

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

*Coping strategies towards grief in Latin American children
and adolescents: a bibliographic approach*

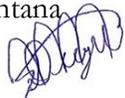
Autora: Deisy Tatiana Escobar Barreno
escobardeisy@indoamerica.edu.ec



Tutora: María Augusta López Loyola
mariaaugustalopez@uti.edu.ec



Evaluador: Diego Vaca Quintana
diegovaca@uti.edu.ec



Evaluador: Veronica Hidalgo Vásconez
veronicahidalgo@uti.edu.ec



Evaluador: Jorge Cisneros Bedón
jorgecisneros@uti.edu.ec



Trabajo de Titulación para la
obtención del título de
Psicólogo General de la
Universidad Tecnológica
Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Bibliográfica.

Ambato, Ecuador.
Abril de 2021.

RESUMEN

Las estrategias de afrontamiento son mecanismos frente una situación desfavorable, brindan al individuo beneficios pues permiten sobrellevar la vivencia de un duelo saludable. La investigación tiene como objetivo general analizar bibliográficamente las estrategias de afrontamiento para la vivencia de un duelo saludable en una población infanto-juvenil, se describe los estilos de afrontamiento en la población infanto-juvenil, los factores que afectan el proceso de duelo y los beneficios de las estrategias de afrontamiento para la vivencia del duelo, para el desarrollo de esta investigación se utilizó una revisión bibliográfica sistemática la cual permitió realizar un sondeo de investigaciones de diversos autores, el tipo de revisión utilizada fue el Scoping Review. Finalmente se llega a la conclusión de la importancia de la educación sobre la muerte en la infancia y el gran beneficio que genera la utilización de estrategias en el doliente par la vivencia de un duelo saludable.

Palabras Clave: *adolescencia, Muerte, Proceso, Infancia,*

ABSTRACT

Coping strategies are mechanisms in the face of an unfavorable situation, they provide the individual with benefits because they allow them to cope with the experience of a healthy grief. The general objective of the research is to analyze bibliographically the coping strategies for the experience of a healthy grief in a child-youth population, it describes the coping styles in the child-youth population, the factors that see the normal development of the grief process and the benefits generated by coping strategies with grief. For the development of this research, a systematic bibliographic review was used which conducted a survey of research by various authors, the type of review used was the Scoping Review. Finally, the conclusion is reached of the importance of education about death in childhood and the great benefit generated using strategies in the bereaved person to experience a healthy mourning.

Keywords: *Adolescence, Death, Process, Childhood,*

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

1. INTRODUCCIÓN.

En la actualidad, el ser humano ha superado prejuicios logrando cuestionar y poner en duda un sinnúmero de temáticas sin embargo aún se mantiene como tabú a la muerte generando malestar en la población (Encarni y Leiva, 2011).

La presente investigación posee un campo temático enfocado al área clínica, en psicología, el duelo es una respuesta normal, adaptativa y emocional, en el proceso se evidencia dolor y aflicción frente la pérdida. En Latinoamérica no existe un manejo adecuado del duelo, sería frecuente la evitación del sufrimiento para lograr un bienestar momentáneo además del desconocimiento sobre el tema y el escaso interés de adherirse a un tratamiento psicológico con un encargado de la salud mental (Herrera, 2018).

La muerte y el duelo están relacionadas con el sufrimiento psíquico, es descrito como la sensación de un daño profundo esto según (Pelegrí y Romeu, 2010) por otro parte Ordoñez y Lacasta (2010) lo describen como la reacción ante la muerte siendo este un proceso adaptativo el cual se va desarrollando con el paso del tiempo, convirtiéndose en la situación más estresante en la vida del individuo. Por su parte, Neymeyer (2010) se ha centrado en conocer cómo actúa el ser humano frente a una pérdida, siendo el duelo un acto de gran padecimiento y dolor.

Encarni y Leiva (2011) refieren que el concepto de muerte es complejo y abstracto por lo tanto el abordaje dependerá de factores como las creencias, edad y la educación. Los autores catalogan a la edad como un factor relevante, mencionan

que hasta los 3 o 4 años mantienen una ignorancia relativa sobre el significado de muerte, no la identifican como definitiva. Entre los 4 y 7 años aún se mantiene esa idea de reversibilidad, pensamientos de culpabilidad creyendo que ellos causaron la muerte ya sea por una conducta inadecuada o por la omisión de acciones. En el transcurso del desarrollo hasta los 10 años, se forma un concepto medianamente claro, identificando a la muerte como un hecho irreversible.

Escudero (2017) menciona que en los primeros años de vida no se logra comprender los 3 conceptos básicos de muerte (irreversible, cese de las funciones vitales y universal), por tanto, en la infancia la reacción predominante ante la situación será de tipo fisiológica debido a la confusión, dificultad de expresar sentimientos y emociones, por otra parte, en la adolescencia es frecuente el malestar psicológico debido a su desarrollo cognitivo.

El proceso de duelo según Rodríguez (2016), engloba tres fases. Inicia con una respuesta cognitiva dándose la negación como mecanismo de salida para la psique, la persona se desvincula a través de pensamientos irrelevantes con el objetivo de disminuir la intensidad del dolor por la situación. Consecuentemente aparece la fase emocional en la cual la ira y tristeza harán su aparición, la persona empieza a racionalizar el hecho ocurrido por lo cual podría culparse a sí mismo por el fallecimiento o a su vez culpar a su círculo más cercano para tener un culpable de lo sucedido. Tras la carga emocional resultado de la racionalización, el individuo utiliza como método de liberación la negociación planteándose a sí mismo las

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

cosas que pudo haber realizado para evitar ese suceso, evidenciándose principalmente en los niños porque creen que dar algo la persona fallecida regresara. Finalmente, en la fase de cierre se hace consciente la pérdida y la persona aprende a vivir con ella, se acepta la situación y busca formas de reorganizar la vida a través de la toma de decisiones.

