

Duelo de un hijo en Personas mayores

Lic. Yasielski María Victoria, Lic. Marchesi Sofia, Lic., Tarsitano Adriana, Lic., Domínguez Liliana, Lic., Castillo Inés, Dr. Ferreño Sebastián.

Introducción:

La pérdida de un hijo configura **una de las experiencias más traumáticas y devastadoras** que puede atravesar un ser humano. Rompe con todos los órdenes naturales de la vida generando dolor y vacío.

Perder un hijo hace un siglo atrás era más frecuente de lo que pensamos, con la alta tasa de mortalidad infantil (uno de cada 3 o 4 bebés, no lograba superar el año de vida) causada por enfermedades infecto contagiosas, falta de inmunización, desnutrición, etc.; hacían que éste flagelo fuera más habitual que en épocas actuales.

Hoy en día con avances y mejoras, se disminuye esa tasa de mortalidad. Sin embargo, con el descenso en las causas de mortalidad y el aumento en la expectativa de vida, se incrementan las posibilidades de transitar por esta pérdida en la adultez y en la vejez.

Particularidades de éste transitar, estrategias de afrontamiento ante la pérdida y creencias o mitos sobre los duelos, motivan la presente investigación.



Objetivos:

- Analizar el proceso de adaptación ante la pérdida de un hijo,
- Identificar variables y estrategias que influyen en su resolución.

Metodología: Tipo de estudio descriptivo dado que busca describir rasgos o cualidades de la población objetivo, Entrevista semiestructurada y cuestionario elaborado por el Equipo Técnico:

1. Tiempo transcurrido desde la pérdida.
2. Circunstancias o causas de la pérdida.
3. ¿Qué cambio en usted desde la pérdida?
4. ¿Se siente más desprotegido desde entonces?
5. ¿Se siente enfadado por lo sucedido?
6. ¿Cómo era el vínculo entre Uds.? ¿Existían conflictos? ¿Convivían?
7. ¿Recibió algún acompañamiento? (terapéutico, grupos de apoyo, religioso, etc)
8. ¿Le hicieron comentarios que resultaron dolorosos o poco adecuados?
9. ¿Siente que hablar del tema le ayuda? ¿Siente que puede hablar libremente de su hijo?
10. Frases como: "No te preocupes", "Pensa en los demás", "La vida sigue", "No te podés caer ahora", "El tiempo cura todo", ¿siente que le dieron consuelo?
11. Los rituales del duelo (velatorio, entierro, ir al cementerio) ¿siente que le ayudaron?
12. ¿Cómo se manejó la información de la pérdida con otros integrantes de la familia como ser niños?
13. ¿Trabajar mucho u ocuparse con actividades le ayudó?
14. ¿Cómo toma la vida desde la pérdida?
15. ¿Siente que hubo maduración o crecimiento personal con el tiempo?
16. ¿Qué le diría a otra Persona Mayor que está atravesando la pérdida de un hijo?

Resultados:

Se entrevistaron 14 personas; 4 no quisieron abordar el tema. De las 10 respuestas obtenidas, el 80% correspondió a mujeres de entre 68 y 94 años, residentes en instituciones de larga estadía y lúcidas.

Causas de fallecimiento: enfermedad, accidentes o muerte súbita. No se registraron suicidios ni homicidios.

Vínculo con la persona fallecida: en todos los casos fue referido como bueno, sin conflictos previos significativos.

Comentarios recibidos: el 70% manifestó haber recibido expresiones poco adecuadas que generaron mayor dolor o incomodidad. El 80% consideró poco útiles frases como "El tiempo cura todo", "La vida sigue" o "No te preocupes".

Acompañamiento: solo el 30% recurrió a psicoterapia o apoyo espiritual.

Hablar sobre la pérdida: la mayoría considera que ayuda, aunque algunos señalan que depende de con quién se converse. El 40% considera que no ayuda.

Rituales del duelo: el 50% expresó que el velorio, entierro o visitas al cementerio fueron beneficiosos.

Actividad y proyectos: casi todos coincidieron en que mantenerse activos, desarrollar proyectos y establecer nuevos objetivos ayudó durante el proceso.

Crecimiento personal: el 50% manifestó haber experimentado maduración o crecimiento a partir de la pérdida.

Consejo a otros: predominó la idea de que "no hay palabras", destacándose el acompañamiento, el silencio respetuoso y la empatía.