



UNIVERSIDAD
INTERNACIONAL
SEK
SER MEJORES

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Trabajo de fin de Carrera titulado:

**EL SENTIDO DEL SUFRIMIENTO DESDE LA LOGOTERAPIA EN LAS
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL DUELO**

Realizado por:

EVELYN GIOVANNA ROMERO RAZA

MARCO VINICIO TITO ANCHALI

Director del proyecto:

PSIC. PST. ELIANA CEVALLOS

Como requisito para la obtención del título de:

MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA CON MENCIÓN EN PSICOTERAPIA

QUITO, 13 DE SEPTIEMBRE DEL 2022

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo, Marco Vinicio Tito Anchali, ecuatoriano, con Cédula de ciudadanía N° 1716295231, declaro bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de mi autoría, que no ha sido presentado anteriormente para ningún grado o calificación profesional, y se basa en las referencias bibliográficas descritas en este documento.

A través de esta declaración, cedo los derechos de propiedad intelectual a la UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK, según lo establecido en la Ley de Propiedad Intelectual, reglamento y normativa institucional vigente.



Marco Vinicio Tito Anchali

C.I.: 1716295231

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo, Evelyn Giovanna Romero Raza, ecuatoriano, con Cédula de ciudadanía N° 1717556631, declaro bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de mi autoría, que no ha sido presentado anteriormente para ningún grado o calificación profesional, y se basa en las referencias bibliográficas descritas en este documento.

A través de esta declaración, cedo los derechos de propiedad intelectual a la UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK, según lo establecido en la Ley de Propiedad Intelectual, reglamento y normativa institucional vigente.



Evelyn Giovanna Romero Raza

C.I.: 1717556631

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo, Marco Vinicio Tito Anchali, ecuatoriano, con Cédula de ciudadanía N° 1716295231, y yo, Evelyn Giovanna Romero Raza, ecuatoriana, con Cédula de ciudadanía N° 1717556631 declaramos bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de nuestra autoría, que no ha sido presentado anteriormente para ningún grado o calificación profesional, y se basa en las referencias bibliográficas descritas en este documento.

A través de esta declaración, cedemos los derechos de propiedad intelectual a la UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK, según lo establecido en la Ley de Propiedad Intelectual, reglamento y normativa institucional vigente.



Marco Vinicio Tito Anchali

C.I.: 1716295231

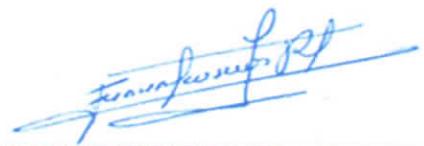


Evelyn Giovanna Romero Raza

C.I.: 1717556631

DECLARACIÓN DEL DIRECTOR DE TESIS

Declaro haber dirigido este trabajo a través de reuniones periódicas con el estudiante, orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Eliana Cevallos", is written over a horizontal dashed line.

Psic. Pst. Eliana Cevallos

Máster en Prosocialidad y Logoterapia

LOS PROFESORES INFORMANTES:

Gabriela Llanos Román

Esteban Ricaurte Ricaurte

Después de revisar el trabajo presentado lo han calificado como apto para su defensa oral ante el tribunal examinador.



Phd. Gabriela Llanos Román



Msc. Esteban Ricaurte Ricaurte

Quito, 13 de septiembre de 2022

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.



Marco Vinicio Tito Anchali

C.I.: 1716295231



Evelyn Giovanna Romero Raza

C.I.: 1717556631

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Marco V. Tito Anchali', is written above a horizontal dashed line.

Marco Vinicio Tito Anchali

C.I.: 1716295231

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.



Evelyn Giovanna Romero Raza

C.I.: 1717556631

EL SENTIDO DEL SUFRIMIENTO DESDE LA LOGOTERAPIA EN LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL DUELO

Evelyn Giovanna Romero Raza; Marco Vinicio Tito Anchali

Universidad Internacional SEK, Quito, Ecuador

Programa: Salud Global

Línea: Ciencias Psicológicas

Fecha de defensa:

Tutor Principal: Psic. Pst. Eliana Cevallos

Asesora metodológica: Dra. Gabriela Llanos Román

PALABRAS CLAVE:

Duelo

Recursos psicológicos

Afrontamiento

Logoterapia

Sufrimiento

Resumen

Esta investigación tiene por objetivo indagar la influencia de los recursos psicológicos en el desarrollo de estrategias que permiten afrontar el duelo. Con este fin, se diseñó un estudio de investigación mixto, cualitativo y cuantitativo, con un alcance descriptivo-correlacional y un diseño no experimental-transversal. La investigación implicó a 36 personas que atravesaron un proceso de pérdida por el fallecimiento de una persona cercana en el último año; los resultados reflejan que los participantes que cuentan con la habilidad de dar sentido al sufrimiento, registran mayores puntajes en los recursos psicológicos y se autoperciben con mayor eficacia en las estrategias de afrontamiento. Bajo tal premisa, se puede inferir que los recursos psicológicos son factores muy significativos en el afrontamiento de un duelo e influyen directamente en las reacciones y estrategias que cada individuo presenta.

KEYWORDS: 5.

Grief
Noological resources
Coping strategies
Logotherapy
Suffering

Abstract

The objective of this research is to investigate the influence of noological resources on the development of strategies that allow coping with grief. To this, a mixed, qualitative and quantitative research study was designed with a descriptive-correlational scope and a non-experimental-transversal design. This research was applied to a sample of thirty-six people, whose grief process is in the first year; the results reflect that participants who have the ability to make sense of suffering, record higher scores in noological resources and perceive themselves more effectively in coping strategies. From such a reality, it can be inferred that noological resources are very significant factors in coping with grief and directly influence the reactions and strategies that each individual presents.