El afrontamiento es visualizado como un proceso de cambio en el cual la persona realiza acciones para lograr manejar la situación estresante. Por lo cual Quito et al., (2019) menciona que el ser humano posee formas determinadas para afrontar una dificultad y se los denomina estilos de afrontamiento y entre ellos se encuentra el confrontamiento y la evitación, permiten al ser humano sobrellevar la situación a través de estrategias.

Las estrategias son entendidas “como recursos psicológicos” utilizadas por las personas con el objetivo de hacer frente a una situación difícil (Guillen et al., 2013).

Ospina (2015) menciona que las estrategias de afrontamiento hacia el duelo son fundamentales a razón de que genera en el individuo un proceso sano, logrando aceptar la realidad, expresar sus pensamientos y emociones de manera adecuada, experimentando emociones naturales, volviéndose una persona capaz de recordar la pérdida, pero sin la intensidad emocional incapacitante. Por lo antes mencionado se ha formulado las siguientes preguntas de investigación: ¿cuáles son las estrategias de afrontamiento para la vivencia de un duelo saludable?, ¿Cuáles son los estilos de afrontamiento utilizados en la población infanto-juvenil?, ¿Cuáles son los factores

que afectan el desarrollo de un duelo?, ¿Cuáles son los beneficios de utilizar estrategias de afrontamiento para la vivencia del duelo?

Se estableció como objetivo general analizar bibliográficamente las estrategias de afrontamiento para la vivencia de un duelo saludable. Los objetivos específicos son: 1) Describir los estilos de afrontamiento en la población infanto-juvenil; 2) Describir los factores que afectan proceso de duelo; 3) Describir los beneficios de las estrategias de afrontamiento para la vivencia del duelo.

El área clínica encargada de la Salud Mental ha mostrado mayor interés en el abordaje de temas relacionados con la muerte y el duelo en etapas tempranas por lo cual, se ha considerado de gran importancia el trabajo con la población infanto-juvenil puesto que el 40% de los niños que han vivenciado un duelo padecerán de algún trastorno en la vida adulta provocando malestar en su desarrollo (Ramos et al., 2019).

Por lo anterior mencionado es fundamental la indagación bibliográfica en este campo temático, ya que se centra en una población considerada como vulnerable debido a su inadecuado manejo del duelo, su grave desconocimiento de la temática y el desinterés de asistir con un profesional de la salud mental (Neymeyer, 2010).

En la población Latina se evidencia a la muerte como tabú generando en los individuos una resistencia al abordaje del tema por lo cual esta investigación permitirá brindar información pertinente sobre las estrategias de afrontamiento hacia el duelo y los beneficios que generan su utilización además de describir los distintos estilos de

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

afrontamiento. El trabajo investigativo va enfocado para toda la población de América Latina interesada en conocer las estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil, puesto que la investigación va dirigida a analizar y describir las estrategias de afrontamiento permitiendo que la población conozca sobre los beneficios generados por las estrategias, permitirá que la población se informe y rompa ese tabú que se mantiene sobre la muerte y el duelo logrando que las personas se permitan conocer más sobre el tema, ya que una normalización de la temática permitirá mejores abordajes del duelo en edades tempranas dando como resultado un mejor desarrollo en su vida adulta manteniendo una adecuada salud mental. Además, Aportará teóricamente a futuras investigaciones vinculadas al estudio de la Población Latina relacionadas con las estrategias de afrontamiento hacia el duelo.

2. MÉTODO.

La presente investigación realiza una revisión bibliográfica sistemática, Aguilera, (2014) menciona que esta metodología recopila información y escoge documentos de acuerdo con la temática y objetivos planteados buscando dar respuesta a ciertas incógnitas que posee el autor y desea plasmar en su investigación, previamente se establece un formato en el que describe esquemáticamente el proceso que se realiza para el desarrollo del documento. Se integra a esta investigación puesto que permitió disminuir los sesgos en la exploración de la información relacionada con la temática estrategias para afrontar el duelo en una población infanto-juvenil, se estableció fases para cada proceso de la investigación y se esquematizó todo el procedimiento con el

fin de brindar al autor información adecuada en la cual se evidencia el proceso claro de la selección y análisis de documentos que integran esta revisión.

El tipo de revisión sistemática utilizada en este documento fue el Scoping Review, Manchado et al (2009) refieren que este tipo de investigación permite sintetizar la basta información que se encuentra difundida, logrando seleccionar documentos apropiados por medio de criterios los cuales permitieron sustentar la investigación formando un sumario sobre el tema propuesto.

Fue fundamental la utilización de este esquema en la investigación, puesto que, permitió la revisión teórica de la problemática planteada sin llegar a modificar de ninguna manera, generando una actualización del estado del arte con referencia a las estrategias del duelo, dando respuesta a los objetivos planteados. Se tomó datos de investigaciones anteriores logrando compilar información, teniendo en cuenta el marco referencial, manteniendo un rigor científico. La investigación tiene como finalidad analizar y describir la temática por lo cual, se consideró los conceptos relevantes del proceso de duelo, las estrategias que utiliza la población Latina y los beneficios que generan la utilización de estrategias. Este proceso se llevó a cabo a través de un análisis de contenido, Mora (2014) menciona que es una de las principales actividades desarrolladas en el ámbito de investigación, se centra en el tratamiento de los documentos. En la investigación se identificaron elementos esenciales de las fuentes bibliográficas, con el objetivo de organizar la colección de documentos para el abordaje investigativo.

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

Tras la recolección de información se obtuvo 50 artículos de bases de datos como Google Académico, Scielo, Redalyc y bibliotecas virtuales, sitios en los que se encuentra información con alta calidad de contenido (Anexo 1).

El proceso de búsqueda inició el 26 de agosto y su culminación el 2 de noviembre del mismo año 2020, para la realización de la búsqueda inicialmente se establecieron palabras. Las palabras claves que se utilizaron fueron “muerte”, “infancia”, “adolescencia”, “duelo”, “normalización”, “mitos culturales”, “pluriculturalidad”, “etapas”. De la búsqueda electrónica se pretendió obtener la mayor cantidad de artículos con la finalidad de enriquecer la investigación.

