

**RECURSOS Y CAPACIDADES RESILIENTES EN FAMILIAS ANTE DUELO POR
MUERTE PARENTAL**

WENDY LORRAINE CALA APARICIO



UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA

ESPECIALIZACIÓN EN FAMILIA – COHORTE 17

ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES

BUCARAMANGA, MARZO DE 2019

**RECURSOS Y CAPACIDADES RESILIENTES EN FAMILIAS ANTE DUELO POR
MUERTE PARENTAL**

WENDY LORRAINE CALA APARICIO

Trabajo de grado como requisito para optar al título de Especialista en Familia

Asesor: LUZ YAMILE FLÓREZ ORDUZ

PSICÓLOGA – ESPECIALISTA EN FAMILIA

UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA

ESPECIALIZACIÓN EN FAMILIA – COHORTE 17

ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES

BUCARAMANGA, MARZO DE 2019

Tabla de contenidos

	Pág
Resumen	4
Abstract	5
Introducción	6
Objetivos	7
Marco teórico	7
Duelo familiar	8
Cambios en la estructura familiar	12
Estrategias de afrontamiento, recursos y resiliencia familiar	14
Metodología	23
Resultados	23
Discusión	29
Conclusiones	31
Referencias	33
Anexos	37

RESUMEN GENERAL DE TRABAJO DE GRADO

TITULO: Recursos y capacidades resilientes en familias ante duelo por muerte parental

AUTOR(ES): Wendy Lorraine Cala Aparicio

PROGRAMA: Esp. en Familia

DIRECTOR(A): Luz Yamile Flórez Orduz

RESUMEN

El objetivo principal de la presente monografía fue describir los recursos y capacidades resilientes en familias ante el duelo por muerte parental. Asimismo, se dio a conocer el concepto de familia desde el enfoque sistémico y los cambios en la dinámica familiar dados a partir del fallecimiento de la figura materna o paterna. Para su consecución, se realizó una revisión teórica y conceptual de 34 referencias académicas relacionadas con la temática abordada. En cuanto a los resultados obtenidos, se evidenciaron estrategias de afrontamiento y recursos personales, familiares y sociales, de los cuales se destacaron principalmente, las redes de apoyo y la resiliencia.

PALABRAS CLAVE:

Recursos, capacidades resilientes, duelo, muerte parental, estrategias de afrontamiento, resiliencia.

V° B° DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO

GENERAL SUMMARY OF WORK OF GRADE

TITLE: Resilient resources and capacities in families facing grieving due to parental death

AUTHOR(S): Wendy Lorraine Cala Aparicio

FACULTY: Esp. en Familia

DIRECTOR: Luz Yamile Flórez Orduz

ABSTRACT

The main objective of this monograph was to describe the resources and resilient capacities in families facing grieving due to parental death, also it was announced the concept of family from the systemic approach and changes in family dynamic originated by a parental death. To achieve them, it was made a theoretical and conceptual review in 34 academic references related with this topic. Regarding to the results, it was possible to found coping strategies and personal, familiar and social resources, in which there was stands out support networks and resilience.

KEYWORDS:

Resources, resilient capacities, grieving, parental death, coping strategies, resilience.

V° B° DIRECTOR OF GRADUATE WORK

Introducción

Durante sus diferentes etapas de desarrollo, las familias se enfrentan a momentos críticos que conllevan a modificaciones a nivel personal y grupal, los cuales pueden ocasionar un período de crisis. Este proceso no se da de manera lineal; por tanto, puede verse afectado por situaciones inesperadas que ocasionan modificaciones en su estructura y dinámica, como en el caso del fallecimiento de la figura materna o paterna, suceso que puede tener una expresión particular en cada familia.

Con relación a lo anterior, González (2000), afirma: “Las crisis familiares han sido abordadas por algunos autores dada la importancia que le atribuyen en la salud familiar, éstas representan el final del viejo sistema familiar, emergiendo nuevas formas de interacción” (p.282). A su vez, “en 1982 surge el concepto de resiliencia, el cual trata de expresar la capacidad de un individuo o familia para enfrentarse a circunstancias adversas, condiciones de vida difíciles, situaciones potencialmente traumáticas y recuperarse saliendo fortalecido y con más recursos” (Pereira, 2010, p.7).

Así pues, surgió la revisión bibliográfica de esta monografía, teniendo como foco el reconocimiento de los recursos y capacidades resilientes, utilizados por las familias a lo largo del tiempo, como estrategias de afrontamiento en la resolución de duelos y reestructuración de su dinámica familiar. De igual forma, proveer herramientas a otros profesionales que permitan orientar procesos íntegros con las familias y mejorar su calidad de vida.

Objetivos

Objetivo General

Describir los recursos y capacidades resilientes en familias ante el duelo por muerte parental, a través de una revisión teórica y conceptual.

Objetivos Específicos

Reconocer los cambios en la dinámica familiar dados a partir del fallecimiento de la figura materna o paterna.

Identificar los recursos empleados por las familias ante la muerte de uno de los padres.

Definir las capacidades resilientes a nivel personal y familiar ante la ausencia de alguno de los padres.

Marco Teórico

Según Minuchin (1974), “la familia puede verse como un sistema que opera dentro de otros más amplios y tiene tres características, a) su estructura es abierta, siempre en proceso de transformación, b) se desarrolla en una serie de etapas marcadas por crisis que la obligan a modificar su estructura, sin perder por ello, su identidad (ciclo vital) y c) es capaz de adaptarse a las circunstancias cambiantes del entorno, modificando sus reglas y comportamientos para acoplarse a las demandas externas. Este proceso de continuidad y cambio permite que la familia crezca y se desarrolle y, al mismo tiempo, asegura la diferenciación de sus miembros” (Eguiluz et al., 2003, p.3); aunado a lo anterior, “durante las etapas del desarrollo familiar se presentan dos tipos de crisis: las transitorias o normativas, que son las relacionadas con los acontecimientos derivados de los cambios de funciones propios de cada fase del ciclo vital de la familia, y las no

transitorias o paranormativas que no están relacionadas directamente con los períodos o fases del ciclo vital” (Fernández, Herrera y González, 2002, p.1).

“Las crisis derivadas de los acontecimientos accidentales pueden ocurrir en cualquier etapa del ciclo vital y afectar de manera muy variable en dependencia de las características de cada familia. Algunos autores como Mc Cubbin y Figley (1983), estudiosos del tema, plantean que son una amenaza a la supervivencia familiar, y que debido a las circunstancias en que se presentan dejan a quienes las experimentan con una sensación de intenso desvalimiento. Estas crisis paranormativas, que no guardan relación con el ciclo vital de la familia, por lo general, presentan alta significación y causan alteraciones en el ritmo normal de la vida de la familia” (Fernández, Herrera y González, 2002, p.1).

Duelo Familiar

Bucay (citado en González y López, 2013), define el duelo como “el doloroso proceso normal de elaboración de una pérdida, que conlleva a la adaptación y armonización de la situación interna y externa frente a una nueva realidad, y éste a su vez, comprende un conjunto de reacciones físicas, intelectuales, emocionales, conductuales y espirituales que se producen como consecuencia de esa muerte” (p.30).

Para Bowlby (citado en Pereira, 2002), el duelo familiar puede definirse como el “proceso que se pone en marcha a raíz de la pérdida de uno de los miembros del núcleo” (p.1); “desde el punto de vista sistémico, la pérdida de un familiar es la mayor crisis que tiene que afrontar un sistema. Ante la crisis, si este tiene suficientes recursos, reaccionará con un cambio adaptativo, si no los tiene, el sistema puede desaparecer” (Bowen, citado en Pereira, 2002, p.1). “La reacción de duelo conlleva un intenso dolor y aflicción, con abandono de las tareas cotidianas, pérdida de

los patrones habituales de conducta, aislamiento y situación general de debilidad que propicia una actitud externa de compasión y protección. Varios autores han señalado cómo el fallecimiento de un miembro de la familia supone la muerte de la familia misma, siendo entonces el objetivo del duelo establecer las bases de un nuevo sistema familiar, que surge del anterior pero que no va a ser el mismo” (Greaves; Gilbert, citado en Pereira, 2002, p.3).

Desde una postura constructivista, el duelo se concibe como un proceso de reconstrucción de significados que lleva a cabo una persona tras enterarse que ha sufrido o sufrirá una pérdida. A nivel cognitivo esta transformación es considerada un hecho continuo en la vida del ser humano, puesto que el hecho de perder es en sí mismo una experiencia necesaria, complicada e inevitable en el transcurso del tiempo. Así pues, la forma en la que el individuo responde a la pérdida depende de múltiples factores, entre ellas el apoyo social, el contexto en el que sucede y el tipo de relación con el objeto o sujeto perdido (Chaurand, Feixas, Neimeyer, Salla, y Trujillo, 2015).

