

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El concepto de muerte es abstracto, complejo y de difícil comprensión, de ahí que la forma de abordarlo dependa de diferentes aspectos tales como la edad, la cultura, el nivel de desarrollo evolutivo, la educación, la religión, etc. Además de los aspectos emocionales, cognitivos, conductuales y físicos que se encuentran involucrados, no sólo en los niños y adolescentes, sino en los propios adultos. Así, la muerte suele ser una situación que no se tolera fácilmente ya que se escapa de las manos el poder entenderla y aceptarla.

Haciendo una retrospectiva, durante la antigüedad, en muchas culturas las personas vivían toda su vida preparándose para su propia muerte, con la creencia siempre latente de una vida más allá de la muerte. Esta forma de pensar partía de la idea que morir era el paso hacia un plano mayor, toda su preparación se notaba desde la forma de vivir la vida, hasta las manifestaciones externas, colocando objetos en la tumba de la persona y ofrendas, era una especie de culto a los muertos.

Desde una perspectiva teológica, la vida y Dios se establecen como realidades que se condicionan históricamente, ambas realidades acontecen y así son. Este dinámico condecirse de Dios y la vida no excluye la muerte como realidad que esencialmente atañe al hombre, sino que lo confronta con el sentido de su radical finitud y a la vez, cuestiona el significado que se haga de la infinitud y trascendencia de Dios y nos obliga a hablar de la muerte más allá del silencio resignado. (Noemí J.,2007: 41-55).

Así, desde un punto de vista cristiano, la cuestión del alma no se puede tratar sólo en términos metafísicos o psicológicos. Es un misterio religioso; es decir, hay que comprenderlo desde la perspectiva de Dios, que ha querido crear seres personales ante Él, para compartir su vida y su amor. Una persona no es una cosa, destinada a subsistir, sino un sujeto destinado a compartir la intimidad de las tres Personas divinas. Ese designio, conocido por la fe, determina lo que es la persona humana, un misterio religioso, un nombre pronunciado por Dios que nunca lo olvida, un hijo llamado a compartir la felicidad del Padre. En la biblia (Palabra de Dios) se

habla de la muerte, en ella se puede encontrar una forma de entenderla y comprenderla. (Lorda J., 2005: 316-320).

Socialmente, la muerte es un tema tabú, no se habla de la muerte, o se evade el tema, mucho menos se habla de la muerte en familia ni se les explica a los niños lo que es la muerte; por eso, cuando llega el momento, se cae en muchos errores, excusas, omisiones, y es entonces cuando los niños crecen con ideas equivocadas en torno a las diferentes situaciones que rodean la muerte; incluso se puede caer en la fácil tentación de apartar al niño de la realidad que se está viviendo con el pretexto de ahorrarle sufrimiento.

Aunque posiblemente el niño no esté en condiciones de comprender todavía lo que es la muerte (¿es que acaso nosotros la comprendemos?), es perfectamente sensible a la reacción de los adultos que lloran y sufren a su alrededor. (Bucay J., 2008: 233). Bien se sabe, que se habla escasamente de la muerte en la escuela y en la familia. Si bien hablar de la muerte con el niño puede resultar doloroso y difícil hay que hacerlo y cuanto antes mejor, encontrando el momento propicio. De ahí la importancia y necesidad de investigar este tema que se plantea y de crear un programa adecuado, de lenguaje sencillo y claro que sirva como guía de orientación para padres y educadores.

La comprensión de la muerte implica el entendimiento de los conceptos de irreversibilidad (definitiva, permanente; nadie puede devolverse la vida a sí mismo o a otra persona), inevitabilidad (nadie puede evitar la muerte) y universalidad (la muerte le sucede a todo lo que está vivo). Comprender estos conceptos depende de variables como la edad, la experiencia y el desarrollo cognitivo.

Es así como, tras cualquier clase de pérdida se experimenta el duelo, proceso formal de responder a la muerte, común y doloroso para todos, siendo más intenso tras el fallecimiento de algún ser querido con el cual se mantenía un vínculo especial. No es un sentimiento único, sino más bien una completa sucesión de sentimientos que precisan de cierto tiempo para ser superados, no siendo posible

el acortar este período de tiempo. Aunque todos somos diferentes, el orden en que se experimenta estos sentimientos es muy similar para la mayoría de las personas.

Conviene aclarar que la forma que tiene el niño de enfrentarse a la muerte de un ser querido es distinta de la que tiene el adulto, porque su concepto de muerte no llega a ser maduro hasta los diez u once años; dependiendo así de la edad, la personalidad, de las experiencias previas de la muerte, y de su relación con el difunto. Además, se verá influenciado por las circunstancias del deceso: el ambiente que rodea al niño, la causa de la muerte, la capacidad de comunicación de los familiares, la estabilidad de la familia tras la muerte y su entorno afectivo.

Es pertinente citar un estudio realizado por Arroyo Natalia y Schosinsky Ilse en la Universidad de Costa Rica, Escuela de Psicología (2009), titulado “Proceso del duelo en niños y niñas de cuatro a seis años tras la muerte de un (a) pariente cercano (a) debido a una enfermedad terminal”, cuyas recomendaciones apuntan a que hay que seguir ofreciendo atención psicológica a los (as) infantes durante el duelo anticipado; es de suma importancia hablar con la verdad en términos simples y con lenguaje acorde a la edad del/la niño (a) acerca de los cambios que comenzará a observar, así como compartir juntos las emociones. Las recomendaciones de todas las investigaciones se dirigen a fomentar estudios con respecto al tema del duelo infantil y abrir espacios académicos, como módulos, seminarios de temas o grupos de discusión. Cabe mencionar que son numerosos los estudios realizados sobre el duelo infantil en el ámbito internacional, como muy escasos los que tienen un enfoque religioso.

En Bolivia no existen estudios realizados en el tema, por ende se adolece de información general sobre el mismo, siendo ésta muy escasa; como consecuencia de ello tampoco se cuenta con estrategias y programas psicoeducativos que faciliten el afrontamiento del duelo en niños; de igual manera en el Departamento de Tarija la realidad es la misma ya que ni siquiera existe bibliografía que se pueda consultar mucho menos adquirir. Otro aspecto muy importante lo constituye el hecho que el tema del duelo no se lo aborde en profundidad en la currícula de la Carrera de Psicología. De ahí, que los estudios relacionados con el duelo en nuestro medio están ausentes, careciendo de un diagnóstico general que

permita saber qué piensan, sienten y hacen los niños en Tarija frente a este hecho tan difícil de asumir y comprender . Es por ello que la presente investigación es de corte exploratorio-descriptivo, ofreciendo un diagnóstico y una herramienta de ayuda para todo adulto que esté a cargo de un menor; pues se trata de una primera aproximación en el contexto boliviano sobre este tema tan álgido e importante en la vida del ser humano.

En función a todo lo anteriormente expuesto se plantea el problema de investigación en los siguientes términos:

¿Un programa psicoeducativo para la orientación del duelo infantil con perspectiva religiosa coadyuvará a una comprensión adecuada del mismo en niños de 5^{to} de primaria de los Colegios Católicos de la ciudad de Tarija?

1.2. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

El proceso de duelo en los niños es un tema del que muchas veces nos olvidamos; erróneamente creemos que ellos no entienden lo que significa una pérdida. Los pequeños viven este proceso quizá de una forma más difícil que los adultos, por el hecho de que muchas veces son excluidos, lo que hace que no puedan expresar sus sentimientos, temores y dudas, sin encontrar un adulto que los escuche o que les explique con claridad qué está pasando. (Sierra U.,G., y Rendon O.,M., 2009:7).

Asimismo, la realidad de Dios en la vida de las personas se ha dado siglo tras siglo y a través de las distintas religiones se encuentra significado a la muerte; es por ello que por medio de este estudio se pretende, desde la psicología educativa y desde una perspectiva religiosa, brindar las herramientas y estrategias necesarias para ayudar a los niños a enfrentar este proceso tan difícil, que es el duelo.

En este sentido, hay que destacar que la ciencia tiene como uno de sus objetivos centrales no sólo identificar fenómenos psicológicos, sino intentar dar respuestas a muchos de ellos. De ahí que el presente estudio persigue dar respuesta a un tema poco o nada hablado como es la muerte y el proceso que viene como consecuencia de la misma; es así que en Tarija y en general en Bolivia, no existe ningún programa orientado a trabajar sobre este tema, es más, cuando se trata de explicar a un niño qué es la muerte, los padres, maestros y familiares no saben exactamente cómo abordarlo.

