



CIETSGe
Centro de Investigación y Estudios de
Trabajo Social en Gerontología



dgapa

Dirección General de Asuntos
del Personal Académico

Universidad Nacional Autónoma de México
Escuela Nacional de Trabajo Social
Centro de Investigación y Estudios de Trabajo Social en
Gerontología

2° Seminario internacional y multidisciplinario de los cuidados paliativos y tanatología para la atención de personas con pronóstico corto de vida y sus familias.

Acompañamiento tanatológico virtual a dolientes por la muerte de un familiar por COVID-19.

Mtra. Silvia Esperanza Jiménez García

Universidad Latinoamericana, Campus Cuernavaca

Introducción



- Duelo en tiempos de COVID-19.
- Acompañamiento tanatológico virtual.
- Conclusiones.



Duelo en
tiempos de
COVID-19.

Duel

O

- Es uno de los fenómenos más complejos y profundos del ser humano.
- Está relacionado con el dolor, la pena o la aflicción ante la muerte o pérdida de alguien o algo con quien se tenía un vínculo emocional.



“En ninguna otra situación como en el duelo, el dolor producido es TOTAL: es un dolor biológico (duele el cuerpo), psicológico (duele la personalidad), social (duele la sociedad y su forma de ser), familiar (nos duele el dolor de otros) y espiritual (duele el alma).

En la pérdida de un ser querido duele el pasado, el presente y especialmente el futuro.

Toda la vida en su conjunto duele”.

Montoya Carrasquilla, J. (1998)



Duel



Forma de elaborar los duelos a lo largo de la vida es un componente fundamental de:

- Adaptación al entorno.
- A la familia.
- A la sociedad.
- Creatividad.

Estrategias para afrontar el

duelo



- No pensar en el problema.
- Ocultar o reprimir los sentimientos.
- Buscar ayuda profesional.

Yofee, L. (2015)

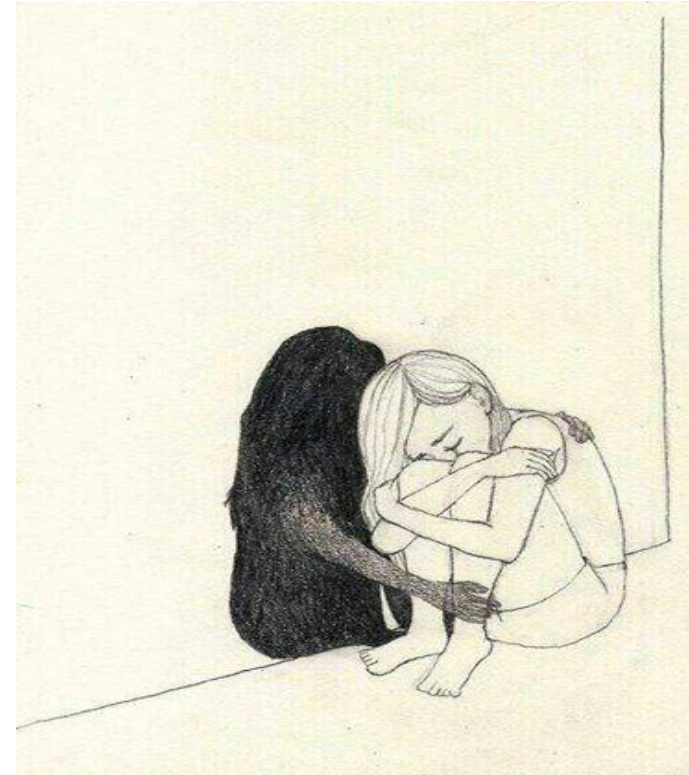
Afrontamientos... centrados

en...

Problema: hacer algo para alterar la fuente del estrés.



Manejar el malestar emocional que se asocia en una situación específica.



Yofee, L. (2015)

Elaboración del duelo



- El duelo no tiene un significado universal.
- Cada uno, de acuerdo a su cultura, su ambiente social, sus creencias y el manejo de sus emociones tendrá una forma concreta de integrar a su vida la experiencia de la pérdida.

Elaboración del duelo

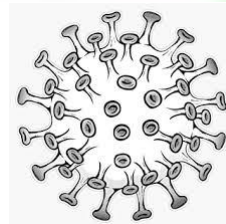


- El duelo es el acto de afirmar o reconstruir un mundo personal que ha sido vulnerado por la pérdida.
- Hay un cambio en los aspectos más fundamentales de la identidad de las personas y van cobrando forma a lo largo del camino.