Con relación a lo anterior, “la pérdida por muerte de un ser querido constituye un evento con importantes repercusiones a nivel psicológico, familiar y social. Esta pérdida constituye un factor de riesgo que incrementa la vulnerabilidad tanto de los individuos como de la familia en su totalidad, lo cual se asocia con el desarrollo de problemas tanto en el área de salud física, como en el área psicológica (síntomatología depresiva y ansiosa), así como en el área familiar (dificultades en las áreas del funcionamiento familiar pertinentes a comunicación, cohesión y adaptabilidad). Este fenómeno se manifiesta de manera más clara cuando la muerte es prematura o no normativa”, debido a las grandes transformaciones que experimentan las familias cuando la situación no está relacionada con los períodos del ciclo vital (Nolen y Stroebe; Stroebe y Schut; Walsh y McGoldrick, citado en López, Cervantes, Obregón, y Villalón, 2009, p.94). Asimismo, Stroebe y Schut (2001), sostienen que “el duelo no es un proceso lineal sino más bien de

naturaleza oscilatoria, lo que explica por qué en ocasiones las personas dolientes se encuentran en el polo de la recuperación exhibiendo maneras de enfrentar más activas, dinámicas y evitativas de sentimientos y recuerdos, y otras veces se encuentran en el polo de la tristeza y desesperación, con estrategias de enfrentamiento aparentemente pasivas, de tipo emocional” (López et al., 2009, p.95). De igual forma, Rodríguez y Verdú (2013), sostienen que “todos estos factores estresantes pueden originar manifestaciones emocionales como tristeza, llanto, desesperanza, impotencia, rabia y culpa, además de la desadaptación a nivel social y laboral, agregando que los niños, además de vivir la pérdida de uno de sus padres, enfrentan en algunos casos la separación del progenitor vivo y hermanos” (p.438).

Ahora bien, para De Miguel (citado en Lynch y Oddone, 2016), “el impacto de la muerte es diferente según cuál sea el lazo que une a la persona con el fallecido. Al dolor se suma la intensidad de los cambios experimentados en los roles, cuando la muerte de los padres ocurre a corta edad” (p.134). “En su estudio se observa, que casi la mitad del total de menciones frente a la pregunta ¿cuáles son las muertes que más impactaron en sus vidas? se refieren a la muerte del padre, de la madre o de ambos; predominando la alusión al padre en todos los grupos de edad” (p.141). De igual manera, “los estudios prospectivos sobre niños que han perdido a los padres suelen coincidir en los síntomas sin importar su edad: tristeza, trastornos del sueño y del apetito, retraimiento social o disminución de las capacidades de concentración son los habitualmente encontrados desde la infancia a la adolescencia” (Rodríguez, s.f, p.3).

En los adolescentes los síntomas son menos frecuentes, aunque podría ser que los expresen menos, surgiendo alteraciones de la conducta y la reactividad emocional. En cualquier edad pueden aparecer sentimientos de irritabilidad y rechazo al padre o la madre superviviente, relacionados o no con las circunstancias de la muerte” (p.4). Asimismo, Espina, Gago, y Pérez,

(s.f), consideran que ante la muerte de un progenitor hay que tener en cuenta el grado de desarrollo de los hijos y su capacidad para comprender la pérdida, no hay que excluir a los niños de la experiencia y se debe procurar que algún familiar cumpla el rol que desempeñaba el fallecido. Según Engel, (citado en Neimeyer, 2007), “la pérdida de un ser querido es psicológicamente tan traumática como herirse o quemarse gravemente en el plano fisiológico; el duelo representa una desviación del estado de salud y bienestar, requiere un período de tiempo para que la persona en este proceso vuelva a un estado de equilibrio similar. Luego de sufrir una pérdida, hay ciertas tareas que se deben realizar para restablecer el equilibrio y para completar el proceso de duelo” (p.5).

Según Jaramillo (citado en Yoffe, 2013), “ante la muerte de ambos padres, pueden darse diversas situaciones en el adulto: a) el sentimiento de “orfandad”, como sensación de que ya no será más un hijo para nadie; b) la tarea de deshacer la casa de los padres como el “refugio real o simbólico del que se era parte”; y c) el proceso de reorganización de la relación entre los hermanos, sin la presencia de los padres” (p.141).

Finalmente, Maizara y Gago (citado en Romero, Rey, y González, 2013), “afirman que la muerte de un padre es uno de los acontecimientos más estresantes y más intensos que puede padecer un niño o un adolescente” (p.760). “Existen datos que relacionan la muerte de un progenitor con posteriores dificultades en la adultez. La muerte hace que las crisis vitales posteriores sean experimentadas como nuevas pérdidas, lo que conlleva a una disminución de la autoestima y favorece la aparición de la depresión” (p.761).

Cambios en la Estructura Familiar

El concepto de estructura familiar despliega varios aspectos globales que ayudan en la comprensión de la vida en familia, tal como se presenta en los subsistemas, sirviendo en la identificación de aspectos como: afiliaciones y coaliciones, permeabilidad en los límites, pertenencia y lealtad, proximidad, poder, agresión e incluso exclusión y abandono (Minuchin, citado en Gutiérrez, 2016). Para Concha (2008), “cada sistema familiar, es único e inigualable, cada persona en duelo pertenece a uno en específico, posee un funcionamiento especial y particular aceptado, mantenido y formado por todos aquellos que lo integran (p.162). Si bien es cierto, cuando muere uno o más miembros de un sistema familiar, se produce una desorganización del núcleo, que afecta a cada una de sus partes, de distinta o similar manera, lo cual repercute en el funcionamiento o mantenimiento de la comunicación que mantienen sus miembros, los roles, las relaciones que se establecen en su interior, las pautas de crianza de los padres hacia sus hijos, y por sobre todo, los límites que establece el sistema post-muerte, a nivel interno, como a nivel externo” (p.163). Según esta misma autora, “cada vez que la familia enfrenta situaciones problemáticas o adversas, pierde energía y se desgasta como sistema y la única manera de recuperarla y mantener el equilibrio impidiendo su destrucción, es mantener constantes interacciones (laborales, familiares, sociales, etc.) con otros sistemas” (p.163), “es allí donde cobra real importancia la entrada de nuevos flujos de energía, teniendo en cuenta que estas interacciones con el exterior permiten una resolución adecuada de la problemática que como conjunto sistemático se genera” (p.164).

Por su parte, Rodríguez y Verdú (2013), consideran que “el fallecimiento de una joven madre produce alteración en la estructura y la dinámica familiar; la familia debe impedir la desintegración debido a una muerte prematura. Dicho evento genera, también, una pérdida

económica porque la mujer es un miembro activo en el esquema productivo y financiero de la familia” (p.437). En relación con lo anterior, y “en cuanto a las repercusiones afectivas se observa que los padres o suegros de la mujer son las personas que se ocupan del hogar y de los niños con mayor frecuencia, esto evidentemente altera la dinámica de su familia original”, (p.437), es decir, la evolución de familia nuclear hacia familia extensa.

“Hay que señalar que si mueren ambos progenitores el “hogar” como tal dejaría de existir, desapareciendo como lugar con unas cualidades específicas, por ello además de estar en duelo por la pérdida tanto del padre como de la madre, estaría pasando también por un duelo causado por la ausencia de la casa y entorno familiar” (Yoffe, citado en Cubero, 2017, p.20).

Redistribución de roles.

Según Pereira (2002), “el proceso de reorganización familiar en el que es necesario redefinir los canales de comunicación y de distribuir los roles familiares, es un proceso delicado que afecta a la propia estructura de la familia, por lo que ésta debe adoptar una conducta defensiva que le permita afrontar este proceso con el menor desgaste posible. Esto supone además aceptar definitivamente la pérdida del ser querido, lo que añade las dificultades propias de la aflicción que causa esta renuncia en los miembros de la familia” (p.7).

“Es relevante conocer los roles que jugaba cada uno de los integrantes del núcleo familiar, para así determinar quién se encarga de qué cosas, quién tiene la responsabilidad sobre esto o aquello, quién ejerce la autoridad y en qué áreas, son papeles que deben distribuirse entre los distintos miembros de la familia. Ahora bien, esta distribución no es sencilla, y genera a menudo conflictividad. De ahí, que la redistribución de los roles que desempeñaba el fallecido es una potencial fuente de conflictos., una vez más dependerá de si el fallecido jugaba un rol central o

periférico en la familia. La desaparición de un miembro que jugara un rol central en su funcionamiento puede producir un intenso desequilibrio en el sistema. Estos roles pueden ser redistribuidos entre el resto de los miembros de la familia, pueden ser asumidos por uno de ellos (hijo parentalizado) o pueden ser mantenidos por un nuevo miembro que lo asuma (hijos sustitutos o matrimonios, por ejemplo, la hermana de la madre o padre que quizá ya había comenzado a ocuparse de los sobrinos)” (Pereira, 2002, p.5).

