

Duelo

El duelo es la pérdida de un ser cercano, y el proceso de ajuste posterior a la misma.

TIPOS DE DUELO

Duelo patológico o complicado

- Intensificación del duelo al nivel en que la persona está desbordada.
- Se tiene conductas desadaptativas.
- Dolor moral prolongado
- Impedimento de amar o interés en otras personas.

Duelo crónico

Tiene una duración excesiva y nunca llega a una conclusión satisfactoria



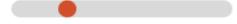
Duelo inhibido o negado

Se niega la expresión del duelo porque la persona no afronta la realidad de la pérdida



Duelo anticipado

Ofrece a las personas involucradas la oportunidad de compartir sus sentimientos y prepararse para la despedida



FASES DEL DUELO

1 Negación

1

¡Esto no puede pasarme a mí!". Niegan la realidad, se sienten abandonados y aislados.

2

Ira

"¿Por qué yo?". Comienzan a envidiar a quienes los necesitan expresar su rabia para librarse de ella.

4 Depresión

4

Las personas necesitan llorar, expresar su tristeza y apenarse por la pérdida de su propia vida.

3

Negociación

"Si, me pasa a mí, pero...". El pero... es un intento por negociar tiempo. "Si sólo me dejas vivir para ver la graduación de mi hija seré una mejor persona,

5 Aceptación

5

Finalmente, las personas pueden reconocer: "Mi hora está muy cerca ya, y está bien."



PATRONES DE AFLICCIÓN.



En esta etapa los supervivientes toman conciencia de la pérdida, tienen sentimientos abrumadores de tristeza y llanto frecuente, puede durar varias semanas.

01

Choque e incredulidad.

En la segunda etapa, que puede durar de seis meses a dos años el superviviente trata de aceptar la muerte. Reviven su muerte y recuerdos con esa persona.

02

Preocupación por la memoria de la persona muerta.

La última etapa habrá llegado cuando la persona doliente renueva el interés en las actividades cotidianas. Los recuerdos ahora traen sentimientos de cariño en lugar de dolor.

03

Resolución