A través del presente trabajo se pretende presentar una propuesta integral, pues se considera en la misma, diversas dimensiones del duelo como son la cognitiva, emocional, conductual, física y religiosa; así como la etapa del desarrollo evolutivo en que se encuentra el niño como factor determinante para entender la muerte.

La población para la realización de este estudio ha sido tomada de colegios católicos de la ciudad de Tarija, por el tipo de educación impartida en los mismos, ya que la propuesta del programa incluirá de una forma clara y sencilla valores y

lo que dice la Iglesia Católica acerca de la muerte y las formas de superarlo; y por el corte formativo de la investigadora. Asimismo, se toma dicha población con el fin de coadyuvar al cumplimiento de los objetivos de los Colegios Católicos que es brindar una formación basada en principios y valores evangélicos.

Es importante la implementación de esta propuesta, no sólo por el hecho de ser un tema poco explorado en nuestro medio, sino porque los datos que se recaben de la misma permitirán brindar un apoyo integral, con alternativas e información clara y sencilla, para ayudar a los niños que oscilan entre los 9-12 años a afrontar el duelo y que actualmente se encuentran cursando el quinto de primaria. No obstante, cabe mencionar que en el contexto donde se pretende realizar el presente trabajo de investigación, no existe ningún antecedente de trabajos similares, permitiendo indagar, describir y analizar la problemática planteada.

Por tanto, se considera que este estudio tiene gran relevancia, porque como bien se sabe, el duelo por la muerte de un ser querido es una situación no deseada que sumerge a la persona en una importantísima crisis vital, y no puede suponerse que todas las personas dispondrán de recursos suficientes para enfrentarse y elaborar adecuadamente una pérdida, de ahí la relevancia de realizar esta propuesta. Aunque no todo duelo necesita ser atendido, es importante la concienciación de los profesionales psicólogos, educadores, padres y madres de familia, en el hecho de que el duelo es una crisis vital con características específicas y que en función de una serie de factores concomitantes puede evolucionar mal.

El aporte teórico de esta investigación es el de brindar nuevos conocimientos referentes al tema, contextualizado en nuestro medio, con el fin de que los padres, cuidadores y maestros, tengan claridad sobre el duelo y sus efectos, específicamente sobre la población objeto de estudio para acompañarlos en el proceso.

La aportación práctica de la investigación es que realiza una propuesta psicoeducativa con enfoque religioso que permite a padres, psicólogos y educadores contar con una propuesta que aborda el tema del duelo de manera integral, pues toma para ello los aportes de la psicología del niño en duelo y el

enfoque religioso, es decir, las enseñanzas y creencias de la iglesia católica respecto a la muerte.

La contribución metodológica consiste en aportar herramientas, alternativas de resolución, pautas y estrategias para el afrontamiento del duelo infantil, con el fin de facilitar a los pequeños de la mejor manera, vivir sus pérdidas. Asimismo, aportará con instrumentos a través de los cuales puede valorarse la percepción, sentimientos y conductas más frecuentes en los niños frente a una posible pérdida.

En base a todas estas consideraciones resulta importante elaborar esta investigación que aborde el duelo en niños con un enfoque religioso, a través de la elaboración de un programa que les permita comprender y afrontar el proceso del duelo identificando las reacciones propias del proceso, guiando el posible despidio a sus muertos, a leer con otra mirada, la pérdida de alguien.

Esta investigación, orientada desde el campo de acción de la psicología educativa, intenta ser una pequeña contribución a la solución del problema, por lo que el contenido del trabajo trata de aportar datos e información relevantes, según la edad de la población de estudio.

2.1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

¿Un programa psicoeducativo para la orientación del duelo infantil con perspectiva religiosa, coadyuvará a una comprensión adecuada del mismo en niños de 5^{to} de primaria de los Colegios Católicos de la ciudad de Tarija?

2.2. OBJETIVOS

Los objetivos planteados para el presente trabajo de investigación son los siguientes:

2.2.1. Objetivo General

- Proponer un programa psicoeducativo para la orientación del duelo infantil con perspectiva religiosa, que coadyuve a una comprensión adecuada del mismo en niños de 5^{to} de primaria de los Colegios Católicos de la ciudad de Tarija.

2.2.2. Objetivos Específicos

- Identificar la manera cómo los niños expresan las manifestaciones cognitivas, emocionales, conductuales, físicas y religiosas frente a la muerte.
- Desarrollar el programa para la orientación del duelo infantil con perspectiva religiosa, a través de una metodología activo participativa que aborde conocimientos, emociones, conductas, aspectos físicos y religiosos; para facilitar la comprensión de la muerte en los niños.
- Determinar el impacto del programa psicoeducativo para la orientación del duelo infantil.

2.3. HIPÓTESIS

La implementación de un programa psicoeducativo para la orientación del duelo infantil con perspectiva religiosa coadyuva positivamente a la comprensión adecuada del duelo en los niños de 5^{to} de primaria de los Colegios Católicos de la ciudad de Tarija.

Al iniciar este capítulo es necesario destacar la importancia y aporte de la investigación en el campo de las disciplinas psicológicas, puesto que promueve la adquisición de nuevos conocimientos referentes al tema en estudio: El Duelo Infantil, con el fin de ayudar a los niños a enfrentarse a la muerte, específicamente la de un ser querido.

Se piensa y habla poco de la muerte entre adultos, poco o nada a los niños. Para la mayoría de los niños, el luto es una experiencia nueva. Y como pasa con toda nueva experiencia, lo desconocido puede resultar confuso y amedrentador. La mayor parte de los niños no saben qué esperar luego de la pérdida de un miembro de la familia o algún amigo. Es posible que los niños pequeños no comprendan qué realmente significa morir y puedan sentirse confundidos por las reacciones de los miembros de su familia. (<http://www.vivirlaperdida.com/dueloinfantil.htm>).

Los niños buscan respuestas y consuelo de los mayores que les rodean, sin embargo, a menudo se sienten impotentes para esta función. Si bien los adultos no tienen todas las respuestas, pueden ayudar a los niños a comprender mejor ese proceso del duelo.

De esta manera, en el presente capítulo se abordan los siguientes contenidos teóricos: las etapas del desarrollo evolutivo del niño, la muerte, el duelo, la religión, y algunas metodologías de apoyo al niño ante el duelo, que son de gran importancia para el desarrollo de la investigación.

3.1. ETAPAS DEL DESARROLLO EVOLUTIVO: TEORÍAS COGNITIVAS DE PIAGET

Las teorías cognitivas se centran en el estudio de la estructura y desarrollo de los procesos del pensamiento, especialmente cómo afecta esto a la comprensión de la persona sobre su entorno. De todas las teorías cognitivas el presente estudio se va a centrar en la obra de **Piaget**. Él suponía que los niños a cada edad tienen capacidad para resolver determinadas cuestiones y problemas.

Antes de pasar al estudio de las etapas, se presentan algunos conceptos que utiliza.

Para Piaget todos tienen una profunda necesidad de equilibrio. El equilibrio es un estado de armonía mental. Esta armonía mental se logra cuando los esquemas concuerdan con las experiencias reales de las personas. Los *esquemas* son las formas de pensar e interactuar con las ideas y objetos del entorno. Puede ocurrir que los esquemas no encajen con las experiencias y entonces aparecen los desequilibrios, las crisis, la confusión. Si se supera la confusión lo que se hace es modificar esquemas viejos por esquemas nuevos.

El crecimiento cognitivo se lleva a cabo mediante dos procesos:

- La *organización*. Consiste en organizar las ideas que se van asimilando para que tengan sentido.

- La *adaptación*. Consiste en adaptar las ideas para incluir nuevas formas de pensar. La adaptación se logra mediante dos mecanismos que funcionan al unísono y son:

- La asimilación o incorporación de nuevas ideas al esquema actual.
- La acomodación o proceso por el que la nueva información queda perfectamente integrada en la estructura cognitiva o intelectual.