Estrategias de Afrontamiento, Recursos y Resiliencia Familiar

Estrategias de Afrontamiento.

“Desde los años 80 se viene hablando del modo en que las personas enfrentan los sucesos vitales estresantes, como por ejemplo la muerte, empleando el término “habilidades de afrontamiento” o “tipos de afrontamiento”, las cuales hacen referencia a acciones concretas y específicas que la persona utiliza para enfrentarse a la situación” (Bermejo, Magaña, Villacieros, Carabias, y Serrano, s.f, p.86). Es por esto que para Lazarus y Folkman (citado en López et al., 2009), “el afrontamiento se refiere a aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales que desarrolla el individuo para manejar, reducir, minimizar, dominar o tolerar las demandas externas y/o internas, que podrían sobrepasar sus recursos” (p.95). Al respecto, para Lazarus y Folkman (citado en Vázquez, Crespo, y Ring, s.f), “se distinguen dos tipos generales de estrategias:

Estrategias de resolución de problemas. Son aquellas directamente dirigidas a manejar o alterar el problema que está causando el malestar: Confrontación, búsqueda de apoyo social y búsqueda de soluciones.

Estrategias de regulación emocional. Son los métodos dirigidos a regular la respuesta emocional ante el problema: Autocontrol, distanciamiento, reevaluación positiva, autoinculpación y escape/evitación” (p.426).

Asimismo, “en el proceso y resultado final del afrontamiento pueden intervenir muchas variables interfiriéndolo o potenciándolo; tanto los factores internos (estilos habituales de afrontamiento y algunas variables de personalidad), como los externos (recursos materiales, apoyo social y la actuación de otros factores estresantes simultáneos) pueden modular, de forma favorable o desfavorable, el impacto de un estresor” (Cohen y Edwards, citado en Vázquez et al., s.f, p.428).

Del mismo modo, Bisconti, Bergeman y Boker; Boss; Folkman; Neimeyer; Walsh (citado en López et al., 2009), consideran que “el uso de estrategias de afrontamiento eficientes y adecuadas al evento enfrentado, la presencia y uso de redes de apoyo social, y un buen funcionamiento familiar, especialmente en las áreas de comunicación, cohesión y adaptabilidad, tendrían un efecto amortiguante y protector ante un evento de estrés tan importante como lo es la pérdida por muerte de un miembro de la familia” (p.94). Por otra parte, Alfaro (citado en López et al., 2009), “señala que las prácticas religiosas, como la oración, o el tener creencias espirituales, están asociados con mejores índices de enfrentamiento y consecuente adaptación a la pérdida, constituyéndose en sí mismo otro recurso familiar que parece reducir significativamente el estrés relacionado con la muerte del ser querido” (p.96). Con referencia a lo anterior, “una vez que los deudos encuentran un nuevo sentido de vida, lucha y sacrificio, se han propuesto considerablemente a realizar actividades que habían postergado, comienzan a plantearse la primera meta de trabajo personal. Esa meta responde al deseo de mantener el recuerdo e imagen de uno o más de sus seres queridos. Se proponen trabajar intensamente en la

superación de su dolor y así poder hablar de la persona que ha partido, sin ponerse a llorar o lamentarse, sino recordarla con alegría, satisfacción y por sobre todo con mucho amor” (Concha, 2008, p.142).

Es importante mencionar a Attig; Nomen (citado en Luna, 2016), quienes aportan otro tipo de estrategia la cual es denominada: El modelo de afrontamiento activo, así como menciona cuatro facetas que se ponen en funcionamiento luego de la pérdida:

Faceta intelectual y espiritual de afrontamiento. Relacionada con aquellas creencias morales, espirituales, básicas y de prioridades, que se experimentan tras la pérdida.

Faceta emocional y psicológica de afrontamiento. La actividad emocional que se desarrolla tras la pérdida es generalmente caótica y muy amplia.

Faceta conductual de afrontamiento activo. A lo largo del proceso de duelo se lleva a cabo una serie de tareas con el objetivo de “superar” la pérdida. Algunas, por ejemplo, trabajarán más de lo normal, otras se encerrarán en sus casas, es decir, habrá todo tipo de reacciones fisiológicas y conductuales.

Faceta social de afrontamiento activo. El proceso de duelo implica un nivel de procesamiento social. El doliente mantendrá unos roles determinados y perderá otros.

Recursos.

Son aquellas características, rasgos, valores o competencias de los distintos sistemas vinculados y que pueden ser tangibles o intangibles (Hernández, 2013). En primer lugar, los recursos personales hacen referencia a aquellos que posee cada integrante del sistema para afrontar las diversas situaciones y, a su vez, se encuentran disponibles para la familia a la hora de

superar las distintas crisis como el fallecimiento de un ser querido. Dentro de los recursos personales a destacar se encuentran “la salud física y emocional, la seguridad en sí mismo, la autoestima o juicio positivo” (p.30), los conocimientos y/o habilidades adquiridos a través de escenarios como la educación formal, experiencia y entrenamiento. Como segunda instancia se encuentran los recursos familiares, dentro de los cuales se destacan la cohesión y la adaptabilidad. La cohesión es el vínculo de unión que se ha logrado mantener mediante elementos como la vida familiar, el apoyo, el aprecio, la confianza, el respeto a la individualidad de cada miembro y la integración. Por otro lado, “la adaptabilidad es la posibilidad de cambio en el liderazgo, relación de roles y normatización de vínculos entre los miembros de una familia” (Hernández, 2013, p.31). La autora agrega además otros recursos valiosos como potencialidades familiares, entre ellos la organización familiar que se asocia con el acuerdo, la consistencia y claridad de los roles, la estructura del sistema familiar, el liderazgo parental y la habilidad para comunicarse, donde se abarcan elementos como la presencia de congruencia entre los mensajes no verbales y verbales, y la facilidad para expresar clara y directamente las diversas ideas y sentimientos.

Por otro lado, González (2000), considera que “entre los recursos familiares más importantes se encuentra la cohesión, que se expresa en el nivel de apoyo mutuo, afecto y confianza entre los miembros de la familia. Cuando el sistema posee la posibilidad de decisión conjunta, cuenta con un recurso muy positivo para el enfrentamiento a las diferentes problemáticas de la vida familiar. Otro aspecto importante es la flexibilidad, debido a que en la medida que la organización interna de la estructura familiar sea más flexible, permitirá adoptar nuevos roles y reglas, facilitando la solución de los conflictos. Esta capacidad del sistema da lugar al recurso de adaptabilidad, que no es más que la capacidad de la familia para enfrentar los cambios y adaptarse al medio social;

es decir, la habilidad para cambiar de la estructura de poder, las relaciones de rol y las reglas en dependencia de la nueva situación.

A su vez, la permeabilidad es otro recurso familiar que se refiere a la capacidad de la familia de abrirse hacia otras instituciones de la sociedad, permitiendo la relación prudente de sus miembros con otros subsistemas. Se manifiesta en la posibilidad de solicitar y permitir la ayuda desde afuera del sistema familiar. La apertura del sistema facilita el apoyo social de otras familias, de los amigos y compañeros más cercanos, y de otras instituciones sociales” (p.283).

Finalmente, los recursos comunitarios son definidos como todas aquellas competencias, medios y características que poseen los individuos, instituciones o grupos que son externos a la familia y a los cuales esta última puede acudir para obtener ayuda que le permita responder ante las diferentes demandas que se le presenten, uno de los más importantes es el apoyo social, el cual abarca componentes vinculados a cómo se brinda dicho apoyo y quién lo efectúa (Hernández, 2013).

Redes de apoyo.

“Las redes de apoyo social se entienden como aquella ayuda accesible a una persona o familia a través de los lazos o redes sociales conformadas por personas, grupos e instituciones ante los cuales el individuo percibe un soporte emocional, instrumental y de comunicación, facilitándole oportunidades para retroalimentarse acerca de sí mismo y validar las expectativas que tiene de otros; favoreciendo en quien lo percibe, sentimientos de bienestar que van a repercutir de manera positiva en su ajuste al medio” (Reyes, Cienfuegos, Díaz y Sánchez, citado en López et al., 2009, p.96). “La familia extensa se aproxima a la familia nuclear, ofreciendo su apoyo y ayuda si es necesaria, al igual que las amistades” (Pereira, 2002, p.1); “también las sociedades que disponen

de recursos, destinan parte de ellos a favorecer la continuidad de la familia, tales como becas, pensiones, subsidios, seguros de vida y demás, con el fin de ofrecer apoyo social y económico a la nueva familia” (Pereira, 2002, p.2).