Introducción

El duelo es una parte importante de la vida de todo ser humano. Inevitablemente, tendremos que sufrir pérdidas a lo largo de nuestra existencia, por tanto, todos debemos estar conscientes y preparados para afrontarlo de modo que se eviten problemas emocionales y psicológicos que podrían desembocar en una patología.

Lacasta y Soler (2004) definen el duelo como “el proceso de adaptación que permite restablecer el equilibrio personal y familiar roto por la muerte de un ser querido, caracterizado por la aparición de pensamientos, emociones y comportamientos causados por esa pérdida” (p. 30).

Ante ese proceso, las personas recurren a diferentes estrategias de afrontamiento que, a su vez, denotan diferentes factores protectores, cuya unicidad e irrepetibilidad subrayan la singularidad de cada duelo; es decir nos colocan ante la realidad de que no hay duelos iguales ni dolientes parecidos y que la adaptación al cambio, dependerá de cada individuo y de los recursos que posean y utilicen para continuar con su vida.

En la Logoterapia, se señala al sentido como el núcleo de esta posible adaptación, como lo dice Frankl (1980) “la más alta posibilidad de realización está en el sufrimiento, es decir, no a pesar del sufrimiento, sino a través del sufrimiento”. De esta manera, propone una posible recuperación a través de la búsqueda de sentido a la pérdida, aceptando el sufrimiento y asumiendo una actitud creativa.

Para Frankl, el duelo y la muerte otorgan sentido a lo que se haga en la vida. Es decir, provoca una búsqueda que demanda al doliente el despliegue de su libertad y de todos los recursos psicológicos de que dispone, además, esta búsqueda le implica un posible crecimiento y maduración; tal como lo menciona Elizabeth Lukas (2002): “El doliente madura desde el duelo hacia una forma nueva y más clarividente de su ser” (p.13).

En esta investigación y desde una muestra de 36 personas, se trata de establecer si existe relación directa entre el sentido del sufrimiento ante un duelo, los recursos psicológicos y los factores protectores. Tratamos de responder a la interrogante: ¿Las personas que tienen una percepción de que el sufrimiento (como constructo de la Logoterapia) tiene un sentido, poseen mayores factores protectores y de afrontamiento ante el duelo?

Planteamiento del Problema

De acuerdo con Frankl (2004, p.78), “el sentido no es simplemente una meta, sino un camino que le da dirección y propósito a la vida, por esa razón, el sentido del sufrimiento le da dirección y propósito al sufrimiento mismo, se trata de una genuina aceptación del dolor, lo que se ve reflejado en la actitud que tomamos ante la pérdida.”

De este modo, la actitud de las personas es el centro desde el cual hay que partir en todo proceso de duelo, pues serán sus propios recursos protectores o de vulnerabilidad, su biografía, su creatividad, apertura, capacidad de respuesta y evidentemente, sus propias estrategias de afrontamiento las que definan la diferencia entre un proceso vital con sentido o un proceso de vacío existencial o incluso, que desemboque en una patología.

La actitud humana ante la muerte y ante el duelo se convierte en una fuente de sentido si esta provoca un aprendizaje o edifica la propia vida del doliente, provocando cambios permanentes en el centro espiritual de la persona y como ha descrito Lukas (2002) y Soria (2010) dando lugar a una maduración personal.

Desde la Logoterapia, todo proceso de intervención psicológica y psicoterapéutica debe partir fenomenológicamente desde esa actitud, para desde ella, apuntar a los valores y a la revisión de condicionamientos desde el auto distanciamiento, la conciencia de auto trascendencia y la propia motivación para dotar de sentido a los eventos inevitables.

Justificación

La presente investigación es importante y pertinente en la actualidad ya que, al pasar por una pandemia mundial, la mayoría de personas estuvimos expuestas a la muerte y a procesos de duelo, sea por experiencias personales o por una exposición mediática muy intensa. Esta realidad ha develado problemáticas relacionadas con la dificultad de adaptación y problemas de ajuste psico emocional en todo el mundo, subrayando la importancia de las estrategias de afrontamiento y los factores protectores personales.

Se han realizado diversos estudios como los de Ellison Andrade y María Angélica Trujillo (2016) donde mencionaron la importancia de las “claves” aprendidas durante los duelos que integran al ser humano con su realidad y le permiten avanzar; es decir, impactan en el crecimiento mismo del ser por medio del aprendizaje

vital ante situaciones adversas. al respecto. Según Hernández (2006) la falta de aprendizajes genera problemas relacionados con el bienestar mental y causa un deterioro en el nivel de vida de las personas (p. 56).

Existen investigaciones como la de Vedia Domingo (2016) donde se evidencian factores de vulnerabilidad ante el duelo patológico, en cuyo desarrollo se ven envueltos temas como la valoración subjetiva de los recursos de afrontamiento, la escasez de los mismos y la incapacidad para cambiar la perspectiva de la pérdida debido a problemas de autoconcepto y negación. Situaciones que están directamente relacionadas con el despliegue de los Recursos Noológicos expresados en una personalidad auténtica (Díaz, 2018, p. 134).

De ahí la relevancia de profundizar en esta temática, a efecto de vislumbrar los posibles factores protectores o estrategias de afrontamiento más eficaces, de modo que se pueda desarrollar intervenciones terapéuticas más eficientes.

Desde esta perspectiva, esta investigación indaga la posible relación entre sentido, recursos noológicos, factores protectores y estrategias de afrontamiento en adultos durante el primer año de su proceso de duelo.