Se estableció criterios de selección de documentos, para la inclusión de información se integró escritos que posean los siguientes criterios: 1) población de estudio infanto-juvenil Latinoamericana, 2) artículos que provengan de hasta un máximo de 10 años de antigüedad, 3) artículos de libre acceso, 4) validez e importancia de contenido.

Para los criterios de exclusión, se eliminaron documentos que: 1) sin relación con el tema, 2) documentos implicados con otro tipo de población, 3) contenido irrelevante, 4) información superficial, 5) documentos sin libre acceso a la información.

Los documentos se leyeron y analizaron haciendo hincapié en los hallazgos de cada investigación verificando que la temática sustente al tema y a los objetivos planteados puesto que este proceso tiene como objetivo

principal resaltar información útil para el trabajo de investigación (Gómez et al, 2014).

Para el análisis y valoración de las fuentes bibliográficas utilizadas en esta investigación, se realizó mediante un proceso que se detalla en el diagrama de flujo (Figura 1).

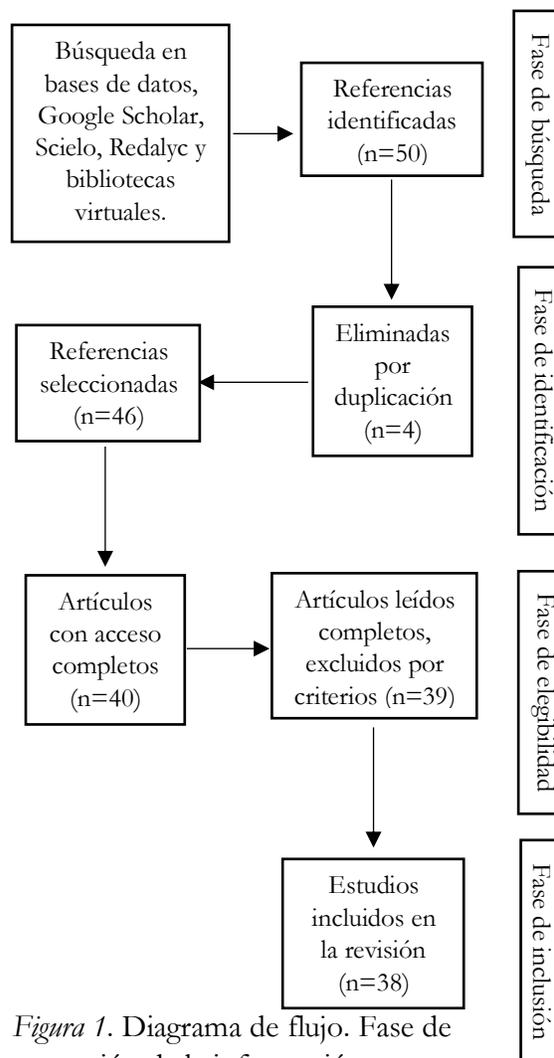


Figura 1. Diagrama de flujo. Fase de extracción de la información

Para este análisis de investigación se aplicó los aspectos de inclusión y exclusión logrando una separación, clasificación y síntesis de documentos quedando con escritos esenciales, que brindaron el alcance de los objetivos planteados y facilitaron la redacción de los resultados de este artículo.

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

Tras la revisión se obtuvo un total de 50 artículos, se eliminó 4 duplicados quedando un total de 46, posterior se realizó una depuración, se eliminó 6 que no poseían acceso completo al documento quedando 40 documentos, a continuación se dio un sondeo en el cual se aplicaron los criterios preestablecidos quedando un total de 39 artículos, posterior se revisó los artículos que poseían los aspectos esenciales obteniendo un total de 38 documentos que cumplían con todos los requisitos de selección.

Finalmente se menciona que la revisión sistemática según Gómez et al., (2014), ayuda a la obtención de una visión global por lo que nace una demanda de aplicar criterios para incluir o descartar información mismos que serán predeterminados por el investigador, teniendo claro que los parámetros establecidos determinaran la calidad de la información que poseerá la investigación. La información obtenida tras la aplicación de los filtros se puede analizar y comparar para posteriormente combinarlos, con la finalidad de obtener una información global de la temática.

3. RESULTADOS.

Tras haber seleccionado los artículos enfocados a la temática y a los objetivos establecidos a continuación se refleja los resultados obtenidos del análisis sistemático mismo que será presentado a través de tablas de contenido.

3.1 ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO PARA LA VIVENCIA DE UN DUELO SALUDABLE

Las estrategias son un conjunto de acciones relacionadas entre sí con el fin de alcanzar un objetivo, Peralta (2019) menciona que las estrategias ayudan al ser humano en la toma de decisiones y a conseguir los mejores resultados.

Dando respuesta al objetivo general se ha obtenido las siguientes estrategias de afrontamiento hacia el duelo descritas en la tabla1:

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

Tabla 1
Las estrategias de afrontamiento hacia el duelo

Autor	Año	Contexto para utilizar	Aporte
López	2015	Familiar	El autor recomienda las siguientes estrategias: Comunicación inmediata, participación en ritos fúnebres, permitir la expresión de las emociones, recuperar la cotidianidad.
Alberola et al	2016	Familiar	Acompañamiento familiar luego de una pérdida
Artaraz et al	2017	Educativo	Expresión a través de Pintura, cuentos, libros, música
Arias	2018	Personal	Recomienda la búsqueda de apoyo a través de grupos
Sanz	2020	Personal	Reconocimiento de las emociones
Ornelas	2016	Personal	La religión como mecanismo de superación
Lago et al	2015	personal	Solución de conflictos como meta personal

Fuente: elaboración Propia del Autor

La edad es fundamental, puesto que es necesario tener en cuenta la concepción de muerte que posee cada persona al momento de comunicar un fallecimiento para utilizar un lenguaje adecuado. López (2015) refiere que a nivel familiar se recomienda como estrategia la comunicación inmediata sobre el fallecimiento, sugiere explicar al infante lo que sucede. Si la muerte ha suscitado por un hecho catastrófico, no es conveniente mentir para suavizar el impacto, puesto que podría enterarse y maximizaría el dolor por la decepción a causa de la mentira.

