

DUELO ANTICIPADO

“Si no está en tus manos cambiar una situación que te produce dolor, siempre podrás escoger la actitud con la que afrontes ese sufrimiento.”

(Viktor Frankl)

PSIC. LUZ TERESA MILLÁN HDEZ.



DEFINICIÓN DE DUELO

EL DUELO ES LA MANERA NATURAL EN QUE SANA UN CORAZÓN HERIDO DESPUÉS DE UNA PÉRDIDA, POR LO TANTO ES UNA RESPUESTA ADAPTATIVA DE LA SITUACIÓN INTERNA Y EXTERNA DEL DOLIENTE FRENTE A LA NUEVA REALIDAD PRODUCIDA POR DICHA PÉRDIDA.

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.

DUELO ANTICIPADO

EL DUELO ANTICIPADO, ES EL QUE VIVE UN ENFERMO Y SU FAMILIA CUANDO SE LES COMUNICA LA EXISTENCIA DE UNA ENFERMEDAD IRREVERSIBLE E INCURABLE, POR LO QUE LA MUERTE DEL SER QUERIDO ES ALTAMENTE PROBABLE.



Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.

DUELO ANTICIPADO



- ✓ PERÍODO DE TIEMPO.
- ✓ SENTIMIENTOS.
- ✓ PREPARACIÓN.

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



En ninguna otra situación como en el duelo, el dolor producido es TOTAL: es un **dolor biológico** (duele el cuerpo), **psicológico** (duele la personalidad), **social** (duele la sociedad y su forma de ser), **familiar** (nos duele el dolor de otros) y **espiritual** (duele el alma). En la pérdida de un ser querido duele el pasado, el presente y especialmente el futuro. Toda la vida, en su conjunto, duele. (J. Montoya Carraquilla)



**¡PARA SIEMPRE!, ¡NUNCA
MÁS!**

¿SUPERAR EL DOLOR?

¿ PAZ Y LA ALEGRÍA?

¿POSIBLE?



Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.

¿PARA QUÉ?

- REDUCIR DOLOR Y TRISTEZA.
- MUERTE PROCESO NATURAL.
- ACEPTACIÓN.



"Ves como un drama lo que sólo es un momento natural de tu evolucion"

Tom Heckel

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



FINALMENTE



- **RECUPERARSE.**
- **NUEVOS VÍNCULOS.**
- **EVITAR EL DUELO “PATOLÓGICO”**

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.

FACTORES QUE INFLUYEN

- **PERSONALIDAD.**
- **EDAD Y CICLO VITAL.**
- **VÍNCULO, RELACIÓN.**
- **LA ENFERMEDAD.**
- **ANTECEDENTES DE DUELOS DE AMBAS PARTES.**
- **REDES DE APOYO.**
- **RELIGIÓN.**

¿estamos preparados para morir o perder a un ser querido?

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



**EL DUELO ES TAN NATURAL COMO LLORAR CUANDO TE
LASTIMAS, DORMIR CUANDO ESTÁS CANSANDO, COMER
CUANDO TIENES HAMBRE, ESTORNUDAR CUANDO TE
PICA LA NARIZ, ES LA MANERA EN QUE LA NATURALEZA
SANA UN CORAZÓN ROTO
(DAUG MANNING)**

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.

REACCIONES ANTE EL DUELO

(William Worden)



- **SENTIMIENTOS.**
- **SENSACIONES FÍSICAS.**
- **PERCEPCIONES.**
- **CAMBIOS DE COMPORTAMIENTO.**
- **ESPIRITUALES.**

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.

FAMILIA



SERÁ IMPORTANTE QUE SE INVOLUCRE LA FAMILIA, PUES LA ACEPTACIÓN Y PARTICIPACIÓN QUE TENGAN, PERMITIRÁ QUE PUEDAN COMPRENDER Y ACOMPAÑAR AL ENFERMO EN SUS ÚLTIMOS MOMENTOS, ALCANZANDO EL PROPÓSITO DE "BIEN MORIR".