A tal efecto, consideramos los siguientes objetivos específicos:

- Indagar la influencia del sentido de sufrimiento en el desarrollo de estrategias de afrontamiento después de una pérdida.
- Determinar si el sentido de sufrimiento tiene relación con los recursos noológicos en adultos en situación de duelo.
- Relacionar los recursos noológicos con las estrategias de afrontamiento utilizadas durante un proceso de duelo.

Hipótesis

- El sentido del sufrimiento ante una pérdida es un factor protector significativo como estrategia de afrontamiento.
- Cuando existe un alto sentido del sufrimiento, también existe una alta capacidad de recursos noológicos.
- Las variables propias del sentido al sufrimiento tienen relación con las estrategias de afrontamiento.

Marco de Referencia

La muerte es, sin duda, parte de la vida humana y una de las experiencias más impactantes a nivel psicoemocional. En los últimos años, la pandemia del covid-19 ha subrayado la importancia de encarar este asunto desde una perspectiva multidimensional; es decir, biopsicosocialmente y también desde lo espiritual. En este sentido, la Logoterapia de Viktor Frankl puede aportar significativamente en los procesos psicoterapéuticos de duelo desde sus principales nociones, particularmente desde la noción de sentido.

La muerte en la logoterapia es junto a la culpa y al sufrimiento parte de la triada trágica de la existencia. Una triada ante la cual, el ser humano requiere vivir su libertad, su capacidad de elegir el “cómo” vivir esa tragedia e incluso otorgarle un sentido vital. La muerte y el duelo, en este caso, puede vivirse como una clave de sentido, pues enfrenta a la persona a sí misma y le confronta al para qué de su propia vida (Guberman y Pérez, 2005 p. 87) y además la enfrenta al duelo como una posible manera de mantener presente y vivo aquello que amamos y que se ha ido (Pérez, 2018 p.11).

V. Frankl afirma que, si tenemos un para qué, siempre vamos a encontrar un cómo (Frankl, 1938). Se basa en tres principios: la libertad de voluntad, la voluntad de sentido y el sentido de vida, cuyas manifestaciones incluso pueden provocar un aprendizaje significativo. (Frankl, 1946 p.30).

Desde esta perspectiva, el sufrimiento al atravesar un duelo adquiere un matiz importante para la psicoterapia pues abre la posibilidad de transformar la desesperanza en aceptación y en valores de actitud que nos orienten hacia un sentido en la vida (Frankl, 1987). Una actitud que constituye la misión más alta y verdadera de ser humano, pues lo confronta con las imposiciones del destino (Guberman y Pérez, 2005 p. 134) y le permite vivir su libertad y auto realización a la par que se compromete con el cumplimiento de ese sentido (Frankl, 1991).

Desde este enfoque, tal actitud humana constituye no solamente un propósito sino también una guía hacia la trascendencia; es decir, a ir más allá de lo fáctico y vivenciar plenamente el campo facultativo. Cómo actuar ante el duelo y cómo transformarlo desde la cualidad trascendente se convierte en el objetivo psicoterapéutico, cuyo fundamento es la antropología filosófica de Max Scheller, esto es, reconocer que el ser humano es una existencia biopsicosocial pero también noética; es decir, se desenvuelve entre la libertad, la capacidad de distanciarse de los

hechos fácticos y la posibilidad de trascenderlos, buscando hacer consciente lo espiritual y movilizando los recursos internos para encontrar un significado y sentido a la vida (Díaz, 2018). Se comprende entonces, que la psicoterapia debe enfocarse en la dimensión noética como el punto de integración entre lo psíquico y somático y en donde reside lo constitutivamente humano, esto es, la unidad trascendente de la consciencia y la responsabilidad (Frankl, 2018, p.16). Una unidad que ubica al ser humano como un buscador de la trascendencia y no únicamente de su supervivencia (Frankl, 2012).

En esta perspectiva, la autotrascendencia y el autodistanciamiento como recursos psicológicos, es decir propios de la dimensión noética juegan un papel decisivo en la manera de afrontar un sufrimiento por duelo. El autodistanciamiento se considera a la habilidad de ver desde una perspectiva más lejana y con un contexto adecuado con el objetivo de controlar las propias emociones y las reacciones o soluciones que se pueden presentar. Martínez-Ortiz (2010, p. 258). La autotrascendencia, se manifiesta como la “capacidad intencional de la conciencia para dirigirse hacia algo o alguien significativo” (Martínez, 2010 p. 7). “Denota el hecho de que el ser humano siempre apunta y está dirigido hacia algo más que sí mismo, es decir a los significados de realización o a encontrarse con otros seres humanos a quienes amar” (Frankl, 1988, p.77). “En la propia autotrascendencia se encuentra la esencia de la existencia” (Ríos, 2009, p.121).

Estos recursos psicológicos se orientan a la búsqueda del sentido y se desenvuelven en medio de un antagonismo psiconoético. Antagonismo que, en la logoterapia, se conoce también como resistencia del espíritu, una especie de obstinación que le permite a la persona actuar ante lo fáctico. “El hombre pues, representa un punto de interacción, un cruce de tres niveles de existencia: lo físico, lo psíquico y lo espiritual; es una unidad o totalidad y dentro de esta, lo espiritual del hombre se contrapone a lo físico y lo psíquico” (Guberman y Pérez, 2005 p. 27).

En el escenario existencial de este antagonismo, “el ser humano desarrolla sus estrategias de afrontamiento con el fin de adquirir óptimos resultados ante un evento estresor, ya sea para obtener estabilidad en la respuesta emocional o para alterar el conflicto” (Jiménez, Amarís y Valle, 2012 p.38).