Establece los siguientes periodos en el desarrollo evolutivo:

a) *Primer periodo, 0 a 2 años*: llamado periodo *sensoriomotor*. En este periodo el niño utiliza sus sentidos y capacidades motoras para conocer los objetos y el mundo (ve qué es lo que puede hacer con las cosas). Aprende lo que se llama la permanencia del objeto.

b) *Segundo periodo, desde 2 a 6 años*: llamado periodo *preoperacional*. Los niños son capaces de utilizar el pensamiento simbólico, que incluye la capacidad de hablar. Los humanos utilizan signos para conocer el mundo y los niños ya los manejan en este periodo. Sin embargo, este pensamiento simbólico es todavía un pensamiento egocéntrico, el niño entiende el mundo desde su perspectiva.

c) *Tercer periodo, desde los 7 a los 11 años*: periodo de las *operaciones concretas*. En este periodo el niño puede aplicar la lógica, aplica principios. El niño ya no conoce intuitivamente sino racionalmente. Sin embargo, no maneja

todavía abstracciones. Su pensamiento está anclado en la acción concreta que realiza. Es el periodo escolar.

d) Cuarto periodo, de los 12 años en adelante: periodo de las *operaciones formales*. Hablamos del adolescente y del adulto. Es la etapa del pensamiento abstracto, no solo piensa de la realidad, sino cómo puede hacer las cosas, ya puede hipotetizar.

3.2. LA MUERTE

El concepto de muerte es abstracto y complejo, por lo que abordarlo y comprenderlo depende de aspectos como la edad, nivel sociocultural, nivel de desarrollo evolutivo, educación, religión, etc. La comprensión de la muerte implica el entendimiento de los conceptos de irreversibilidad (definitiva, permanente; nadie puede devolverse la vida a sí mismo o a otra persona), inevitabilidad (nadie puede evitar la muerte) y universalidad (la muerte le sucede a todo lo que está vivo). Comprender estos conceptos depende de variables como la edad, la experiencia y el desarrollo cognitivo. La especie humana es la única para la que la muerte está presente durante toda la vida. La única que acompaña a la muerte de un ritual funerario y la única que cree en la supervivencia o resurrección de los muertos.

La muerte es quizás la realidad más cierta y segura que nos aguarda desde el momento que nacemos y paradójicamente, a pesar de esta realidad que todos conocemos teóricamente, ofrecemos una gran resistencia a admitir nuestra propia muerte, y vivimos más o menos, como si fuéramos inmortales. Admitimos la muerte de otros -“veo a los otros que de un momento a otro pueden morirse, y yo, sin embargo me siento inmortal”-. Éste es más o menos el sentir general.

“La definición de la muerte, en general, hace referencia a la cesación de todos los fenómenos vitales del organismo (muerte clínica). En el hombre se conoce por la suspensión cardíaca, respiratoria y circulatoria. Sin embargo, a la muerte del individuo no corresponde inmediatamente la muerte de todas las células, que siguen viviendo por algún tiempo”. (Hernández R., 2001:74).

3.3. CONCEPCIONES DE LA MUERTE EN DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA DEL NIÑO

Muy tempranamente, a partir de que el niño es capaz de darse cuenta de su distintividad, comienza el proceso diferenciador que le va a llevar a distinguir la muerte del otro como algo que no le pertenece. Sin embargo, la muerte de otros va afectar a su propia seguridad, por lo que el proceso terminal y lo muerto va provocar reacciones conmovedoras y, con frecuencia, traumáticas.

En el estudio evolutivo de la muerte se han utilizado dos factores que pueden incidir en la percepción de la muerte por el niño: “la edad cronológica” y “la madurez intelectual”. Los estudios concluyen que a medida que aumenta la edad, los niños van comprendiendo con más precisión el concepto de la muerte:

1. Los niños entre 3-4 años tienen un conocimiento escaso acerca de lo que es morir.
2. Entre los 5-6 años comienzan a asumir la realidad del concepto muerte, aunque ésto no sea generalizable a todos los niños. La concepción que suelen tener de la muerte es que se trata de una separación de lo que quieren: personas, animales, cosas, etc.
3. Sobre los 7-8 años de edad aceptan la realidad de su muerte de manera casi general.
4. A los 9-10 años la realidad de la muerte es plenamente aceptada y la concepción que se tiene de ella es precisa.
5. A diferencia del niño, los jóvenes (entre los 11 a los 22 años) tienen una concepción sobre la muerte como algo inevitable que supone el final de todo, el paso a otra vida, una liberación, etc., no obstante, la muerte la ven como lejana y que no tiene que ver con ellos de forma inmediata. (Hernández R., 2001:76).

Niños en edad intermedia (9 a 12 años). En cuanto a su desarrollo, los niños de esta edad están leyendo libros de aventuras, contando cuentos de fantasmas y pensando en los superhéroes. Frecuentemente consideran la muerte como un ser

sobrenatural que viene y se lleva a alguien. A pesar de que piensan en la muerte como en algo que les sucede principalmente a las personas mayores, se dan cuenta de que les puede suceder a los jóvenes, a sus padres, a sus seres queridos. En esta edad, pueden desarrollar temores de que sus padres mueran o tener pesadillas sobre la muerte de un amigo o de un ser querido. Pueden también pensar que las personas mueren debido a alguna maldad que hizo la persona fallecida, o alguien alrededor de ellos (la muerte es un castigo por el mal comportamiento). De nuevo, este tipo de pensamiento puede conducir a sentimientos de culpa y remordimiento. (*James Batts, PhD, NCSP Universidad de Eastern Kentucky*)

3.4. EL DUELO

“El duelo, del latín “cor-dolium” (el corazón duele), es el proceso de reacciones o el trabajo interior experimentado por quién vive una pérdida. El trabajo del duelo involucra las dimensiones emotivas, cognitivas, comportamentales y físicas de la persona. El tipo de pérdida define la intensidad y la duración del duelo; por ejemplo, las reacciones que acompañan a la pérdida de un ser querido con quien se mantenía un vínculo especial serán más fuertes que aquellas que se experimentan cuando se debe dejar la propia tierra para realizar estudios en el exterior”. (Pangrazzi A., 2006:11).

“El duelo como proceso de elaboración del dolor incluye una variedad de reacciones vividas al decir adiós a un ser querido. Hay quien logra orientar con sus propias fuerzas una nueva vida, y también quien se refugia en la amargura y en el desconsuelo; quien busca la ayuda de un psicólogo, un psiquiatra o un sacerdote, y quien sana el corazón herido compartiendo con otras personas que viven dolores semejantes”. (Pangrazzi A., 2006:5).

El término duelo y procesos de duelo puede también aplicarse a aquellos procesos psicológicos y psicosociales que se ponen en marcha ante cualquier tipo de pérdida (la pérdida de un ser querido, los fracasos escolares, las situaciones de abandono: divorcio, separación, rechazo de los padres; los problemas familiares, los cambios de domicilio, los problemas económicos, la pérdida de empleo, el

diagnóstico de una enfermedad grave o invalidante). Todos estos factores estresantes pueden originar igualmente reacciones desadaptativas con manifestaciones de índole depresiva y emocional como tristeza, llanto, desesperanza, impotencia, rabia y culpa, además de disfunción importante a nivel social y laboral. (Lorraine Sherr,1992: 83).

El duelo normal se inicia inmediatamente después, o en los meses subsiguientes, a la muerte de un ser querido. Los signos y síntomas típicos del duelo son: tristeza, recuerdo reiterativo de la persona fallecida, llanto, irritabilidad, insomnio y dificultad para concentrarse y llevar a cabo las labores cotidianas. El duelo tiene una duración variable que, normalmente no es superior a seis meses; sin embargo, un duelo normal puede acabar provocando un trastorno depresivo completo que requiera tratamiento.

Los duelos insuficientemente elaborados pueden dar lugar a la aparición de psicopatología, así como un trastorno mental establecido puede suponer dificultades en la elaboración de un trabajo de duelo. (Ibidem: 84).

3.4.1. Concepción Biopsicosocial y Religiosa del Duelo

- **Perspectiva psicológica.** No es posible evitar los duelos, pero las formas de reaccionar ante ellos varía. Desde el punto de vista psicológico se sabe que la no elaboración de un duelo importante predispone hacia dificultades con otros duelos. Un duelo o un conjunto de duelos mal elaborados puede cronificarse en cualquiera de las formas de psicopatología, así mismo puede hacer recaer al individuo en su psicopatología ya existente.
- **Perspectiva psicosocial.** La forma de elaborar los duelos y transiciones psicosociales es un componente fundamental de nuestra adaptación al entorno. Si bien lo que desencadena un duelo en una persona es siempre idiosincrásico de la misma, existen situaciones que prácticamente en todos los seres humanos desencadenan duelos de cierta importancia, son las llamadas transiciones o crisis psicosociales.