Asimismo, “el apoyo social puede considerarse de dos maneras: en primer lugar, como un recurso o estrategia de afrontamiento, por ejemplo al hablar con un familiar o amigo ante un problema; en este sentido, es uno de los mecanismos que la gente valora como más eficaces para afrontar situaciones emocionales difíciles” (Folkman et al.; Vázquez y Ring, citado en Vázquez et al., s.f, p.431), en segundo lugar, puede entenderse como un amortiguador del propio estrés (Barrera, citado en Vázquez et al., s.f, p.431).

“Algunos autores resaltan la importancia de brindar apoyo social que aporte distracción al deudo, ayudándolo a sobrellevar la sintomatología depresiva y haciéndolo tener sentimientos positivos que provienen solo de recibir ayuda de los otros. La presencia de una red social provee a la persona elementos sociopsicológicos que ayudan a mantener su salud mental y emocional” (Roseblatt, citado en Yoffe, 2013, p.131).

A modo de conclusión, “para conseguir una buena evolución del duelo es básico un adecuado apoyo social, sostiene que cuando el doliente vive acompañado el proceso es mucho más llevadero, mencionando la importancia de la situación económica en la que queda la familia tras la muerte y las creencias y costumbres sobre la pérdida, las cuales influyen en su orientación y elaboración” (Pérez, s.f, p.13). Asimismo, Tizón (citado en Pérez, s.f.), afirma que, “en cualquier caso, siempre es mejor la existencia de rituales sobre el duelo, teniendo en cuenta que ellos facilitan la participación social (familia, amigos, vecinos, etc.)” (p.13).

Resiliencia.

Para Rutter (citado en Sivak, Ponce, Huertas, y Ghigliazza, 2008), “el vocablo resiliencia tiene su origen en el idioma latín, en el término resilio que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar o rebotar. El término fue adaptado a las ciencias sociales para caracterizar aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos” (p.7). Por otro lado, Levav (citado en Sivak et al., 2008), “considera al concepto de robustez afín al de resiliencia; ha sido definido como una característica de la personalidad que en algunas personas actúa como reforzadora de la resistencia al estrés” (p.9).

Al respecto, “otros autores han planteado diversas características que constituirían los elementos fundamentales de la resiliencia, entre ellas las emociones positivas tal como el optimismo o el sentido del humor, la flexibilidad cognitiva y la adaptación que se asocian con la interpretación positiva de hechos adversos con el fin de adjudicarles un significado de oportunidad y con el reconocimiento de situaciones difíciles que facilite la evaluación y modificación de las expectativas para tener un control real de los problemas, y, finalmente, el afrontamiento activo frente al control emocional y la elaboración de soluciones que conlleva una reducción de la evaluación de la amenaza, el énfasis en los elementos que se deben cambiar y la construcción de pensamientos positivos sobre sí mismo” (Quiceno y Vinaccia, citado en Madrid, 2017, p.19).

Cabe mencionar a Leal (citado en González y López, 2013), quien “describe las siguientes características de los individuos con resiliencia:

Iniciativa. Es la capacidad que tiene una persona de hacerse cargo de las situaciones circunstanciales del momento ejerciendo control positivo sobre ellos y a la motivación que tiene una persona para emprender acciones positivas por sí sola, satisfactoria y socialmente aceptables.

Capacidad de relacionarse con las demás personas. Se refiere a la habilidad para balancear la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarles a otros esa misma necesidad y para establecer lazos e intimidad con otras personas, dentro y fuera de su entorno.

Capacidad de relacionarse con uno mismo. El autor plantea que el comprenderse a sí mismo permite desarrollar la personalidad y fortalecer las propias debilidades, ante cualquier situación de riesgo, contribuyendo así, a ser tolerantes no sólo ante situaciones simples de la vida, sino también a eventos traumáticos como muchas veces es percibida la muerte” (p.62). De este modo “la resiliencia refuerza los factores protectores y reduce la vulnerabilidad frente a las situaciones riesgosas o difíciles de afrontar para el individuo. Partiendo de los supuestos anteriores, se infiere que las personas resilientes, poseen fuerza de voluntad frente a cualquier adversidad, y continúan proyectándose, observando a futuro sin importar los sucesos desestabilizadores ni las condiciones de vida difíciles” (p.63).

Resiliencia familiar.

“Es la capacidad de una familia para recuperarse de circunstancias adversas y salir de ellas fortalecida y con mayores recursos para afrontar otras dificultades de la vida” (Wals, citado en Pereira, 2010, p.18). “La epistemología sistémica centra su atención en la resiliencia de la familia en su totalidad, se preocupa por determinar cuáles son los mecanismos del funcionamiento familiar que actúan como factores de protección de la resiliencia y cuáles se pueden definir como factores de riesgo, de manera que pueda actuarse promoviendo los primeros y disminuyendo los

segundos” (p.20). Este mismo autor, la considera “un proceso de adaptación a la nueva situación creada tras el enfrentamiento con la situación potencialmente traumática, argumentando que el tiempo que necesita una familia para establecer un nuevo equilibrio emocional (tras una pérdida) depende de la integración emocional de la familia y la intensidad de la alteración; así la integración familiar aparece como un factor protector, al igual que una comunicación abierta entre sus miembros y una buena adaptación de la familia al medio” (p.21).

Asimismo, “considera importante mencionar lo que para él son factores protectores:

- Una comunicación clara y abierta entre los miembros del sistema familiar, que permita una expresión franca de emociones y sentimientos.
- Solidaridad y colaboración en el enfrentamiento y la resolución de problemas.
- Una suficiente cohesión de la estructura familiar, que permita afrontar los problemas sin que la familia se rompa.
- Una organización familiar flexible que permita cambios adaptativos con suficiente rapidez.
- Una adecuada comunicación con el medio externo y existencia de una red social de apoyo” (p.22).

Por último, Walsh (citado en Pereira, 2010), “considera que el sistema de creencias de la familia es clave para la resiliencia familiar, entre estas creencias compartidas incluye el dotar de sentido a la adversidad, tener una perspectiva positiva ante las dificultades y compartir un sentido de trascendencia y de espiritualidad de la vida” (p.23).

Metodología

Se realizó una revisión sistemática de literatura, a través de cinco fases que permitieron el cumplimiento de los objetivos.

Fase 1: Se realizó la elección y delimitación del tema, teniendo en cuenta la especialización en familia y su enfoque sistémico, a partir del cual se elaboró la propuesta de monografía, la cual fue entregada a principios del mes de noviembre del año 2018.

Fase 2: Se ejecutó la búsqueda y recopilación teórica de artículos científicos, artículos de revisión, libros, capítulos de libros, proyectos de grado y demás documentos relacionados con las temáticas de crisis familiares no transitorias, muerte parental, duelo, recursos, capacidades, resiliencia, resiliencia familiar, entre otras. En este sentido, se hizo uso de cinco libros, seis artículos científicos, diecisiete artículos de revisión, tres tesis de pregrado y tres tesis de posgrado (especialización), para un total de treinta y cuatro fuentes bibliográficas.

Fase 3: Se efectuó el análisis e interpretación de la información para elaborar la conceptualización, teniendo en cuenta los objetivos planteados y la relación existente de la temática con las investigaciones realizadas anteriormente.

Fase 4: Se llevó a cabo la presentación del documento final.

Fase 5: Se presentó la sustentación de la monografía.

Resultados

En primer lugar, “la familia es considerada un sistema en constante transformación, lo que significa que es capaz de adaptarse a las exigencias del desarrollo individual de sus miembros y a las exigencias del entorno; esta adaptación asegura la continuidad y a la vez el crecimiento psicosocial de los miembros, si bien es un proceso que ocurre debido al equilibrio entre las dos

fuerzas que prevalecen en todo sistema, las cuales hacen referencia a la tendencia a mantenerse estable adaptándose a su evolución y la capacidad de desarrollo y de cambio o morfogénesis entendida como transformación” (Espinal, Gimeno, y González, 2006, p.6).

“Las fuerzas que empujan a su reorganización provienen de los propios miembros de la familia, de los sistemas con los que interactúan (mesosistema) y del propio macrosistema donde se enmarca el núcleo” (Lila et al., citado en Espinal et al., 2006, p.6). A su vez, “durante las diferentes etapas del desarrollo familiar, sus integrantes se enfrentan a diferentes momentos críticos del ciclo evolutivo, que implican cambios tanto individuales como familiares, los que pueden constituir un período de crisis, estas son llamadas evolutivas, porque están relacionadas con los cambios biológicos, psicológicos y sociales de cada uno de los miembros de la familia, y con las modificaciones en las pautas de interacción en el contexto familiar” (González, 2000, p.280).