En este contexto, las estrategias de afrontamiento adquieren relevancia, Lazarus y Folkman las definen como: “acciones concretas y específicas que una persona utiliza para enfrentarse a una situación estresante” (1984 p.67). De acuerdo a estos autores, una estrategia no es más eficaz que otra, sino que dependerá de que los resultados sean positivos para la persona, entonces su uso sería adecuado en ese momento.

Justamente son estas estrategias las que diferenciarán un duelo normal de un duelo patológico. Varios investigadores han encontrado relación directa entre índices de depresión más bajos y duelos mejor llevados con emociones positivas, una buena red de apoyo social y buena disposición hacia otras personas (Tweed y Tweed, 2011), es decir, un despliegue de la trascendencia humana ante lo inevitable.

Método

Tipo de enfoque, alcance y diseño

Este estudio tiene un enfoque investigativo mixto, cualitativo y cuantitativo, tiene un alcance correlacional y descriptivo y diseño no experimental transversal, dado que se va a realizar encuestas en relación a recursos psicológicos, estrategias cognitivas y conductuales de afrontamiento y sentido de vida en un único momento, además que no se realizará intervención alguna con la muestra. (Hernández, 2006)

Muestra:

Se realizó un muestreo intencional no probabilístico, el que permite que el estudio cuente con participantes seleccionados para la muestra bajo criterios impuestos por los investigadores (Otzen y Manterola, 2017), como ser adultos hombres y mujeres, entre 20 años y 64 años 11 meses, que atravesaron un proceso de duelo por la ausencia de una persona cercana que haya fallecido en el último año y residan en la ciudad de Quito.

Se excluyó a las personas que tengan hasta 19 años y a quienes sobrepasen los 65 años de edad. Además, se descarta del estudio a personas que tengan un duelo de duración de más de 12 meses.

Instrumentos de investigación

Se aplicaron los test:

Escala de recursos noológicos

Fue elaborada por Martínez-Ortiz, Efrén Yesid; Díaz del Castillo-Buitrago, Juan Pablo; Jaimes-Osma, Jesús Enrique en el año 2010. Da al terapeuta la posibilidad de medir la forma de expresión de cada recurso noológico, para determinar las diferentes áreas de trabajo desde la Autotrascendencia y el Autodistanciamiento. La prueba contiene 49 ítems Likert y se califica a través de transformaciones lineales a puntajes en forma porcentual, según las subescalas establecidas.

Escala Humanizar

Esta escala desarrollada en el año 2013 por José Carlos Bermejo, María Pilar Martínez Barca y Marta Villacieros, está conformada de 24 ítems con una escala Likert enumerada desde del 1 al 5. Mide el sentido que una persona le da al sufrimiento y con qué estrategia lo hace. Según estos autores, existen cinco estrategias que componen el sentido del sufrimiento: la trascendencia, el castigo, el catalizador de cambio, el masoquismo y lo inherente a la vida. Además, se evalúa dos sub escalas sobre la percepción del sufrimiento como cambio o como castigo.

La puntuación oscila entre un máximo de 120 y un mínimo de 24. Los ítems recogen distintos enfoques de sentido y son directos, por ello, mientras más alta sea la puntuación, más sentido se concede al sufrimiento.

Valores de $RMSEA \leq 0,06$, $SRMR \leq 0,08$, CFI y $GFI \geq 0,90$ indican un ajuste adecuado al modelo a los datos.

CSI - Inventario de Estrategias de Afrontamiento (Coping Strategies Inventory CSI),

Desarrollada y validada por Cano García, F. J.; Rodríguez Franco, L.; García Martínez, J. en el año 1989. El objetivo de este inventario es evaluar el tipo de circunstancias que ocasionan problemas en su vida cotidiana a las personas y la manera cómo enfrentan estos problemas. Consta de 40 ítems donde se evalúan en una escala de 0 a 4 las acciones realizadas ante diferentes situaciones por parte de los participantes. Las áreas que evalúa son: la evitación de problemas, la autocrítica, la expresión emocional el pensamiento desiderativo, la reestructuración cognitiva, la resolución de problemas, el apoyo social, la reestructuración cognitiva, y retirada social.

Análisis de datos

Al ser un artículo con enfoque mixto, se realizó un análisis de datos cuantitativos y cualitativos en el cual se utilizó la prueba T de Student para muestras independientes, ya que los datos son paramétricos en relación a las variables de Recursos Noológicos en donde se pudo determinar un valor menor a 0,05 por lo que el contraste resulta estadísticamente significativo, tanto si es bilateral como si es unilateral derecho. Tiene un nivel de confianza del 95%; Se aplica también El test de normalidad de Shapiro-Wilks en donde presenta una distribución normal.

Por el contrario, en la variable de la Escala Humanizar, no presenta una distribución normal, por lo que se utilizó la prueba no paramétrica de U de Mann Whitney con lo que se puede determinar que las medias de estas dos variables no son iguales. Puede deberse a que las escalas de los totales de las variables no son las mismas por lo que se estandarizó las variables.

