

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Signos y síntomas en el proceso del duelo en Adultos de Edad Temprana

Daniela Arcila Barreto

Indira Liliana Gómez

Luis Alejandro Marín



UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

PROGRAMA PSICOLOGÍA

Bogotá D.C.

2021

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Signos y síntomas en el proceso del duelo en Adultos de Edad Temprana.

Daniela Arcila Barreto

Indira Liliana Gómez

Luis Alejandro Marín

Bajo la Dirección de
Olga Lucia Castillo Gavilán

Trabajo de Grado para
optar el título de
PSICÓLOGO



Universidad Cooperativa
de Colombia

UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

PROGRAMA PSICOLOGÍA

Bogotá D.C.

2021



Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Agradecemos a Dios, y todos los seres de luz por su guía espiritual en este camino de aprendizaje.

Agradecemos a nuestras familias por el acompañamiento, aguante, motivación y persistencia por culminar esta carrera.

Agradecemos a los docentes presentes de la Universidad Cooperativa de Colombia, por compartir sus conocimientos y ser maestros en nuestro proceso de formación.

Agradecemos a nuestra directora de monografía la doctora Olga Lucia Castillo por dedicar su tiempo, conocimientos y animarnos e impulsarnos hacer mejores profesionales.

Agracemos al grupo de monografía por su paciencia, trabajo y compromiso al culminar este trabajo.

Tabla de contenido

Resumen	6
Palabras Claves	7
Introducción	7
Justificación	9
Pregunta problema	10
Objetivos	13
Objetivo General	13
Objetivos Específicos	13
Marco paradigmático	14
Marco Teórico	15
Duelo	15
Tipos de duelo	16
Fases del duelo	18
Signos y síntomas del duelo	21
Ciclo vital adultez temprana 20-40 años	23
Marco Metodológico	23
Síntomas del duelo	24
Síntomas emocionales	24
Síntomas Cognitivos	25

Síntomas físicos	27
Signos	27
Discusión	29
Conclusiones	31
Recomendaciones	33
Referencias	34
Anexos	41
Análisis comparativo de fichas RAE	41
Análisis de la Metodología	42
Análisis del Duelo	54
Análisis de Signos y Síntomas	58
Síntomas emocionales	58
Síntomas Cognitivos	61
Síntomas físicos	65
Análisis del Ciclo vital	67
Cartilla	68

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Resumen

El objetivo de la presente monografía, fue identificar signos y síntomas que se presentan ante el proceso de duelo en el adulto de la edad temprana y clasificarlos en signos: emocionales, cognitivo-conductual y respuestas físicas, no solo desde la muerte si no también de otras variables como son: la pérdida de un objeto valioso, la muerte de una mascota, desaparición forzada, pérdida de empleo, ruptura amorosa, la pérdida de un ser querido, entre otras causas que se pueden presentar en cuanto a la respuesta de los signos y síntomas de duelo.

Esta investigación metodológica, se basó en un modelo cognitivo-conductual, donde se plantearon herramientas para la comparación y la clasificación de dicha recopilación de información teórica, desde posturas de las áreas de psicología, psiquiatría y algunos referentes al gremio de la salud. Para cumplir con lo propuesto, fue necesario formular una pregunta problema ¿cuáles son los signos y síntomas que presentan los adultos en edad temprana en el proceso de duelo?; para la cual, se seleccionaron como referentes 50 posturas teóricas, las cuales se comprendieron, se clasificaron y se nombraron en este documento.

Con lo anterior mencionado, se presentarán técnicas de relajación-respiración y control muscular; técnica de activación conductual; mitos y verdades de ir al psicólogo; con el fin, de reestructurar el pensamiento del doliente a través de una cartilla que se dejará, como muestra de toda la recopilación encontrada donde se generó una comparación, clasificación en cuento a los signos y síntomas en un proceso de duelo.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Palabras Claves

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Introducción

Los vínculos emocionales son fundamentales para el proceso evolutivo de las personas, ya que interviene en su relación con el ambiente y se desarrollan durante su proyecto de vida, de esta manera, cuando dichos vínculos se rompen surge un periodo de intensidad emocional llamado duelo.

Conviene resaltar que, el duelo se presenta como una experiencia de vida frente a la pérdida de algo valioso para el individuo, de tal forma que, si no se hace una intervención profesional a tiempo se puede ver afectada la forma de vida de la persona, así como su proyecto de vida paulatina o indefinidamente. Es así como, se debe identificar el estado emocional, comportamental, pensamientos intrusivos, afectaciones de las áreas de ajuste como lo son física, emocional, cognitiva, conductual, familiar, social, espiritual y cultural, u otra sintomatología presente.

Partiendo de lo anterior, se puede afirmar que el duelo tiene diferentes tipologías entre ellas se encuentran: el duelo ausente o retardado, duelo inhibido, duelo prolongado o crónico, duelo intensificado, duelo enmascarado, duelo exagerado y duelo patológico; así como también las etapas del duelo que son: negación, ira, negociación, depresión y aceptación (Worden, 2013).

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Por esto, es fundamental hacer un estudio documental con el fin de generar una clasificación y comparación, en cuento a las sintomatologías que pueden presentar los adultos de edad temprana que han pasado por un proceso de duelo, y desde el área de la psicología generar técnicas para un mayor control y prevención para así tener una claridad documental de las teorías postuladas.

De esta manera, la importancia académica de esta investigación se centra en dejar un documento investigativo, en este caso, una monografía con la descripción, clasificación y comparación de bases teóricas conductuales de la sintomatología del duelo en la adultez temprana, teniendo en cuenta, un acercamiento actual de las diferentes respuestas cognitivas-conductuales, emocionales y físicas correspondientes al duelo; y con esto, dejar un sustento investigativo sólido para fines académicos. Todo esto, con el fin de reconocer las estrategias de afrontamiento de la adultez temprana frente al duelo, obteniendo un mayor conocimiento de toda la temática, para que desde el enfoque psicológico se identifique la conducta en todas las áreas de ajuste a las cuales se enfrenta el adulto luego de una pérdida, y de esta manera, se puedan brindar evaluaciones clínicas e intervenciones adecuadas.

Otra de las razones sociales que llevan a esta investigación, es la falta de conocimiento de los sujetos en la importancia de tener un control o acompañamiento en su proceso de duelo, asumiendo que los signos y síntomas son normales, sin tener la claridad que hay sintomatología patológica generando problemas relacionado con su calidad de vida, salud mental y afectaciones con los vínculos emocionales existentes.

Para finalizar esta introducción se resalta que a partir de las investigaciones revisadas de las fichas Analíticas Especializadas - RAE se encontraron estudios específicos relacionados con los síntomas del duelo en adultos en edad temprana.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Justificación

Las estadísticas de la tasa de del duelo no se presentan solo por muerte, sino que también se dan por: el divorcio, pérdida de empleo, la perdida de una mascota, desaparición forzada, conflicto interno, violencia intrafamiliar entre otras; hay un incremento en las variables en el último año debido a los factores epidemiológicos que se han presentado, esto incrementa los signos y síntomas en el proceso de duelo de todos los sujetos ya que la ciencia aún no tiene una respuesta clara al actuar con este nuevo fenómeno que se está presentando.

En cuanto al duelo en el contexto colombiano, Díaz (2013) plantea que existe un “conjuro de silencio y olvido”, que consiste en que el doliente no comunica nada sobre su proceso de duelo, constituyendo así el silencio, y la sociedad por su parte no se preocupa por escuchar a las personas que están sobrellevando un duelo, pues de acuerdo a lo propuesto por Páez y Roldán (2011), la población colombiana no cuenta con la información suficiente sobre el proceso de duelo, sus posibles síntomas y sus complicaciones, así como la falta de herramientas de afrontamiento y el temor de enfrentar un duelo.

Los signo y síntomas que presentan las personas son diferentes, sin importar la causa que genera el proceso de duelo. En esta investigación se mencionarán diferentes referencias seleccionadas en las fichas recopiladas de la revisión documental anexadas a esta monografía; con el fin de indagar que perspectivas se tienen sobre los comportamientos de las personas que viven esta experiencia; cabe resaltar que todos los sujetos pasan por dicho proceso.

Por otra parte, una problemática que se evidencia de la sintomatología es que algunas de las personas que padecen del duelo, acuden a servicios de salud por dichos síntomas en los cuales

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

se encuentra dolores de cabeza, debilidad muscular, pérdida de apetito entre otras; esperando una respuesta desde la medicina y desconociendo que dichos síntomas pueden aparecer debido a la afectación emocional y cognitiva que se producen en las etapas de duelo.

De allí que se puede identificar los esquemas generales de los signos y síntomas que presentan las personas desde la problemática social debido a: muerte violenta; muerte por enfermedad, como otras realidades que vive Colombia, generando que la población pase por un proceso de duelo por diferentes problemáticas.

Desde otra perspectiva general y utilizando la epistemología de la psicología del estudio del comportamiento humano, se identificará el proceso del duelo en adultos de edad temprana por cualquier causa de duelo, enfocados en los signos y síntomas.

Es por esto que, desde el ámbito de la psicología se genera una herramienta de recopilación desde posturas enfocadas en los signos y síntomas en un proceso de duelo en adultez temprana y como resultado una clasificación relacionada con los síntomas emocionales, cognitivo-conductual y fisiológicos.

Las razones personales que motivaron a llevar a cabo este proyecto son: las indagaciones realizadas del proceso de duelo; las vivencias que han tenido por pérdida los investigadores; los relatos de allegados que no han superado una pérdida; el cómo se enfrenta la situación después de la pérdida.

Pregunta problema

Con base a investigaciones a nivel mundial se ha evidenciado que existen marcadas diferencias en el proceso de duelo debido a las características culturales, pues como lo plantea

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Yoffe (2003) la psicología transcultural tiene como interés actual evidenciar el impacto de las creencias, las formas de expresión o represión de sentimientos, que son impartidos por la cultura, tienen un efecto en como el duelo es vivenciado; también se ha encontrado que existen diversos miedos alrededor de la muerte en la sociedad, pues el miedo más común es sobre las situaciones posteriores al duelo especialmente dirigido hacia el proceso de muerte (Gil, 2017).

Haciendo énfasis en la situación actual, el mundo se encuentra afrontando una crisis que no se presentaba desde la segunda guerra mundial, dejando mas de 88000 muertos a nivel mundial (Larrota, Méndez, Mora, Córdoba y Duque, 2020), y debido a la misma situación y el ritmo actual de la sociedad, la duración de este proceso no puede durar mucho, y lo mejor que puede hacer la persona es enterrar sus síntomas (Smud, 2016).

En cuanto a datos sobre el territorio nacional, es muy importante resaltar que muchos de los estudios que se han generado en Colombia sobre el duelo, se han realizado en víctimas del conflicto armado, esto puede verse en Restrepo y Bedoya (2020), al identificar las tendencias de investigación sobre el duelo en Colombia, del mismo modo Trujillo y Ramírez (2019) identificaron que el duelo en la población colombiana varia de acuerdo al contexto del doliente, ya que las condiciones de ruralidad o urbanidad.

Referente a las estrategias de afrontamiento utilizadas por los individuos en Colombia, Ríos y Castaño (2016) encontraron que las mas utilizadas son las orientadas al problema, en las que el sujeto busca modificar la situación que causa el malestar, y las orientadas a las emociones, en las que el sujeto busca el equilibrio emocional.

En cuanto a las intervenciones psicológicas que se utilizan para el tratamiento del duelo, se abordarán las propuestas desde el modelo cognitivo-conductual, pues las investigaciones

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

realizadas no han logrado dar cuenta de cual es la terapia mas efectiva (Jacobs y Prigerson, 2000), una de las terapias mas utilizadas es la terapia de aceptación y compromiso (ACT), la cual tiene como fundamento el contextualismo funcional, que tiene como estudio la relación que ocurre entre el sujeto y el contexto como raíz de las problemáticas psicológicas (Pérez, 2008); la pertinencia en cuanto al uso de ACT en duelo recae en el trastorno de evitación experiencial, el cual consiste en comportamientos que buscan evitar o detener la sintomatología privada que el sujeto considera aversivas (Wilson y Luciano, 2002).

En cuanto a estudios que respalden la efectividad de ACT para el tratamiento del duelo, Rey (2004) plantea que dicha terapia tiene una especial efectividad en los problemas que conllevan la evitación del dolor, como lo es el duelo; esto se logra evidenciar también en Luciano y Cabello (2001) donde aplicaron ACT en el caso de un adulto cuyo hijo había fallecido; ante esto el consultante presentaba un grado elevado de evitación experiencial ante el dolor y los pensamientos que él considera “negativos”; enfocando hacia estudios realizados con población colombiana se cuenta con el realizado por Medina (2020) en el que se utilizó ACT en 3 consultantes que estaban experimentando duelo por ruptura de pareja, la cual disminuyó de manera significativa el malestar que reportaban los consultantes, además se logró establecer un patrón de flexibilidad psicológica.

Otra mirada terapéutica corresponde a las terapias de segunda generación, específicamente a la reestructuración cognitiva, como lo plantearon Alanís y Ramírez (2019) al utilizar dicha técnica en un caso de duelo por ruptura amorosa, logrando la disminución de los síntomas que acompañaban dicho duelo (llanto, tristeza, pesimismo ...), disminuyendo también las creencias irracionales y las distorsiones cognitivas; otro caso es el propuesto por Carmona (2009) al aplicar reestructuración cognitiva debido a un duelo por fallecimiento inesperado y

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

violento, el cual culminó de manera exitosa, logrando reestructurar la distorsión presente en la idea central y aumentando el nivel de bienestar percibido de la consultante.