Ahora bien, “la dinámica familiar como todo proceso en desarrollo no es lineal y ascendente; este proceso se ve afectado en muchas ocasiones por situaciones, que introducen cambios en su estructura y funcionamiento, debido a la existencia de hechos que actúan como fuentes generadoras de estrés, como es el caso del divorcio, padecimiento de una enfermedad crónica, o el fallecimiento de un miembro de la familia, los cuales tienen una expresión particular en cada familia de acuerdo a su historia y dinámica, a la significación que asigna al evento o situación y de los recursos con que cuenta para hacerle frente. En este caso las tareas que debe desarrollar la familia son de enfrentamiento que se derivan de las llamadas crisis no transitorias o paranormativas” (González, 2000, p.281). Las crisis familiares representan el final del viejo sistema familiar, emergiendo nuevas formas de interacción (Blaustein, citado en González, 2000, p.282). Como complemento a lo anterior, Rolland (citado en Díaz et al., 2013), considera “la

enfermedad, la discapacidad y la muerte como experiencias universales que ponen a las familias frente a uno de los mayores desafíos de la vida” (p.82).

“La mayoría de pérdidas significativas se dan en el contexto familiar, por lo que es sumamente importante considerar el impacto de una muerte en todo el sistema. Las familias tienen un equilibrio homeostático y la pérdida de una persona principal en ese núcleo puede desequilibrar dicha homeostasis y hacer que la familia sienta dolor y requiera de ayuda. Un duelo no resuelto puede no solo ser un factor clave en la patología familiar sino que está asociado a relaciones patológicas a lo largo de distintas generaciones” (Neimeyer, 2007, p.30).

En este sentido, “ante la ausencia de un familiar por muerte se presenta una situación dolorosa y real de sufrimiento y desconsuelo. Estas pérdidas traen una serie de síntomas físicos, emocionales, comportamentales y cognitivos. Es por lo que al analizar los hallazgos se encuentran problemas en común como son: el duelo, la supervivencia de los hijos y la reconstitución de los hogares. Generalmente tras la muerte materna se ve afectada toda la familia, produciendo un impacto negativo en la estructura y dinámica familiar, con severas consecuencias futuras, de manera particular en el bienestar de los niños que se quedan sin madre, lo cual se traduce en un incremento en la morbi-mortalidad infantil, deserción escolar, adquisición de nuevos roles y un futuro incierto en algunos casos. A su vez, en el aspecto comunitario se reflejan problemas como la desintegración familiar y la fusión con una nueva familia, lo que puede afectar la situación económica de esta” (Rodríguez y Verdú, 2013, p.438).

Además, “aunque la muerte de un padre puede considerarse como un acontecimiento “concreto”, se evidencia que tras el fallecimiento muchas personas experimentan diversos cambios en su vida diaria, a los cuales deben adaptarse y tener presente que a su vez pueden

desencadenar una serie de adversidades potenciales; la muerte del padre, en particular, a menudo supone una disminución en los ingresos familiares, así como un cambio de domicilio; mientras que el fallecimiento de la madre implica con frecuencia una reducción tanto en la cantidad como en la calidad de los cuidados a los hijos” (Mazaira y Gago, 1999, p.408).

Así pues, Pérez y Lucena (2000), sostienen que “el fallecimiento de un ser querido revela el inicio del momento más difícil de la existencia de la persona: el del viaje a otro mundo” (p.264). “El fallecimiento de un ser querido produce un efecto negativo en la autoestima, pero un efecto positivo en el sentimiento de unión y confianza en los demás, fomentando la aceptación de la propia mortalidad en congruencia con una estructura más colectivista, en que se prima más la cohesión social, se da más importancia a los lazos de familia y comunidad; agregan además que las religiones constituyen un eje vertebrador de la comprensión de la experiencia de la muerte y determinante de los procesos de duelo. Existen en el mundo más de doscientas religiones de corte muy diverso, las cuales ofrecen a muchas personas la idea de poder, poesía, medicina, leyes y supervivencia. Así, suele decirse que la creencia en el *kharma* y en la reencarnación tiene un valor protector en algunas culturas, atenuando el dolor de la pérdida al generar la posibilidad de un reencuentro con su ser querido” (p. 266).

Sin embargo, a pesar de las consecuencias ya manifestadas ante la muerte de un ser querido, específicamente de los progenitores como estresor desequilibrante del sistema familiar, las familias cuentan con estrategias de afrontamiento y recursos personales, familiares y sociales para contrarrestar esta adversidad. Por tal razón, Echeburúa, De Corral, y Amor, (s.f), afirman que “las habilidades de supervivencia se tratan de un conjunto de recursos que adquiere la persona en el proceso de socialización para salir airoso de las dificultades y resistir los embates de la vida, sin quedar gravemente mermado en el bienestar personal. Estas habilidades de

supervivencia dependen del nivel intelectual, del grado de autoestima, del estilo cognitivo personal y del tipo de experiencias habidas, así como del apoyo familiar y social” (p.339). Estos mismos autores sostienen que “las personalidades resistentes al estrés se caracterizan por el control emocional, la autoestima adecuada, unos criterios morales sólidos, un estilo de vida equilibrado, unas aficiones gratificantes, una vida social estimulante y una actitud positiva ante la vida. Todo ello posibilita hacer frente de forma adecuada a los sucesos negativos vividos, superar las adversidades y aprender de las experiencias dolorosas, sin renunciar por ello a sus metas vitales, este tipo de personalidad funciona como un amortiguador o como una vacuna protectora que tiende a debilitar la respuesta de estrés” (p.345).

Asimismo, Echeburúa et al., (s.f), consideran que “las principales estrategias de afrontamiento positivas son la aceptación del hecho y resignación, experiencia compartida del dolor y de la pena, reorganización del sistema familiar y de la vida cotidiana, reinterpretación positiva del suceso, establecimiento de nuevas metas y relaciones, búsqueda de apoyo social e implicación en grupos de autoayuda” (p.347); sin embargo, es fundamental tener en cuenta que éstas son solo una base, debido a que cada sujeto reacciona de diferente manera y su proceso de adaptación, reorganización y cambio varía.

Es por ello que la labor del especialista en familia debe estar enfocada en que los individuos reconozcan las herramientas y recursos que poseen para afrontar este tipo de situaciones, por tanto, es conveniente la valoración de los aspectos positivos internos de las personas y la familia, las redes de apoyo y demás riquezas que les fortalezca como sistema.

Del mismo modo, dentro de los recursos más valiosos en los que se pueden apoyar las familias luego de sufrir la muerte de uno o ambos progenitores, se encuentra la resiliencia, la

cual no solo permite hacer oposición ante la adversidad, que busca impactar la estructura familiar hasta desequilibrarla sino que también abarca todos aquellos recursos personales, familiares y sociales que facilitan la resistencia ante aquellas amenazas y genera una posibilidad de crecimiento y adaptación, tanto personal como familiar.

Así pues, para Aguilera (2013), “las personas resilientes tienen la capacidad de utilizar estas experiencias como aprendizajes para el futuro, como en el caso de los pacientes oncológicos que viven el cáncer como una experiencia traumática, pero un porcentaje importante de ellos lo vive como un impulso para realizar cambios vitales positivos; tener sentido de trascendencia y espiritualidad funciona también como un escudo frente a las adversidades. La resiliencia es una cualidad que demuestran algunos individuos, que tiene una base biológica y que se puede potenciar y desarrollar” (p.29). Al respecto, Bermejo et al., (s.f), basados en los resultados de su estudio consideran que “la capacidad de resiliencia aparece de forma natural y frecuente ante el duelo, hallando personas en principio capaces de elaborar y encontrar sentido a la pérdida” (p. 93).

Por último, es relevante mencionar la resiliencia familiar, la cual se encuentra vinculada a los recursos internos y externos de las familias y viene siendo una herramienta vital para estos sistemas que han atravesado alguna situación de dificultad, como es el caso del fallecimiento de uno o ambos progenitores, debido a que permite la activación de procesos regenerativos y factores de protección que tienen como fin la generación de nuevos equilibrios, la defensa de la familia misma ante la adversidad y la garantía del funcionamiento del sistema. Es por ello, que resultan fundamentales los patrones de organización asociados a una estructura flexible, el trabajo en equipo, los procesos comunicativos, el apoyo familiar, el optimismo, la integración familiar, entre otros tantos elementos claves para que las familias logren salir fortalecidas luego

de experimentar estos sucesos (Athié y Gallegos; Benzies y Mychasiuk; Escartí et al.; Gómez y Kotliarenco; Kalil; Simon et al.; Walsh, citado en Madrid, 2017).

