

# UN APORTE A LA PSICOTERAPIA DEL DUELO

## A CONTRIBUTION TO THE SORROW PSYCHOTHERAPY

Recibido: mayo 10 de 2008 / Aceptado: junio 04 de 2007

DIEGO CASTRILLÓN MORENO\*

Universidad Católica de Colombia

Obra reseñada: Acero, Pablo Daniel (2008).

*Aproximaciones a la experiencia del proceso de duelo  
por la muerte de la pareja.*

Bogotá: Universidad Manuela Beltrán.

PSICOGENTE

Aceptar la condición de mortales y vivir de conformidad con ello implica, entonces, reconocer como inevitables los momentos difíciles de la vida y admitir como propios también los sentimientos profundos de despojo, de pérdida. Es admitir que la vulnerabilidad es inherente al ser humano.

P. Acero

Este libro fue escrito por el autor con la colaboración de estudiantes de pregrado de la Universidad Manuela Beltrán. Contiene la conclusión de investigaciones cualitativas que tenían como objetivo responder preguntas acerca del duelo por muerte de la pareja y las aproximaciones terapéuticas posibles en cada caso, además de perfeccionar la capacidad explicativa y las herramientas técnicas de intervención psicológicas. Por todo ello, un libro como este enriquece el conocimiento sobre el tema del duelo y su psicoterapia con base en nuestras propias experiencias como colombianos y como latinos, tomando en cuenta que si bien nuestra historia reciente es bastante dramática en los diferentes países,

quizá sea en Colombia donde se presente el mayor impacto del duelo, debido a las pérdidas provocadas por la acción de la delincuencia organizada, el narcotráfico y el terrorismo.

Inicialmente, el libro comprende un prefacio firmado por la magíster Zayas-Báez, presidente de la Sociedad Puertorriqueña e Internacional de Tanatología y por el Ph. D. Santos y Vargas, director del Instituto Hostosiano de Bioética de la Universidad de Puerto Rico. Estos expertos proponen que: *A diferencia de otros libros sobre el tema, la obra de Paulo Daniel Acero Rodríguez resalta la necesidad y la obligación profesional del psicólogo (y del tanatólogo) de configurar una intervención individualizada y temprana ante la respuesta particular de los diferentes momentos demarcadores de la experiencia del duelo.*

Luego, en la introducción, se exploran brevemente los contenidos de los capítulos con pocos detalles.

El capítulo primero constituye una introduc-

\* Universidad Católica de Colombia. Secretario Ejecutivo Sociedad Interamericana de Psicología. Email: dcastrillon@yahoo.com. Información sobre el libro: danielacero@hotmail.com

ción general al tema y es llamado “La experiencia de la muerte”. En él se exponen las dificultades culturales para afrontar la pérdida de seres queridos, así como una propuesta inicial de estrategia de afrontamiento basados en Engel (citado por Neimeyer, 2002). Más adelante se explora la experiencia de la muerte, tanto violenta como natural, en el contexto colombiano y la necesidad de generar respuestas terapéuticas a los múltiples casos de duelo por muerte de la pareja.

En el segundo capítulo, denominado “La experiencia de la muerte de la pareja”, se explora en detalle el impacto devastador de la ausencia del(la) compañero(a) afectivo(a) y la necesidad de involucrar a la Psicología. En palabras del autor: *La Psicología es una opción indescartable en estos momentos de la pérdida de seres queridos ya que por medio de los estudios en esta disciplina se ha podido descubrir (...) que existen patrones de respuesta a situaciones de pérdida en las personas que han sufrido la muerte de un ser querido (...).*

El capítulo tres aborda la “Perspectiva epistemológica de la investigación” expuesta y la sitúa en el ámbito de la psicología humanista, particularmente en su opción sistémica, con la explicación de lo que es un sistema familiar complejo como organización interrelacional. También analiza el proceso de duelo en esta perspectiva, precisando que no existe un solo concepto de duelo y que es importante ubicar el fenómeno en sus determinantes normales, demorados y complicados para poderlo estudiar epistemológicamente. Se realiza, entonces, una explicación profunda acerca del fenómeno del duelo en general, haciendo referencia a los factores influyentes de él, las circunstancias de la muerte, los