Es importante resaltar que el duelo es de los momentos mas complicados que puede experimentar el ser humano, pues afecta todas las esferas del individuo, pues conlleva un sufrimiento físico y psicológico que puede repercutir en las áreas de ajuste familia y espiritual; pues dicho evento puede ocurrir en cualquier momento del ciclo vital del individuo (Pedroza, 2020).

Tomando en cuenta la información anterior, se deduce que la problemática que se evidencia desde la psicología es que las personas no tienen claridad en cuanto a los síntomas y signos que pueden presentar en un proceso de duelo, dejando así que sea un poco retardado una intervención terapéutica adecuada para disminuir dichos comportamientos, por esto en esta investigación documental se genera la siguiente pregunta ¿cuáles son los signos y síntomas que presentan los adultos en edad temprana en el proceso de duelo?.

Objetivos

Objetivo General.

Determinar los signos y síntomas de los adultos en edad temprana por manejo de duelo.

Objetivos Específicos.

Comparar signos y síntomas evidenciados de la revisión documental realizadas en las fichas RAE.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Clasificar los signos y síntomas evidenciados en el adulto según la revisión bibliográfica de las fichas RAE.

Proponer una alternativa de intervención de manejo de signos y síntomas encontrados en las fichas RAE a partir de la elaboración de una cartilla.

Marco paradigmático

Se plantea mediante un enfoque cognitivo conductual, se analizará la estructura de los sujetos en proceso de duelo. Teniendo como base que esta perspectiva hace mención de los procesos psicológicos: memoria, lenguaje, pensamiento, emociones, percepción; en cuanto a lo comportamental son los estímulos y respuestas fisiológicas que se manifiestan en la persona ante un condicionamiento generando por una acción esperada manipulada por el ambiente.

A continuación, los signos y síntomas se evidencian desde la episteme cognitivo-conductual, debido a que las respuestas se presentan en las reacciones emociones negativas, pensamientos invasivos, respuestas físicas, así como Espinosa y Santilla (2017) lo mencionan el duelo conlleva diversos sentimientos y comportamientos que son generales ante una pérdida, pues el individuo puede sentirse triste, ansioso, fatigado, impotente, molesto y demás, además de un constante recuerdo del fallecido, también se pueden presentar alteraciones en el sueño y la conducta alimenticia, así como en la atención y en las relaciones sociales.

Este paradigma hace énfasis que la evaluación clínica donde es necesaria la observación de los signos y síntomas que presenta el sujeto, así mismo es fundamental para llegar a generar hipótesis y elaborar un análisis funcional identificando variables causales más importantes que

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

influyen sobre los problemas que se pueden ver afectados en las dimensiones ambientales, individuales y temporales.

Marco Teórico

Para llevar el análisis crítico de la revisión documental presentado en esta monografía se revisarán tres variables: Duelo; Signos y Síntomas; ciclos vital en la edad temprana y con esta revisión se procederá a realizar una clasificación general de los signos y síntomas en las fases del duelo en adultos de edad temprana, debido a que es importante conocer las posturas teóricas y argumentativas que se han identificado en todo el proceso de recolección de información documental, con el fin de generar respuesta a la pregunta problema.

Duelo

Para empezar con el tema del duelo es fundamental, mencionar la epistemología de diferentes investigaciones que definen el duelo desde otras perspectivas; desde la etimología se tienen en cuenta las raíces latinas de la palabra, como lo son *dolus* que conlleva dolor o desafío, y la raíz *lugere* que significa llanto; aquí vale resaltar la diferencia entre duelo y luto, pues el duelo implica todo lo que el doliente pueda experimentar, mientras que el luto es la expresión de dichas experiencias (Guillem, Romero y Oliete, 2007)

Desde la etiología se observa la primera clasificación que se da en el duelo y su relación con los signos y síntomas, para iniciar a definir el duelo, se tomará lo propuesto por Zavala,

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Tavares y Chávez (2018) ya que plantean el duelo como un proceso que ocurre ante una pérdida importante, conllevando reacciones biopsicosociales, pues el malestar del duelo inicia a los días seguidos de la pérdida, generalmente iniciando con negación, la cual indica que el proceso ha iniciado.

También es importante aclarar que no solo son pérdida de vidas humanas y animal, rupturas familiares, pérdida de objetos, entre otras clasificaciones, así como lo define Worden (2013) ya que el duelo no solo se genera ante una muerte, pues una ruptura amorosa, la pérdida de un miembro corporal, el despido o cualquier otra pérdida puede generar un proceso de duelo.

Tomando en cuenta lo establecido por la American Psychiatric Association (2014) en el DSM-V, plantea que el duelo se tipifica como *Duelo no complicado*, siendo específico al resaltar que el doliente podrá experimentar síntomas característicos de un episodio depresivo mayor, pero dichas respuestas son consideradas normales debido a la situación traumática que ha ocurrido; aunque si estas respuestas son persistentes, en específico la pena intensa y reacciones de luto, podría considerarse un *Trastorno de duelo complejo persistente*.

Tipos de duelo

Los tipos de duelo que se presentan en un proceso de pérdida, según diferentes autores de la revisión de las fichas RAE son:

Tipos de duelo	Definición
Duelo ausente o retardado	Se produce una negación del fallecimiento con una esperanza infundada de retorno del finado, padeciendo un intenso cuadro de ansiedad y deteniéndose la evolución del duelo en la primera fase.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Duelo inhibido	Se produce una "anestesia emocional", con imposibilidad de expresar las manifestaciones de la pérdida.
Duelo prolongado o crónico	Con persistencia de la sintomatología depresiva, más allá de los 6-12 meses. El duelo se detiene en la segunda fase.
Duelo no resuelto	Similar al anterior, permaneciendo el paciente "fijado", en la persona fallecida y en las circunstancias que rodearon su muerte, sin volver a su vida habitual. El duelo se ha detenido entre la segunda y tercera fase.
Duelo intensificado	Se produce una intensa reacción emocional tanto precoz como mantenida en el tiempo.
Duelo enmascarado	Se manifiesta clínicamente por síntomas somáticos
Reacciones de aniversario anormalmente dolorosas	Más allá del primer año, se presupone que las reacciones de aniversario, no deben conllevar un serio recrudecimiento de las emociones.

Tipología del duelo de Vargas Solano, R. E. (2003): (Villagómez et al. 2018.,p.363)

Otra clasificación evidenciada en la recolección de datos es:

Tipos de duelo	Definición
Duelo crónico	Es aquel que tiene una duración excesiva y nunca llega a una conclusión satisfactoria. Las reacciones el día del aniversario son normales durante diez años o más, pero en sí mismas no indican un duelo crónico. La persona que lo sufre es muy consciente de que no consigue acabarlo
Duelo retrasado	Se llaman a veces inhibidos, suprimidos o pospuestos. La persona puede haber tenido una reacción emocional en el momento de la pérdida, pero no fue suficiente.
Duelo exagerado	La persona que experimenta la intensificación de un duelo normal se siente desbordada y recurre a una conducta desadaptativa
Duelo enmascarado	Las reacciones de duelo enmascarado son interesantes en aquellos pacientes que experimentan síntomas y conductas que les causan dificultades pero no se dan cuenta ni reconocen que están relacionados con la pérdida

(Worden et a. 2013., p.25.).

Según Ruiz y Sainz (2008), hay diversos tipo de duelo, como el anticipatorio que se da cuando la perdida era esperada, el duelo retardado que ocurre cuando se hacen a un lado los

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

síntomas y no se elabora el proceso, por otro lado el duelo crónico conlleva sufrimiento por un periodo prolongado de tiempo, generando afectación para la adaptación del individuo a la cotidianidad, el duelo patológico implica que dichos síntomas se mantienen por un periodo aun mas largo y cuya afectación es aún mayor conllevando incluso consumo de SPA

De acuerdo con lo antes mencionado, se puede decir que existe una amplia clasificación de las tipologías de duelo crónico y/o patológico, mostrando signos y síntomas más enfocados en la calidad de vida de los adultos de edad temprana.

El Dual Process Model Coping sugiere que a lo largo de el proceso de duelo común tiene sitio una oscilación o desplazamiento entre el procesamiento de puntos de forma directa involucrados con la pérdida, y esos que permiten la habituación a un nuevo medio sin el fallecido (Fasse y Zech, 2015; Stroebe y Schut, 2010). La oscilación o la flexibilidad es la que posibilita esa habituación, así como avanzar viviendo con su recuerdo, sin que este interfiera negativamente en el manejo diario (Bonanno y Burton, 2013). No obstante, la literatura además recoge que entre un 10 y un 15% de los individuos que experimentan una pérdida van a desarrollar indicios de duelo profundo a lo largo de un tiempo de tiempo prolongado (Kersting, Brähler, Glaesmer y Wagner, 2011; Prigerson, Vanderwerker y Maciejewski, 2008). En la actualidad se llama a esta categoría duelo difícil o duelo prolongado (Fernández et al. 2016)

Fases del duelo

Varios autores plantean diversas etapas o fases por las que atraviesa un proceso de duelo, como las propuestas por Lucas (2014) dice:

Fase de impacto o impasibilidad: se mantiene desde unas horas hasta la primera semana, esta fase se caracteriza por la ansiedad, así como el rechazo del individuo a

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

aceptar que la pérdida ocurrió, presentando también embotamiento y dificultades emocionales.

Fase de depresión o repliegue: duración de un mes a un año, el individuo está solo frente a la pérdida, se inicia con indicios depresivos, protesta, irritación y aislamiento, se pide una integración a la vida común.

Fase de recuperación: ocurre principalmente entre el medio año y el año del inicio, el individuo va retomando su grado de manejo anterior, y la función de implantar nuevos lazos afectivos.

Otras fases del duelo se identificarán desde la perspectiva trabajadas por diversos autores (Parkes, 1996; Bowlby, 1993; Leick y Davidsen-Nielsen, 1991):

Fase de shock y negación: se destaca la negación y el aturdimiento. El ámbito correcto y las ocupaciones inherentes a la pérdida y asociadas al proceso del luto ayudan al duelo. Se generan intensos sentimientos de división y una extensa diversidad de comportamientos (añoranza, protesta, labilidad...).

Fase de angustia aguda y aislamiento: empieza una vez que el doliente constata la futilidad de las emociones y comportamientos anteriores, Lindemann (1944) -tras el incendio del Coconut Grove de Boston en 1944 y el análisis de 101 personas en duelo, es el primero en explicar la sintomatología física y de la mente del duelo agudo- explica 6 elementos: 1) Sufrimiento somático agudo, que ocurre en olas (waves) con una duración entre 20 min y una hora, que se expone como disfagia, ahogo, sensación de plenitud, agotamiento, cefalea, flacidez... A veces estas sensaciones suceden una vez que el individuo obtiene visitas de allegados por lo cual el alejamiento de dichos es común. 2)

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Pensamientos frecuentes involucrados con el individuo fallecida. 3) Sentimientos de culpa. 4) Malestar y enfado dirigidos contra ellos mismos, el individuo fallecido, parientes, amigos, conocidos, doctores, contra el planeta y en la situación de profesar alguna religión contra Dios. 5) Complejidad para reposar, preocupación, falta de motivación acompañan al desamparo de sus comportamientos y rutinas usuales. 6) Identificación con el fallecido, adopción de sus comportamientos y reacciones (sobre todo esos presentes finalmente de la enfermedad). Esta etapa aguda puede durar semanas o meses dando paso de forma gradual a un reordenamiento o optimización y a la probabilidad de continuar adelante.

Fase de reorganización: el doliente asume el verdadero sentido de la pérdida y su expansión, marcando el principio de esta nueva fase en la que recupera su historia previa: vuelve al trabajo, asume sus papeles anteriores y consigue nuevos si se necesita. (Porta et al, 2010).

Según los elementos de investigación de Garciandía y Rozo (2019) plantean:

Desde la perspectiva de Kübler-Ross, el duelo es un proceso de cinco fases: negación, ira, negociación, depresión y aceptación, que no necesariamente deben suceder en ese orden. A pesar de ello, en algún momento se vivirán estas fases. Bowlby, por su parte, establece 4 fases del duelo: entumecimiento, que se caracteriza por un estado de aturdimiento, negación, cólera y no aceptación; anhelo y búsqueda, en las que el individuo siente una profunda añoranza y tiene pensamientos constantes sobre el fallecido; fase de desorganización y desesperanza, donde se incorpora la contundencia de la realidad de la pérdida con todos los síntomas y se impone el desconsuelo, y fase de organización, en la

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

que el individuo comienza a salir del duelo, se incorpora a la vida y se instaura el recuerdo reparador que internaliza la pérdida y la integra al yo (p.185).

Se puede evidenciar que toda la compilación de la información hasta el momento le dan una gran importancia a los signos y síntomas debido a que es la forma en la que se pueden identificar el proceso del duelo, por otra parte, es importante mencionar los autores con aportes actuales desde una perspectiva más específica de identificación del signo y síntoma del proceso del duelo.

Signos y síntomas del duelo

Para entender los signos y síntomas del proceso del duelo, es necesario entender que el signo son las características que se evidencian en la persona cuando se hace la evaluación clínica y el síntoma es toda la información que el sujeto manifiesta cuando se hace el examen mental a lo que se conoce como la semiología, de acuerdo con Acevedo y Dumas (2012):

Se aprende a interpretar los síntomas de los(as) pacientes y, además a valorar los signos detectados, o sean los datos que el clínico encuentra en el examen físico de su paciente. Como una ciencia auxiliar de la Medicina, el uso y aplicación de la Semiología es de lo más antiguo dentro de la práctica clínica, pues ya era conocida por Hipócrates, alrededor de 500 años a. c. (p.175).