Discusión

“El duelo por la muerte de los padres está muy relacionado con sentimientos de dependencia y ambivalencia, debido a las modificaciones posteriores dadas en la relación con los hermanos o familiares, así como el sentimiento de orfandad y soledad, los cuales se producen ante la pérdida en cualquier edad, siendo este duelo el más decisivo en el papel de la evolución de la vida. Cuando sucede en edades más tempranas de la formación de la propia pareja o inicio de la adultez, supone el contraste del final de los progenitores con las ilusiones, vida o proyectos que comienzan y la pena por su no coexistencia” (Gamo y Pazos, 2009, p.462).

Así pues, “la recuperación de la crisis requiere un proceso de transformación que incorpore la pérdida sufrida y que sirva de puente para acceder a una nueva identidad” (Pérez, s.f, p.279). “Es imposible perder a alguien a quien se ha estado profundamente vinculado sin experimentar cierto nivel de dolor, este implica tanto el dolor físico, que mucha gente experimenta, como el dolor emocional y conductual asociado” (Pérez, s.f, p.282). Cabe mencionar las diferencias entre el duelo en las personas adultas y el de la primera infancia, hay que señalar que “los niños y niñas usan más la negación, mantienen la facilidad de disfrutar con situaciones placenteras y no pierden su autoestima. En los adolescentes son más frecuentes las reacciones psicológicas similares a las manifestadas en la adultez, como pueden ser el aislamiento o aquellos mecanismos de autoprotección que permiten distanciarse temporalmente y disminuir el impacto de la realidad” (Mazaira y Gago, citado en Cubero, 2017, p.25).

Sin embargo, “hay una variabilidad de las respuestas humanas, por tanto, no hay una secuencia específica ante estímulos determinados; por decirlo en otras palabras, la estructura del suceso traumático o la muerte de un ser querido explican los daños provocados por el primer golpe, pero es la significación que ese hecho tiene en la persona, así como el apoyo social recibido, lo que puede explicar los efectos más o menos devastadores” (Echeburúa et al., s.f, p.344).

Es en este punto, donde entran a jugar parte las capacidades con las que cuentan no solo las familias sino también los miembros que la integran, las cuales generan diversos mecanismos adaptativos que facilitan afrontar las crisis desestabilizadoras y producir una superación de estas, que deriven en oportunidades en lugar de desgracias (Hernández, 2013). En este sentido, las estrategias de afrontamiento y los recursos son herramientas útiles para aquellas familias que han vivido de cerca situaciones adversas y que, a pesar de dichas experiencias, buscan salir adelante con los proyectos de vida que han estructurado como sistema para su futuro. Dentro de los recursos más valiosos en una persona o familia, se encuentra la resiliencia, es por lo que Aguilera (2013), considera que “las familias resilientes son aquellas capaces de focalizar la atención en las fortalezas, y no en los problemas, en las soluciones y no en las dificultades” (p.29). Así pues, “recuperarse significa ser capaz de haber integrado la experiencia en la vida cotidiana y de haber transformado las vivencias pasadas en recuerdos, sin que éstos sobrepasen la capacidad de control de la persona, ni interfieran negativamente en su vida futura” (Herbert y Wetmore, citado en Echeburúa et al., s.f, p.357).

Ahora bien, “en un trabajo de duelo con la familia ha de crearse un contexto para ayudar a que la persona y su sistema construyan una nueva identidad que deje espacio para afirmar la pérdida y para crear un relato de su historia compartida con el fallecido; por lo anterior, resulta

fundamental disponer de numerosas herramientas para trabajar con estas familias y así ver el duelo como una posibilidad de crecimiento individual y familiar” (Pérez, s.f, p.289).

Por último, es importante mencionar que “las anteriores aportaciones están estimulando el desarrollo de estudios en esta línea, debido a la necesidad de contar con investigaciones bien establecidas y diseños prospectivos, que permitan aportar más conocimientos y esclarecer las direcciones que los profesionales puedan tomar para ofrecer el soporte, alivio y acompañamiento más adecuado de las personas que se encuentran viviendo este proceso” (Romero, 2013, p.390).

Conclusiones

La muerte de los padres es una experiencia por la que los seres humanos han pasado o pasarán en algún momento de la vida, es por ello que es importante reconocer lo que conlleva el proceso de duelo a nivel personal, familiar y social. Los padres juegan un rol único, razón por la cual son vistos por los hijos como figuras de permanencia, seguridad y estabilidad. Cuando muere alguno de ellos, la reacción de los hijos varía de acuerdo al vínculo o relación existente con el fallecido. En estos casos en los que uno o ambos progenitores fallecen, inicia un proceso de reorganización familiar, donde pueden presentarse situaciones conflictivas de difícil resolución o por el contrario surgir un motivo para unirse más como familia, siendo estos factores, variables que facilitan o dificultan aún más la relación entre hermanos y demás miembros del núcleo familiar.

Así pues, las estrategias de afrontamiento y recursos de los que se pueden valer las familias que viven duelos por la pérdida de uno o ambos progenitores, aparecen en el orden de lo personal, familiar y social o comunitario. En primera instancia se destacan la salud física y emocional, la seguridad en sí mismo, la autoestima o juicio positivo, los conocimientos y/o habilidades adquiridos a través de escenarios como la educación formal o la experiencia. De

igual forma, la resiliencia es uno de los principales recursos utilizados por estas personas, como reforzadora de resistencia ante las dificultades, hallándose en sí elementos fundamentales, como el optimismo, sentido del humor y la adaptación que se asocian con la interpretación positiva de hechos adversos a la vez que adjudica un significado de oportunidad y elaboración de soluciones frente a las mismas.

Ahora bien, en el área familiar, las prácticas religiosas, como la oración, o el hecho de tener creencias espirituales, está vinculado a mejores índices de afrontamiento, permitiendo reducir significativamente el estrés relacionado con la muerte del progenitor o progenitores; también se destacan la cohesión y adaptabilidad, dentro de las cuales se encuentran el apoyo, el aprecio, la confianza, el respeto a la individualidad de cada miembro y la posibilidad de cambio en el liderazgo, la claridad de los roles y la flexibilidad, también, la habilidad para comunicarse y la facilidad para expresar clara y directamente diversas ideas y sentimientos, resaltando que las familias con numerosos canales de comunicación abiertos, tendrán siempre vías alternativas que podrán utilizar y que evitarán el aislamiento de sus miembros o de la familia con el exterior, lo que facilitará la resolución del duelo familiar.

Finalmente, y haciendo referencia a la parte social/comunitaria se hallan principalmente las redes de apoyo, haciendo énfasis en la permeabilidad, la cual se manifiesta en la posibilidad de solicitar y permitir la ayuda desde afuera del sistema familiar, como en el caso de la familia extensa u otras familias, amigos, compañeros cercanos o de instituciones sociales, las cuales conllevan a una buena evolución del duelo e influyen en su orientación y elaboración.

Por esta razón, y a través de la presente revisión es posible comprobar que el proceso de duelo ante la pérdida de uno o ambos progenitores, viene siendo estudiado con menos frecuencia que el

duelo por la pérdida de los hijos, considerándose este último más grave y de peor recuperación; en este sentido, se hacen necesarios nuevos estudios que profundicen en el proceso de duelo familiar por fallecimiento de los padres, y a su vez, propongan intervenciones adecuadas.

Para concluir, se recomienda a los profesionales en esta área que focalicen su intervención en el reconocimiento de las habilidades, herramientas y recursos con que cuenta el sistema familiar, de modo que se deben dejar de lado las dificultades y obstáculos; es decir, lograr que sus integrantes tengan la capacidad de reconocer la realidad que están viviendo y así promover diversas estrategias que conduzcan a la creación de pautas de cambio, las cuales vayan en pro del equilibrio familiar.

Referencias

Aguilera, M. (2013). *Retrato de familia*. Madrid: Crítica.

Bermejo, J. C., Magaña, M., Villacieros, M., Carabias, R., y Serrano, I. (s.f). Estrategias de afrontamiento y resiliencia como factores mediadores de duelo complicado. *Revista de Psicoterapia*, 22(88), 85-95.

Chaurand, A., Feixas, G., Neimeyer, R., Salla, M., y Trujillo, A. (2015). Historia de pérdidas y sintomatología depresiva. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 14(2), 179-188.

Concha, D. (2008). *Duelo parental y cambios en el sistema familiar* (Tesis pregrado).

Recuperado de

<http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/1607/ttraso244.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cubero, L. (2017). *Duelo ante la pérdida de los progenitores: una revisión bibliográfica* (Tesis pregrado). Recuperado de:

http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/5590/1/Cubero_Recio_Lorena_TFG_psicologa.pdf

Díaz, V., Ruiz, M., Flórez, C., Urrea, Y., Córdoba, V., Arbeláez, C., y Rodríguez, D. (2013).

Impacto familiar del diagnóstico de muerte inminente. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 5(2), 81-94.