- **Perspectiva social y etológico-antropológica.** La elaboración normal del duelo conduce a la reconstrucción del mundo interno. Es la situación que el luto ritualiza con la obligada permanencia de la persona en duelo en casa, estándole “socialmente prohibidas” diversiones, vestidos vistosos, etc.; así podrá concentrarse en el “trabajo interno” del duelo. Las manifestaciones sociales y antropológicas del duelo y los procesos de duelo tienen una triple función: permitir la expresión al nivel de la sociedad de esos procesos, tender a ayudar en el proceso psicológico del duelo (de ahí de la importancia de determinados ritos como los funerales) y por último, facilitar la comunicación del hecho a la comunidad, proporcionando a los vivos ocasión de consagrarse con los muertos y allegados, y preparándolos para nuevas relaciones a través de los actos sociales.
- **Perspectiva biológica.** El duelo es una respuesta fisiológica y a la vez emocional. Durante la fase aguda del duelo, al igual que ocurre en otros acontecimientos estresantes, puede sufrirse una alteración de los ritmos biológicos. El sistema inmune también puede alterarse como consecuencia del duelo: disminuye la proliferación de leucocitos y se deteriora el funcionamiento de las células asesinas naturales. Se desconoce si los cambios inmunológicos son significativos, pero el índice de mortalidad de viudos en un periodo próximo al fallecimiento de su cónyuge es mayor que el de la población general.

En general se han evidenciado complejas interacciones psico-neuro-endocrino-inmunitarias, con alteración del eje hipotálamo- hipófisis-suprarrenal. (Lorraine Sherr,1992: 93).
- **Perspectiva religiosa.** La religión es una necesidad psicosocial, la persona es un ser religioso por naturaleza, pertenezca a cualquiera de las religiones, comunidades religiosas o sectas. La religión, desde sus orígenes, ha constituido esa realidad cuyas funciones, para el individuo y la sociedad, han sido básicamente la de dar a la persona aquello que le es imposible recibir de

cualquier otra fuente: fe en el éxito en todos los combates de la vida, merced a la unión personal con la potencia o potencias superiores del mundo y auxilio dotándola de nuevas fuerzas y satisfacciones.

Las creencias religiosas que se tengan van a influir en la forma de afrontar y elaborar el duelo, y ésto dependerá de la unión personal con Dios, quien dota de nuevas fuerzas y satisfacciones.

3.4.2. Fases del Duelo

En el duelo pueden describirse cuatro fases, cada una con manifestaciones distintas a nivel emocional, somático, contenido del pensamiento y motivación. Bowlby (1980,1983) planteó las siguientes:

La fase 1, “fase de entumecimiento o shock”, es la fase temprana de intensa desesperación, caracterizada por el aturdimiento, la negación, la cólera y la no aceptación. Puede durar un momento o varios días y la persona que experimenta el duelo puede recaer en esta fase varias veces a lo largo del proceso de luto.

La fase 2, “fase de anhelo y búsqueda”, es un periodo de intensa añoranza y de búsqueda de la persona fallecida, caracterizada por inquietud física y pensamientos permanentes sobre el fallecido. Puede durar varios meses e incluso años de una forma atenuada.

La fase 3 o “fase de desorganización y desesperanza”, en la que la realidad de la pérdida comienza a establecerse, la sensación de sentirse arrastrado por los acontecimientos es la dominante y la persona en duelo parece desarraigada, apática e indiferente, suele padecer insomnio, experimentar pérdida de peso y sensación de que la vida ha perdido sentido. La persona en duelo revive continuamente los recuerdos del fallecido; la aceptación de que los recuerdos son sólo eso, provoca una sensación de desconsuelo.

La fase 4, “fase de reorganización”, es una etapa de reorganización en la que comienzan a remitir los aspectos más dolorosamente agudos del duelo y el

individuo empieza a experimentar la sensación de reincorporarse a la vida, la persona fallecida se recuerda ahora con una sensación combinada de alegría y tristeza y se internaliza la imagen de la persona perdida.

3.5. EL DUELO EN LOS NIÑOS

Las ideas de muerte de un niño derivan de sus tradiciones familiares y sus experiencias previas con el tema. Los niños comienzan a preguntar sobre la muerte cuando ven a un insecto, roedor, o ave muertos, o cuando se les muere su mascota, es importante en este momento, responder todas sus dudas dependiendo claro está de su edad, para que se forme en él una adecuada idea de la muerte.

“Para la mayoría de los niños, el duelo es una experiencia nueva. Y como pasa con toda nueva experiencia, lo desconocido puede resultar confuso y amedrentador. La mayor parte de los niños no saben qué esperar luego de la pérdida de un miembro de la familia o algún amigo. Es posible que los niños pequeños no comprendan qué realmente significa morir y puedan sentirse confundidos por las reacciones de los miembros de su familia”.
(<http://www.vivirlaperdida.com/dueloinfantil.htm>).

Conviene aclarar que la forma que tiene el niño de enfrentarse a la muerte de un ser querido es bien distinta de la que tiene el adulto, porque su concepto de muerte no llega a ser maduro hasta los diez u once años, dependiendo así de la edad, la personalidad, de las experiencias previas de la muerte, y de su relación con el difunto. Además, se verá influido por las circunstancias del deceso: el ambiente que rodea al niño, la causa de la muerte, la capacidad de comunicación de los familiares, la estabilidad de la familia tras la muerte y su entorno afectivo.

El proceso de duelo en los niños es un tema del que muchas veces nos olvidamos; erradamente creemos que ellos no entienden lo que significa una pérdida. Los pequeños viven este proceso quizá de una forma más difícil que los adultos por el hecho de que muchas veces son excluidos, lo que hace que no puedan expresar sus sentimientos, temores y dudas, sin encontrar un adulto que los escuche o que

les explique con claridad qué está pasando. (Sierra U.,G., y Rendon O.,M., 2009:7).

Es así que el proceso de elaboración del duelo en los niños requiere de:

- **Tiempos adecuados:** el factor decisivo no es el tiempo en sí, sino lo que se hace con el tiempo y como éste es utilizado para activar respuestas constructivas frente al sufrimiento.
- **Rituales y manifestaciones externas:** como ritos de las exequias, la notificación de la muerte ocurrida, ver el cadáver, la velación fúnebre, etc.
- **Procesos psicológicos:** la aceptación de la pérdida, expresión de sentimientos, la adaptación a una vida nueva, etc. (Prangazzi A., 2006: 11).

En los niños, las manifestaciones de duelo normales pueden presentarse inmediatamente después de la pérdida o pasado un tiempo de la misma. Las más frecuentes son las siguientes:

- Conmoción y confusión ante la pérdida de un ser querido.
- Ira, manifestada en juegos violentos, pesadillas e irritabilidad.
- Enojo hacia los otros miembros de la familia.
- Gran temor o miedo a perder al padre o madre que aún sigue vivo.
- Vuelta a etapas anteriores del desarrollo. Ésto hace que actúe de manera más infantil, por ejemplo, exigiendo más comida, más atención, más cariño, hablando como un bebé, etc.
- En algunas ocasiones pueden creer que son los culpables de la muerte de su familiar por cosas que han dicho, hecho o deseado, (como por ejemplo: “no quiero volver a verte”...).
- Tristeza que puede manifestarse con insomnio, pérdida de apetito, miedo prolongado a estar solo, falta de interés por las cosas que antes le motivaban, disminución acentuada en rendimiento escolar y deseo de irse con la persona fallecida.