Los signos y síntomas del proceso del duelo están relacionados con diversas características, como lo pueden ser las relacionadas con el doliente, que incluyen la edad, el sexo las estrategias de afrontamiento (Barreto y Soler, 2007), o las relacionadas con el apego que se tiene con el fallecido, pues este puede determinar la intensidad y duración del duelo (Bowlby, 1986), y las agrupadas con las características de la muerte, pues si esta era esperada las

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

reacciones de duelo se ven atenuadas debido al tiempo de preparación, ante una muerte anticipada se esperan respuestas atenuadas -la diferencia con la muerte esperada recae en que la esperada se debe a la edad y la anticipada a enfermedades terminales-, y por último, la muerte inesperada que ocasionará respuestas de duelo mas intensas que las dos anteriores (Worden, 1997).

Referente a las actitudes esperadas en el duelo los indicios centrales integran un profundo anhelo por el individuo que ha fallecido, complejidad para admitir la pérdida, sentimientos de shock o incredulidad, emociones como la furia, la amargura, la pena o la responsabilidad con respecto al fallecimiento e inconvenientes relevantes a grado del desempeño diario que se mantienen, por lo menos 6 meses tras la pérdida (Boelen y Prigerson, 2012; Prigerson et al., 2009; Shear et al., 2011; Fernández et al. 2016. p.16).

Además, existen diversas clasificaciones de los signos y síntomas, como la propuesta por Falagán (2014), ya que propone que un duelo normal, presentará síntomas diversos de acuerdo a cada individuo, resaltando también que experimentar un duelo aumenta la vulnerabilidad a desarrollar problemas de salud, siendo esta la principal razón por la que los dolientes acuden a los servicios de salud, pues presumen que sus síntomas fisiológicos corresponden a un problema de salud y no a la perdida experimentada; Barreto et al (2012) suplementa lo propuesto anteriormente, al plantear que un duelo patológico se caracteriza por la intensidad y duración de los sentimientos y conductas (ya sean de exacerbación fisiológica y/o emocional, o por episodios de embotamiento emocional), y en cuanto a signos hace referencia a los establecidos por la cultura o cualquier otra particularidad que pueda prolongar el duelo o profundizar sus síntomas.

Complementando lo anterior, es importante resaltar que no todas las personas que vivan un duelo experimentarán los mismos signos y síntomas, ni seguirán un orden establecido en

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

cuanto a tiempos o etapas; esto enfatiza el componente subjetivo del proceso de afrontamiento y asimilación de una pérdida (García y Roza, 2019, p.185).

Ciclo vital adultez temprana 20-40 años

De acuerdo con Papalia y Martorell (2017), la adultez temprana comprende el rango de edad entre los 20 y los 40 años, y se caracteriza por el desarrollo máximo de la condición física, así como por la estabilización de rasgos de personalidad, aunque estos están sujetos a cambios a raíz de sucesos de la vida, también se presenta mayor complejidad en el pensamiento y el juicio.

El periodo esencial está formado del tiempo, a partir del origen hasta el deceso, a lo largo de el cual un sujeto (o sistema) ha tenido que desarrollar capacidades que le permitan descubrir su punto de autorregulación de distintas modalidades respondiendo a una diversidad establece de problemas, derivados de los periodos del desarrollo que fueron enfrentadas en los diferentes instantes cronológicos (Parra y Rubio, 2017; Rojas, Gómez, y Pazos, 2014; Ruiz y Uribe, 2002). (Palomeque, 2019, p.39).

Marco Metodológico

En esta monografía se utilizó la herramienta de compilación de información de varios autores correspondientes a (50) fichas RAE dando como un análisis crítico de la evaluación de documentos: (Ver anexo, Análisis Comparativo fichas RAE).

La monografía de compilación. De acuerdo con Soto (1986); Morales (1987) y Hernández (1996) es un trabajo escrito que se muestra sobre un asunto o punto

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

específico, donde se analizan los planteamientos que, sobre el asunto, poseen diferentes autores. Para la ejecución de esta clase de monografía, es preciso que el creador posea un óptimo grado de estudio, comprensión e inferencia para lograr reseñar las diversas posiciones o puntos de los autores consultados, para después manifestar su postura personal (Torres, 2013).

La presente monografía de compilación se trabajó desde una perspectiva cualitativa que hace referencia a una estrategia de investigación documental, la cual conlleva un plan de comprensión y estudio de realidades teóricas o empíricas por medio de la revisión, cotejo, comparación o comprensión de diversos tipos de fuentes documentales referentes a un asunto específico, por medio de un abordaje sistemático y organizado (Máxima, 2020).

A continuación, se presenta el análisis de datos basados en las fichas RAE realizadas para esta investigación, para dar cuenta al objetivo específico de “Comparar signos y síntomas evidenciados de la revisión documental realizadas en las fichas RAE”, se anexa el Análisis Comparativo.

Síntomas del duelo

De acuerdo con la revisión teórica que se llevó a cabo, y de la que se da cuenta en los anexos; se presentan los diversos síntomas encontrados en la literatura, los cuales fueron divididos en síntomas emocionales, cognitivos y fisiológicos.

Síntomas emocionales

Entre los diversos síntomas emocionales se encontraron: amargura, apatía, auto reproches, ansiedad, angustia, anhelo, añoranza, alivio, adormilamiento, abatimiento, bajo estado de ánimo, confusión, cólera, choque, cobardía, culpa, cansancio existencial, duda, desesperanza, desespero,

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

desamparo, despersonalización, deseos de muerte, dolor, despersonalización, desilusión, desanimo, enfado, entumecimiento, enojo, desilusión, entumecimiento, episodios depresivos, emancipación, frustración, inestabilidad emocional, impasibilidad, insensibilidad, impotencia, ira, liberación, miedo a la soledad, negación, negociación, nostalgia, necesidad de venganza, odio, preocupación mórbida, pérdida de capacidad de amar, preocupación, remordimiento, rencor, rabia, reclamos, relaciones interiorizadas, relaciones de objeto, soledad, shock, sentimientos de culpa, sensaciones de abandono, somatización, silencio, temor, tristeza.

Síntomas Cognitivos

Las reacciones cognitivas pueden ser pensamientos de muerte, patrones evitativos de comunicación, aceptación perseverante, irrealidad, confusión, preocupación, dudas, obsesiones; episodio psicótico, trastorno por estrés postraumático, trastornos del sueño, trastornos de la alimentación, indiferencia ante la vida, pensamientos de incapacidad, auto reproche inseguridad en sí mismo, desilusión, incredulidad, pesadilla, preocupación, anhelo, alteraciones del sueño, mantiene la idea del fallecimiento de la persona, confusión, ideas obsesivas, maniacas y/o delirantes, confusión, preocupación, dudas, episodio somático, episodio histriónico, anhelo, búsqueda de una profunda añoranza ,pensamientos constantes sobre el fallecido, desorganización, desesperanza, desconsuelo, recuerdo reparado, preocupación, menor productividad, no es consciente de lo sucedido, recuerdo doloroso, insomnio, abandono de actividades socio-laborales, episodios de protesta, irritación y aislamiento, trastornos sensorceptivo, distorsiones cognitivas, ideación intrusiva sobre la persona ausente, actitudes evitativas, distorsiones cognitivas, incredulidad, alteraciones en concentración y memoria, intentos suicidas, alcoholismo, conductas compulsivas, incredulidad, agresión, psicológica, introversión, humor cambiante, miedo, pensamientos negativos, aislarse de los demás, evitación,

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

usar ropas y atesorar objetos que recuerdan o pertenecían al fallecido, deseo de morir latente, fantasías o ideas permanentes de la muerte, aislamiento del grupo, conducta distraída, aislamiento social, soñar con el fallecido, evitar recordatorios del fallecido, buscar y llamar en voz alta, suspirar, hiperactividad desasosegada, visitar lugares o llevar consigo objetos que recuerden al fallecido, visitar lugares o llevar consigo objetivos que recuerden al fallecido, dificultad memoria, pérdida de interés, realidad distorsionada, pensamientos negativos, olvidos frecuentes, estrés postraumático, pensamientos de muerte más que voluntad de vivir, psicosis del duelo, agresiones físicas, agresiones psicológicas, derivados de la educación de los hijos, auto destructivas tale como autolesiones, inseguridad así mismo, pérdida del apetito, pérdida de la creatividad, conductas asociadas tener actos sexuales con cualquier persona, conductas agresivas, consumo de drogas, conductas destructivas, conductas adaptativas, aislamiento social, fobia, reacciones hostiles, pérdida de patrones de conducta, culpar a otro, desesperación, falta de esperanza, impotencia, desorganización, desesperación, reacciones hostiles, desorientación, precaución, pensamientos e imágenes recurrentes relacionadas con el difunto, añoranza insensibilidad, sensación de presencia del fallecido, dificultades de atención, memoria y concentración, desinterés, obsesión por recuperar al ser querido, ideas de culpa y autorreproche, alucinaciones: visuales, auditivas, táctiles.; liberación, búsqueda de sentido, búsqueda de sentido y/o cuestionamiento religioso, hiperactividad desasosegada, conducta distraída, hipo-actividad, buscar llamar o hablar con el fallecido, conductas impulsivas y dañinas para la salud, visitar lugares que frecuentaba con el fallecido, sometimientos, autoacusaciones, hablar con el muerto, dificultad para concentrarse, confusión, embotamiento mental, falta de interés por las cosas, ideas repetitivas generalmente relacionadas con el difunto, sensaciones de presencia, olvidos aislamiento, incredulidad/irrealidad, confusión, preocupación, sentido de presencia,

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

pensamientos e imágenes recurrentes, minimización, atención selectiva, recriminación, aislamiento, anhelo por la persona perdida, pánico, búsqueda de la persona perdida.

Síntomas físicos

Angustia física, llanto, opresión en el pecho, fatiga, falta de aire, hipersensibilidad al ruido, debilidad muscular, sequedad de la boca, enlentecimiento psicomotor acusado, deterioro funcional acusado y prolongado, anorexia, lumbalgia, cefalea, dolor abdominal, jaquecas, dolor al orinar, dolor renal, desintegración corporal, dolor crónico lumbar, cervical, dolores musculares inespecíficos, pérdida de peso, alteraciones alimentación, sensación vacío en el estómago, opresión en tórax, opresión en la garganta, sensación de despersonalización, falta de energía, hacer corajes, desesperación, enlentecimiento psicomotor acusado, hematomas, aumento de peso, ojeras, problemas somáticos, respuestas somáticas, reacción de dolor agudo, falta de respiración, sequedad traumática (hacerse herida o quemarse), aumento de la morbimortalidad, respiración entrecortada, taquicardia (pulso irregular, acelerado), desasosiego, astenia, trastornos alimentarios, palpitaciones, sensación de ahogo, problemas digestivos, sudores, orinar con frecuencia ,mayor tensión muscular, punzadas de dolor, anhelo y búsqueda, bulimias, fobias, adicciones, angustia, dolor intestinal, disnea, inquietud, pérdida del apetito, mareos, malestar, sensación de debilidad, aumento del consumo de tabaco, consumo alcohol psicofármacos u otras drogas, aumento de la morbimortalidad, disminución del funcionamiento del sistema inmunológico, alteración en los patrones de sueño, autolesiones, pérdida de control.

Signos

Se encontró que la persona puede presentar diversos signos, como llanto frecuente, presencia de conductas autolesivas, irritabilidad, se puede evidenciar fatiga acompañada de enlentecimiento psicomotor, bradilalia y bradipsiquia, señales de insomnio y/o dificultades

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

alimenticias, así como evidencias de ausencia de conductas de autocuidado (cabello enredado o sucio, manos sucias, ropa desaliñada, mal aliento ...), se puede presentar consumo abusivo de sustancias psicoactivas que puede estar acompañado de olor a alcohol, cigarrillo y/u otra sustancia; de acuerdo a la revisión documental se recomienda precaución con estos signos, pues pueden variar de acuerdo a las características de cada individuo, su historia de aprendizaje, su repertorio conductual y la influencia cultural.

De acuerdo con la anterior clasificación se puede identificar, como las personas que viven este proceso pueden tener una reacción ya sea emocional, cognitiva y física.

Esta clasificación también permite dejar una herramienta didáctica donde las personas de edad temprana que estén pasando por un proceso de duelo ante cualquier causa, tengan una herramienta didáctica, donde puedan identificar sus síntomas y así acudir oportunamente a una atención profesional del área de la salud mental previniendo que su duelo se convierta en patológico.

Culminando con los objetivos de esta monografía; se presenta una cartilla dinámica con la recolección de los síntomas, que permita generar: 1. una promoción: en cuanto al uso de los profesionales de la salud mental, con el fin que los dolientes tengan un proceso adecuado y sano. 2. una prevención: donde los dolientes logren identificar la generalidad del síntoma que presentan en su etapa de desarrollo y así puedan intervenir oportunamente con un profesional de la salud.

A partir de los resultados obtenido se propone una cartilla dirigida a adultos de edad temprana, que tendrá como fin incrementar el uso de los profesionales de la salud mental, con el fin que los dolientes tengan un proceso adecuado y sano; logrando también que los dolientes identifiquen la generalidad de signo y síntomas que presentan en su etapa y así puedan intervenir

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

oportunamente con un profesional de la salud mental; esto permitirá que cualquier sujeto en este ciclo vital pueda interpretar toda la epistemología del duelo y así lograr que el tabú que se tiene por las pérdidas disminuya y se empiece a tomar con la importancia que le corresponde; haciendo especial énfasis en las estrategias que pueden ser usadas como elementos interventivos, tales como técnicas de relajación y respiración y control muscular, así como los beneficios de la asistencia a un profesional de la salud mental.