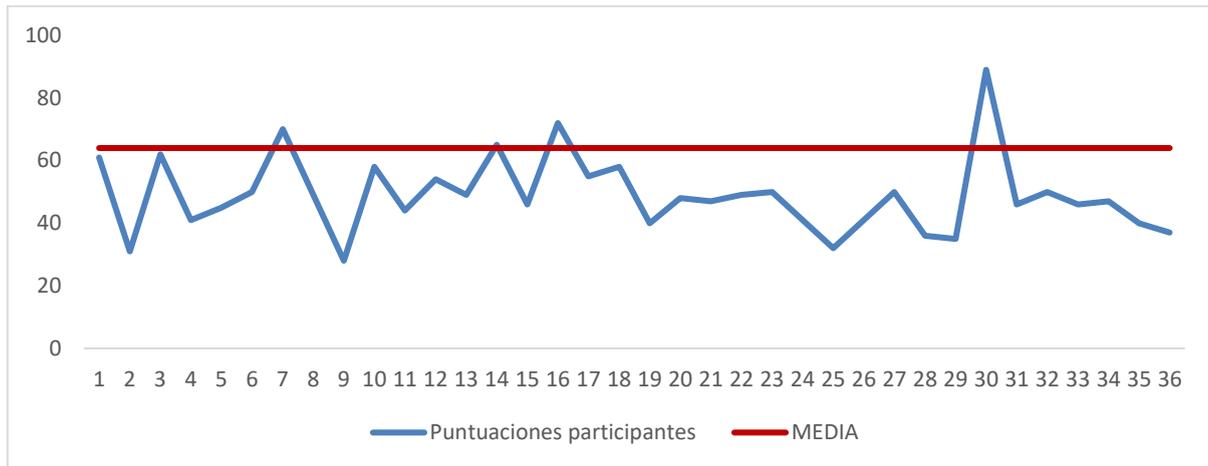
Según la aplicación del coeficiente de Pearson, la correlación entre las variables no es significativa, por lo que no existe correlación entre los totales de los test, pero se determina que si existe correlación entre las variables.

Para el análisis cualitativo se tomó en cuenta las respuestas de las entrevistas mediante la fundamentación teórica de la Logoterapia. Se categorizaron los resultados según la autopercepción del manejo del duelo, cuánto percibe que le ha afectado cada participante y cuáles fueron los recursos personales que utilizó.

ESCALA HUMANIZAR

Figura 1

Puntuaciones totales de Escala Humanizar



Nota: En los resultados obtenidos, solo cuatro de las personas evaluadas obtuvieron puntajes superiores a la media recomendada por la Escala. Los 32 participantes, obtuvieron resultados inferiores a la media.

Tabla 1

Frecuencia en los resultados de la Escala Humanizar

S1	Freq.	Percent	Cum.
CATALIZADOR DE CAMBIO	0	0.00	0.00
CASTIGO	3	8.33	8.33
INHERENTE A LA VIDA	6	16.66	24.99
MASOQUISMO	4	11.11	36.12
TRASCENDENCIA	23	63.88	100.00
Total	36	100.00	

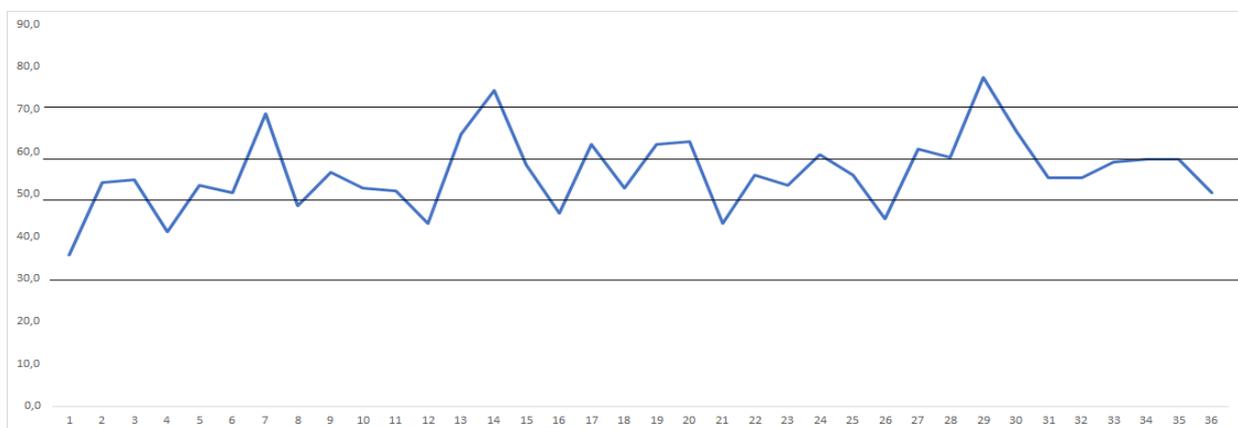
Nota: En los factores que intervienen en el sentido del sufrimiento, se puede ver que no existen personas evaluadas que presenten el factor catalizador de cambio. El más frecuente es trascendencia.

El sentido de vida y los recursos psicológicos se pueden medir por la puntuación más alta, por lo que se puede relacionar los resultados de las personas encuestadas para determinar que el sentido del sufrimiento les permite tener aprendizajes y crecimiento personal.

RECURSOS PSICOLÓGICOS

Figura 2

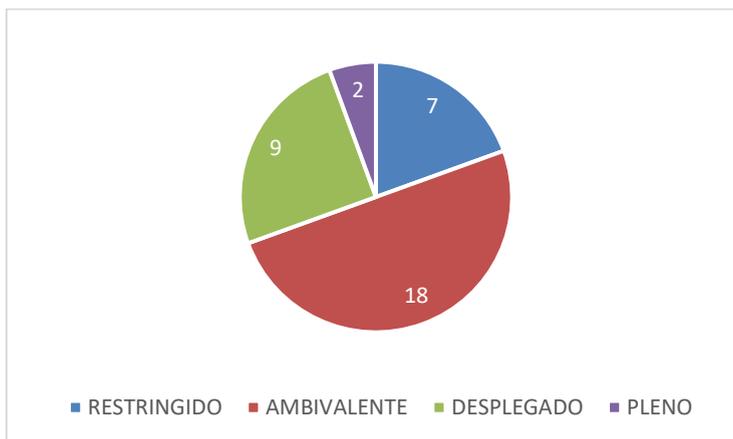
Puntuaciones totales de Recursos Psicológicos



Nota: Las puntuaciones totales pueden determinarse en un rango respecto a sus habilidades desarrolladas, siendo estas desde la más baja a la más alta las siguientes: Bloqueado, Restringido, Ambivalente, Desplegado y Pleno.