La importancia de manejar la reacción de duelo en los niños se avala por pruebas de que los trastornos depresivos y los intentos de suicidio son más frecuentes entre los adultos que vivieron durante su infancia la pérdida de uno de sus padres. Los niños que se encuentran en un periodo típico de duelo pueden también cumplir criterios de trastorno depresivo mayor cuando los síntomas persisten más de dos meses después de la pérdida. (S.D. Flórez Psiquiatra. Universidad de Antioquía. Medellín, Colombia)

Durante el proceso del duelo se pueden producir una serie de pensamientos, sentimientos y conductas fruto de la pérdida y que, en principio, se pueden considerar normales. La mayoría de los científicos opinan que la reacción a la muerte de un ser querido es algo muy humano por extraña que sea la forma de presentarse. Algunas de estas manifestaciones se pueden apreciar en la tabla de manifestaciones normales del duelo presentadas por Worden:

<p>SENTIMIENTOS</p> <p>Tristeza Enfado Culpa y auto-reproche Bloqueo Ansiedad Soledad Fatiga Impotencia Anhelos Emancipación Alivio Insensibilidad Confusión</p>	<p>SENSACIONES FÍSICAS</p> <p>Opresión en el pecho Opresión en la garganta Hipersensibilidad al ruido Falta de aire Debilidad muscular Falta de energía Sequedad de boca Vacío en el estómago Sensación de despersonalización.</p>
<p>CONDUCTAS</p> <p>Soñar con el fallecido Suspirar Llorar Atesorar objetos que pertenecían a la persona fallecida Buscar y llamar en voz alta</p>	<p>PENSAMIENTOS</p> <p>Incredulidad Confusión Preocupación Alucinaciones breves y fugaces Sentido de presencia</p>

“ Poder llorar la muerte de un ser querido adecuadamente y afrontar la pérdida antes de que se produzca, en el momento en que ocurre y sobre todo después, hace que el niño/a no pueda sentirse culpable, deprimido, enojado o asustado. Cuando

ayudamos a nuestros hijos a curarse del dolor que produce la herida emocional más profunda de

todas –la muerte de un ser querido -, los estamos dotando de unas capacidades y una comprensión importantes, que le servirán para el resto de sus vidas”. (William C. Kroen, 1996).

3.5.1. Algunas Sugerencias Para Ayudar al Niño

Ser completamente honesto. Acompañar a un niño en duelo significa ante todo NO apartarle de la realidad que está viviendo, los niños son sensibles a la reacción y el llanto de los adultos, se dan cuenta de que algo pasa y les afecta.

¿Cuándo y cómo dar la noticia? Aunque resulte muy doloroso y difícil, es mejor informarles de lo sucedido lo antes posible, buscaremos un momento y un lugar adecuado, le explicaremos lo ocurrido con palabras sencillas y sinceras (“Ha ocurrido algo muy triste. El abuelo ha muerto, ya no estará más con nosotros porque ha dejado de vivir...”). Explicar cómo ocurrió la muerte. Procuraremos hacerlo con pocas palabras. Por ejemplo, “Ya sabes que ha estado muy, muy enfermo durante mucho tiempo, la enfermedad que tenía le ha causado la muerte. Las personas sólo se mueren cuando están muy, muy enfermos”. En caso de accidente podemos decirle que quedó muy, muy malherido. Sea como fuere la muerte, de nada sirve ocultarlo porque tarde o temprano acabarán enterándose por alguien ajeno a la familia. Es mejor explicar cómo fue y responder a sus preguntas.

¿Qué podemos decirles si nos preguntan el por qué? Es bueno que sepan que todos los seres tienen que morir algún día y que le ocurre a todo el mundo. Los niños en su fantasía pueden creer que algo que pensaron o dijeron causó la muerte. Hay que decirle con calma pero con firmeza que no ha sido culpa suya. Para los niños menores de cinco años la muerte es algo provisional (creen que la persona que ha fallecido puede volver en cualquier otro momento). También pueden considerar que la persona muerta sigue comiendo, respirando, existiendo y que se despertará algún día. Para que el niño entienda qué es la muerte, suele ser útil hacer referencia a los muchos momentos de la vida cotidiana donde la muerte está presente (como por ejemplo sucede con los animales, las plantas...).

Permitir que participe en los ritos funerarios. Darle la oportunidad al niño de asistir y participar, si así lo desea, en el velatorio, el funeral, el entierro... Tomar parte en estos actos puede ayudarle a comprender qué es la muerte y a iniciar mejor el proceso de duelo. Es aconsejable explicarle con antelación qué verá, qué escuchará y el por qué de estos ritos.

Permitirle ver el cadáver si él quiere, pero siempre acompañado de un familiar o persona cercana. Muchos niños tienen ideas falsas respecto al cuerpo. Insistir en que la muerte no es una especie de sueño y que el cuerpo no volverá ya a despertarse.

Antes de que vea el cadáver, explicarle dónde estará, que aspecto tendrá. Lo ideal es que pueda pasar un rato de tranquilidad e intimidad con el cadáver. Si el niño no quiere verlo o participar en algún acto, no obligarle ni hacer que se sienta culpable por no haber participado.

Animarle a expresar lo que siente. Los niños viven emociones intensas tras la pérdida de una persona amada. Si la familia acepta estos sentimientos, los expresarán más fácilmente y ésto les ayudará a vivir de manera más adecuada la separación. Frases como “no llores”, “no estés triste”, “tienes que ser valiente”, “no está bien enfadarse así”, pueden cortar la libre expresión de las emociones e impedir que se desahogue.

En los niños, la expresión del sufrimiento por la pérdida no suele ser un estado de tristeza y abatimiento como el de los adultos. Es más frecuente apreciar cambios en el carácter, cambios frecuentes de humor, disminución del rendimiento escolar y alteraciones en la alimentación y el sueño.

Mantenerse física y emocionalmente cerca del niño. Permitirle estar cerca, sentarse a su lado, sostenerlo en brazos, abrazarlo, escucharle, llorar con él e incluso dejarle que duerma cerca, aunque es mejor que sea en distinta cama. Buscar momentos para estar separados, dejarle solo en su habitación, dejarle salir a jugar con un amigo. Es bueno decirle que aunque estamos muy tristes por lo ocurrido vamos a seguir ocupándonos de él lo mejor posible.

Lo que más ayuda a los niños frente a las pérdidas es recuperar el ritmo cotidiano de sus actividades: el colegio, sus amigos, sus juegos familiares, las personas que quiere. También es bueno garantizarle el máximo de estabilidad posible. No es buen momento para cambiarle de colegio. En cambio es positivo asegurarles que vamos a seguir queriendo a la persona fallecida y que nunca la olvidaremos.

Estar atentos a la aparición de algunos signos de alerta como:

- Exceso de llanto durante periodos prolongados.
- Rabietas frecuentes y prolongadas.
- Apatía e insensibilidad.
- Un periodo prolongado en el que el niño pierde interés por los amigos y actividades que solían gustarle.
- Frecuentes pesadillas y problemas de sueño.
- Miedo a quedarse solo.
- Comportamiento infantil durante un tiempo prolongado (por ejemplo, hacerse pis, hablar como un bebé, pedir comida a menudo...)
- Frecuentes dolores de cabeza solos o acompañados de otras dolencias físicas.
- Imitación excesiva de la persona fallecida y expresiones repetidas de la voluntad de reencontrarse con él/ella.
- Importantes cambios en el rendimiento escolar o no querer a ir a la escuela.

La presencia prolongada de alguno o varios de estos signos puede indicar la existencia de una depresión o de un sentimiento de dolor sin resolver. Pida ayuda a un profesional para que valore la situación, facilite la aceptación de la muerte y asesore a la familia en el proceso de duelo.

3.5.2. La Muerte Rodea al Niño

La muerte rodea al niño y el niño nos hace saber que lo sabe. El niño ve las flores marchitándose sobre la mesa, la mascota muerta, el abuelo agonizando, al compañero de clase atropellado por un auto. Después representa a la muerte

durante su juego. Indios y vaqueros, policías y ladrones y juegos bélicos, todos tienen que ver con la muerte: una muerte violenta y repentina. Se cae y está muerto. Balaceo a otros y los mata.

Más aún, el niño habla de la muerte deseando y diciéndole a su hermanito que se muera. Aunque rara vez es literal, el niño, a pesar de eso, se refiere a la muerte. (Lansdown, 1985). En un mundo en el que el SIDA es una realidad creciente, los niños realmente hablan de muerte. (Lorraine Sherr, 1992: 102).

A un niño de ocho años que estaba en un departamento de pacientes externos se le oyó, por casualidad, decir que no querría morir de ignorancia. Las experiencias cotidianas de los niños los involucran con la muerte y les brindan oportunidades para discutir con ellos la agonía y la muerte. E.K. Ross señala que los cursos especiales no son necesarios, solamente utilice el mundo natural que rodea al niño. La lista de muerte es interminable.