Discusión

Con base en la revisión sistemática de la información, se observó que la etiología del duelo se referencia de la misma manera por autores encontrado en 11 fichas ((8) (9) (11) (12) (26) (27) (29) (34) (35) (37)(41)) que se clasifican con las referencias de (Porta, Romero, Oliete, 2010,) y su definición del duelo, que consiste en sus raíces en latín Dolus y Lugere que significa todos los síntomas que vivencian una persona que paso por el proceso de duelo.

Retomando la revisión sistemática se identifican tres fichas ((2)(8)(37)), que clasifican la negación como el primer proceso del duelo, es decir la persona no acepta que su ser querido ha muerto, determinando una vivencia donde el ser humano desde un ámbito psicológico y biológico se ve afectado por dicho proceso (Zavala, Tavares, Chávez, 2018).

El 25% de las fichas seleccionadas mencionan y trabajan sus documentos con las fases Negación, Ira, Negociación, Depresión, Aceptación, así como el referente del marco teórico la describe.

Así mismo se relacionan en otras posturas como son las etapas de Shock, negación, culpa, Depresión/Tristeza, Aceptación /Reorganización, debido a que las bases teóricas de esta

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

monografía no contemplan el duelo como un proceso exclusivo de la muerte, sino de cualquier pérdida, dando así la discusión de diferentes posturas.

Se identificó que no existe una determinada clasificación por tiempo debido a que el proceso puede mostrar diferentes variables. 7 fichas ((2)(9)(10)(11)(31)(34)(39)) coinciden con el tiempo de 6 a 12 meses aproximadamente; la ficha (32) de uno o dos años; la ficha (8) el periodo del duelo es relativamente entre dos y tres años (Barreto y Soler, 2012), las demás fichas no relacionan un tiempo específico.

Se evidencia en las fichas ((4)(6)(7)(15)(25)(30)(32)(33)(36)(39)(41)), que no hacen relación en cuento a los signos y síntomas; en el restante clasifican los síntomas (emocionales, cognitivo-conductual y físicos).

No se encontró la clasificación en relación a los signos, ya que ningún autor referente los menciona específicamente. Debido a esto para esta monografía se hace una clasificación solo en síntomas de personas que están pasando por un duelo.

En cuento a la discusión desde la metodología, se identificó que las variables utilizadas son: Cualitativa (2), Cuantitativa (6), Descriptiva (8), experimental (1), Mixta (1), Narrativos (3), prospectivo longitudinal (1), Revisión bibliográfica (1), Revisión de literatura científica (2), Revisión de Sistémica (2), Revisión teórica (1), Revisión Sistémica de la literatura (1), y fichas que no especifican una metodología (9).

En la mayoría de las fichas relacionadas trabajaron el ciclo vital de 20 a 40 años y así permitiéndonos dar respuesta a la pregunta problema: “¿cuáles son los signos y síntomas que presentan los adultos en edad temprana en el proceso de duelo?”. Ver anexo análisis de las fichas.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Conclusiones

Al realizar la revisión documental se logró identificar que no todas las investigaciones que se realizan sobre el proceso de duelo y sus consecuencias, conllevan el estudio de las tres variables que se han propuesto como esenciales, las que serían duelo, signos y síntomas y ciclo vital; demostrando la necesidad de realizar investigaciones más específicas sobre las características del duelo y sus procesos en las distintas etapas del ciclo vital.

Desde la base teórica planteada en la monografía se puede concluir, que el duelo normal tiene unas etapas que generan síntomas y si no son tenidos en cuenta al transcurrir el tiempo pueden evolucionar, convirtiéndose en un duelo no superado, complicando los síntomas que presenta, al interferir en el ritmo de vida que la persona llevaba antes de la pérdida, así como el quiebre o pausa del proyecto de vida.

La revisión documental permitió evidenciar que, si los síntomas persisten 2 años después de la pérdida, se puede considerar como un proceso patológico, debido a que dichos síntomas afectan la calidad de vida de los sujetos, resaltando la importancia de identificar las etapas del duelo y los síntomas que pueden acompañar dicha etapa; esto permitirá determinar que existen síntomas que permanecerán con los dolientes, v. g. las reacciones que sucederán al observar algún objeto perteneciente al difunto.

Las personas piensan que cuando se enferman son realmente por causas naturales pero el cuerpo nos está hablando, en este caso del duelo los síntomas se manifiestan y no ponemos

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

atención si no cuando ya están agudos y se deben tomar medidas drásticas como son los psicofármacos entre otros.

De acuerdo con las fichas RAE (disponibles en los anexos), se evidencia que el duelo no solo se configura ante situaciones de muerte, pues puede generarse ante rupturas amorosas (ficha 4), separación de los padres, pérdida de objetos u enfermedades (ficha 29), demostrando así que existen diversas situaciones que ocasionan el duelo y que, de no ser tratadas de forma funcional, podrán desencadenar un duelo patológico.

También se evidenció que la subjetividad del duelo no solo reside en el tiempo que dure el mismo, sino también en los síntomas físicos, emocionales, cognitivos y conductuales, que experimenta cada individuo; encontrando que es primordial para el correcto desarrollo del duelo, apegarse al proyecto de vida establecido y continuar comportándose acorde a el.

Para generar una evaluación clínica es importante tener claridad en cuanto un signo y un síntoma que es lo que permite saber, el grado de estabilidad mental o emocional tiene el paciente con el fin de generar una intervención correcta y así reestructurar el pensamiento o emoción para que dicho paciente pueda volver a encontrar un sentido de vida.

Al realizar la revisión documental se encontró que no existe un consenso entre las fases por las que pasa un duelo, ni con los distintos síntomas y signos que se experimentan; esto no solo debido a las diversas posturas epistémicas de los autores, sino a la individualidad de cada proceso; es por esto que se toma la decisión de agrupar en una cartilla, los signos y síntomas mas comunes referenciados en la literatura, así como la estructura del proceso de duelo que cuenta con más apoyo empírico, complementando esto con estrategias de intervención encontradas en la

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

revisión documental, permitiendo así un actuar mas preciso del personal de salud que se encuentre atendiendo casos de duelo.

Recomendaciones

De acuerdo con los resultados encontrados en la revisión, para prevenir afectaciones severas a la salud mental de los dolientes, se recomienda a los profesionales involucrados realizar sesiones de seguimiento y control cada 6 meses, mientras se evidencie que existe el riesgo de desarrollar un duelo patológico.

Del mismo modo se recomienda el establecimiento de estrategias que permitan fortalecer las redes de apoyo, debido a que los vínculos familiares, sociales, culturales, laborales o de cualquier otra red con la que cuente el doliente, representan un factor protector importante ante el desarrollo de un duelo complicado o patológico.

Lo más importante es no suponer, no interiorizar y no presumir que se están llevando el proceso del duelo adecuadamente ya que muchas veces la etapa de negación en la que se incurre no permite buscar un apoyo y/o ayuda psicológica.

Indagar sobre procesos de duelo en entidades y/o páginas web con argumento científico ya que por lo general las redes tratan de distorsionar la información y así generando un mal y adecuado proceso de duelo.

Se recomienda utilizar la cartilla propuesta en sujetos que se encuentren en la etapa de adultez temprana, debido a que cuenta con el suficiente sustento teórico que garantiza su efectividad, pero carece de sustento empírico debido a las limitaciones propias de la metodología de esta monografía.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Referencias

- Acevedo, M, A., & Dumas, C, A. (2012). *Lecciones de semiología*. (7ª ed). Textos y formas impresas.
- Alanís Esqueda, N., y Ramírez Treviño, J. (2019). Reestructuración cognitivo-emocional tras un proceso de duelo integrando técnicas breves centradas en soluciones y cognitivo-conductuales. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 22(2), 920-945
- American Psychiatric Association - APA. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5* (5a. ed. --.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Ardila Gonzales, A, E., & Ojeda Garrido, K. (2019). *Síntomas y signos de personas que afrontan el duelo por ruptura amorosa* [Tesis de pregrado]. Universidad Cooperativa de Colombia
- Atiencia Heredia, J, P. (2016). *Proceso de duelo: un mecanismo de afrontamiento y sus estrategias para pérdidas emocionales en personalidades con rasgos dependientes* [Tesis de titulación]. Universidad Técnica de Machala
- Barreto Martín, P., Soler Saiz, M, C. (2007). *Muerte y duelo*. España: Síntesis
- Barreto, P., de la Torre, O., & Pérez-Marín, M. (2012). Detección de duelo complicado. *Psicooncología*, 9(2/3), 355 -368.
- Bellver, A., Gil-juliá, B., & Ballester, R. (2008). Duelo: evaluación, diagnóstico y tratamiento. *Psicooncología*, 5(1), 103-116.
- Bowlby, J. (1986). *Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata.
- Bowlby, J. (1993). *La pérdida afectiva, tristeza y depresión*. Ciudad de México: Paidós

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Cabodevilla Eraso, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 30(Supl. 3), 163-176.

Cano Barrera, L. A., Orozco Orozco, C., & Arrieta Cabrear, J. A. (2015). *Estudio sobre el proceso de duelo por muerte violenta y desplazamiento forzado: Historia de vida víctima del conflicto armado en el municipio de Granada, en el departamento de Antioquia* [Tesis de pregrado]. Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Carmona Portocarrero, C. I. (2009). Análisis De Un Caso De Duelo Patológico Desde La Terapia Cognitivo-Conductual. *Revista de psicología da IMED*, 1(2), 231-242.

Colomo Magaña, E. (2016). Pedagogía de la muerte y proceso de duelo. Cuentos como recurso didáctico. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 14(2), 63-77

Cruz Gaitán, J. I., Corona Chávez, I. Z., y Portas Vázquez, J. C. (2017). *Terapia Cognitivo Conductual en el manejo de Duelo Complicado*. En Ruvalcaba Romero, N. A., y Orozco Selis, M. G. Salud Mental, investigación y reflexiones sobre el ejercicio profesional. Universidad de Guadalajara.

Díaz Curiel, J. (2011). Estudio de variables asociadas a la psicoterapia grupal en los procesos de duelo patológico. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 31(1), 93-107.

Díaz Facio, V. E. (2013). Paradojas del duelo en el contexto colombiano. *Revista Psicoespacios*, 7(10), 273-290. Recuperado de: <http://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios>

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Espinosa, Sierra, V., Salinas Rodríguez, J, L., & Torres Santillán, C. (2017). Incidencia del duelo en la ruptura amorosa en estudiantes universitarios en un Centro de Crisis, Emergencias y Atención al Suicidio (CREAS). *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 9(2), 27-35.

Falagán, N. (2014). *El duelo: diagnóstico y abordaje del duelo normal y complicado* [Tesis de pregrado]. Escuela Universitaria de Enfermería “Casa de Salud Valdecilla”.

Fernández Alcántara, M., Pérez Nieves, M., Catena Martínez, A., Pérez García, M., & Cruz Quintana, F. (2016). Influencia de la psicopatología emocional y el tipo de pérdida en la intensidad de los síntomas de duelo. *Revista Iberoamericana de psicología y salud*, 7(1), 15-24.

Gamo Medina, E., & Pazos Pezzi, P. (2009). El duelo y las etapas de la vida. *Revista de la asociación española de neuropsiquiatría*, 29(2), 455-469.

García Hernández, A, M. (2012). *La perdida y el duelo. una experiencia compartida*. Bubok Publishing S.L.

García Madruga, J, A., y Delval, J. (2010). *Psicología del desarrollo*. Universidad Nacional de Educación a Distancia

Garciandía Imaz, J, A., y Roza Reyes, C, M. (2019). Dolor crónico y duelo. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 48(3), 182-191.

Gil Baquero, J. (2017). *El Duelo En Una Sociedad Globalizada: Estudio Comparativo De La Experiencia Del Duelo De Diferentes Culturas En Mallorca* [Tesis de doctorado]. Universitat de les Illes Balears.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Gómez Ramírez, R. P. (2017). Proceso de duelo: meta análisis del enfrentamiento a la muerte suicida desde una perspectiva familiar. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 17(1), 49-64.

Guillem Porta, V., Romero Reyes, R., Oliete Ramírez, E. (2007). Manifestación del duelo. En Camps, C., y Sánchez, P. *Duelo en Oncología* (63-83). Sociedad Española de Oncología Médica.

Jacobs, S., y Prigerson, H. (2000). Psychotherapy of traumatic grief: A review of evidence for psychotherapeutic treatments. *Death Studies*, 24(6), 479-495

Kaholokula, J. K., Godoy, A., Haynes, S. N., & Gavino, A. (2013). Análisis funcional en evaluación conductual y formulación de casos clínicos. *Clínica y Salud*, 24(2), 117-127.

Larrotta Castillo, R., Méndez Ferreira, A. F., Mora Jaimes, C., Córdoba Castañeda, M. C., y Duque Moreno, J. (2020). Pérdida, duelo y salud mental en tiempos de pandemia. *Revista de la Universidad Industrial de Santander*, 52(2), 179-180.

Leick, N., y Davidsen-Nielsen, M. (1991): *Healing Pain. Attachment, Loss and Grief Therapy*, Ed. Routledge, London

Linares, A. R. (2007). *Desarrollo Cognitivo: Las Teorías de Piaget y de Vygotsky*. Recuperado de: http://www.paidopsiquiatria.cat/archivos/teorias_desarrollo_cognitivo_07-09_m1.pdf.arrollo%20Cognitivo.pdf

Lindemann, E. (1944). Syntomathology and management of acute grief. *American Journal of Psychiatry*, 101, 141-148

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Luciano, M, C., y Cabello, F. (2001). Trastorno de duelo y terapia de aceptación y compromiso (ACT). *Análisis y Modificación de Conducta*, 27(113), 400-424.