Echeburúa, E., De Corral, P., y Amor, P. J. (s.f). *La resistencia humana ante los traumas y el*

duelo. Recuperado de: <https://drive.google.com/file/d/0B9u21-cXxE5keC1ZQ0pHRFRSdXc/view>

Eguiluz, L. L., Robles, A. L., Rosales, J. C., Ibarra, A., Córdova, M., Gómez, J., y González, A.

L. (2003). *Dinámica de la familia. Un enfoque psicológico sistémico*. México: Pax México.

Espina, A., Gago, J., y Pérez, M. M. (s.f). Sobre la elaboración del duelo en terapia familiar.

Revista de Psicoterapia, 4(13), 77-87.

Espinal, I., Gimeno, A., y González, F. (2006). El enfoque sistémico en los estudios sobre la

familia. *Revista Internacional de Sistemas*, 14, 1-14.

Fernández, M., Herrera, P., y González, I. (2002). Infertilidad como evento paranormativo. Su

repercusión familiar. *Revista Cubana Medicina General Integral*, 18(2). Recuperado de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252002000200002

- Gamo, E., y Pazos, P. (2009). El duelo y las etapas de la vida. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 29(104), 455-469.
- González, I. (2000). Las crisis familiares. *Revista Cubana Medicina General Integral*, 16(3), 280-286.
- González, I., y López, L. (2013). *Proceso de duelo, estrategias de afrontamiento y resiliencia en adultos ante la muerte de un ser querido* (Tesis pregrado). Recuperado de: <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/3201-13-06896.pdf>
- Gutiérrez, C. (2016). *La experiencia de vida de calle: Factores de riesgo familiares* (tesis posgrado). Universidad Pontificia Bolivariana, Bucaramanga, Colombia.
- Hernández, A. (2013). *Familia, ciclo vital y psicoterapia breve*. Bogotá: El Búho.
- López, J., Cervantes, E., Obregón, N., y Villalón, S. (2009). Adaptación familiar frente a la viudez. *Revista Uaricha*, 13, 93-103.
- Luna, D. (2016). *Cambios en la estructura familiar por reestructuración de tipología de familia nuclear a monoparental ante duelo por muerte de la figura materna* (tesis posgrado). Universidad Pontificia Bolivariana, Bucaramanga, Colombia.
- Lynch, G., y Oddone, M. (2016). La percepción de la muerte en el curso de la vida. Un estudio del papel de la muerte en los cambios y eventos biográficos. *Revista de Ciencias Sociales, DS-FCS*, 30(40), 129-150.
- Madrid, J. (2017). *Recursos y capacidades resilientes en familias víctimas del conflicto armado en Colombia* (tesis posgrado). Universidad Pontificia Bolivariana, Bucaramanga, Colombia.

Mazaira, J., y Gago, A. (1999). Efectos del fallecimiento parental en la infancia y adolescencia.

Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 19(71), 407-418.

Neimeyer, R. (2007). *Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo*. Barcelona:

Paidós Ibérica.

Pereira, R. (2002). Duelo: Desde el punto de vista individual al familiar. *Revista Sistemas*

Familiares, 18(1-2), 48-61.

Pereira, R. (2010). Trabajando con los recursos de la familia: Factores de resiliencia familiar.

Revista Sistemas Familiares, 26(1), 1-34.

Pérez, P., y Lucena, R. (2000). Duelo: Una perspectiva transcultural. Más allá del rito: La

construcción social del sentimiento de dolor. *Psiquiatría Pública*, 12(3), 259-271.

Pérez, M. (s.f). El proceso de duelo y la familia. Recuperado de:

<http://paliativossinfronteras.org/wp-content/uploads/procesol-de-duelo-y-familia-PEREZ.pdf>

Pérez, M. (s.f). Duelo. Proceso individual, proceso familiar, proceso social. Recuperado de:

<http://www.caritasvitoria.org/datos/documentos/Material%20Duelo-magdalena.pdf>

Rodríguez, D., y Verdú, J. (2013). Consecuencias de una muerte materna en la familia.

Aquichan, 13(3), 433-441.

Rodríguez, P. (s.f). Reacciones psicológicas a la muerte de un ser querido. *Centre Londres 94*,

Psiquiatría, Paidopsiquiatría, 1-6.

- Romero, B. N., Rey, L., y González, M. P. (2013). Factores que influyen en el desarrollo de los adolescentes ante la ausencia del padre por muerte. *Congreso Internacional de Investigación Academia Journals en Ciencias y Sustentabilidad*. 760-764.
- Romero, V. (2013). Tratamiento del duelo: Exploración y perspectivas. *Psicooncología*, 10(2-3), 377-392.
- Sivak, E., Ponce, A., Huertas, A., y Ghigliazza, C. (2008). Resiliencia y trauma psíquico. 2-26.
- Vázquez, C., Crespo, M., y Ring, J. M. (s.f). Estrategias de afrontamiento. Recuperado de:
<https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/31771314/Afrontamiento.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1546533734&Signature=ax5vqYMDtq8XTzHj%2BZBrIgygHZo%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DAfrontamiento.pdf>
- Yoffe, L. (2013). Nuevas concepciones sobre los duelos por pérdida de seres queridos. *Avances en Psicología*, 21(2), 129-153.

ANEXOS

Tabla 1. *Matriz de referencias*

No	Autor(es)	Título	Tipo de fuente	Referencia
1	Manuela Aguilera.	Retrato de familia.	Libro.	Aguilera, M. (2013). <i>Retrato de familia</i> . Madrid: Crítica.

2	José Carlos Bermejo, Marisa Magaña, Marta Villacieros, Rosa Carabias e Inés Serrano.	Estrategias de afrontamiento y resiliencia como factores mediadores de duelo complicado.	Artículo científico.	Bermejo, J. C., Magaña, M., Villacieros, M., Carabias, R., y Serrano, I. (s.f). Estrategias de afrontamiento y resiliencia como factores mediadores de duelo complicado. <i>Revista de Psicoterapia</i> , 22(88), 85-95.
3	Adrián Chaurand, Guillem Feixas, Robert Neimeyer, Marta Salla y Adriana Trujillo.	Historia de pérdidas y sintomatología depresiva.	Artículo científico.	Chaurand, A., Feixas, G., Neimeyer, R., Salla, M., y Trujillo, A. (2015). Historia de pérdidas y sintomatología depresiva. <i>Revista Argentina de Clínica Psicológica</i> , 14(2), 179-188.
4	Daniela Concha Santander.	Duelo parental y cambios en el sistema familiar.	Tesis pregrado (online).	Concha, D. (2008). <i>Duelo parental y cambios en el sistema familiar</i> (Tesis pregrado). Recuperado de: http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/1607/ttraso244.pdf?sequence=1&isAllowed=y
5	Lorena Cubero Recio.	Duelo ante la pérdida de los progenitores: una	Tesis Pregrado (online).	Cubero, L. (2017). <i>Duelo ante la pérdida de los progenitores: una revisión bibliográfica</i> (Tesis pregrado). Recuperado de:

		revisión bibliográfica.		http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/5590/1/Cubero_Recio_Lorena_TFG_psicologa.pdf
6	Victoria Díaz, Mario Ruiz, Carla Flórez, Yenny Urrea, Verónica Córdoba, Cristian Arbeláez y David Rodríguez.	Impacto familiar del diagnóstico de muerte inminente.	Artículo Científico.	Díaz, V., Ruiz, M., Flórez, C., Urrea, Y., Córdoba, V., Arbeláez, C., y Rodríguez, D. (2013). Impacto familiar del diagnóstico de muerte inminente. <i>Revista de Psicología Universidad de Antioquia</i> , 5(2), 81-94.
7	Enrique Echeburúa, Paz de Corral y Pedro J. Amor.	La resistencia humana ante los traumas y el duelo.	Libro.	Echeburúa, E., De Corral, P., y Amor, P. J. (s.f). <i>La resistencia humana ante los traumas y el duelo</i> . Recuperado de: https://drive.google.com/file/d/0B9u21-cXxE5keC1ZQ0pHRFRSdXc/view
8	Luz de Lourdes Eguiluz R, Alba Luz Robles Mendoza, José Carlos Rosales Pérez, Alexis Ibarra Martínez, Martha Córdoba	Dinámica de la familia. Un enfoque psicológico sistémico.	Libro.	Eguiluz, L. L., Robles, A. L., Rosales, J. C., Ibarra, A., Córdoba, M., Gómez, J., y González, A. L. (2003). <i>Dinámica de la familia. Un enfoque psicológico sistémico</i> . México: Pax México.