Adicionalmente, algunas de las experiencias de muerte son más sutiles. El niño que se muda de la casa en la que creció y abandona el viejo barrio, deja a sus amigos, cambia de escuela cambia de padres adoptivos, está experimentando pérdidas (experiencias de muerte). Estas experiencias de la vida cotidiana crean, para todo ser humano, un amplio historial de pérdidas desde muy temprana edad. (Ibidem: 105).

3.5.3. Las Pérdidas más Significativas en la Vida del Menor

Queremos hacer algunos señalamientos especiales en algunas muertes específicas, pues aunque el duelo y sus etapas ya fueron descritas y son comunes en la mayoría de los duelos, hay una percepción y algunas circunstancias cambiantes que se deben tener presentes, dependiendo de quién haya muerto.

La muerte de los padres y hermanos es muy significativa, pero imprescindible entender que el proceso de duelo está directamente relacionado con la calidad del vínculo, por ello, a veces, la pérdida de un abuelo, tío, amigo, maestro puede incluso ser más significativa. Así, claramente entendemos que todos los duelos

son diferentes y su análisis para acompañamiento es también diferente. (Sierra U. G., y Rendón O. M., 2009:33-36).

3.5.4. Variables que Afectan a la Pérdida

El tipo de pérdida (muerte, separación, amputación...) y el contexto amplio en el que se produce va a determinar en medida que el proceso de duelo sea adecuado o no. Entre los aspectos que se deben explorar en detalle, de cara a la intervención, se encuentran los siguientes:

- Circunstancias de la muerte y rituales en torno a ella.
- Relación previa con la persona fallecida.
- Edad, sexo, personalidad y situación vital de la persona que sufrió la pérdida.
- Características de la familia (tamaño, estructura, pautas de comunicación, etc).
- Aspectos psicosociales del quién sufre la pérdida: apoyo y estrés social. Si tiene niños/as a su cargo, situación económica, posibilidad de reorganizar su vida. Sistema de creencias en torno a la muerte, actitud de parientes y amigos, etc.

3.6. MUERTE Y RELIGIÓN

Para muchas personas, la religión es una fuente primordial de fortaleza y sustento cuando responden a la muerte. Pero si la religión no ha desempeñado una función importante en la familia previo a dicha muerte, un niño puede confundirse o asustarse por la repentina mención de explicaciones o referencias religiosas. Por ejemplo, declaraciones como: “ahora tu hermanito está con Dios” o “es la voluntad de Dios”, en lugar de tranquilizar a un niño pequeño, pueden asustarle y puede llegar a preocuparse de que Dios va a venir a buscarle a él, al igual que hizo con su hermano pequeño. Por otra parte, los mensajes contradictorios confunden y pueden profundizar los miedos y malentendidos en la mente de los niños con respecto a la muerte. Declarar tranquilamente que “está feliz ahora” a la vez que uno llora, puede también confundir al niño.

Independientemente de lo firmes o reconfortantes que sean las convicciones religiosas, la muerte supone la pérdida de un ser vivo. Es un tiempo de tristeza y duelo. Es importante ayudar a los niños a entender la pérdida y el dolor. Los intentos de proteger a los niños les privan de oportunidades para compartir sus sentimientos y recibir el apoyo que necesitan. Compartir sentimientos ayuda. Compartir sentimientos religiosos también ayuda si se tiene en cuenta la manera en que los niños perciben y entienden lo que está ocurriendo.

3.6.1. La Iglesia Cristiana Católica

Como contrapunto de la vida, don supremo de Dios, la muerte es para la Iglesia Católica la realidad negativa por excelencia, así aparece desde los orígenes mismos de la historia humana (Gn 2 17, 4 8.23). Pero este aspecto negativo le viene a la muerte de su vinculación con el pecado (Gn 3 17-19; Sab 1 13-14; Rom 5 12-17). Por eso **el alejamiento del pecado y la comunión con Dios** llevarán consigo la victoria definitiva sobre la muerte, victoria que la Biblia concibe sobre todo a través de un proceso de resurrección (Dn 12 2-3; 2 Mac 7 9-14; 1 Cor 15). A partir de la resurrección de Jesucristo la muerte ha perdido su fuerza destructora universal (Rom 6 1-11), incluso la muerte física ha perdido para el auténtico cristiano su veneno, pues ya no es un destino inevitable al que la persona tiene que someterse sin más remedio que resignarse, sino que es un acontecimiento lleno de esperanza: el cristiano muere en el Señor y para el Señor (1 Tes 3 18; Rom 14 7-9).

En este sentido, la Iglesia Católica enseña a sus fieles que la muerte es un encuentro amoroso con Dios Padre, Hijo y Espíritu Santo invitados a heredar su Reino en una vida mejor y eterna dando así cumplimiento a su promesa (Mt 25 31-45). Al morir sucede el encuentro con los seres queridos que se adelantaron en su viaje a la casa del Padre.

“En el corazón de la religión cristiana está la figura de Jesucristo quien, ante los cristianos, ha sido tanto humano como divino. Ellos aceptan y tratan de seguir sus enseñanzas como están escritas en el Nuevo Testamento, así como el desarrollo y

la aplicación de esta enseñanza en la vida de la Iglesia. Los cristianos creen que es a través de la muerte de Jesús que la humanidad se ha reconciliado con Dios. También creen que por la Resurrección de Cristo, Él salvó al mundo de la muerte y del pecado y que da nueva vida a quienes crean en Él. Esta nueva vida va más allá de la sepultura y puede ser experimentada por el creyente cuando se convierte en cristiano a través del rito del bautismo con agua “en el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo”. El creyente recibe el don del Espíritu Santo en el bautismo, y su compromiso con Jesucristo se reafirma posteriormente en vida a través de la Confirmación o Comunión cuando se permite al creyente recibir el sacramento de la Santa Eucaristía (el Cuerpo y la Sangre de Cristo) en forma de pan y vino bendecidos por el ministro oficiante o sacerdote.

Dentro de la tradición cristiana, varios grupos religiosos tienden a hacer énfasis en varios aspectos. Algunos le conceden mucha importancia al oficio de la palabra Bíblica, otras a los sacramentos, y otras enfatizan ambas de igual forma. Algunos pacientes y familias estarán muy claros acerca de su religión y de la clase de servicio que desean recibir, mientras que otros ni siquiera han pensado en ello. Sin embargo se le debe brindar al paciente toda clase de oportunidades para prepararse a morir en la forma que desee y para ver al sacerdote o al ministro.

El paciente católico normalmente deseará ver a un sacerdote y recibir la “extremaunción”. En un principio, ésto se asociaba con los “últimos ritos”, pero actualmente se les administra a personas que no necesariamente están agonizando y tiene como objetivo ayudarlos a lograr la verdadera salud y no sólo prepararlos para la muerte. Usualmente la persona hará un acto de confesión, recibirá la absolución, la Sagrada Comunión y la unción con el aceite. Este servicio puede dar mucha tranquilidad a los parientes y al paciente, y el nuevo énfasis evita que el enfermo se torne muy aprensivo. (Lorraine Sherr, 1992:128). A la hora de la muerte, los parientes pueden desear que un sacerdote esté presente para oración o por el moribundo así como para encomendarle a Dios el cuidado de esa persona y ofrecer apoyo a los familiares. Por lo general, hay dos aspectos de estas oraciones de comendación en que se expresa confianza en Cristo y en su labor de salvación

que son tanto encomendar al moribundo a la merced y al amor de Dios, así como autorizarle a morir". (Ibidem: 132).

3.6.2. La Palabra de Dios Habla sobre la Muerte

Salmo 23:4 Aunque ande en valle de sombra de muerte, no temeré mal alguno, porque tú estarás conmigo. Tu vara y tu cayado me infundirán aliento. Ciertamente el bien y la misericordia me seguirán todos los días de mi vida, y en la casa de Jehovah moraré por días sin fin.

Juan 14:1 No se turbe vuestro corazón. Creéis en Dios; creed también en mí. 2 En la casa de mi Padre muchas moradas hay. De otra manera, os lo hubiera dicho. Voy, pues, a preparar lugar para vosotros. 3 Y si voy y os preparo lugar, vendré otra vez y os tomaré conmigo; para que donde yo esté, vosotros también estéis. 4 Y sabéis a dónde voy, y sabéis el camino

Filipenses 1:21 Porque para mí el vivir es Cristo, y el morir es ganancia.