apoyos con que cuenta la persona, los tipos de duelo, la elaboración del duelo (desde diferentes perspectivas teóricas), la necesidad de elaborar el duelo y pautas para establecer el momento en que el duelo ha terminado. Sobre esto último dice precisamente el autor: *el duelo se puede acabar (...) cuando la persona recupera el interés por la vida, cuando se siente más esperanzada, cuando experimenta gratificación de nuevo y se adapta a nuevos roles.* El capítulo continúa con la reacción de duelo normal, que incluye los subtemas de sentimientos, cogniciones, sensaciones físicas y conductas, la diferencia entre duelo normal y patológico, para terminar en una explicación del tema desde la psicología humanista y, particularmente, lo que concierne al duelo de la pareja.

Los siguientes cuatro capítulos ponen de manifiesto, a su vez, los resultados de cuatro investigaciones cualitativas referidas a la pérdida de la pareja. Las dos primeras de estas contaron con la participación de Lina Rocío Marín, Ana María Alfonso y Lesley Rodríguez, estudiantes de pregrado de la Facultad de Psicología de la Universidad Manuela Beltrán.

El primer estudio se titula *Duelo por pérdida de la pareja por muerte natural*, y su objetivo principal es la descripción de las estrategias que utilizan las personas en Colombia para elaborar el duelo cuando pierden a su cónyuge por muerte natural. Para ello, estudian cinco casos a partir de una metodología cualitativa.

El segundo estudio se denomina *Pérdida de la pareja tras una enfermedad terminal*. Plantea una profusa investigación documental sobre las enfermedades termi-

nales y su proceso natural de evolución hasta la muerte de la persona. Infortunadamente, según el autor, este estudio tiene problemas relacionados con los objetivos planteados, la metodología y las conclusiones, pues no coinciden entre sí, lo cual no es de extrañar en el proceso de formación investigativa de estudiantes de pregrado.

El tercer estudio, denominado *Proceso de elaboración de duelo en pareja sobreviviente de suicidio. Estudio de caso*, fue elaborado enteramente por el autor. En nuestro criterio constituye el mejor capítulo del libro, considerando aspectos como capacidad argumentativa, rastreo de información y calidad de las conclusiones, siendo esto último lo más destacable de él. De todos modos, el autor nos queda debiendo en este apartado las cifras que sustentan el subtítulo “Epidemiología del suicidio”, pues, aunque propone una esmerada introducción, no adjunta las estadísticas propias del suicidio en Colombia.

El cuarto estudio considerado por P. Acero lleva por nombre *Afrontamiento de la muerte de la pareja a través de Grupos de Mutua Ayuda* y es también obra exclusiva suya. Pretende revalidar un concepto, ampliamente usado y con gran evidencia favorable, acerca del impacto positivo que causa en las personas con dificultades varias, la asistencia a grupos de mutua ayuda. Entre las conclusiones de esta última investigación se destacan la mirada en conjunto de la problemática de nueve personas que intentan superar su propia pérdida entendiendo las de los demás, y la forma de comprender y asumir los nuevos roles por parte del doliente, gracias a una comunicación de múltiples niveles con los otros.

El último capítulo del libro se denomina “Aspectos generales a partir de los estudios presentados sobre el duelo por la muerte de la pareja”. Lo más interesante de él es la propuesta de un protocolo para la intervención psicológica y una guía de manejo terapéutico para el tratamiento de personas en duelo (importante información por su escasa presencia en los libros de psicoterapia).

En un apartado final, a manera de apéndice, el libro incluye un programa psicoterapéutico, llamado “Elementos de psicoterapia grupal, desde la terapia Gestalt, para personas que han sufrido la pérdida de su pareja por muerte natural”. Esta temática se aborda desde un punto de vista teórico-práctico de la intervención psicoterapéutica.

Dadas las dificultades aducidas, muchas veces sin base suficiente, por parte de la industria editorial a la hora de publicar un libro de esta categoría, este tipo de iniciativas universitarias merece un reconocimiento especial. También es oportuno reconocer el esfuerzo de la Fundación Vida por Amor a Ellos, de la cual hace parte el doctor Acero y que muy seguramente tuvo un papel protagónico en esta publicación.

Por todo lo planteado, este libro se constituye desde ya en una imprescindible referencia para la aproximación a un tema tan complejo, y tan frecuente en Colombia, como es el duelo por la pérdida de la pareja.