Mantilla Rodríguez, O, L. (2019). *Estudio de caso en duelo por separación y/o ruptura amorosa. Habilidades para la psicoterapia* [Documento de seminario]. Universidad Cooperativa de Colombia

Miaja Ávila, M., y Moral de la Rubia, J. (2013). El significado psicológico de las cinco fases del duelo propuestas por Kübler-Ross mediante las redes semánticas naturales. *Psicooncología*, 10(1), 109-130.

Millán-González, R., & Solano-Medina, N. (2010). Duelo, duelo patológico y terapia interpersonal. *Revista colombiana de psiquiatría*, 39(2), 375-388.

Milman, E., Neimeyer, R, A., Fitzpatrick, M., MacKinnon, C, J., Muis, KR y Cohen, SR (2018). Sintomatología del duelo prolongado después de una pérdida violenta: el papel mediador del significado. *Revista europea de psicotraumatología*, 8(6), 1503522.

Oviedo Soto, S, J., Parra Falcón, F, M., & Marquina Volcanes, M. (2009). La muerte y el duelo. *Enfermería global*, (15), 1-9.

Páez Ávila, S, M., y Roldán Perdomo, F, A. (2011). *Orientación sobre el proceso de duelo a familiares de víctimas de homicidio que acuden al Centro de Atención a Víctimas de la Fiscalía General de la Nación* [Tesis de pregrado]. Universidad de la Sabana

Palomeque Giraldo, S. A. (2019). *La construcción social, el paso de individuo a sujeto. a partir del análisis de la teoría ecológica de Bronfenbrenner a seis personas en la etapa de la adultez temprana* [Tesis de Pregrado]. Fundación Universitaria Las Libertadores

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Papalia, D, E., Feldman, R, D., Martorell, G., Berber Morán, E., & Vázquez Herrera, M. (2012).

Desarrollo humano (12a ed.). México, D. F.: McGraw-Hill Interamericana.

Papalia, D, E., y Martorell, G. (2017). *Desarrollo Humano*, México DF, México: Mcgraw-

Hill/Interamericana Editores

Parkes, C. M. (1996). *Bereavement: studies of grief in adult life*. Londres, GB: Penguin Books.

Pedroza Zuñiga, M, R. (2020). *Abordaje A Familias En Duelo Asociado A Suicidio. Una Revisión*

De Tema [Tesis de pregrado]. Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales.

Pérez Álvarez, M. (2008). Las terapias de conducta de tercera generación como modelo contextual

de terapia. *FOCAD*,1, 3-16.

Restrepo Pineda, J, E., & Bedoya Olaya, A, D. (2020). Tendencias en investigación sobre duelo y

sentimientos morales en sobrevivientes del conflicto armado colombiano. *Revista Logos*

Ciencia & Tecnología, 12(2), 98-111. <https://doi.org/10.22335/rict.v12i2.1149>

Rey, C. (2004). La Terapia De Aceptación Y Compromiso (ACT): Sus Aplicaciones Y Principales

Fundamentos Conceptuales, Teóricos Y Metodológicos. *Suma Psicológica*, 11(2), 267-284

Rico Norman, D, M. (2017). Cuando muere un ser querido... variables asociadas a la vivencia

ante la muerte. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3).

Ríos Restrepo, J., y Castaño Gómez, S, C. (2016). *Revisión de relatos frente la experiencia*

subjetiva del desplazamiento forzado en relación a los cambios, el duelo y las estrategias de

afrentamiento [Tesis de pregrado]. Corporación Universitaria Lasallista

Romero, V. (2013). Tratamiento del duelo: exploración y perspectivas. *Psicooncología*, 10(2/3),

377-392

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Ruiz Simón, M, N., y Sainz Modinos, F. (2008). *Apoyo en el proceso de duelo de personas con discapacidad intelectual*, Castilla, España: Servicio de información sobre discapacidad

Salcedo Macias, J, A., & Suarez Sandoval, J, Y. (2020). *Signos y síntomas del duelo post-suicidio en la familia* [Tesis de pregrado]. Universidad Cooperativa de Colombia

Sánchez Aragón, R., & Martínez Cruz, R. (2014). Causas y caracterización de las etapas del duelo romántico. *Acta de investigación psicológica*, 4(1), 1329-1343.

Smud, M. (2016). *Del duelo en la historia a nuestra actualidad. VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Trujillo García, V., y Ramírez Moncada, N. (2019). *Procesos de duelo de personas que vivenciaron el desplazamiento forzado en el marco del conflicto armado colombiano* [Tesis de pregrado]. Universidad del Valle

Vargas Solano, R, E. (2003). Duelo y pérdida. *Medicina Legal de Costa Rica*, 20(2), 47-52.

Villa Díaz, J, C., Rivera Salazar, J, P., y Solarte Burbano, L, M. (2018). El trabajo del duelo como reverso al proceso del duelo. *Affectio Societatis*, 15(29), 55-83.3.

Villagómez Zavala, P, G., Ornelas Tavares, P, E., & Franco Chávez, S, A. (2018). *Bienestar psicológico y evaluación de marcadores de inflamación en pacientes con duelo de la clínica de duelo por suicidio del centro universitario de ciencias de la salud*. En Gasca, J., De la Vega, S., y Ken C. *Agenda Pública Para El Desarrollo Regional, La Metropolización Y La Sostenibilidad* (359-377). Universidad Nacional Autónoma de México.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Wilson, K, G., y Luciano, M. (2002). *Terapia de aceptación y compromiso (ACT). Un tratamiento conductual orientado a los valores*. Madrid: Pirámide.

Worden, J. W. (2013). *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: Paidós

Worden, J, W. (1997). *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: Paidós.

Yoffe, L. (2003). El duelo por la muerte de un ser querido: creencias culturales y espirituales. *Psicología, Cultura y Sociedad*, 3, 127-158

Yoffe, L. (2013). Nuevas concepciones sobre los duelos por pérdida de seres queridos. *Avances en psicología*, 21(2), 129-153.

Anexos

Análisis comparativo de fichas RAE

Con relación a la investigación documental correspondiente a 50 referencias bibliográficas, relacionadas con los signos y síntomas del duelo en el adulto temprano, se llevó a cabo una búsqueda en diferentes libros, bases de datos (SciELO, ProQuest, Elsevier, ciencedirect), y repositorios de otras universidades y la nuestra, el cual se encuentra en la matriz de Excel que se utilizó para esta monografía

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Análisis de la Metodología

En la revisión documental se identificaron artículos en la ficha (20) Metodología cualitativa ficha (25) cualitativa no experimental de las cuales:

(20) realizó un estudio con 23 mujeres y un hombre, en la población Madrid, España, que consistió en el estudio de variables asociadas al proceso terapéutico grupal para evaluar y tratar síntomas compatibles con duelo complicado como resultado diferencias significativas en las puntuaciones antes y después del tratamiento, indicando que el duelo complicado mejora significativamente en los sujetos que han participado en el tratamiento grupal.

(25) en adultos entre 22 a 30 años, en la población colombiana de estratos 3 y 4 que consiste en el análisis de la teoría ecológica de Bronfenbrenner como resultado, se identificó que el proyecto de vida de las personas se basa de acuerdo con la demografía familiar y social donde habita la personas más que por aspectos emocionales.

Con relación a la Metodología cuantitativa: se identificó que ficha (3) utilizó el cuantitativo, retrospectivo y comparativo. Las fichas (4)(16)(22)(23) y (35) Cuantitativo Análisis de caso mixto o multimétodo biográfico.

De las cuales:

(3) realizó un estudio con 32 adultos, en la población México, consistió en Se genera una evaluación psicométrica para identificar los resultados de la calidad de vida y salud mental de los participantes como resultado identificar los signos síntomas del proceso de duelo, identificando el ciclo que se encuentra.

(4) realizó un estudio con 833 mujeres (396) y hombres (436) entre 17 a 56 años, en la población de México. Consistió en la Evaluación Tridimensional de Duelo Amoroso como

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

resultado se identificó las etapas del duelo romántica las distancias psicológicas, haciendo una clasificación en cuanto a: la negación, agresiones, depresiones, esperanza, expresiones emociones negativas y positivas y la aceptación.

(16) se hizo un estudio en adultos entre 17 a 69 año entre los cuales son 26 mujeres de Madrid, España que consiste en el análisis de las etapas del duelo como resultado, evidencia los signos y síntomas de cada etapa de las fases de duelo.

en (22) no especifica, no especifica consiste en la Evaluación psicológica en el duelo patológico como resultado, dan a conocer las variables que están causando la patología, la pérdida de funcionalidad, la temporalidad e intensidad del síntoma y/o signos y el deterioro global de la vida de la persona.

en (23) adolescentes universitarios, 260 (189 mujeres y 71 hombres), en la población México, que consiste en la clasificación de duelo por ruptura amorosa como resultado, como resultado arrojo que la diferencia de género en cuanto a la expresión del duelo podría estar influenciada por patrones de socialización.

en (35) Dos mujeres adultas de 35 y 52 años de edad, en la población colombiana de estratos 3 y 4, consiste en mecanismos de afrontamiento y sus estrategias para pérdidas emocionales en personalidades con rasgos dependientes como resultado. El procedimiento estuvo encaminado mediante la identificación de las diversas formas, o mecanismos que tenemos para hacer llevadero el proceso de duelo en pérdida de seres queridos, cómo también en pacientes con personalidad dependiente, el enfoque aplicado fue el cognitivo-conductual, esto en pro reducir los recuerdos dolorosos, cómo a su vez situaciones ansiógenas externas, dentro de ello se evidencia que en caso de no realizar un proceso adecuado, se pueden llegar a presentar una serie de trastornos

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

que directamente afectan el entorno de la persona, sino son tratados a tiempo. (Desesperación, somatización, desamparo, ira, negación, depresión, aislamiento, entre otros)

Por otro lado se encontró en las fichas (1)(5)(6)(14)(19)(34)(38)(40) trabajaron la metodología descriptiva donde:

(1) relaciona adultos entre los 20 y 46 años población España, consistió en el Análisis funcional en evaluación conductual y formulación de casos clínicos como resultado Caracterización de varios casos, haciendo un estudio para obtener información acerca de los comportamientos cognitivos y conductuales por cualquier causa de duelo

(5) Clasificación por vínculo (Padre, Madre, Hijo, o amigo) no especifica la edad, en la población de México, consistió Variables asociadas a la vivencia ante la muerte. como resultado identifica las características observadas de un proceso de muerte por vínculo familiar desde un enfoque basado en los signos y síntomas.

(6) todas las etapas del ciclo vital, en la población de Barcelona, consistió estudio de Las Teorías de Piaget y de Vygotsky. como resultado se explica por edades, conductas y todo el soporte que genero Piaget para dar respuesta a dichas etapas como son: sensorio-motora que se determina por conductas de propósitos; pre-operacional y se evidencia la centralización y el egocentrismo en las operaciones concretas, se evidencia las operaciones lógicas de seriaciones, de clasificación de operaciones formales ya que evidencian sistemas abstractos del pensamiento lógica proporcional.

(14) No especifica población y edad, consistió Diagnóstico y abordaje del duelo normal y complicado como resultado el duelo no es una enfermedad, es un proceso normal que necesita de la colaboración de la persona para su adecuado desarrollo. Es necesario identificar los factores de

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

riesgo para prevenir un duelo complicado, y por ultimo son muchos y muy variados los síntomas que puede experimentar la persona tras la pérdida.

(19) Mujer de 30 años población Bucaramanga, consistió estudio de caso en duelo Por separación y/o ruptura amorosa como resultado seguimiento terapéutico, con el fin de lograr aceptación de la pérdida de la pareja y así generar un equilibrio emocional y conductual en todo el proceso del duelo.

La ficha (34) No especifica población y edad. Consistió meta-análisis del enfrentamiento a la muerte suicida desde una perspectiva familiar como resultado El suicidio es un tipo de muerte que ocurre de manera inesperada o de manera adelantada para los dolientes, es por esto que el proceso de duelo por este tipo de perdidas es de los más difíciles y dolorosos de afrontar.

(36) Todos los ciclos vitales, población Madrid, España. Consistió en la Psicología del Desarrollo I. como resultado El proceso de desarrollo en los seres humanos, es lo más importante para su vida, pues nacemos inmaduros, y a través de la vida, y del día a día, es donde aprendemos mediante la educación y las vivencias, que permiten adaptación en el medio, si bien el ser humano es otro animal, y con ello se caracteriza por tener necesidades, viviendo así en un entorno social, que le permitirá desenvolverse de acuerdo a sus conocimientos, ejecutando sus dos pilares, "Vivir en grandes grupos, con reconocimiento y disponer de representaciones que le ayudan a entender e interactuar con el medio, dentro de lo más destacado del proceso, no solo es mantenerse en vida, sino también generar un conocimiento de su entorno para así, entender las conductas de los otros, enfrentado la realidad y la forma mediante la cual, puede vivir cada ciclo de su vida

(38) relaciona edades entre 17 a 56 años, en la población de Arauca, Colombia. Consistió Síntomas y signos de personas que afrontan el duelo por ruptura amorosa como resultado Dentro

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

del contexto del duelo por ruptura amorosa, generamos la identificación de signos y síntomas, que se derivan de un comportamiento como este, dónde esté proceso se destaca cómo uno de los más difíciles y duros, dónde el duelo pasa a ser el proceso de adaptación en algún momento de la vida del ser humano, de la mano de esto, se distinguen dentro de la revisión sistemática síntomas directos, cómo pánico, debilidad, sequedad en boca, tristeza, irá entre otros, aconteciendo dentro de ello y determinando el duelo amoroso, como un proceso natural y necesario ya que tiene efectos constructivos, que siendo estos igual de importantes, en un caso como estos es vital el apoyo e intervención correcta en el hacer del psicólogo para que el proceso sea exitoso.