La participación en los ritos fúnebres permite la inclusión en el contexto, el niño se sentirá parte de la familia y del dolor, logrando una red en la que pueda apoyarse (López, 2015). Por otra parte, Rodríguez (2019) refiere que la participación en los ritos es decisión del doliente, en esta estrategia el adulto tendrá la función de

guiar, responder posibles dudas e ir relatando de forma sencilla y clara lo que observará en el lugar, ya que permitirá que en niño esté preparado y no sea demasiado impactante. La participación permitirá que exploren algunos aspectos relacionados con la muerte, se despedirán de su ser querido expresando sus pensamientos y emociones.

Tras este proceso de pérdida es importante recuperar la cotidianidad, retomando actividades en las que se puedan distraer y liberar energía, pero siempre teniendo en cuenta las emociones del individuo, ya que un mal manejo de esto podría percibirse como poca importancia del suceso ocurrido. Retomar las actividades permitirá a la persona distraerse y mantener su mente ocupada, sin excluir el suceso de pérdida por el contrario estará presente, pero no se convertirá en incapacitante permitiendo la

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

expresión del sentimiento y el proceso adecuado de la pérdida (López 2015).

Los padres son los modelos para imitar, es necesario que no se cohiba las emociones permitiendo que puedan expresar lo que sienten, en el doliente, se da un proceso catártico en el que pueden liberarse, la apertura a esta expresión emocional es una estrategia fundamental debido a que se sentirá confiado y acompañado facilitando el proceso de duelo. Alberola et al (2016) establecen aspectos para un correcto acompañamiento como: 1) ser prudentes, limitando comentarios de lo que debe sentir o generando soluciones asegurando que es lo mejor para el implicado, 2) brindar un apoyo continuo en el que se pueda percibir la disponibilidad del apoyo ayudándole a disminuir el aislamiento.

La expresión de pensamientos y emociones a la hora de afrontar el duelo se evidencia como un método de liberación, Artaraz et al (2017) refiere que una estrategia para el área educativa es el uso de pinturas en la cual no existe buenos o malos dibujos por el contrario esto busca la liberación emocional a través de una ilustración transformando las emociones en algo visual e identificable dándole bienestar a quien lo realiza además de ser una actividad de relajación y fuera de la rutina en la que se pueden sentir libres.

La lectura es otra estrategia a utilizar porque dotan de información, permite obtener una idea más amplia sobre el duelo eliminando posibles dudas que no han sido respondidas, generando un bienestar a quien lo lee, estas lecturas varían según la edad, para los niños se recomienda los cuentos y fábulas vinculados a temáticas de muerte y afrontamiento, para edades más avanzadas

se recomienda libros, guías y manuales que han sido diseñados para este tipo de población con una estructura menos fantástica y más realista de la situación. La música es otra opción para afrontar el duelo por su trabajo simbólico, al principio se detecta dificultad para expresar lo que sienten, pero la música sin duda es un canal de expresión logrando que el individuo se sienta liberado (Artaraz et al, 2017).

A partir de los 12 años el concepto de muerte se encuentra más clara y definida, por lo cual Arias (2018) recomienda como estrategia asistir a grupos de apoyo mutuo en los que puedan interactuar con personas que han pasado o están pasando por la misma realidad, en este espacio podrán desahogarse a través del diálogo, la escucha de distintas vivencias o realidades de los miembros, sentirse apoyados y darse cuenta de que no son los únicos.

Sanz (2020) refiere que en el individuo se desestabiliza las emociones generando confusión y dolor, en su investigación recomienda como estrategia el reconocimiento de las emociones con el objetivo de liberarlos y no reprimirlos permitiendo al individuo vivir su duelo de manera paulatina expresando lo que siente y haciendo conciencia de la situación y dolor. Esta estrategia permite la búsqueda de soluciones ya sea pidiendo ayuda o simplemente expresando al mundo lo que en realidad siente generándoles una liberación emocional.

Ornelas (2016) menciona como estrategia a la religión, puesto que Latinoamérica está invadida de culturas, creencias y siendo la religión católica la mayor organización religiosa, por la cual Yoffe (2015) refiere que

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

el sistema de creencias es fundamental, puesto que el individuo sentirá una fuerza superior que lo guiará y le dará esa tranquilidad emocional que busca.

La solución de problemas es entendida como un meta proceso mismo que permite al individuo comprender, valorar y encontrar soluciones para la situación que está vivenciando, Lago et al., (2015) refieren que es la habilidad de la persona para mantenerse estable y solucionar dificultades con las respuestas más idóneas.

3.2 ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN LA POBLACIÓN INFANTO-JUVENIL

Cada persona posee una forma determinada de afrontar los conflictos por lo cual se describe continuación los estilos de afrontamiento

Tabla2

Estilos de afrontamiento

Autor	Año	Estilos de afrontamiento	Aporte
Peña y Cataño	2017	1.-evitativo 2.-confrontativo	Se consideran los estilos primarios, ya que el evitar solo es útil a corto plazo y el confrontativo es más efectivo.
Alvarado	2014	1.- Catarsis 2.-Uso de estrategia múltiples	Menciona que la catarsis es un estilo de afrontamiento puesto permite la expresión de sentimientos y emociones y el uso de estrategias múltiples permite un abordaje completo a través de la utilización de una mezcla de estrategias.