- Osnaya, José
Gómez Herrera,
Ana Luisa
González – Celis
Rangel.
- 9 Alberto Espina, Josu Gago y María Mar Pérez. Sobre la elaboración del duelo en terapia familiar. Artículo de revisión. Espina, A., Gago, J., y Pérez, M. M. (s.f). Sobre la elaboración del duelo en terapia familiar. *Revista de Psicoterapia*, 4(13), 77-87.
- 10 I. Espinal, Adelina Gimeno Collado y Francisco González Sala. El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. Artículo de revisión. Espinal, I., Gimeno, A., y González, F. (2006). El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. *Revista Internacional de Sistemas*, 14, 1-14.
- 11 Malbys Fernández Ríos, Patricia María Herrera, Idarmis González Benítez. Infertilidad como evento paranormativo. Su repercusión familiar. Artículo Científico. Fernández, M., Herrera, P., y González, I. (2002). Infertilidad como evento paranormativo. Su repercusión familiar. *Revista Cubana Medicina General Integral*, 18(2). Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252002000200002

- | | | | | |
|----|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12 | Emilio Gamo
Medina y Pilar
Pazos Pezzi. | El duelo y las etapas de la vida. | Artículo de revisión. | Gamo, E., y Pazos, P. (2009). El duelo y las etapas de la vida. <i>Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría</i> , 29(104), 455-469. |
| 13 | Idarmis González Benítez. | Las crisis familiares. | Artículo de revisión. | González, I. (2000). Las crisis familiares. <i>Revista Cubana Medicina General Integral</i> , 16(3), 280-286. |
| 14 | Iris Chiquinquirá González Romero y Lisbeth Josefina López Pachano. | Proceso de duelo, estrategias de afrontamiento y resiliencia en adultos ante la muerte de un ser querido. | Tesis pregrado (online). | González, I., y López, L. (2013). <i>Proceso de duelo, estrategias de afrontamiento y resiliencia en adultos ante la muerte de un ser querido</i> (Tesis pregrado). Recuperado de: http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/3201-13-06896.pdf |
| 15 | Claudia Liliana Gutiérrez Rojas. | La experiencia de vida de calle: Factores de riesgo familiares. | Tesis posgrado | Gutiérrez, C. (2016). <i>La experiencia de vida de calle: Factores de riesgo familiares</i> (tesis posgrado). Universidad Pontificia Bolivariana, Bucaramanga, Colombia. |
| 16 | Ángela Hernández. | Familia, ciclo vital y psicoterapia breve. | Libro. | Hernández, A. (2013). <i>Familia, ciclo vital y psicoterapia breve</i> . Bogotá: El Búho. |

- | | | | | |
|----|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 17 | Judith López,
Ericka Cervantes,
Nydia Obregón y
Susana Villalón. | Adaptación
familiar frente a
la viudez. | Artículo
Científico. | López, J., Cervantes, E., Obregón, N.,
y Villalón, S. (2009). Adaptación
familiar frente a la viudez. <i>Revista
Uaricha</i> , 13, 93-103. |
| 18 | Diana Carolina
Luna Martínez. | Cambios en la
estructura familiar
por
reestructuración
de tipología de
familia nuclear a
monoparental
ante duelo por
muerte de la
figura materna. | Tesis
posgrado. | Luna, D. (2016). <i>Cambios en la
estructura familiar por
reestructuración de tipología de
familia nuclear a monoparental ante
duelo por muerte de la figura materna</i>
(tesis posgrado). Universidad Pontifica
Bolivariana, Bucaramanga, Colombia. |
| 19 | Gloria Lynch y
María Julieta
Oddone. | La percepción de
la muerte en el
curso de la vida.
Un estudio del
papel de la muerte
en los cambios y
eventos
biográficos. | Artículo
de
revisión. | Lynch, G., y Oddone, M. (2016). La
percepción de la muerte en el curso de
la vida. Un estudio del papel de la
muerte en los cambios y eventos
biográficos. <i>Revista de Ciencias
Sociales, DS-FCS</i> , 30(40), 129-150. |

20	Judith Madrid de Arco.	Recursos y capacidades resilientes en familias víctimas del conflicto armado en Colombia.	Tesis posgrado.	Madrid, J. (2017). <i>Recursos y capacidades resilientes en familias víctimas del conflicto armado en Colombia</i> (tesis posgrado). Universidad Pontificia Bolivariana, Bucaramanga, Colombia.
21	José Mazaira y Ana Gago.	Efectos del fallecimiento parental en la infancia y adolescencia.	Artículo de revisión.	Mazaira, J., y Gago, A. (1999). Efectos del fallecimiento parental en la infancia y adolescencia. <i>Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría</i> , 19(71), 407-418.
22	Robert A. Neimeyer.	Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo.	Libro.	Neimeyer, R. (2007). <i>Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo</i> . Barcelona: Paidós Ibérica.
23	Roberto Pereira Tercero.	Duelo: Desde el punto de vista individual al familiar.	Artículo de revisión.	Pereira, R. (2002). Duelo: Desde el punto de vista individual al familiar. <i>Revista Sistemas Familiares</i> , 18(1-2), 48-61.
24	Roberto Pereira Tercero.	Trabajando con los recursos de la familia: Factores	Artículo de revisión.	Pereira, R. (2010). Trabajando con los recursos de la familia: Factores de

		de resiliencia familiar.		resiliencia familiar. <i>Revista Sistemas Familiares</i> , 26(1), 1-34.
25	Pau Pérez Sales y Raquel Lucena.	Duelo: Una perspectiva transcultural. Más allá del rito: La construcción social del sentimiento de dolor.	Artículo de revisión.	Pérez, P., y Lucena, R. (2000). Duelo: Una perspectiva transcultural. Más allá del rito: La construcción social del sentimiento de dolor. <i>Psiquiatría Pública</i> , 12(3), 259-271.
26	Magdalena Pérez Trenado.	El proceso de duelo y la familia.	Artículo de revisión.	Pérez, M. (s.f). El proceso de duelo y la familia. Recuperado de: http://paliativossinfronteras.org/wp-content/uploads/procesol-de-duelo-y-familia-PEREZ.pdf
27	Magdalena Pérez Trenado.	Duelo. Proceso individual, proceso familiar, proceso social.	Artículo de revisión.	Pérez, M. (s.f). Duelo. Proceso individual, proceso familiar, proceso social. Recuperado de: http://www.caritasvitoria.org/datos/documentos/Material%20Duelo-magdalena.pdf

- | | | | | |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28 | Doris Rodríguez –
Leal y José Verdú. | Consecuencias de
una muerte
materna en la
familia. | Artículo
de
revisión. | Rodríguez, D., y Verdú, J. (2013).
Consecuencias de una muerte materna
en la familia. <i>Aquichan</i> , 13(3), 433-
441. |
| 29 | Prudencio
Rodríguez Ramos. | Reacciones
psicológicas a la
muerte de un ser
querido. | Artículo
de
revisión. | Rodríguez, P. (s.f). Reacciones
psicológicas a la muerte de un ser
querido. <i>Centre Londres 94</i> ,
<i>Psiquiatría, Paidopsiquiatría</i> , 1-6. |
| 30 | Blanca Nicté
Romero Balderas,
Luis Rey Yedra y
María del Pilar
González Flores. | Factores que
influyen en el
desarrollo de los
adolescentes ante
la ausencia del
padre por muerte. | Artículo
Científico. | Romero, B. N., Rey, L., y González,
M. P. (2013). Factores que influyen en
el desarrollo de los adolescentes ante
la ausencia del padre por muerte.
<i>Congreso Internacional de
Investigación Academia Journals en
Ciencias y Sustentabilidad</i> . 760-764. |
| 31 | Verónica Romero. | Tratamiento del
duelo:
Exploración y
perspectivas. | Artículo
de
revisión. | Romero, V. (2013). Tratamiento del
duelo: Exploración y perspectivas.
<i>Psicooncología</i> , 10(2-3), 377-392. |
| 32 | Roberto Sivak,
Ángela Ponce, Ana
María Huertas y
Carlos Ghigliazza. | Resiliencia y
trauma psíquico. | Artículo
de
revisión. | Sivak, E., Ponce, A., Huertas, A., y
Ghigliazza, C. (2008). Resiliencia y
trauma psíquico. 2-26. |

- | | | | | |
|----|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 33 | C. Vázquez Valverde, M. Crespo López y J.M. Ring. | Estrategias de afrontamiento. | Artículo de revisión. | Vázquez, C., Crespo, M., y Ring, J. M. (s.f). Estrategias de afrontamiento. Recuperado de:
https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/31771314/Afrontamiento.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1546533734&Signature=ax5vqYMdtq8XTzHj%2BZBrIgygHZo%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DAfrontamiento.pdf |
| 34 | Laura Yoffe. | Nuevas concepciones sobre los duelos por pérdida de seres queridos. | Artículo de revisión. | Yoffe, L. (2013). Nuevas concepciones sobre los duelos por pérdida de seres queridos. <i>Avances en Psicología</i> , 21(2), 129-153. |