Elaboración del duelo



- Se va consolidando la forma de ver el mundo y verse así mismos.



Pandemia de COVID-19



Wuhan, China
(finales de diciembre de 2019).

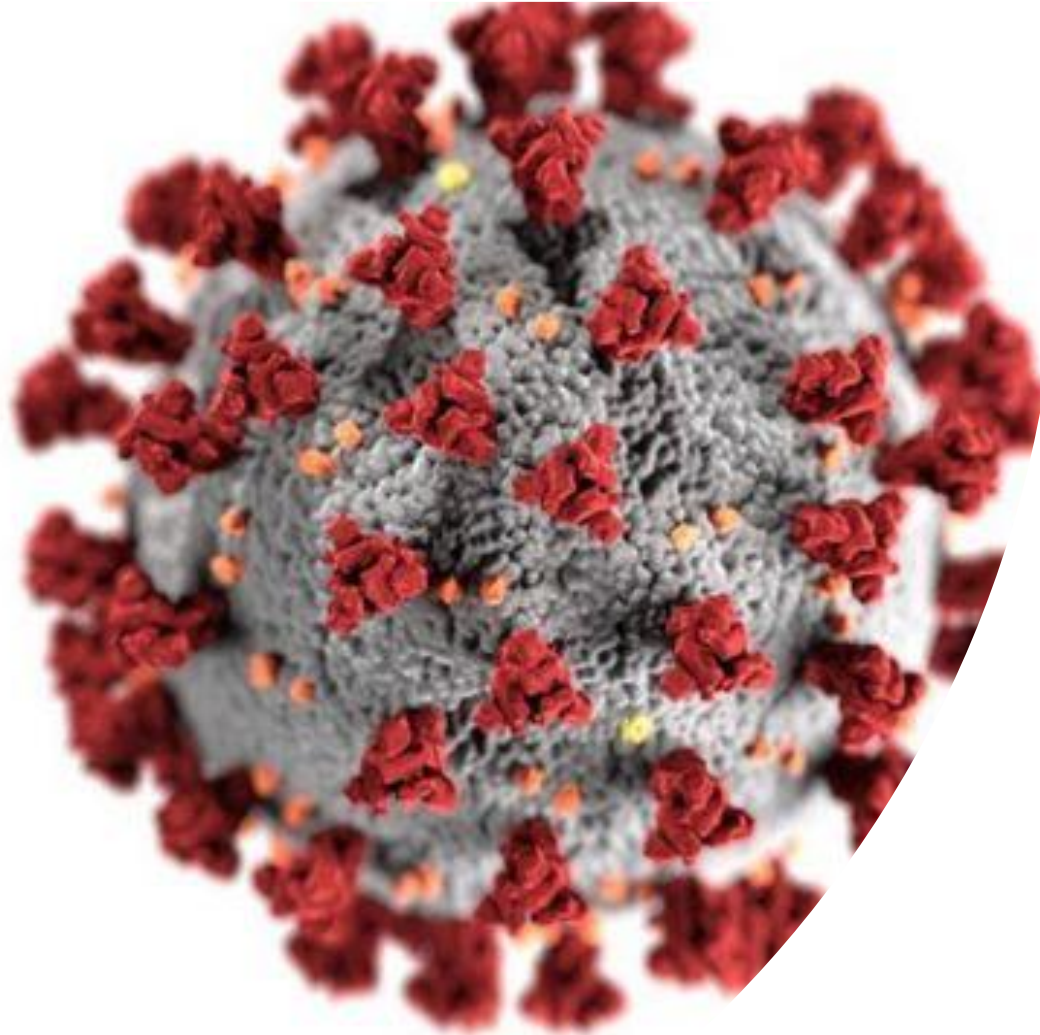
COVID-19 → Emergencia
de
(OMS) Salud Pública
(30 de enero de 2020)

11 de marzo de 2020



Pandemia

Pandemia de COVID-19



Universidad de John
Hopkins.

3.6 millones de fallecidos en
el mundo.