Fuente: elaboración Propia del Autor

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

Los estilos primarios que Peña y Castaño (2017) describen son utilizados dependiendo las características del individuo, pues el estilo evitativo se orienta a escapar de la situación con el objetivo de protegerse a sí mismo, al evadir disminuye el impacto emocional, pero a largo plazo genera en la persona un malestar, puesto que estará en contante represión y la situación estará acompañándole constantemente debido a la evitación. Una persona evitativa simula que no pasa nada, escapando de la situación. Menciona que los adolescentes utilizan con más frecuencia este estilo, es una forma de engañar y ocultar lo ocurrido desvinculándose a través de pensamientos con el objetivo de disminuir la intensidad del dolor tras una pérdida, pero a corto plazo. Por otro lado, la confrontación es el intento de solucionar de manera concreta el conflicto permitiéndole a la persona continuar con su vida sin arrastrar la dificultad, el sujeto realiza acciones directas para culminar con la dificultad como la búsqueda de soluciones inmediatas, pedir ayuda, aceptar que posee la dificultad e identificar la estrategia necesaria para afrontarla (Solís y Miranda, 2010).

Alvarado (2014) menciona a la catarsis como estilo de afrontamiento el cual permite la liberación de pensamientos y emociones negativas. Genera en la persona la validación y el reconocimiento de las emociones con el objetivo de reconocer las situaciones que causan malestar y poder afrontarlas, sin duda el comunicar y hablar sobre la dificultad genera un efecto de bienestar en el individuo.

Otro estilo de afrontamiento es el uso de estrategias múltiples, Alvarado (2014) refiere

que cada individuo es holístico y su manera de afrontar varias dificultades, los sujetos optan por analizar su dificultad, realizan una evaluación para identificar la forma más idónea de intervención, pero la mayoría de las amenazas agrupan a varias dificultades por lo cual el uso de distintas estrategias permitirá al individuo abordar de mejor manera la situación.

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

3.3 FACTORES QUE AFECTAN EL NORMAL DESARROLLO DEL PROCESO DEL DUELO.

Según Valencia, (2015) menciona que en su mayoría las personas que vivencian una pérdida desarrollan su proceso de duelo de manera adecuada, pero existen factores que pueden afectar el normal progreso del duelo.

Tabla 3

Los factores que afectan a la vivencia de un Duelo saludable

Autor	Año	Factor	Aporte
Rojas	2015	Edad	La vulnerabilidad según la concepción de muerte en el proceso evolutivo
Figueroa	2020	Mitos culturales	Menciona que los mitos más comunes son los siguientes: Los niños no se dan cuenta, el duelo cierra ciclos, es mejor no hablar para no sentir, el duelo termina en 1 año.
Maura	2015	1)Parentesco	La percepción del duelo es individual, pero existen factores que agravan el proceso normal.
Rodríguez	2018	Resiliencia	Menciona que es la capacidad del ser humano para reponerse ante una situación catastrófica como la muerte

Fuente: elaboración Propia del Autor

Entre los factores que afectan el normal desarrollo del proceso de duelo, menciona Rojas (2015) a la edad, genera vulnerabilidad en el individuo puesto que su concepción de muerte es variada. A edades tempranas no existe una idea clara, presentan un pensamiento mágico percibiendo a la muerte como temporal, a partir de los 12 años ya se ve reflejada una estructuración de muerte medianamente clara, pero la intensidad de la vivencia de emociones por

el proceso de desarrollo que están pasando podría generar un aislamiento con la convicción de que no necesitan a nadie para sobrellevar la situación y no diferenciarse de sus iguales, reprimiendo las cargas emocionales.

Latinoamérica se ha caracterizado por sus diversos mitos y leyendas, Figueroa (2020) menciona que las creencias podrían afectar de cierta manera al proceso normal de un duelo, puesto que la población adulta cree que la población infanto-juvenil no

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

experimentan un duelo o no sienten lo mismo que un adulto y no se les brinda un correcto acompañamiento, llegando a aislarlos de la situación y como resultado podría generar en los dolientes un duelo más complejo que el de un adulto.

Al elaborarse un duelo no se asegura el cese de algún ciclo por el contrario es una manera de sobrellevar la situación dolorosa que han vivido con el fin de transformar la realidad y adaptarla a un contexto en el que exista la emoción, pero ya no esté la intensidad incapacitante. El no expresar genera represión de emociones intensifica el malestar y por ende la duración del duelo haciendo que se perpetúe, el compartir las emociones con alguien más brinda la apertura y la oportunidad de reconstruir la confianza en que la situación ira mejorando con el pasar del tiempo.

No es posible establecer un tiempo exacto para la culminación de un duelo, es muy diferente en cada persona, otra de las creencias que se mantiene es el pensar que en un tiempo determinado el duelo finalizara y el dolor cesara. Por el contrario, la persona siente que no se respetan sus sentimientos ni su ritmo natural, esto no quiere decir que el duelo será intermitente, pero la vivencia del duelo debe ser respetado, cada individuo será capaz de eventualmente irse recuperando.

Maura (2015) describe dos factores que influyen directamente al normal desarrollo del duelo, en primera instancia menciona al parentesco, este determinará la reacción hacia el duelo de cada persona, puesto que no es lo mismo perder a un padre cómo perder a un amigo, en cada caso se manifiesta diferentes respuestas según la intensidad. Por otra parte, la intensidad del

vínculo que el doliente haya mantenido con el fallecido determinará la reacción emocional en el duelo será la misma intensidad del vínculo.

Rodríguez (2018) seña que la resiliencia permite al ser humano reaccionar de mejor manera ante situaciones difíciles como una muerte, pero la resiliencia no es innata, ya que se va desarrollando a través de un aprendizaje e interacción con su entorno. En su investigación menciona que las personas resilientes tienden a afrontar la vida de un amanaera optimista facilitando sobrellevar un proceso de duelo, lo reciben como un momento para reorganizarse internamente.

3.4 BENEFICIOS GENERADOS POR LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL DUELO.

Un acompañamiento en el proceso de duelo podría verse como una acción compleja, puesto que es ambigua la manera de expresarse ante un niño o joven que está pasando por esta situación de perdida, pero se describe la utilización de estrategias al afrontar el duelo como beneficiosas, permite a las personas una adaptación a nuevas realidades.