(40) No especifica población y edad, consistió manejo de duelo complicado como resultado muestran todo el enfoque epistemológico del cognitivo conductual y como la terapia es una de las más efectivas debido al tiempo en ejecución y determinan los autores con su teoría y su método de intervención.

Por otro lado, se encontró una referencia con metodología experimental (12)

(12) No especifica población y edad, consistió Evaluación, Diagnóstico y Tratamiento del duelo como resultado Es muy importante conocer las manifestaciones que son completamente normales y adaptativas en el proceso de duelo normal, así mismo es importante identificar posibles indicios de que el duelo no siga su curso adecuado. Por otro lado, se puede evitar un duelo complicado, si se identifican las personas con mayores probabilidades de desarrollarlo, teniendo claros y conociendo los factores predictores.

Se identificó también otra metodología Mixta (13)

(13) Todos los ciclos vitales, población Madrid, España. Consistió en identificar El duelo y las etapas de la vida. como resultado El proceso que tiene cada ciclo vital en el proceso del duelo. El impacto del duelo en una persona, es siempre un proceso, la importancia radica en la situación

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

y evolución del mismo, de esta manera es importante el apoyo, las figuras sustitutivas, y otras pérdidas significativas.

(2) relaciona Adultos entre los 20 y 46 años, población no especificada consistió en el apoyo en el proceso de duelo de personas con discapacidad intelectual. como resultado arrojado como resultado que el duelo empieza desde la observación y después generar una clasificación por tipología, factores, intensidad con el fin de identificar los signos y síntomas para lograr una intervención desde la ciencia de la salud mental enfocado en la adaptación del duelo dando respuesta desde todos los enfoques de la psicología.

(24) 68 personas que habían sufrido una pérdida entre 25 a 41 años, población de Granada, Colombia. Consistió Influencia de la psicopatología emocional y el tipo de pérdida en la intensidad de los síntomas de duelo como resultado mediante las pruebas psicotécnicas se logra medir el duelo y clasificar los signo y síntomas de cada experiencia se nota que las personas de esta población aunque es muy pequeña para dar esta conclusión nos sirve para tomar la referente que las variables de un duelo por muerte violenta a comparación a una rotura amoroso los signos y síntomas más fuertes presentados son por duelo en muerte.

A continuación, se mencionan 3 fichas correspondientes a métodos Narrativos:

(17) Todos los ciclos vitales, población Antioquia, Colombia, consistió en el trabajo del duelo como reverso al proceso del duelo como resultado desde la clínica psicoanalítica indagan en los procesos de duelo para lograr identificar variables y así generar un método terapéutico .se enfocan en que cada cajo lograr identificar el inconsciente en el trabajo del duelo

(21) Hombres y mujeres, no especifica edad, población de Granada, Colombia. Consistió Estudio sobre el proceso de duelo por muerte violenta y desplazamiento forzado Historia de vida víctima del conflicto armado en el municipio de Granada, en el departamento de Antioquia como

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

resultado desde las vivencias de la población de granada se puede interpretar muchas variables como son: los signos y síntomas que dichas personas viven, identifican la triste realidad que vive un país con tanto conflicto interno, como la política se aprovecha de esta realidad.

(33) Educadores 12 y 88 alumnos, estudiantes en educación secundaria, bachillerato, población de Valencia, España. Consistió pedagogía de la Muerte y Pedagogía de la muerte, proceso de Duelo, Cuentos, como Recurso Didáctico como resultado es generar la importancia de tener un proceso de duelo adecuado y acompañado mostrándolo desde una metodología colaborativa es decir narrativa.

Se relacionan fichas (7)(10)(15)(18)(27)(28)(29)(30)(31) que no especifican una metodología.

(7) Todos los ciclos vitales, población de México, consistió en el Desarrollo Humano como resultado Paralelo de los ciclos vitales, haciendo un análisis de cada etapa del desarrollo, teniendo presente los aspectos: físico, cognoscitivos y psicosocial en el proceso evolutivo y de la persona.

(10) No específica edad y población Costa Rica. Consistió variables del Duelo y pérdida como resultado Es importante detectar con antelación el proceso de duelo que está teniendo el doliente debido a que si no, se lleva un proceso adecuado se convierte en un duelo patológico o complicado que debe ser intervenido por un psiquiatra enviando con ello el riesgo suicida, la existencia de la drogodependencia u algún tipo de trastorno psicótico.

(15) No específica edad y población, consistió el problema del duelo como se establece en el punto en el que este autor conjuga afecto y trabajo. Separar lo que es afecto en el duelo De lo que es trabajo conducirá a Ubicar su dimensión ética y a indagar por su operatoria: ¿cómo opera

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

El duelo?, ¿qué opera debido a él en Un sujeto? Al ser constitutivas del Problema del duelo las dimensiones del narcisismo, del objeto y del deseo, el duelo no resulta ajeno a la Operatoria del análisis. Se sostiene Que un análisis es un trabajo que, Como el duelo, tiene un final.

(18) Jóvenes, Adultos y Mujeres viudas, hombres y mujeres que están pasando por un duelo población no específica, consistió El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia como resultado toda la epistemología del duelo es muy compleja ya que no se puede concluir que todas las personas reaccionan igual en dicho proceso eso genera una gran variedad en cuanto el signo y síntoma que viven los pacientes, el duelo estimado desde cualquier punto de vista (muerte, pérdida amorosa, trabajo. etc).

(27) No específica edad y población, consistió La pérdida y el duelo una experiencia compartida como resultado Se hace un recopilado de las diferentes teorías en relación con el duelo haciendo una distinción entre los diferentes síntomas clasificadas en: cognitivas, físicas, conductuales. Así mismo deja la reflexión para el doliente donde se permita encontrar el camino y reaprender a vivir con una perspectiva diferente en la que debe desapegarse y vivir en el aquí en el ahora.

(28) No específica edad y población, consistió en la subjetivación del duelo en Freud y Lacan, como resultado Generan el interrogante de la división del duelo normal y el duelo patológico de acuerdo con las teorías del Freud y Lacan. En donde se plantea que el duelo es propio de la condición humana y para subjetivar un duelo es necesaria la articulación de lo público, de lo privado y de lo íntimo. En donde lo público hace referencia en los rituales que circunscriben y sancionan la muerte, lo privado posibilita los discursos (hablar sobre las/los muertas/os) y lo íntimo en la posibilidad de subjetivar lo perdido del lazo con el muerto.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

(29) No especifica edad y población, consistió en las pérdidas y sus duelos como resultado. El postulado más importante que deja este artículo es una reflexión al doliente para que enfrente su proceso de duelo, valore la vida, fortalezca sus áreas de ajuste mediante aceptar la realidad de la pérdida, expresar sus emociones y dolor, adaptarse al medio en el que el ser querido está ausente, recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo. Así mismo invita al doliente para que cambie su concepto del duelo y lo vea como una oportunidad para el crecimiento personal, teniendo presente que es una verdad, una realidad a enfrentar debido a que el dolor al igual que el amor, tiene sus tiempos, ritmos y período.

(30) Profesionales de la medicina y estudiantes en práctica, población Guatemala. Consistió en lecciones de semiología como Recopilación de la información con relación a la orientación por problemas en atención médica, teniendo presente el tamizaje para identificar diferentes afectaciones de los pacientes. teniendo presente la semiología que permite identificar los signos y síntomas de los pacientes para la orientación el diagnóstico, una vez se hallan realizado las primeras medidas Terapéuticas.

(31) No especifica edad y población Valencia, España. Consistió en las Manifestaciones del duelo como resultado Se realiza una explicación detallada de todas la alteraciones de duelo que se pueden presentar en el doliente; sugieren atender y/o hacer proyectos de prevención y acompañamiento para los dolientes que están pasando por un duelo anticipado, con el fin que pueda desarrollar un duelo normal en el momento de la pérdida del ser querido.

La ficha encontrada con la metodología prospectivo longitudinal (39)

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

(39) Hombres y mujeres 18 que estuvieron en duelo durante 2 a 12 meses, población europea. Consistió Sintomatología del duelo prolongado tras una pérdida violenta: el papel mediador del significado como resultado este estudio demuestra que los familiares pasan por esta situación tienden a cobrar venganza y así aumentar la cadena en cuanto la muerte violenta Tan bien la investigación nos muestra que este proceso de duelo es mucho más duradero. que de un 100 de las personas registradas en la investigación un 90 % termina en un proceso de duelo patológico

La ficha (32) encontrada con la metodología Revisión bibliográfica.

(32) Hombre y mujeres adulta entre 20 a 50 años y población Estados Unidos, que consistió en nuevas concepciones sobre los duelos por pérdida de seres queridos como resultado registran la importancia que tiene el tipo de muerte para determinar el afrontamiento de duelo que tiene el doliente, ya que la gravedad, la intensidad y la multiplicidad de los factores que intervienen en los duelos por pérdidas repentinas, inesperadas, trágicas y/o sucesivas son elementos básico que pueden aumentar la intensidad y duración del estrés y el malestar de los deudos.

Las fichas (8)(26) encontradas con la metodología revisión de literatura científica.

(8) Familiares de pacientes en situación médica y población Madrid España, consistió en la detección de duelo complicado como resultado Es de vital importancia estar al tanto y generar acciones preventivas y de acompañamiento como lo son: resiliencia, espiritualidad, sentido de la vida (teniendo presente los factores del riesgo del doliente como: edad del doliente, el tipo de vínculo con el fallecido, circunstancias de la muerte); para las personas que están cuidando a sus

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

seres queridos en etapa terminal ya que se deben enfrentar a la separación y manejar la pérdida que ha sido pronosticada.

(26) Hombre y mujeres no especifican la edad población Venezuela Que consistió en La muerte y el duelo como resultado Paralelo entre el luto y el duelo donde centralizan que son formas de vivencia social dramática de la muerte.

Así pues, el luto es expresar la tristeza y el dolor que siente el doliente por desaparición o su pérdida y el duelo es el sentimiento aparece tras la pérdida, experimentando una serie de respuestas y reacciones psicosociales y psicológicas a una pérdida real como: personal, objeto, función, status, etc.

Por lo que se puede decir que el duelo es una constante de movimientos, con cambios y múltiples posibilidades de expresión y no se puede ver como algo generalizado como un estado estático con límites rígidos. es decir, cada ser humano tiene reacciones, estrategias de afrontamiento diferentes, lo más importante es la elaboración del duelo es decir el afrontamiento del mismo continuando con el proyecto de vida establecido.

Las fichas (11)(41) encontradas con la metodología Revisión de Sistémica.

(11) No especifica edad y población Colombia, consistió en duelo; duelo patológico y terapia interpersonal como resultado Se plantea que la psicoterapia grupal breve; las tendencias interpretativas y de apoyo; tanto para niños y adultos son efectiva para el proceso del duelo ya que genera mejores resultados y mejores relaciones terapéuticas, así como en el ámbito personal en

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

relación con la motivación y el desarrollo del self. En el caso del duelo esta terapia se trabaja con la pérdida de la relación significativa y de una parte la identidad del paciente. con el objetivo de reconstruir la relación de una forma no idealizada, tanto con sus aspectos positivos como los negativos

(41) Mujeres de 20 a 46 años población Granada, España. Consistió Tratamiento del duelo: Exploración y perspectivas como resultado el duelo tiene la característica de complicarse si no se hace desde un ámbito profesional puede generar consecuencias a nivel físico, psicológico y emocional.

La ficha (37) encontrada con la metodología Revisión teórica.

(37) Familias durante un duelo post-suicidio, población Arauca, Colombia. Consistió Signos y síntomas del duelo post-suicidio en la familia como resultado Centralizado en identificar de manera directa, los síntomas y duelos, Post-Suicidio en la familia, se concluye que adicional a los medios y factores por lo que ocurre está conducta, es vital que otros sectores independiente del de la salud, intervengan, (Educación, laboral, la policía, la iglesia, el derecho, la política, la justicia y los medios de comunicación, puesto que muy pocos países le han dado la importancia al tema, y debido al alto índice que se presenta, es notable que en la mayoría de casos, se da por traumas dentro de la crianza, bases de la educación, y aspectos socioculturales, dónde al no ser tratado el duelo de forma correcta, esto conlleva a simultaneidad en familiares, ya que el suicidio de convierte en un factor que trasciende y genera riesgo de recurrencia dentro del entorno, provocando un nuevo acto suicida

La ficha (9) encontrada con la metodología Revisión Sistémica de la literatura.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

(9) No específica, población Colombia Que consistió Dolor crónico y duelo como resultado En relación entre los tópicos del dolor crónico y el duelo, se evidencia que los dos factores tienen una relación directa y uno es consecuencia del otro; los dos conceptos se someten a procesos de adaptación y reaprendizaje en los ámbitos personales y sociales. El dolor crónico se manifiesta en la expresión corporal de una persona para reconducir su existencia ante la pérdida de un objeto amado u otro aspecto importante de su vida, como puede ser la pérdida de la salud, representada por la incapacidad del individuo para simbolizar y manifestar el sufrimiento psíquico que implica la experiencia del duelo.

Análisis del Duelo.

