUELO MÚLTIPLE

- En las pérdidas múltiples las personas viven una sobredosis de sufrimiento.
 - Se considera cualquier situación en la que se pierdan a varios seres queridos simultáneamente o en un tiempo breve.
 - Por ejemplo en caso de accidente de auto, una mujer pierde esposo y a un hijo.
 - En caso de incendio
 - En catástrofe natural como lo fue la desaparición de la mitad del pueblo de la Pintada, Gro.
-

CRITERIOS DEL DUELO COMPLICADO

- Para afirmar que se trata de un duelo complicado deben cumplirse los siguientes criterios (A,B,C,D) simultáneamente.
 1. **Criterio A:** estrés por la separación afectiva que conlleva la muerte
 2. **Criterio B:** estrés por el trauma psíquico que supone la muerte
 3. **Criterio C:** cronología
 4. **Criterio D:** deterioro

CRITERIO A, ESTRÉS POR LA SEPARCIÓN AFECTIVA

1. Pensamiento intrusivo, que entran sin control sobre el fallecido.
 2. Añoranza
 3. Búsqueda
 4. Sentimiento de soledad
-

CRITERIO B, ESTRÉS POR EL TRAUMA PSIQUICO

1. Falta de metas y/o tener la sensación de que todo es inútil respecto al futuro.
 2. Sensación subjetiva de frialdad, indiferencia o ausencia de respuesta emocional.
 3. Dificultad para aceptar la realidad de la muerte.
 4. Sentir que la vida está vacía y/o que no tiene sentido.
 5. Sentir que se ha muerto una parte de sí mismo.
 6. Asumir síntomas y/o conductas perjudiciales del fallecido o relacionadas con él.
 7. Excesiva irritabilidad, amargura y/o enfado en relación con el fallecido.
 8. Tener alterada la manera de ver e interpretar el mundo.
-

CRITERIO C: CRONOLOGIA

- La duración del trastorno, de los síntomas antes mencionados , es al menos de 6 meses.

CIRTERIO D: DETERIORO

- El trastorno cusa un importante deterioro de la vida social, laboral u otras actividades significativas de la persona. Es visible y observable.

DUELO ANTE DESASTRE NATURAL

- La naturaleza de la muerte afectará la reacción de los parientes ante ella.
- Los cuestionamientos surgen : ¿fue oportuna como en el caso de un pariente anciano o enfermo, o fue inoportuna como en un accidente; fue esperada o inesperada, o fueron las circunstancias desastrosas como en el caso de un asesinato o de una catástrofe?

SINTOMAS EMOCIONALES Y PSICOLOGICOS

- Incapacidad para manejar sentimientos intensos, tensión crónica, confusión y agotamiento.
 - Frecuentes pesadillas e insomnio
 - Dificultad en el manejo de relaciones interpersonales
 - Capacidad laboral deficiente
 - Incremento en el índice de accidentes
-

DUDAS QUE RETRAZAN O APLAZAN EL DUELO

- ¿Primero se ahogó o estaba inconsciente?
 - ¿Estaba quemado o se sofocó al morir?
 - ¿cuánto tiempo estuvo llorando antes de morir?
 - ¿Sabía lo que estaba sucediendo?
 - ¿Podría haberlo prevenido si hubiera estado presente?
 - No descansaré hasta que se castigue al criminal.
 - ¿Por qué nadie lo previno?
 - ¿A quién puedo culpar?
 - ¿Sufrió?
-

LA CULPA DEL SOBREVIENTE

La culpa puede presentarse por los siguientes sentimientos de:

- No ser capaz de hacer más para salvar a otros.
- Que la propia vida fue a costa de la vida de alguna otra persona,
- No hacer caso de las advertencias o procedimientos de salud y de seguridad
- Acciones que condujeron a la otra persona a estar presente en el lugar del siniestro, como cambios eventuales o cambios de turno.

SOBREVIVIENTES CON RESPONSABILIDAD

La culpa se puede experimentar con mayor intensidad para los que desempeñaron un papel de responsabilidad en el lugar del desastre.

- Policia
- Padre
- Familia

EFFECTOS POSTERIORES

- Haber presenciado la muerte de naturaleza grotesca.
- Genera falta de sentido y de orden .
- Esto le pasa a los que se lo merecen, por qué yo?
- El concepto de sí mismo se pone en tela de juicio, ante el afrontamiento de posibles eventos positivos y negativos en la vida

PÉRDIDAS DEL SOBREVIVIENTE

Puede perder alguno o todos los elementos siguientes:

- Un lugar de trabajo
- Identidad
- Capacidad laboral
- Personalidad
- Algún miembro de su cuerpo
- Fe
- esperanza
- Posición
- Ingreso económico
- Hogar
- comunidad
- Personas
- Relaciones

Estas pérdidas provoca reacciones de duelo combinadas

OBJETIVOS DE LA AYUDA COMO CRISIS

- Enfrentar problemas inmediatos y brindar primer auxilio emocional
- Desarrollar proyectos a largo plazo y establecer un servicio de orientación

AYUDA AL DOLIENTE

- Es necesaria si:
 - ✓ Los miembros de la familia están incapacitados para comunicarse unos con otros
 - ✓ La persona está atorado con un sentimiento y no puede funcionar
 - ✓ Siente la necesidad de explorar lo que está sucediendo
 - ✓ Se siente desesperadamente atrapado en sus emociones
-