Tabla 4
Beneficios de la utilización de estrategias

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

Autor	año	Beneficios
Flórez	2015	Menciona que el acompañamiento, la búsqueda de apoyo y la religión permiten la superación del duelo con facilidad.
Aranda	2015	Refiere que el uso de pintura, cuentos, libros, música permite al doliente la expresión y gestión emocional.
Zozo	2015	La comunicación inmediata y la participación en ritos fúnebres permite aceptar la realidad de la pérdida. Recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo.
Días	2019	Menciona que el reconocimiento de emociones facilita encontrar un alivio emocional y reducir el impacto inicial tras la pérdida

Fuente: elaboración Propia del Autor

Flórez (2015) describe la utilización de estrategias al afrontar el duelo como beneficiosas, puesto que permite a los niños la adaptación a nuevas rutinas en las que podrán ir exteriorizando el dolor que el evento causó en ellos, evitando la represión de sus emociones permitiendo un adecuado ajuste a la realidad. Por otra parte, Aranda (2015) menciona que el uso de estrategias ayuda a expresar sus emociones ya sea a través de actividades lúdicas mismas que promueven la distracción y participación en actividades abandonadas por consecuencia de la pérdida vivenciada, permite que el individuo perciba el proceso con menor intensidad, logre compartir con sus pares y se reincorpore con éxito a las actividades. El uso de estrategias juega un papel fundamental para la vivencia de un proceso natural de duelo, es necesario que se realice una valoración de las características que el sujeto posee.

Por otro lado, Zozo (2015) menciona que el uso de estrategias como la comunicación inmediata y la participación en ritos ayuda al individuo a aceptar la realidad de la pérdida, permite hacer consciente la ausencia y que su ser querido no volverá dando como resultado una adaptación a la nueva realidad. Permite recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo, en el cual no se romperá el vínculo con el familiar difunto por el contrario el doliente encontrará el lugar adecuado para su recuerdo mismo que no será un impedimento para su desenvolvimiento diario.

El reconocimiento de emociones como estrategia, permite a los individuos encontrar un alivio emocional con el fin de nivelar o suprimir la intensidad de la situación para poder sobrellevarla, aceptándola y permitiendo con el paso de los días el reconocimiento de lo que ha pasado con el objetivo de llegar a una aceptación, retomando la dinámica diaria, acoplándose a los nuevos cambios en donde

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

el dolor del fallecimiento es menos intenso permitiéndole a la persona continuar con su vida (Díaz, 2019).

Las estrategias surgen como herramientas desarrolladas por el ser humano con el fin de sobrellevar una situación agobiante por lo cual Díaz (2019) menciona que el individuo genera mecanismos para disminuir el impacto de las cosas negativas con el fin de reducir el dolor.

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

Se ha encontrado que el duelo es un proceso que inicia tras una muerte y estudios demuestran que las personas no están preparadas para asumir esta situación, Cantero (2013) refiere que esto se debe por la escasa educación sobre la muerte que la población posee y se demuestra en los porcentajes de investigaciones que evidencian a la muerte aún como un Tabú, siendo la inadecuada información quien desencadena ese mantenimiento de desinformación.

Márquez & Lanzat (2020) menciona que una educación adecuada desde la niñez lograría invertir la realidad actual y se lograría que desde la infancia se dé una educación sobre muerte misma que les permitirá tener una mejor percepción sobre la misma. Las personas estarán informadas, estarán conscientes de lo ocurrido y sabrán que existen estrategias de afrontamiento que podrían beneficiarlos.

Para las estrategias de afrontamiento hacia el duelo encontradas se ha notado que el uso de estas depende de las características de los individuos, ya que en un infante las estrategias no las desarrolla el niño sino el contexto en el que se despliega, los infantes

debido a su nivel de desarrollo y su concepción de muerte se encuentran aturridos y confundidos por lo cual sería necesario el acompañamiento adecuado de los adultos a cargo, Romero y López (2019) mencionan que las estrategias son de gran ayuda para la población infanto-juvenil, les permite desarrollar un duelo adecuado en el cual van expresando su sentir, logran reconocer sus emociones y les permiten adaptarse a la nueva realidad sin romper el vínculo que existía con el fallecido, simplemente generando nuevos espacios en el cual la persona está consciente de la pérdida, pero el recuerdo no es incapacitante (Flórez, 2010).

Los estilos de afrontamiento permitirán al sujeto conocer su manera de hacer frente a las dificultades. (Moreno, 2010) refiere que un estilo definirá a la estrategia que se utilizará, permitirá al adulto predecir si el niño o adolescente desarrollará algún conflicto tras una pérdida, pues el estilo que representa su manera de actuar, siendo el resultado de su personalidad.

Guillem et al., (2013) refiere que el uso de estrategias dependerá de la edad del doliente, en su investigación menciona que a menor edad del doliente se recomienda la utilización de estrategias en el contexto familiar y educativo, el adulto podrá convertirse en facilitador permitiendo al niño desarrollar un duelo saludable, ya que el adulto será quien guía y responde múltiples dudas del infante. Por otro lado, Herrera (2018) menciona que las estrategias de afrontamiento no necesariamente dependerán de la edad pues cataloga a las características de la persona como determinante de la mejor estrategia, ya que

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

esta se adaptara a las necesidades del doliente.

Robles (2017) en su investigación describe al duelo como un proceso normal tras una pérdida, pero a este proceso podrían afectarle ciertos factores, dificultado el normal desarrollo y desencadenando en posibles patologías. Con respecto a los factores que afectan se ha encontrado a las creencias como principal causa de posibles conflictos posteriores, puesto que aún se mantiene la idea de que en etapas tempranas la vivencia del duelo es menos intensa por lo cual no logra ser detectada, ya que el ser humano está acostumbrado a ver a un adulto triste y desvinculado por la pérdida e imaginan que un niño o adolescente reaccionara de la misma manera, pero Ordóñez y Lacaste (2015) refiere que, a menor edad del doliente el concepto será más abstracto y complicado por lo cual la expresión de emociones es sumamente difícil llegándolo a percibir en el mundo adulto como malos comportamientos o problemas conductuales. Dando como resultado un inadecuado acompañamiento.