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.

FAMILIA

TAREAS ADAPTATIVAS *(Therese Rando)*

- INVOLUCRARSE.
- SEPARARSE.
- ESTRATEGIAS SITUACIONES.
- DESAHOGO, EFECTOS DEL DUELO.
- ACEPTAR LA REALIDAD DE LA MUERTE.
- DESPEDIRSE.



Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



ENFERMO

- REORIENTAR.
- SENTIDO DE REALIDAD.
- INVOLUCRARSE.
- OTRAS PÉRDIDAS.



Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.

COMO:

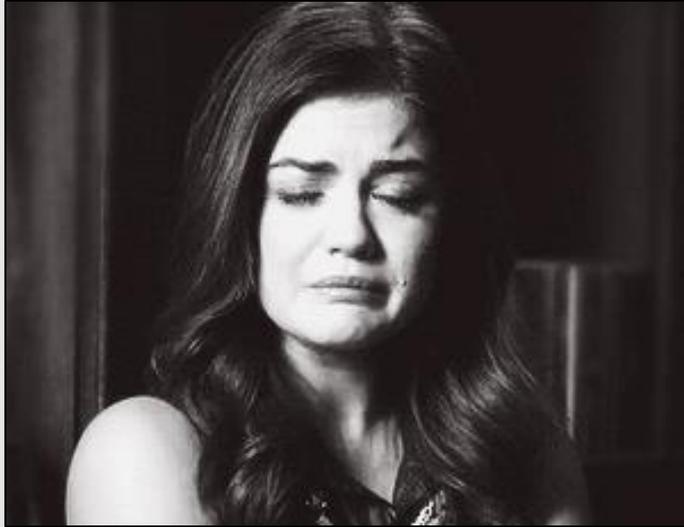
- **Autocontrol, independencia.**
- **Productividad.**
- **Seguridad.**
- **Habilidades físicas, psicológicas y cognitivas.**



Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.



- **Placer.**
- **Sueños y esperanzas.**
- **Casa, sus posesiones (hospitalización).**
- **Sentido de vida.**
- **Incluso, perder partes de su cuerpo.**

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.

EL TIEMPO



- **EXPRESAR SENTIMIENTOS.**
- **TEMAS PENDIENTES.**
- **METAS A CORTO Y MEDIANO PLAZO.**
- **NECESIDADES ESPIRITUALES.**
- **EL PRESENTE.**
- **RECREACIÓN.**
- **ACEPTAR EL APOYO.**
- **AUTOCUIDADO.**
- **PACIENCIA.**

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.

ETAPAS DEL DUELO

ELIZABETH KÜBLER ROSS (cinco etapas)



- 1. NEGACIÓN Y AISLAMIENTO.** *(Sorpresa, miedo, incredulidad).*
- 2. IRA.** *(Indignación, resentimiento)*
- 3. PACTO O NEGOCIACIÓN.** *(incertidumbre, desconsuelo).*
- 4. DEPRESIÓN.** *(tristeza, nostalgia).*
- 5. ACEPTACIÓN.** *(tranquilidad, confianza, esperanza).*

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



¿PAZ Y ALEGRÍA?

TRANSFORMAR EL DOLOR EN PAZ INTERIOR Y ACEPTACIÓN, ENFRENTANDO LA MUERTE INEVITABLE DE NUESTRO SER AMADO AFECTADO POR UNA ENFERMEDAD TERMINAL.