Salmo 115:15 Estimada es en los ojos de Jehovah la muerte de sus fieles.

Apocalipsis 14:13 Y oí una voz del cielo que decía: "Escribe: ¡Bienaventurados los muertos que de aquí en adelante mueren en el Señor!" "Sí," dice el Espíritu, "para que descansen de sus arduos trabajos; pues sus obras les seguirán."

1 Tesalonicenses 4:16 Porque el Señor mismo descenderá del cielo con aclamación, con voz de arcángel y con trompeta de Dios; y los muertos en Cristo resucitarán primero. 17 Luego nosotros, los que vivimos y habremos quedado, seremos arrebatados juntamente con ellos en las nubes, para el encuentro con el Señor en el aire; y así estaremos siempre con el Señor. 18 Por tanto, alentaos los unos a los otros con estas palabras.

2 Corintios 5:6 Así vivimos, confiando siempre y comprendiendo que durante nuestra estancia en el cuerpo peregrinamos ausentes del Señor. 7 Porque andamos

por fe, no por vista. 8 Pues confiamos y consideramos mejor estar ausentes del cuerpo, y estar presentes delante del Señor.

Romanos 14:8 Pues si vivimos, para el Señor vivimos; y si morimos, para el Señor morimos. Así que, sea que vivamos o que muramos, somos del Señor.

Juan 11:23 Jesús le dijo: -Tu hermano resucitará. 24 Marta le dijo: -Yo sé que resucitará en la resurrección en el día final. 25 Jesús le dijo: -Yo soy la resurrección y la vida. El que cree en mí, aunque muera, vivirá. 26 Y todo aquel que vive y cree en mí no morirá para siempre. ¿Crees esto?

Apocalipsis 21:21 Vi un cielo nuevo y una tierra nueva; porque el primer cielo y la primera tierra pasaron, y el mar ya no existe más. 2 Y yo vi la santa ciudad, la nueva Jerusalén que descendía del cielo de parte de Dios, preparada como una novia adornada para su esposo. 3 Oí una gran voz que procedía del trono diciendo: "He aquí el tabernáculo de Dios está con los hombres, y él habitará con ellos; y ellos serán su pueblo, y Dios mismo estará con ellos como su Dios. 4 Y Dios enjugará toda lágrima de los ojos de ellos. No habrá más muerte, ni habrá más llanto, ni clamor, ni dolor; porque las primeras cosas ya pasaron."

3.6.3. Importancia de las Necesidades Religiosas y Espirituales

“Es importante hacer notar una diferencia entre las necesidades espirituales y religiosas de las personas en momentos de enfermedad, angustia y agonía. A menudo la gente habla de satisfacer las necesidades espirituales de la persona en agonía cuando la discusión indica que en realidad solamente han demandado las necesidades religiosas de esa persona, sin importar cuáles puedan ser.

El término “religioso” se refiere más a la necesidad de poner en práctica la propia expresión natural de la espiritualidad. Ésto puede manifestarse como la necesidad de ver un sacerdote, de solicitar un capellán, tener tiempo para meditar o para rezar, recibir los sacramentos, etc.

Es mucho más sencillo deducir las necesidades religiosas, que las espirituales.

El término “espiritual” se refiere a lo que concierne a las últimas consecuencias y a menudo es contemplado como una búsqueda de significado y hace eco a lo que Frankl citó “El hombre no se destruye por sufrir, se destruye por sufrir sin ningún sentido”.

Los aspectos espirituales pueden manifestarse a través de cuestionamientos tales como “¿Por qué me sucedió esto a mí? ¿Por qué ahora? ¿Qué he hecho para merecerme esto? No es justo. ¿Qué soy ahora que me ha pasado esto? Ya no me siento una persona completa... Cuando una persona está tratando de encontrarle algún significado a una experiencia personal mirará hacia ambas direcciones, empezando con las cosas que le han hecho encontrar un sentido en el pasado. Ésto puede ser cultura o que la persona ha desarrollado una filosofía de la vida que ha dado siempre respuesta a lo que busca y por tanto le permite enfrentarse. Este acercamiento filosófico puede no tener nada que ver con la religión, ni en forma popular ni en su manifestación ortodoxa. Otros pueden expresar su creencia en Dios que nunca se ha manifestado ni practicado dentro de una religión ortodoxa, pero que han buscado para “trascender”. (Lorraine Sherr, 1992: 143).

Cuando una persona se encuentra en momentos de enfermedad o agonía, puede manifestar varios síntomas de angustia *espiritual*, esto también es aplicable al *proceso de duelo*:

1. Sensación de vacío /Desesperanza

Esto puede ser expresado con comentarios que con frecuencia son cínicos “Preferiría estar muerto a estar viviendo como lo estoy haciendo ahora”. La persona puede tornarse apática o darse por vencida.

2. Sufrimiento Intenso

El sufrimiento intenso aumenta el sentimiento de desesperanza. “Ya no tolero más esto; ¿Qué sentido tiene seguir viviendo así? El dolor derivado de una operación y que conduce a la curación es de diferente calidad al dolor que se que se experimenta en algunos crecimientos secundarios del cáncer. El dolor

que tiene un propósito determinado es más tolerable que el dolor ante el cual no se contemplarse ninguna finalidad.

3. Alejamiento de Dios, incapacidad para tener Fe: Romper con los lazos religiosos/culturales

Afirmaciones de que ya no se cree en Dios, que Dios está muerto o que ha abandonado a la persona, están frecuentemente acompañadas por un sentimiento de impotencia y de vacíos internos. Romper con las prácticas culturales y religiosas interrumpe una de las múltiples formas de enfrentarse a la crisis. La razón para ello puede ser que la propia filosofía de la vida no da respuesta a los cuestionamientos que se han originado a raíz de la situación de crisis o que la propia imagen de Dios corresponde a la de un niño y en la actualidad parece ser irrelevante ante lo que sucede en la edad adulta. Estas áreas pueden manifestarse como una incapacidad para tener confianza en las personas que están alrededor, con grandes sentimientos de inseguridad. “¿Cómo puedo confiar en un hombre si hasta Dios me ha abandonado?”.

4. Ira contra Dios, la religión y el clero

Si una persona en crisis, o enferma se siente abandonada por Dios o por algún otro poder divino, no es de sorprender que pueda sentir enojo contra aquellos que representan dicho poder. En forma alterna, la persona puede buscar conciliarse con este poder divino comportándose especialmente bien.

5. Sentimiento de culpa o de vergüenza

Muchas personas sienten que cualquier crisis, pérdida, enfermedad que padezcan es el resultado de alguna cosa que hicieron mal en el pasado, y que si pudieran enmendarlo, posiblemente desaparecería su enfermedad. Esto puede ser manifestado en afirmaciones tales como “No merezco aliviarme”.

6. Sentimientos no resueltos en relación a la muerte

Los sueños intranquilos y la preocupación por la muerte y el mal humor son índices de sentimientos no resueltos en relación a la muerte personal. Una enfermedad severa, aún cuando no amenace la vida en forma simultánea, también “concentra maravillosamente la mente” y hace surgir cuestionamientos que contemplan lo que hay más allá de la muerte o a dónde se irá después de ella. (Ibidem: 155).

Nuestra respuesta ante ellos debe ser de compartir el dolor, asombro y dudas y crear un espacio de seguridad en donde algunos de estos aspectos puedan compartirse.

3.7. ESTRATEGIAS EDUCATIVAS PARA BRINDAR APOYO EN EL DUELO

Existe una vasta literatura enfocada a metodologías de enseñanza, y podría decirse que la enseñanza puede caer dentro de los ejercicios activos y pasivos. Ambos tienen sus ventajas y limitaciones. El aprendizaje a través de libros de texto puede ser difícil de aplicar. Algunos aspectos pueden aprenderse y enseñarse, otros deben experimentarse. Es importante que la educación asegure que la experiencia es un aprendizaje y que si de este proceso las personas sufren, será muy poco. Probablemente el mejor camino es realizar una gran cantidad de exposiciones. Ésto podría incluir información, papeles actuados, parábolas, video, observaciones, muestras y retroalimentación de las experiencias personales.