(Finales de mayo 2021)

COVID-19 en México

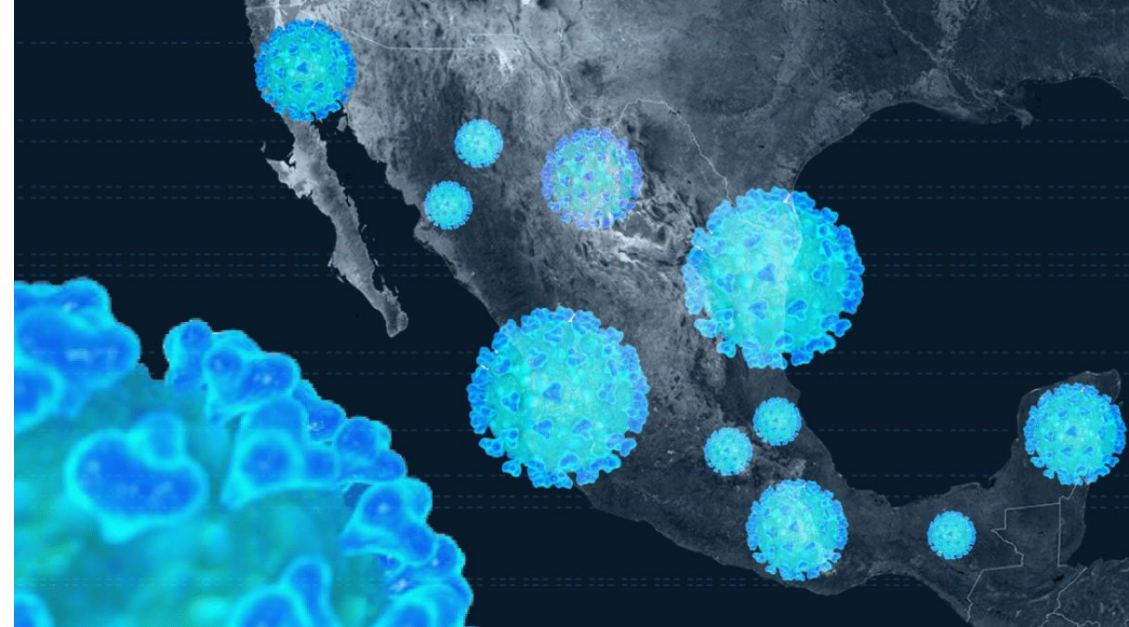
1er. caso (27 de febrero de 2020)

1er. fallecimiento (18 marzo de 2020)

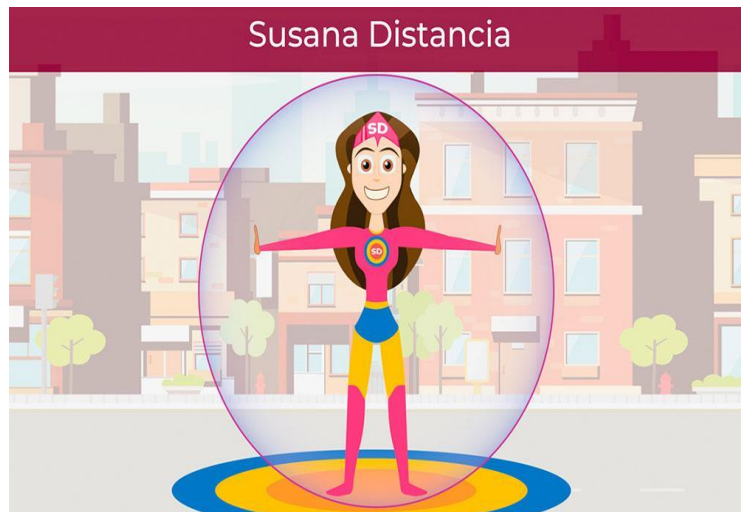
Casos acumulados 2,434,562

Fallecidos 228,834

7 junio 2021



Medidas preventivas



Distanciamiento
social.

Reducir la velocidad
de propagación.



Evitar contagios masivos.



Monitorear para
regular el uso del
espacio público según
riesgo de contagio.

Muertos por COVID-19

Más de 200 mil fallecidos en México.

En soledad.

Sin ser
acompañados por
un ser querido.

Desconocidos.

Sin arreglar
asuntos
pendientes.



Difícil vivir y morir en estos tiempos.

Duelos por COVID-19

Cientos de miles de dolientes en México.

Al entrar al hospital no los volvieron a ver.

Cuerpo en una bolsa.

Certeza de ser el familiar ¿?

Sin despedirse.

Sin funeral.

Sin arreglar asuntos pendientes.

Riesgo de duelos complicados



Duelo complicado

Duelo difícil de procesar porque no se pueden anticipar los acontecimientos y las dificultades para regular su impacto emocional.



Duelo complicado

- La pérdida ocurre con gran rapidez. No hay tiempo de asimilar el suceso.
- No hay posibilidades para prepararse ante la pérdida.
- Hay incertidumbre. No se pueden predecir los acontecimientos.
- Hay impotencia. No hay respuestas, no se puede hacer nada.