MITOS DUELO ANTICIPADO

- **SUSTITUYE DUELO POSTERIOR A LA MUERTE.**
- **PROPICIA DESAPEGO DEL ENFERMO.**



Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



DIFERENCIAS

ANTICIPADO

- **AMBAS PARTES.**
- **REASIGNACIÓN DE ROLES.**

POSTERIOR

- **QUIENES SE QUEDAN.**
- **REASIGNACIÓN DE ROLES.**

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



DIFERENCIA DUELO Y DEPRESIÓN

- ✓ ESTADO DE ÁNIMO DEPRIMIDO LA MAYOR PARTE DE DÍA.
- ✓ MARCADA DISMINUCIÓN DE INTERÉS O CAPACIDAD DE SENTIR PLACER PARA TODAS O CASI TODAS LAS ACTIVIDADES.
- ✓ DISMINUCIÓN O AUMENTO SIGNIFICATIVO DEL PESO.
- ✓ INSOMNIO O HIPERSOMNIA.
- ✓ FATIGA O PÉRDIDA DE ENERGÍA.
- ✓ SENTIMIENTOS DE INUTILIDAD O CULPA EXCESIVA.
- ✓ DISMINUCIÓN DE LA CAPACIDAD PARA PENSAR, CONCENTRARSE O TOMAR DECISIONES.
- ✓ PENSAMIENTOS RECURRENTES DE MUERTE.

Carta de Freud a Ludwig Binswanger por el fallecimiento de su hijo:

AUNQUE SABEMOS QUE LUEGO DE TAL PÉRDIDA, EL ESTADO DE DUELO AGUDO SE MITIGA, TAMBIÉN SABEMOS QUE SEGUIREMOS INCONSOLABLES Y JAMÁS ENCONTRAREMOS UN SUSTITUTO.

NO IMPORTA QUÉ PUEDA LLENAR EL VACÍO, AÚN CUANDO LO LLENE POR COMPLETO, SIEMPRE ES ALGO DISTINTO Y EN REALIDAD, ASÍ DEBE SER.

ES LA ÚNICA MANERA DE PERPETUAR ESE AMOR AL QUE NO QUEREMOS RENUNCIAR

(CITADO EN BOWLBY, 1980, P. 44).



¡¡GRACIAS!!

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.

Teremillan26@yahoo.com.mx

Cel. 33 1089 3286

Psic. Luz Teresa Millán Hdez.



CENTRO SAN CAMILO A.C.

Bibliografía

- Elisabeth Kübler-Ross. **SOBRE LA MUERTE Y LOS MORIBUNDOS**. Barcelona: Grijalbo.
- Adriano Tarraran R./Isabel Calderón A. (cuaderno 1 del Centro San Camilo) **ACOMPañAMIENTO A LOS QUE SUFREN**.
- José Carlos Bermejo. **ESTOY EN DUELO**. Editorial: PPC
- J. William Worden. **EL TRATAMIENTO DEL DUELO: ASESORAMIENTO PSICOLÓGICO Y TERAPIA**. Barcelona: Paidós.
- James Agee. **UNA MUERTE EN LA FAMILIA**. Buenos Aires: Sudamericana.
- Luciano Sandrin. **PSICOLOGÍA DEL ENFERMO**. SaTerra.
- Kübler-Ross, E. & Kessler, D. **SOBRE EL DUELO Y EL DOLOR**. Barcelona: Editorial Luciérnaga.
- José Carlos Bermejo Higuera. **DUELO Y ESPIRITUALIDAD**. 1 julio 2014, de Universidad Ramón Llull de Barcelona Sitio web: <http://josecarlosbermejo.es/articulos/duelo-y-espiritualidad>
- Felipe Martínez Arronte. (2014). Presentación de tema: **CUIDADOS PALIATIVOS**. Abril 2014, de Asociación mexicana de tanatología.
- Denis Rodríguez, PB. & Silíceo Benítez J. & Moreno A. **TANATOLOGÍA: EL PROCESO DE MORIR**. de Universidad Veracruzana.
- Rosette Poletti & Barbara Dobbs **CÓMO CRECER A TRAVÉS DEL DUELO**. Ediciones Obelisco.
- Bowlby, J. **LA PÉRDIDA AFECTIVA: TRISTEZA Y DEPRESIÓN**. Editorial Paidós.