Figura 3

Puntuaciones totales de Recursos Noológicos divididas en categorías.



Nota: En la muestra evaluada, dos personas consiguieron una puntuación en la categoría Pleno, 9 en la categoría desplegados, 18 en ambivalentes y 7 en restringidos.

Tabla 2

Correlación entre los recursos noológicos y la entrevista

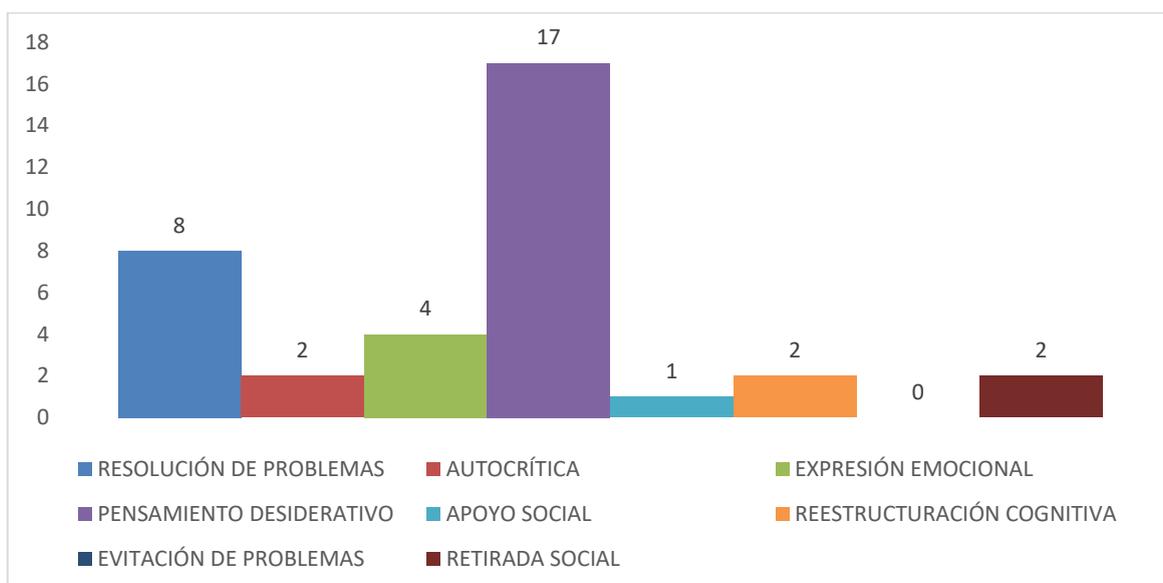
Number of obs =	36
Kendall's tau-a =	0.2048
Kendall's tau-b =	0.3453
Kendall's score =	129
SE of score =	52.537 (corrected for ties)
Test of Ho: MANEJAELDUELOSI and Z_TOTAL are independent	
Prob > z =	0.0148 (continuity corrected)

Nota: Se encontró una correlación entre las personas que contestaron que perciben un manejo adecuado del duelo y el total de Recursos Noológicos, dicha correlación es positiva.

INVENTARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO (CSI)

Figura 4

Puntuaciones totales del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI).



Nota: En el Inventario de estrategias de afrontamiento, el pensamiento desiderativo es el más frecuente y la evitación del problema no presentó ninguna persona con un puntaje.

Tabla 3

La relación entre los recursos personales y los Recursos Noológicos que posee cada persona.

	Z_TOTAL	RECURS~R	RECU~ÓNE	RECUR~TE	RECU~ENE
Z_TOTAL	1.0000				
RECURSOSPE~R		1.0000			
RECURSOS~ÓNE		0.3612*	1.0000		
		0.0346			
RECURSOSP~TE	0.3091*	-0.4394*		1.0000	
	0.0291	0.0100			
RECURSOS~ENE					1.0000

Nota: El estudio de correlación mostró que el total de recursos noológicos solo tiene relación con el recurso personal: SER FUERTE, dicha relación es positiva, es decir, a mayores recursos noológicos, mayor probabilidad de que la persona tenga el recurso personal de SER FUERTE.

Tabla 4

Coficiente entre manejo del duelo, estrategias de afrontamiento y recursos noológicos

. pwcorr TOTAL TOTALHUMANIZAR SI NO MUYAFECTADO AFECTADO POCOAFECTADO , sig

	TOTAL	TOTALH~R	SI	NO MUYAFE~O	AFECTADO	POCOAF~O
TOTAL	1.0000					
TOTALHUMAN~R	-0.2114	1.0000				
	0.2158					
SI	0.3624	-0.0161	1.0000			
	0.0298	0.9257				
NO	-0.3624	0.0161	-1.0000	1.0000		
	0.0298	0.9257	1.0000			
MUYAFECTADO	-0.3856	0.2951	-0.5330	0.5330	1.0000	
	0.0202	0.0806	0.0008	0.0008		
AFECTADO	0.2588	-0.0763	0.2628	-0.2628	-0.5997	1.0000
	0.1275	0.6584	0.1216	0.1216	0.0001	
POCOAFECTADO	0.1470	-0.2476	0.3086	-0.3086	-0.4606	-0.4341
	0.3922	0.1455	0.0671	0.0671	0.0047	0.0082

Nota: Las personas que perciben haber manejado el duelo (77.77%), presentan una correlación importante con las estrategias de afrontamiento y con los recursos noológicos. Quienes se sienten menos afectadas, no tienen una relación significativa con la Escala Humanizar. La correlación significativa (0.0298) se da con las personas que se perciben como muy afectadas.