Se destaca que la vivencia del duelo no deslinda los lazos que hubo con el fallecido por el contrario permite la adaptación a la nueva realidad generando estrategias como herramientas para sobrellevar la situación, ya que el ser humano en un individuo social y se va construyendo con respecto a su interacción con el contexto.

Es de gran importancia mencionar que las fases y etapas para el proceso de duelo se consideran necesarias porque la persona debe pasar por ellas para lograr un proceso sano y Erazo (2020) lo afirma, puesto que en su investigación encuentra que su población

de estudio se identifica un claro proceso evidenciando fases y etapas, pero no necesariamente se debía pasar por todas ellas, ya que señala que el individuo es holístico por ende la forma de abordar el proceso será distinto.

En el desarrollo de esta investigación se evidenciaron limitaciones al momento de la búsqueda de información, debido a la delimitación contextual escogida, pero se logró encontrar escritos que brindaron una información en conjunto de la población infanto-juvenil logrando un abordaje específico según las etapas de desarrollo porque fue relevante hacer hincapié en cada una de las etapas por la modificación estructural, según la edad del individuo.

La investigación permite al lector conocer sobre el proceso de duelo, se describe sus fases y tipos, genera información sistematizada de las estrategias de afrontamiento frente al duelo y sus beneficios además de brindar una descripción de los posibles factores que afectan al normal desarrollo de este.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

- Aguilera, R. (2014). ¿Revisión sistemática, revisión narrativa o metaanálisis? *Revista de la Sociedad Española del Dolor*, 359-360.
doi:<https://dx.doi.org/10.4321/S1134-80462014000600010>
- Alberola, V., Aduara, L., & Reina, N. (2016). *Intervención individual en duelo*. Obtenido de <http://www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/sociosyprofs/documentacion/manuales/duelo/duelo12.pdf>
- Alvarado, M. (2014). *Estrategias de afrontamiento ante conflictos*. Obtenido de http://revistas.iberomx.com/psicologia/uploads/volumenes/5/pdf/PSICOLOGIA_IBEROAMERICANA_20-2.pdf
- Aranda, C. (2015). *El duelo infantil en la escuela: protocolo de intervención*. Obtenido de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2435/aranda.quirós.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arias, M. (2018). *Estrategias de afrontamiento frente al duelo por la muerte de un ser querido en estudiantes de 18 a 25 años*. Obtenido de <http://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/9907/1/udla-ec-tpc-2018-30.pdf>
- Artaraz, B., Sierra, E., González, F., García, J., Blanco, V., & Landa, V. (2017). *Guía sobre el duelo*. Colegio de Médicos. Obtenido de <https://www.psicologiamorali.com/wp-content/uploads/2020/06/Gu%C3%ADa-sobre-el-duelo-en-la-Infancia-y-la-Adolescencia.pdf>
- Cantero, M. (2013). *La educación para la muerte. Un reto formativo para la sociedad actual*. Obtenido de <file:///C:/Users/Tatiana/Downloads/1928-Texto%20del%20art%C3%ADculo-1845-1-10-20170405.pdf>
- Díaz, P. (2019). *Hablemos de duelo*. Obtenido de https://www.aepap.org/sites/default/files/pags_439-444_hablemos_de_duelo.pdf
- Encarni, G., & Leiva, J. (2011). *LA MUERTE' TEMA RADICAL Y PERENNE EN LA EDUCACIÓN. HACIA UNA*. Obtenido de <http://www.cite2011.com/Comunicaciones/Escuela/141.pdf>
- Erazo, M. (2020). *Duelo sano: qué hacer para superar la muerte de un ser querido en la pandemia*. Obtenido de <https://www.consumer.es/salud/duelo-sano-como-superar-muerte-ser-querido.ht>
- Escudero, M. (2017). *¿Qué es el duelo?* Obtenido de <https://www.manuelescudero.com/texto-de-videos-psicologia/que-es-el-duelo/>
- Figueroa, M. (2020). *Manual de acompañamiento y abordaje del duelo*. Obtenido de <https://www.unicef.org/elsalvador/media/3191/file/Manual%20sobre%20Duelo.pdf>

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

- Flórez, S. (2010). *Duelo*. doi:<https://doi.org/10.23938/ASSN.0843>
- Gómez, E., Fernando, D., Aponte, G., & Betancourt, L. (2014). *Metodología para la revisión bibliográfica y la gestión de información de temas científicos, a través de su estructuración y sistematización*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/496/49630405022.pdf>
- Guillem, V., Romero, R., & Oliete, E. (2013). *Manifestaciones del duelo*. Obtenido de <https://seom.org/seomcms/images/stories/recursos/sociosyprofs/documentacion/manuales/duelo/duelo08.pdf>
- Herrera, R. (2018). *Manejo del duelo en adolescentes*. Obtenido de <https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/blog.php?wurl=manejo-del-duelo-en-adolescentes>
- Hoyos, C. (2015). ¿Entendemos los adultos el duelo de los niños? *PEDIÁTRICA*, 27-32. Obtenido de <http://actapediatrica.com/images/pdf/Volumen-73---Numero-2---Febrero-2015.pdf#page=7>
- Lago, M., Martínez, E., Menéndez, V., & Rodríguez, M. (2015). *Taller de Afrontamiento*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832310047.pdf>
- Lopez, H. (2015). ¿Entendemos los adultos el duelo de los niños? Obtenido de <https://www.neurologianeonatal.org/wp-content/uploads/2018/05/ENTENDEMOS-LOS-ADULTOS-EL-DUELO-NIN%CC%83OS-ACTA-PEDIATRICA.pdf>
- Manchado, R., Tomanes, S., López, M., Mohedano, L., & y Veiga de Cabo, J. (2009). Revisiones Sistemáticas Exploratorias. *Medicina y Seguridad del Trabajo*. Obtenido de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2009000300002
- Márquez, J., & Lanzat, B. (2020). *La muerte, un tabú en nuestra sociedad*. Obtenido de <https://miradasconalma.org/personas/la-muerte-un-tabu-en-nuestra-sociedad/>
- Maura, M. (2015). *Duelo y Apego: De la creación del vínculo a la*. Obtenido de https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/1508/Maura_Mateu_Marta_Patricia_TFG.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mora, M. (2014). *Investigación Bibliográfica*. Obtenido de http://www.utemvirtual.cl/plataforma/aulavirtual/assets/asigid_1090/contenidos_arc/57730_inv_bibliografica.pdf
- Moreno, C. (2010). *Estilos de afrontamiento*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224996002>
- Neymeyer, R. (2010). *Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo*. Obtenido de <https://www.recuperacionemocionalecuador.com/images/cere/Aprender-de-la-perdida-Neimeyer.pdf>
- Ordoñez, A., & Lacasta, A. (2010). *El duelo en los niños*. Obtenido de