En relación con la definición del duelo las fichas (8) (9) (11) (12) (26) (27) (29) (34) (35)(37)(41) parten de la epistemología que el duelo proviene del latín “dolus” que significa dolor, se puede definir al duelo como la reacción innata que exterioriza pensamientos, sentimientos, conductas de afición, sufrimiento y desconsuelo por la pérdida de algo amado y significativo en la vida de la persona, generando reacciones inmediatas, intensas y emotivas. (García Viniegras et al., 2013); como resultado de una pérdida física u objetos, emocional o material para una persona, cambios de estratos sociales, decaimiento de salud. (García andía y Roza), cambio laboral, residencial. Teniendo las fichas (2)(8)(37) las experiencias: psicológicas, fisiológicas, psicobiológica y emocionales y/o presencia de distorsiones cognitivas; inevitables y únicas para cada persona, por la que el doliente debe ser resiliente para continuar con su vida.

El duelo en las fichas (13)(14)(18)(19)(23)(24)(25)(26)(31)(38) hace referencia a la pérdida de las figuras de apego y a la pérdida de eventos estresores, encontrando que existen otras variables como: la vinculación a diferentes redes de apoyo, las características demográficas de las personas (la educación, acceso al sistema de salud y el transcurrir vital de sus actividades

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

relacionales del desarrollo personal), independientemente de la etapa en que se encuentren los sujetos; el duelo no es una enfermedad es un proceso normal con efectos constructivos, que necesita de la colaboración de la persona para su adecuado proceso y adaptación, según sean las condiciones por las cuales se presenta, así también se necesita del acompañamiento de sus redes de apoyo, para prevenir un duelo complicado y generar estrategias de afrontamiento (Niemeyer).

En las fichas (2)(17)(21)(27)(33)(40) El duelo es un proceso dinámico que se vive tanto en un contexto social, como interpersonal, generando una respuesta universal a una pérdida (o a una separación) a la que se enfrentan los seres humanos de todas las edades y de todas las culturas. Es algo personal y único y cada persona lo experimenta a su modo y manera. es una experiencia global, que afecta a la persona en su totalidad: en sus aspectos psicológicos, emotivos, mentales, sociales, físicos y espirituales. (Colomo Magaña, Ernesto 2003). Las fichas (1)(4)(7)(16)(20)(22)(30) (36) (38) (39) no hacen definición del duelo.

Para superar el duelo en las fichas (3)(9)(12)(18)(27) es necesario que el doliente tenga presente: el reconocimiento intelectual; la explicación de la pérdida, aceptación emocional de la pérdida y asunción de una nueva identidad (Parkes y Weiss). Según (Worden), trabajar las emociones y el dolor consiguiente, adaptarse a un medio en el que está ausente el fallecido.

El duelo (3) no solo se puede tener una mirada negativa es un proceso donde la persona puede generar variables positivas. ejemplo, madures, auto conocimiento, auto confianza, este proceso nos ayuda comprender y direccionar nuestro proyecto de vida.

Las fases del duelo según: (18) son 1. Período de insensibilidad. 2. Fase de anhelo. 3. Fase de desorganización y desespero. 4. Fase de conducta reorganizada. (Parke).

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Por otro lado (2) hace relación a las fases del duelo: I. Impacto, Aflicción y pena/protesta, resentimiento, III. Negación, IV. Intrusión, V. Elaboración: VI. Reparación. (Tizón (2004); también cabe mencionar otro grupo de fases del duelo I. Negación, II. Confrontación, III. Acomodación (Randon, 2004).

Otros autores en las fichas (4) (5) (27) hacen relación a diferentes fases del duelo: **Shock** (Engel (1964), Davidson (1979), Bowlby (1980), Backer, Hannon, y Russell (1982), Rando (1984), Sanders (1989), D'Angelico (1990), Staudacher (1991), Robinson (1996), Jozefowski (1999), Roccatagliata (2000), Fonnegra (2001), Cabo de Villa (2007). **Negación** (Kübler-Ross (1969), Suiza (1974, en Zaragoza Toscano, 2007), Horowitz (1976), Clark (1984), Staudacher (1991), Robinson (1996), Cabo de Villa (2007). **Reacciones hostiles** (Kübler-Ross (1969), Caruso (1989), Horowitz (1976), Backer, Hannon, y Russell (1982), D'Angelico, (1990), Staudacher (1991), Robinson (1996), Cabo de Villa (2007). **Culpa** (Lindemann (1944) Backer, Hannon, y Russell (1982), Staudacher (1991), Robinson (1996), Cabodevilla (2007), **Depresión/Tristeza Aceptación /Reorganización**(Kübler-Ross (1969), Staudacher (1991), Robinson (1996). Engel (1964), Kübler-Ross (1969), Caruso (1989), Suiza (1974, en Zaragoza Toscano, 2007), Horowitz (1976), Davidson (1979), Bowlby (1980), Prigerson, Lindenmann, Brown, y Schulz (1980, en Zaragoza Toscano, 2007), Backer, Hannon, y Russell (1982), Parkes y Weiss (1983), Rando (1984), O'Connor (1990), D'Angelico (1990), Staudacher (1991), Roccatagliata (2000), Cabo de Villa (2007). U. dejando como el resumen final solo cuatro etapas Negación, hostilidad, desesperanza, pseudo-aceptación (Sánchez y Martínez ,2014).

Hace relación (10) Fases de impacto, Fase de "repliegue" o depresiva, Fase de "recuperación (Heredia,2003).

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

(12) especifica como fases del duelo: la Conmoción e incredulidad, Duelo agudo, Resolución (Lindemann); Aturdimiento Anhelos y búsqueda, Desorganización y desesperación, Reorganización (Parkes y Bowlby); Conmoción e incredulidad, Desarrollo de la conciencia, Restitución, Resolviendo la pérdida, Idealización, Resolución; (12)(16)(17)(21)(23)(26)(35)(38)(40). Negación, Ira, Negociación, Depresión, Aceptación (Kübler-Ross); Evitativa, De confrontación, De restablecimiento (Rando); (12) (14) Evitación, Asimilación, Acomodación (Neimeyer).

(13) habla de las fases de rechazo y negación, de confrontación y la de la acomodación (Engel).

(29) (31) (34) referencia las siguientes fases según diversos autores (Bolwy, Parkes, Engel; Sanders): 1. Fase de aturdimiento o etapa de shock., Fase de anhelo y búsqueda, 3.Fase de desorganización y desesperación, 4.Fase de reorganización.

La ficha (1) (3)(6) (7) (8) (11) (15) (19) (20) (22) (24) (25) (28) (30) (32)(33)(36)(37)(39) (41) no habla de fases del duelo.

La duración del duelo corresponde entre 6 a 12 meses aproximadamente (2)(9)(10)(11)(31)(34)(39) donde las consecuencias: psicológicas, psicoafectivas, manifestaciones físicas, emocionales , rituales; se evidencian en este lapso de tiempo. (Bourgeois). Por otro lado (32) establece que el duelo por lo general tiene una duración de uno o dos años, donde el deudo se permita recordar al ser querido sin un dolor emocional intenso. Y a su vez (8) el periodo del duelo es relativamente entre dos y tres años. (Barreto y Soler, 2012).

Otras posturas (15)(28) mencionan que el duelo es un proceso de desprendimiento y renuncia destinado a devorarse a sí mismo, que finaliza cuando la libido es libre de sustituir al

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

objeto llorado por otro nuevo (Falagán, 2014). Se relaciona la función de subjetivante en el duelo en lugar de “trabajo de duelo” que plantea que es propio de la condición humana y para subjetivar es necesaria la articulación de lo público, de lo privado y de lo íntimo. En donde lo público hace referencia en los rituales que circunscriben y sancionan la muerte, lo privado posibilita los discursos (hablar sobre las/los muertes/os) y lo íntimo en la posibilidad de subjetivar lo perdido del lazo con el muerto. (Freud y Lacan).

Análisis de Signos y Síntomas

Son muchos y muy variados los síntomas que puede experimentar la persona tras la pérdida. En las fichas revisadas se identificaron los síntomas clasificadas por síntomas: emocionales, cognitivos –conductuales, físicos.

Síntomas emocionales

(1) odio, amor, ira, duda, temor.

(2) recuerdos, vivencias, experiencias, relaciones interiorizadas, relaciones de objeto. (tizón), desesperanza, apatía, desespero, tristeza, enfado, culpa, auto reproches, ansiedad, añoranza, anhelo, soledad, shock, impotencia despersonalización, alivio, liberación.

(3) Desamparo, culpa, ansiedad, tristeza, enfado, impotencia, confusión.

(5) Culpa *ansiedad *tristeza *enfado *impotencia *confusión.

(8) Tristeza * El primero es la culpa por las cosas, más que por las acciones, recibidas o no recibidas por el superviviente en el momento de morir la persona querida *pensamientos de muerte más que voluntad de vivir, con el sentimiento de que el superviviente debería haber muerto con la persona fallecida *preocupación mórbida con sentimiento de inutilidad.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

(9)*Negación *Ira *Negociación *Depresión *Aceptación *Entumecimiento. *Cólera *choque
*Nostalgia de la pérdida *Insensibilidad en el contenido emocional.

(10)Tristeza *Impasibilidad *Depresión *Ansiedad *Nostalgia *bajo estado de ánimo
*sentimientos de culpa *Deseos de muerte

(11) Enojo *Amargura acerca del fallecido. *Sentimiento de vacío en la vida *Episodios
depresivos.

(12)*tristeza *Angustia *Enfado *Ira *Culpa *Soledad.

(14) *tristeza *enfado *remordimiento *culpa, *soledad *apatía o indierencia *desamparo
*Anhelo o añoranza *emancipación.

(16) *cobardía *Impotencia *Tristeza *Frustración.

(17) * Angustia * Culpa * Negación * Ira.

(18) *ideas de culpa *tristeza *sentimiento de culpa *sentirse culpable *miedo a la soledad *enfado
*rencor * culpa y autor reproché *emancipación *alivio *insensibilidad *negación *aceptación
*ira.

(19) *ideas de culpa *tristeza *sentimiento de culpa *sentirse culpable *miedo a la soledad *ira
*rencor * necesidad de venganza *negación *aceptación

(20) *culpa por las cosas, más que por las acciones, preocupación mórbida con sentimientos de
inutilidad *sentimiento de culpa *angustia *desesperanza " *enojo *tristeza *negación *aceptación
*ira.

(21) * soledad *culpa *miedo *soledad *tristeza *impotencia *shock *adormilamiento de
sentimientos *negación *aceptación *ira.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

(22) *ideas de culpa *tristeza *sentimiento de culpa *sentirse culpable *miedo a la soledad *ira *rencor * necesidad de venganza.

(23) * Angustia * Culpa * Ira *Dolor *Desanimo *Desilusión *tristeza.

(24) *desesperanza *enfado *culpa *despersonalización *somatización.

(26) *Negación *Culpa *Enojo *ira *desesperanza *Soledad.

(28) *pérdida de capacidad de amar.

(29) *Tristeza *Enfado *Rabia *Culpa *Miedo *Ansiedad *Soledad *Desamparo *Impotencia *Añoranza *Anhelos *Cansancio existencial *Desesperanza *Abatimiento *Alivio *Liberación *Sensación de abandono *Amargura y sentimiento de venganza.

(31) *Tristeza *Apatía *Abatimiento *Angustia *Ira *Frustración *Enfado *Culpa *Autoreproche *Ansiedad *Soledad *Abandono *Emancipación y/o alivio *Shock *Anhelos *Insensibilidad.

(34) * Angustia * Culpa * Negación * Ira *Dolor *Desanimo *Desilusión.

(35) *Culpa *Abandono * Ansiedad * Negación * Ira * Desesperación * Shock.

(37) *Culpa *Abandono * Angustia *apatía *vergüenza *ira *Enojo *Llanto *Reclamos * Silencio.

(38) *Tristeza * ira *Culpa * shock *Negación *inseguridad *Soledad *Nostalgia * Impotencia * Incredulidad * Preocupación.

(40) *Evitación * Ansiedad *Desesperación .Angustia * Culpa * Enojo.

(13)(27) no especifica síntoma emocionales.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Síntomas Cognitivos

(1) Depresión, ansiedad, patrones evitativos de comunicación, aceptación, perseverante.

(2) poca actividad social, irrealidad, confusión, preocupación, dudas, obsesiones, ilusiones alucinaciones; asumir rasgos del muerto en la propia conducta; episodio psicótico, trastorno por estrés posttraumático trastornos del sueño, trastornos de la alimentación.

(3) *indiferencia ante la vida *pensamientos de incapacidad *auto reproche *inseguridad en si mismo * desilusión * incredulidad * pesadilla * preocupación * anhelo * alteraciones del sueño, *mantiene la idea del fallecimiento de la persona **irrealidad *confusión *histérico *obsesivo *maniaco *delirante.

(5) *poca actividad social *irrealidad *confusión *preocupación *dudas *obsesiones *ilusiones *alucinaciones *depresión *episodio psicótico *episodio depresivo *episodio somático *episodio histriónico.

(8) *experiencias alucinatorias distintas de las de escuchar la voz o ver la imagen fugaz de la persona fallecida *insomnio " *depresión mayor *estrés posttraumático.

(9)*anhelo *búsqueda de una profunda añoranza *pensamientos constantes sobre el fallecido *desorganización *desesperanza *desconsuelo, *recuerdo reparado *preocupación *estrés posttraumático".

(10) *menor productividad *no es consciente de lo sucedido *recuerdo doloroso *insomnio *abandono de actividades socio-laborales *episodios de protesta-irritación y aislamiento. *trastornos sensoriales.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

(11) distorsiones cognitivas *patologías del sueño ideación intrusiva sobre la persona ausente
*actitudes evitativas.