Normas Éticas

Este trabajo de investigación se realizó bajo los principios éticos relevantes como el respeto, la justicia y la beneficencia, los cuales se describen en el consentimiento informado mediante el cual los participantes tienen conocimiento sobre el manejo que se dará a la información y el fin que tendrán los datos proporcionados. La participación es una decisión voluntaria y autónoma y la información será confidencial.

Resultados Cualitativos

Se trabajó por medio de entrevistas individuales con la finalidad de recabar información y obtener detalles importantes sobre la forma en que cada persona asume su pérdida. Así:

- Las personas encuestadas perdieron un ser querido en primer y segundo grado de consanguinidad.
- El tiempo transcurrido desde la pérdida de su familiar oscila entre 3 y 12 meses
- La pérdida en todos los encuestados tuvo un impacto emocional muy profundo en su vida.
- En lo referente a la intensidad del dolor por la pérdida de su ser querido las personas entrevistadas refieren un sufrimiento emocional intenso, aunque fue difícil de manejar, ha ido disminuyendo a medida que pasa el tiempo.
- Se pudo definir diferentes niveles de afectación y la percepción de poder o no manejar el duelo. 28 de las 36 personas evaluadas mencionaron sentir que pueden manejar el duelo, mientras que las ocho personas restantes, tenían una percepción de que no han podido manejarlo.
- En lo que respecta a los recursos utilizados para sobrellevar la pérdida, resaltan el apoyo familiar (18 personas), el refugio en lo espiritual (5 personas), la fortaleza propia (8 personas), un propósito de vida establecido a raíz de la pérdida y pensar en quienes aún están vivos (5 personas).
- Alrededor de la pérdida también se destaca que 33 de los 36 entrevistados, definieron la importancia de la autotrascendencia en su vida. Ante la ausencia del ser querido, sienten la necesidad de compartir más tiempo junto a su familia, prestar más atención en las cosas importantes y valiosas, valorar los momentos y a las personas más que a lo material y darle un sentido diferente a su vida.

Resultados Cuantitativos

En la presente investigación se propuso correlacionar las variables recursos psicológicos, sentido de sufrimiento y estrategias de afrontamiento en personas que atraviesan el primer año de un duelo.

- En los resultados obtenidos, solo cuatro de las personas evaluadas obtuvieron puntajes superiores a la media recomendada por la Escala Humanizar. Los 32 participantes, alcanzaron resultados inferiores a la media. Desde la interpretación de las subescalas *carga* y *cambio*, la mayor parte de los participantes (31 de 36; 86,11%) consideran a su pérdida como un factor de cambio en sus vidas.
- En los factores que intervienen en el sentido del sufrimiento, se puede ver que no existen personas evaluadas que presenten el factor catalizador de cambio. El más frecuente es trascendencia con un índice de respuesta del 63,88% (23 de 36 participantes).
- La comparación entre la Escala Humanizar y la afectación percibida en el duelo, indica que no existe una correlación significativa entre el sentido del sufrimiento y el manejo del duelo a menos que se presente una afectación grave, solo en ese caso los datos arrojan una correlación significativa. Estas variables podrían ser relevantes para un estudio de modelización más amplio, pues en la regresión se puede apreciar que el total de la Escala Humanizar tiene relevancia significativa y positiva en el grado de afectación, si bien el R-cuadrado es muy bajo, esto podría deberse a la baja cantidad de observaciones.
- Se realizó un test de correlación de Pearson entre las variables Recursos Psicológicos y la Escala Humanizar, en este se aprecia un p-valor de 0.2157 mayor a 0.05, es decir, no existe correlación entre estas variables.
- Las puntuaciones totales del test que mide el sentido de sufrimiento, respecto a sus habilidades desarrolladas, arrojan los siguientes datos: dos personas consiguieron una puntuación en la categoría pleno, 9 en la categoría desplegados, 18 en ambivalentes y 7 en restringidos.
- Las personas que tienen recursos psicológicos más bajos presentan un puntaje más alto en la estrategia pensamiento desiderativo y autocrítica. Según los datos, se puede apreciar que tienen una estrategia única que están utilizando para intentar afrontar su proceso de duelo y que no contemplan otras opciones como una posibilidad de cambio.
- Los recursos personales como tener creencias religiosas y ocupar la mente en el trabajo o en otras actividades, presentan una correlación baja con los recursos psicológicos, pero no tienen ninguna correlación con el sentido del sufrimiento.
- Las personas que perciben que sí han manejado el duelo, presentan una correlación importante con las estrategias de afrontamiento y con los recursos psicológicos. Las personas que sienten que pueden manejar el duelo, pero se sienten menos afectadas, tienen una relación significativa con la Escala Humanizar, es decir, le dan sentido a su sufrimiento.
- Los resultados de la entrevista de las personas que se autodefinieron como fuertes y que la fortaleza fue un

recurso personal para enfrentar el duelo, presentan una correlación significativa con recursos psicológicos.