Es importante brindar educación acerca de la muerte y el duelo. Esto puede llevarse a cabo a través de diversas estrategias.

3.7.1. Orientación para el Afrontamiento

A pesar de que en caso de ser necesario (y si los recursos lo permiten), puede recurrirse a un orientador capacitado, recuerde que a menudo, no es necesario. La orientación incluye comunicación y proporcionar información. Difiere en

términos de metas más que en la esencia del contenido. Las metas deberían rehabilitar a las personas para que funcionen y puedan manejar sus problemas de una manera real y sensible. Muchas personas pueden tener fuerzas que ofrecer, aunque no estén específicamente capacitados para ello. Contemple la solución de problemas, analice la expresión anterior y actual del hecho, y lo más importante, las futuras estrategias de manejo deben resolverse. Hacerlo no significa dirigir a los padres o decírselas, sino ayudarlos a analizar las alternativas para que puedan utilizar recursos para solucionar problemas en otras áreas cuando surja la necesidad de hacerlo.

Parkes (1980) señala, en un estudio de retroalimentación a través de la orientación, que dichos servicios son capaces de reducir el riesgo de los desórdenes psiquiátricos y psicosomáticos que resultan del duelo. (Lorraine Sherr, 1992: 171).

3.7.2. Aflicción y Duelo Dirigidos

En casos de aflicción severa, en donde los afectados están incapacitados para seguir su vida diaria, se ha ideado una técnica de aflicción y duelo dirigidos. Básicamente, ésta es una técnica que ayuda a las personas a través de su aflicción cuando no lo han enfrentado o no han resuelto (Mawson y Cols. 1981). Implica llevarlos a través de las etapas de la situación, a su propio paso, moviéndose continuamente hacia adelante. Puede incluir algunas visitas al cementerio u otras situaciones evocadoras con el fin de resucitar la experiencia y dirigir al cliente a través de la misma.

3.7.3. Aceptar

Esta es una aseveración comúnmente citada y una condición anhelada en donde las personas se esfuerzan por “aceptar”. ¿Qué significa? ¿Qué implica? Básicamente, aceptar no quiere decir olvidar una pérdida o hacerla a un lado. Significa encontrar un lugar adecuado y ser capaces de seguir viviendo, incorporar la nueva situación sin estar abrumados como para poder estancarnos. Como tal, es

un concepto difícil, ya que las personas pueden enfrentarse a diferentes niveles de tensión y funcionar de distinta manera. (Lorraine Sherr, 1992: 173).

3.7.4. Respuesta ante el Desorden Psicológico

Cuando las personas se enfrentan a una emoción extrema, tienen una gran variedad de reacciones. Las reacciones son, esencialmente, producto del “desorden psicológico”, y puede contemplarse el proceso como algo que hay que manejar para volver a tener estabilidad. Las personas tienen reacciones inmediatas y a largo plazo. Algunas lloran, otras se retraen en un silencio profundo, otras más gritan o pierden el control en su cuerpo, postura o emociones. Algunas parecen desorientarse. De hecho, hay quienes se ríen. Es muy importante que en esos momentos las personas tengan un lugar privado en dónde expresar cualquier emoción que sientan. Obedezca a sus instintos cuando reaccione. No hace ningún daño abrazándolos o simpatizando con ellos. Algunas personas dan rienda suelta a su “llanto verbal”. Ésto es la continua repetición de frases o preguntas pero sin ninguna intención de involucrarse en un diálogo, simplemente para reafirmar el hecho.

A largo plazo, las personas presentan una oscilación en el estado de ánimo. La comprensión puede llegar con claridad en un día, y desaparecer al día siguiente. Pueden verse repentinamente confrontados con oleadas de emoción. Algunas personas experimentan trastornos durante el sueño y pesadillas. Ésto parece desvanecerse con el tiempo. Pensamientos relacionados con la pérdida pueden invadir repentinamente sus conciencias en momentos inadecuados. Pueden ser incapaces de retirarlos de sus mentes. Puede parecerles el mundo entero en tinieblas y experimentar enojo y apatía. Puede resultar difícil el enfrentarse al mundo, a los amigos y a la rutina diaria. Algunos aspectos que previamente eran importantes, pueden parecer trivialidades ante su actual pérdida. No existe una escala de tiempo para dichos sentimientos. Lo que sí parece existir es una escala de tiempo durante la cual, la sociedad está preparada a tolerar y a hablar acerca de la muerte. La intensidad de la emoción se debilita con el tiempo. Ésta es, con frecuencia, sustituida por un profundo anhelo.

Este desorden psicológico es extenso y necesita de mucho tiempo. Un bajo porcentaje de personas seguirá experimentando problemas a largo plazo. Éstos están clasificados no por las diferentes reacciones, sino por la “intensidad y religión” (Lewis, 1979). Es importante recordar que el sufrimiento no puede hacerse a un lado, borrarse o evitarse. Puede, al mismo tiempo, ser integrado, aliviado y productivo si se maneja con cuidado adicional. (Ibidem: 177).

2.4. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición	Dimensión	Indicadores	Escala
Duelo infantil	Es el proceso de adaptación que permite restablecer el equilibrio personal y familiar roto con la muerte del ser querido que supone un gran dolor, desestructuración o desorganización.	Manifestaciones cognitivas	<p>Identifica y enuncia los hechos pensamientos y creencias que componen la definición de muerte.</p> <p>Identifica entre 19 y 27 elementos.</p> <p>Identifica entre 10 y 18 elementos.</p> <p>Identifica entre 1 y 9 elementos.</p>	<p>Enuncia de manera:</p> <p>Adecuada</p> <p>Confusa</p> <p>Inadecuada</p> <p>Identifica de manera:</p> <p>Adecuada</p> <p>Regular/Intermedia</p> <p>Inadecuada</p>

		<p>Manifestaciones emocionales</p>	<p>Identifica y enuncia los elementos que componen las manifestaciones de sentimientos y emociones que se presentan ante la muerte de un ser querido.</p> <p>Identifica entre 11 y 16 elementos.</p> <p>Identifica entre 6 y 10 elementos.</p> <p>Identifica entre 1 y 5 elementos.</p>	<p>Enuncia de manera:</p> <p>Adecuada</p> <p>Confusa</p> <p>Inadecuada</p> <p>Identifica de manera:</p> <p>Adecuada</p> <p>Regular/Intermedia</p> <p>Inadecuada</p>
--	--	------------------------------------	---	---

		<p>Manifestaciones conductuales</p>	<p>Identifica y enuncia los elementos que componen las manifestaciones conductuales que se presentan cuando muere un ser querido.</p> <p>Identifica entre 17 y 24 elementos.</p> <p>Identifica entre 9 y 16 elementos.</p> <p>Identifica entre 1 y 8 elementos.</p>	<p>Enuncia de manera:</p> <p>Adecuada</p> <p>Confusa</p> <p>Inadecuada</p> <p>Identifica de manera:</p> <p>Adecuada</p> <p>Regular/Intermedia</p> <p>Inadecuada</p>
--	--	-------------------------------------	---	---

		<p>Manifestaciones físicas</p>	<p>Reconoce y enuncia los elementos que componen las manifestaciones del cuerpo ante la pérdida de un ser querido.</p> <p>Identifica entre 15 y 20 elementos.</p> <p>Identifica entre 8 y 14 elementos.</p> <p>Identifica entre 1 y 7 elementos.</p>	<p>Enuncia de manera:</p> <p>Adecuada</p> <p>Confusa</p> <p>Inadecuada</p> <p>Identifica de manera:</p> <p>Adecuada</p> <p>Regular/Intermedia</p> <p>Inadecuada</p>
--	--	--------------------------------	--	---

		<p>Manifestaciones religiosas</p>	<p>Reconoce y enuncia aquellos elementos que componen las manifestaciones que se pueden realizar ante la pérdida de un ser querido, desde la religión, desde la fe.</p> <p>Identifica entre 11 y 14 elementos.</p> <p>Identifica entre 6 y 10 elementos.</p> <p>Identifica entre 1 y 5 elementos.</p>	<p>Enuncia de manera:</p> <p>Adecuada</p> <p>Confusa</p> <p>Inadecuada</p> <p>Identifica de manera:</p> <p>Adecuada</p> <p>Regular/Intermedia</p> <p>Inadecuada</p>
--	--	-----------------------------------	---	---

--	--	--	--	--