Duelo complicado

- Hay incomprensión, no se entiende lo que sucede.
- Hay soledad, no hay relaciones reparadoras.



Duelo complicado

- Hay desbordamiento emocional, difícil de autorregular.
- Falta de apoyo familiar y/o social.
- No se puede hablar de lo sucedido.



COVID-19

9



- Ha enfrentado a la población con la muerte y el dolor de una manera inesperada.
- No hay tiempo de digerir que alguien o varios de la familia están contagiados.
- Hay que tomar decisiones rápidas para ayudar a los enfermos.

COVID-1

9



Pulso

- Búsqueda de un hospital (saturación).
- Llega la muerte para el ser querido.

COVID-1

9

Muestra nuestra fragilidad; nos muestra que estamos de paso, que tenemos fecha de caducidad.

La muerte llega sin avisarnos, sin darnos la oportunidad de despedirnos y de arreglar asuntos pendientes.

Doliente...

COVID-1

9

Teníamos síntomas, nos hicimos la prueba y nos dijeron que éramos positivos de COVID. Todo iba bien, pero un día amaneció más enferma mi esposa. Mi hermana nos acompañó a varios hospitales, pero no había camas, hasta que finalmente encontramos uno que la recibió. Antes de entrar al hospital, ella me dijo que no me preocupara que iba a salir de esta, pero a los pocos días murió.



Pulso

COVID-1

9



Milenio

Cuando los enfermos ingresan a los hospitales, los familiares quedan a la espera de que su ser querido mejore, pero no sucede... el familiar muere y el dolor se introduce de una manera muy dolorosa en medio del corazón.

COVID-1

9



Los Angeles Times

Se vive una gran tragedia.

Cientos de miles de personas muriendo en los hospitales o en los domicilios.

El COVID-19, la muerte y el duelo son parte de nuestra cotidianidad.

COVID-19

9



El Sol de México

Perder a un ser querido es un golpe difícil de procesar.

Enfrentarse a las regulaciones que rodean a quienes mueren a causa de esta enfermedad, complica todo.

Doliente...

COVID-19

9

Mi abuela murió en casa, yo la quería llevar al hospital, pero mi abuelo me decía que ella no quería ir a un hospital. Fue muy doloroso porque no pude ni abrazarla ni darle la mano mientras moría... la vi ¡Cómo moría! ¡Cómo se asfixiaba! Fue horrible verla morir de esa manera. Era muy buena persona ¡No merecía morir de esa manera!



Expansión política

La pandemia ha afectado a muchas personas de manera emocional.



- Confinamiento
- Enfermedad
- Pérdida del trabajo
- Miedo
- **Muerte de un ser querido**

Acompañamiento tanatológico



Búsqueda de atención durante el proceso de duelo, sin embargo...

- Temor a salir de casa.
- No hay quién los acompañe.
- Estar enfermos de COVID-19.
- No hay servicio cerca del domicilio.

Una alternativa...



Acompañamiento tanatológico virtual

Acompañamiento tanatológico remoto (virtual)



- Mensajes de texto.
- Chat en tiempo real.
- Teléfono.
- Videoconferencia (videollamada).
- Sitios web de autoayuda o intervención guiada.
- **Aplicación móvil (Zoom, Telmex, etc.).**

Acompañamiento tanatológico



Profesional de Tanatología...

Considerar algunos aspectos para ofrecer un acompañamiento virtual de calidad.

Algunas recomendaciones



- Valorar si es adecuada, eficaz y segura para los dolientes.
- Establecer un diálogo con el doliente sobre la situación dentro del hogar (riesgo de distracciones, violación a la intimidad o cualquier otro impedimento que impacte en la intervención).

Algunas

recomendaciones

- Informar sobre las tecnologías que se van a utilizar.
- Guiar para que el doliente se sienta cómodo en el contexto virtual.
- Costo de la atención.
- Comunicación clara y empática especialmente cuando se revela información emocionalmente dolorosa.



Algunas recomendaciones



- Desarrollar un formato con las indicaciones para llevar a cabo el acompañamiento.
- Consentimiento informado.



Tanatólogo(a) – Doliente
cuenten ...

Condiciones del espacio



- Disponer de un espacio que garantice la seguridad de la información y la privacidad.
- Lugar iluminado, no demasiados colores que distraiga la atención.
- Dispositivo quede al nivel de los ojos para un mejor contacto entre el doliente y el tanatólogo o la tanatóloga.