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

- <http://www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/sociosyprofs/documentacion/manuales/duelo/duelo11.pdf>
- Ornelas, P. (2016). *Estrategias de afrontamiento y resiliencia en cuidadores primarios con duelo*. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/326000232_Estrategias_de_afrontamiento_y_resiliencia_en_cuidadores_primarios_con_duelo
- Ospina, A. (2015). *Cuando muere un ser amado Cómo comprender y afrontar el duelo por muerte*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=574261384020>
- Pelegrí, M., & Romeu, M. (2010). *El duelo, más allá del dolor*. Obtenido de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/jardin/article/view/27228/39644#:~:text=Freud%2C%20en%20su%20texto%20%22Duelo,libertad%2C%20un%20ideal%2C%20etc.>
- Peña, D., & Cataño, M. (2017). *Estilos de afrontamiento y proceso de duelo frente a la ruptura de pareja en una ex pareja de adultos jóvenes*. Obtenido de https://repository.unicatolica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12237/942/ESTILOS_AFRONTAMIENTO_PROCESO_DUELO_FRENTE_RUPTURA_PAREJA_EX_PAREJA_ADULTOS_J%C3%93VENES.pdf?sequence=1
- Peralta, C. (2019). *Estrategias, una mirada diferente*. Obtenido de news.mx/noticias/planeacion-estrategica
- Quito, C., Dabiel, T., & Cadena, H. (2019). *Afrontamiento de un grupo ante un duelo por pérdida de los progenitores*. Obtenido de [file:///C:/Users/Tatiana/Downloads/Dialnet-AfrontamientoDeUnGrupoDeAdultosAnteElDueloPorPerdidos/7049138.pdf](http://www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/sociosyprofs/documentacion/manuales/duelo/duelo11.pdf)
- Ramos, P., Llacer, L., Barreto, P., & Pérez, M. (2019). *Modelos Psicológicos del Duelo: Una Revisión Teórica*. Obtenido de [file:///C:/Users/Tatiana/Downloads/176-%23%23default.genres.article%23%23-381-1-10-20190724.pdf](https://www.researchgate.net/publication/326000232_Estrategias_de_afrontamiento_y_resiliencia_en_cuidadores_primarios_con_duelo)
- Robles, S. (2017). *La naturalidad del duelo*. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-662720070006000
- Rodríguez, M. (2016). *El duelo y sus fases: Cómo superar la pérdida. Psicopedagogía*. Obtenido de <https://psicopedia.org/7691/fases-duelo-superar-perdida/>
- Rodríguez, M. (2018). *Resiliencia: Superar la pérdida de un ser querido*. Obtenido de [/resiliencia-superar-la-perdida-de-un-ser-querido/#:~:text=Se%20trata%20de%20revisar%20nuestros,sus%20relaciones%20y%20a%20sí%20mismo.](https://psicopedia.org/7691/fases-duelo-superar-perdida/)
- Rodríguez, S. (2019). *Niños en rituales funerarios. Unión de psicólogos, Grupos recordar*. Obtenido de <https://gruporecordar.co/es/blog/ninos-en-rituales-funerarios>
- Rojas, P. (2015). *El niño y la muerte. Médico Familiar PUC*. Obtenido de <http://medicinafamiliar.uc.cl/html/articulos/040.html>

Estrategias de afrontamiento hacia el duelo en población infanto-juvenil latinoamericana: una aproximación bibliográfica

- Romero, C., & López, S. (2019). *Actualización sobre el duelo en el niño*. Obtenido de <http://ciberindex.com/index.php/et/article/view/e12241>
- Sanz, E. (2020). Estrategias de afrontamiento del duelo y sus consecuencias. *La Mente es Maravillosa*. Obtenido de <https://lamenteesmaravillosa.com/estrategias-de-afrontamiento-del-duelo-y-sus-consecuencias/>
- Solis, C., & Miranda, A. (2010). *Estilos y estrategias de afrontamiento*. Obtenido de dp.edu.ar/cssalud/deptoterapia/arc
- hivos/Psicologia_General_SEMINARIO/ESTILOS_Y ESTRATEGIAS_DE_AFRONTAMIENTO_en_adolescencia.pdf
- Valencia, P. (2015). *Duelo, Factores de riesgo de duelo*. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/71051366.pdf>
- Zazo, S. (2015). *Estrategias para afrontar el duelo*. Obtenido de <http://www.psicoterapeutas.com/paginaspersonales/susana/DUELO.pdf>

AGRADECIMIENTOS.

Agradezco principalmente a Dios por la vida y por permitirme llegar a este punto de mi formación académica la cual me ha ayudado a desarrollarme como persona y próximamente como profesional, a mis maestros y especialmente a mi tutora que me ha brindado ese acompañamiento para la realización de este proyecto de investigación.

DEDICATORIA.

Dedico este proyecto investigativo con todo mi amor a mi madre, quien ha estado en los momentos más difíciles de mi vida brindándome ese apoyo incondicional, a mi padre y hermanos ya que han sido quienes me han incentivado a seguir y culminar mi formación académica por ese motivo este trabajo es para ellos ya que es símbolo de que todo en esta vida se puede, aunque se lo vea imposible, pero con sacrificio y dedicación se lo puede lograr.