(12) distorsiones cognitivas *incredulidad *confusión *preocupación *rumiaciones
*pensamientos e imágenes recurrentes *sentido de presencia *concentración y memoria.

(13) *intentos suicidas *alcoholismo *conductas compulsivas.

(14) *incredulidad *confusión *preocupación *sentido de *pertenencia *agresión *psicológica, *
introversión *humor cambiante *ansiedad.

(16) *miedo *pensamientos negativos *aislarse de los demás *gritarles a todos

17) *evitación *aislamiento social *usar ropas y atesorar objetos que recuerdan o pertenencia al
fallecido. *deseo de morir latente *fantasías o ideas permanentes de la muerte *aislamiento del
grupo.

(18) Alucinaciones *trastorno del sueño *trastornos alimentarios *conducta distraída *aislamiento
social *soñar con el fallecido *evitar recordatorios del fallecido *buscar y llamar en voz alta
*suspirar *hiperactividad desasosegada *visitar lugares o llevar consigo objetos que recuerden al
fallecido *visitar lugares o llevar consigo objetivos que recuerden al fallecido *dificultad memoria
*perdida de interés *alteración en la sensopercepción *depresión *ansiedad *realidad
distorsionada *perdida por arreglarse *ideas de culpa.

(19) Pensamientos negativos *olvidos frecuentes *estrés postraumático.

(20) Pensamientos de muerte más que voluntad de vivir *depresión *ansiedad *psicosis del duelo
*ansiedad *psicosis del duelo *depresión.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

(21) Agresiones físicas *agresiones psicológicas * problemas sexuales *derivados de la educación de los hijos * auto destructivas tale como autolesiones *consumo excesivo del alcohol *inseguridad así mismo, pérdida del apetito *perdida de la creatividad *conductas asociadas tener actos sexuales con cualquier persona *conductas agresivas.

(22) Consumo excesivo del alcohol *consumo de drogas *conductas destructivas * conductas adaptativas.

(23) Evitación *aislamiento social.

(24) Pérdida del control *rumiación *aislamiento social *evitación *fobia *paranoia *evitación.

(26) *reacciones hostiles. *pérdida de patrones de conducta. *culpar a otro *desesperación *falta de esperanza * impotencia *desorganización *desesperación *esperanza de recuperar a la persona perdida *volver a la situación previa.

(27) Reacciones hostiles *desorientación cognitiva *incredulidad *confusión *precaución. *rumiaciones. *pensamientos e imágenes recurrentes relacionadas con el difunto. *irrealidad (extrañeza ante el mundo). *vivencia de abandono de la sociedad. *añoranza *insensibilidad. *sensación de presencia del fallecido. *dificultades de atención, memoria y concentración. *desinterés. *obseción por recuperar al ser querido. *ideas de culpa y auto reproche. *alucinaciones: visuales, auditivas, táctiles. *liberación *búsqueda de sentido y/o cuestionamiento religioso. Conductuales: *aislamiento social *hiperactividad desasosegada. *conducta distraída *hipo actividad *buscar llamar o hablar con el fallecido *conductas impulsivas y dañinas para la salud. *visitar lugares que frecuentaba con el fallecido *suspirar *usar ropas y atesorar objetos que recuerdan o pertinencia al fallecido. *evitar recuerdos del fallecido. *soñar con el fallecido.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

(28) *sometimientos, *autoacusaciones *violencias contra sí mismo o contra otros. *hablar con el muerto.

(29) cognitivos *dificultad para concentrarse *confusión *embotamiento mental *falta de interés por las cosas *ideas repetitivas generalmente relacionadas con el difunto *sensaciones de presencia *olvidos frecuentes conductual *aislamiento social *hiperactividad *inactividad *conductas de búsqueda *ilusiones y alucinaciones con respecto al fallecido *aturdimiento *perplejidad.

(31) cognitivas *incredulidad/irrealidad *confusión *preocupación *sentido de presencia *alucinaciones (visuales y/o auditivas) fugaces y breves *dificultades de concentración, atención y memoria *pensamientos e imágenes recurrentes *obsesión por recuperar la pérdida *distorsiones cognitivas conductuales *trastornos del sueño y alimentarios *conducta distraída *aislamiento social *soñar con el fallecido *evitar recordatorios del fallecido *llorar y/o suspirar *buscar y llamar en voz alta *llevar y atesorar objetos *visitar lugares que frecuentaba el fallecido *hiper-
hipo actividad

(34) * evitación

(35)*evitación *minimización *atención selectiva

(37) *recriminación *alucinaciones *aislamiento

(38) *anhelo por la persona perdida * pánico * búsqueda de la persona perdida

(40) * rumiaciones

(1) no específica síntomas conductuales y emocionales

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Síntomas físicos

(2) angustia física, llanto, opresión en el pecho / o en la garganta, fatiga, falta de aire, hipersensibilidad al ruido, debilidad muscular, sequedad de la boca.

(3) fatiga *llorar *opresión de pecho *debilidad muscular hipersensibilidad al ruido; *fatiga *falta de aire.

(8) *enlentecimiento psicomotor acusado *deterioro funcional acusado y prolongado * anorexia

(9)*lumbalgia *cefalea *dolor abdominal *jaquecas *dolor al orinar y *dolor renal.
*desintegración corporal *dolor crónico lumbar, cervical, dolores musculares inespecíficos.

(10) *llanto *anorexia *pérdida de peso

(12)*llanto *alteraciones del sueño y/o alimentación *sequedad en la boca *vacío en el estomago
*opresion en tórax

(14)*opresion en el pecho. *vacío en el estomago opresión en la garganta *hipersensibilidad al ruido *sensación de despersonalización falta de aire debilidad muscular falta de energía, sequedad de boca.

(16) * llorar *hacer corajes *desesperación.

(17)* sensación de vacío en el estómago.

(18) *opresión en el pecho *opresión en la garganta *fatiga *hipersensibilidad *sensación de despersonalización *falta de aire *debilidad muscular *falta de energía *sequedad en la boca.

(20) *enlentecimiento psicomotor acusado.

(21) *hematomas *dolor de cabeza *aumento de peso *disminución de peso *ojeras.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

(26) *problemas somáticos.

(27) *respuestas somáticas *angustias físicas *reacción de dolor agudo *llorar *falta de respiración. *taquicardia *sequedad traumática (hacerse herida o quemarse). *aumento de la morbilidad. *sensaciones en el estómago (vacío). *respiración entrecortada. *sequedad en la boca. *taquicardia (pulso irregular, acelerado) *hipersensibilidad a ruidos *desasosiego *dolor de cabeza *astenia y debilidad *opresión en el pecho y la garganta *trastornos alimentarios *palpitaciones *sensación de ahogo. *problemas digestivos *sudores *orinar con frecuencia *mayor tensión muscular. *punzadas de dolor *anhelo y búsqueda.

(28) *anorexias *bulimias *fobias *adicciones *angustia.

(29) *sequedad de boca *dolor o sensación de “vacío” en el estómago *alteraciones del hábito intestinal *opresión en el pecho *opresión en la garganta *hipersensibilidad a los ruidos *disnea *palpitaciones *falta de energía *tensión muscular *inquietud *alteraciones del sueño *pérdida del apetito *pérdida de peso *mareos *malestar *sensación de debilidad *aumento del consumo de tabaco *alcohol psicofármacos u otras drogas.

(31) *aumento de la morbilidad *vacío en el estómago *opresión en el pecho y garganta *hipersensibilidad al ruido *sensación de despersonalización *falta de aire *palpitaciones *debilidad muscular *falta de energía * dolor de cabeza *sequedad de boca *fatiga.

(34) * sensación de vacío en el estómago.

(35) * alteraciones en el sueño *disminución del funcionamiento del sistema inmunológico.

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

(38) *debilidad muscular *sequedad en la boca *vacío en el estómago * alteración en los patrones de sueño * pérdida del apetito * autolesiones * consumo de alcohol *fatiga *hipersensibilidad al ruido *despersonalización * falta de energía.

(40) * pérdida de control.

(1)(5)(11) (13)(19) (22)(23))(24)(37)(39)no especifica síntomas físicos.

No especifica ningún síntoma: (4)(6)(7)(15)(25)(30)(32)(33)(36)(39)(41).

Análisis del Ciclo vital

En el ciclo vital que se enfocó esta investigación es 20 –40 años (6)(7)(36) según Piaget la operación formal en esta etapa sistema abstractos del pensamiento que le permite usar la lógica proposicional, el razonamiento científico y el razonamiento proporcional.

(13) La existencia humana, tiene una variación de nacimiento desarrollo y muerte, pero en estas clasificaciones puede presentarse una variedad ejemplo proceso de duelo mal elaborado y así más elaborado se puede volver patológico, generando una alteración en su ciclo vital. (Gurméndez).

(29)El ciclo vital del ser humano está marcado por una etapa que empieza en la niñez y termina en la vejez y eso genera una conducta o comportamiento complejo , eso es lo que genera que seamos seres animales racionales (Cabodevilla, 2007).

No menciona teorías del ciclo vital (1) (3) (4) (5)(8) (9)(10) (12) (14)(15) (16) (17) (18)(19) (20) (21)(22) (23)(24))(26) (27)(28) (31)(32)(33) (35)(37)(38)(39) (40)(41).

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

Cartilla



Hay momentos en la vida que nos enfocamos en sufrir y no apreciamos lo lindo que es vivir

Alejandro, Daniela, Indira

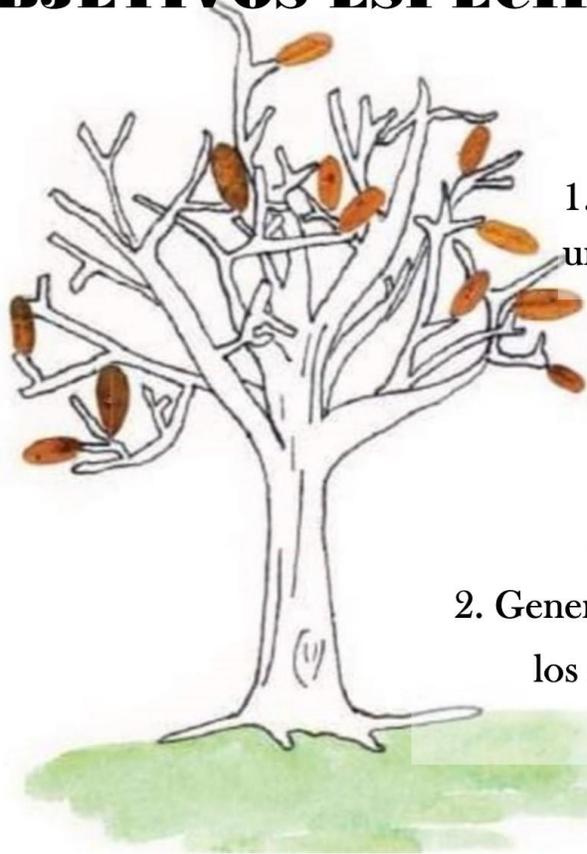
Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.



OBJETIVO

Generar una herramienta con el fin de que sea un apoyo para tú proceso de duelo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS



1. Identificar los síntomas de un duelo.

2. Generar estrategias para controlar los síntomas mientras empiezas un proceso terapéutico

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.



QUE ES SÍNTOMA?



Es la expresión manifestada de las emociones, pensamientos, comportamientos y el cuerpo, en situaciones de pérdida por diferentes factores.

Alejandro, Daniela, Indira

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.





SÍNTOMAS PENSAMIENTOS Y COMPORTAMIENTOS		
Dudas	Pensamientos Negativos	Pesadillas
Obsesiones	Conductas Asociadas a Tener Actos Sexuales con Cualquiera	Abandono de Actividades Sociales
Trastorno Alimenticio	Dificultades de Memoria Atención Concentración	Preocupación
Recuerdo Dolorosos		Aumento de Consumo de Tabaco
Alcoholismo		Aislamiento
Usar Ropas, Objetos del Fallecido		Auto-Acusaciones



MITOS Y VERDADES DE LA PSICOTERAPIA

Ir al psicólogo es estar loco.

El psicólogo lee la mente

Para que ir al psicólogo si el
esta más loco

Verdad

*es un Acompañamiento
de intervención de un
malestar Emocional, Pensamiento, Comportamiento

*Otra mirada de la problemática desde
ámbito profesional

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.





Respiración
Diafragmática:
Poner las manos en el abdomen, inhala por la nariz (sostiene la respiración contando hasta 10) y exhalas por la Boca.

Tensión y Extensión Muscular:
Tensionas paulatinamente los músculos del cuello a los pies. Ejemplo. Tensiona el cuello al lado izquierdo cuentas hasta 10 y extensión así sucesivamente todas las partes del cuerpo.

TÉCNICA DE RELAJACIÓN Y RESPIRACIÓN
CONTROL MUSCULAR

Duelo, signos y síntomas del duelo, adultez temprana, investigación metodológica.

ACTIVACIÓN CONDUCTUAL

**Modifica las tareas por
las que te agraden.**

CRONOGRAMA

do.	lu.	ma.	mi.	ju.	vi.	sá.
	<i>Actividad física</i>			<i>Meditar</i>		
			<i>Deporte</i>			
		<i>Leer</i>			<i>Cine</i>	
						<i>Psicólogo</i>
<i>Relacionarse</i>						



Referencias

Fernández, M. Á. R., GARCÍA, M. I. D., & Crespo, A. V. (2012). Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales. Desclée de Brouwer.

Mairal, J. B. (2010). Tratamiento de activación conductual para la depresión (TACD). Descripción, técnicas y aplicación.