Condiciones tecnológicas



50 a 60 minutos

Conocimiento del manejo de las herramientas
de trabajo virtual.

Adicional

S



- Alguna falla (luz, internet, plataforma, situación personal) que interrumpa la sesión, disponer de un **plan de acción** (teléfono o chat) para no perder la comunicación.
- Establecer acuerdos para reconectarse o definir una fecha para retomar la sesión.

Adicional

S



Coincidir en un horario adecuado para ambas partes que disminuya las posibilidades de distracción o interrupción.

Experiencia del trabajo virtual

Se invitaron a algunos tanatólogos y tanatólogas para que nos compartieran sus experiencias de la virtualidad.

Participaron cuatro tanatólogas y un tanatólogo.

Experiencia del trabajo

virtual

Ventajas



- Experiencia positiva.
- Atención a más personas.
- Facilidad de manejar la agenda y hacerla compatible con otras tareas.

Experiencia del trabajo

virtual

Ventajas



- Facilita el acceso a colectivos que tienen dificultades para acudir a terapia presencial.
- Se reduce tiempo y gastos de traslado.

Experiencia del trabajo

virtual

Ventajas



- Mantener un contacto regular, disminuye el abandono del acompañamiento.
- Aceptación de los jóvenes, están acostumbrados a la virtualidad.
- Personas mayores llegan a familiarizarse.

Experiencia del trabajo

virtual

Ventajas



- No hay riesgo de contagio.
- Se pueden formar grupos de apoyo.
- Funciona a nivel local, estatal, interestatal e internacional.
- Se abren las puertas internacionales para que se conozca el trabajo del tanatólogo y de la tanatóloga.

Experiencia del trabajo

virtual

Desventajas



- Fallas en la conexión que interrumpen la continuidad de la sesión y pueden suceder en momentos críticos (perder frases clave, apreciación del lenguaje corporal, etc.).
- La cita virtual no representa en ocasiones el mismo compromiso que una cita presencial.

Experiencia del trabajo

virtual Desventajas



- Preocupa que los dolientes entren en una crisis emocional y no poder contenerlos.
- Fallas en la privacidad.
- Es cansada la virtualidad para dar acompañamiento.

Experiencia del trabajo

virtual Desventajas



- Gasto inicial importante para disponer de tecnología adecuada.



- Dificultades legales (no hay claridad sobre la normatividad legal y recomendaciones éticas).



COVID

19

Conclusiones

Conclusiones

S

Cuando se vivía en la otra normalidad, había expectativas, proyectos, planes, movilidad sin restricción, mostrando nuestros rostros.

De un día para otro, todo se derrumbó. Se han quebrado familias. Se han perdido los equilibrios sociales y emocionales. Se vive con miedo y dolor.

Conclusiones

S

Convivimos con la muerte cada día. Quienes no la querían ver, ahora la han sentido tan de cerca. Ha entrado a sus hogares y se ha llevado a sus seres queridos. Han quedado en gran desolación.

En México, la experiencia que nos ha tocado vivir y presenciar ha cambiado nuestras vidas y la forma de ver la muerte y convivir con ella.

Conclusiones

La pandemia se ha llevado a cientos de miles de seres y en esa misma dimensión ha dejado a cientos de miles o quizás a millones de personas en duelo.

Tantas personas en duelo, refleja la necesidad que hay de contar con espacios profesionales de Tanatología.

Conclusiones



Ante el dolor se busca ayuda, pero es difícil encontrarla en momentos de aislamiento social preventivo.

Una alternativa son los servicios tanatológicos virtuales.

El acompañamiento tanatológico virtual tiene varias ventajas que se pueden ofrecer en este momento de desolación.

Conclusiones



Estos servicios deben ser ofrecidos con ética, calidad, calidez y empatía.

Si disponemos de las condiciones de espacio y de servicios tecnológicos adecuados, ofrezcamos este servicio.

Conclusiones

S

Si tenemos los conocimientos adecuados del uso de la tecnología, **ofrecemos este servicio.**

Si garantizamos la privacidad y seguridad de la información que nos proporcionan, **ofrecemos este servicio.**

Si falta alguno, no ofrecemos este servicio.





CIE**TS**Ge
Centro de Investigación y Estudios de
Trabajo Social en Gerontología



dgapa

Dirección General de Asuntos
del Personal Académico

¡Gracias por su atención!

Contacto

Correo electrónico: siljigar60@gmail.com