Discusión

Como lo describen Quincero-Manosalva y col. en el 2020 en un estudio inspirado en los estudios de Martínez et al y Castellano et al (2010):

“Un despliegue de la potencia noética y una tendencia hacia la auto proyección indican personas con claridad en proyecto de vida, y con capacidad para la autorreflexión, siendo personas que asumen un buen nivel de responsabilidad y sensibilidad hacia sus seres queridos y el mundo, así como afrontan situaciones de estrés o de pérdidas” (p. 111)

Los resultados obtenidos en esta investigación corroboraron tales afirmaciones, particularmente en lo que se refiere al autodistanciamiento, que, como lo señalan los autores, dota al doliente de la capacidad para decidir cómo actuar frente a situaciones inevitables, permitiéndole distanciarse de sus dimensiones biopsicosociales para acceder a sus propios recursos. Así mismo, coinciden con las inferencias razonables de nuestro estudio en que la autotranscendencia constituye un factor muy significativo en las estrategias de afrontamiento.

Así mismo, se concuerda con los estudios de Castilla y Quintero (2020) realizado con estudiantes universitarios, en los que encontraron que las personas que obtuvieron los puntajes más altos en sentido de vida y recursos psicológicos eran más propensas a tener una mejor calidad de vida y ser menos afectados por situaciones estresantes. En nuestro estudio y en el caso del duelo como una situación estresante, también pudimos identificar que a altos recursos psicológicos, mayor capacidad de emplear estrategias de afrontamiento.

Bermejo et al. (2012), afirma en un estudio realizado en España, que la estrategia de afrontamiento más frecuente en personas resilientes es la religión. En nuestro estudio, no aparece como una estrategia de afrontamiento sino como un apoyo adicional a la auto fortaleza; el 40 por ciento de los participantes que usaron esta estrategia refieren haberse apoyado en la religión. También en el mismo estudio, se subraya a la resiliencia como un factor determinante en respuesta al duelo, lo cual coincide con nuestro estudio ya que, dentro del constructo de resiliencia, la búsqueda de sentido y el despliegue de los recursos psicológicos son factores decisivos.

El análisis de Ornelas (2016), refiere que el factor búsqueda de trascendencia se asocia a la resiliencia desde el punto de vista espiritual, los dolientes de personas que estuvieron en cuidados paliativos, valoran positivamente la atención espiritual, particularmente en lo que respecta a encontrar significado y a comprender el sentido, ya que, según la autora, este sería un recurso añadido para vivir el duelo. Coincidimos en que la búsqueda de trascendencia se vuelve un factor determinante después de la pérdida de un ser querido, ya que, en nuestros resultados cuantitativos, la trascendencia es el factor más frecuente dentro de los recursos psicológicos porque se considera una herramienta durante el duelo que evita que la persona se quede estancada.

Al igual que nuestros resultados cualitativos, darle un sentido de trascendencia a su vida, hace que las personas que han perdido un ser querido piensen en la posibilidad de dejar huellas de afecto a través de palabras y de acciones que influyan positivamente en la vida de quienes aún se encuentran a su lado.

El equipo de Castagnola (2021), propuso analizar la resiliencia como factor fundamental en el duelo en tiempos de covid-19. Los resultados obtenidos a nivel de la competencia personal mostraron que el grupo analizado tuvo niveles de fortaleza óptimos sobre la percepción de poder vencer los obstáculos; esto tiene relación con los resultados recolectados durante la entrevista donde podemos observar que los recursos personales más utilizados es la auto conciencia de la fortaleza y la asunción de la responsabilidad consigo mismo y con quienes aún están vivos.

Para Rincón (2020), el duelo es vivido de diferente manera por cada persona y esto depende de factores como (entre otras) las estrategias de afrontamiento del doliente y sus propios recursos personales, familiares y sociales. Propone que los recursos para enfrentar el duelo a su vez, se establecen y se fortalecen por las relaciones personales y las experiencias vividas que crean aprendizajes del dolor y de la felicidad. Cita a Lukas (2020) en donde refiere que el duelo se encuentra ubicado en lo más profundo del corazón en el centro espiritual y mental de la persona, ya que es la consciencia de una pérdida valiosa y por este motivo, cuando describe una relación muy cercana y dependiente concluye que existe más sufrimiento y que solo el utilizar esos aprendizajes de experiencias podría permitir sobresalir del duelo.

Ante lo planteado por estos autores, durante las entrevistas realizadas en el presente estudio, frases como: "la

pérdida de mis hijos ha sido lo peor que he podido vivir, he sentido tanta culpa que incluso he pensado en mi propia muerte", "perder a mi madre significó un dolor muy duro, una tristeza tan profunda y difícil de superar que no se cómo curar", "perder a mi padre me causó mucho dolor pero a la vez tranquilidad porque era muy triste para mi ver el sufrimiento que le causaba su enfermedad", corroboran que ante una pérdida cercana el sufrimiento es más intenso y solo a través de él se puede sobrellevar el duelo adecuadamente.

Conforme a lo señalado por Rincón (2020), el duelo complicado surge a raíz de una falta de manejo de los recursos provocado por un desbordamiento emocional con la manifestación de conductas desadaptativas lo cual, corrobora nuestro estudio en cuanto a que los recursos psicológicos facilitan significativamente esa adaptación.

Conclusiones

Con base en la información analizada a partir de las evaluaciones y en los estudios encontrados sobre temas similares, podemos concluir que:

- Entre los resultados globales obtenidos alrededor del Sentido del Sufrimiento observamos que el 11.11 % de los encuestados, les dan un sentido a sus pérdidas por fallecimiento, mientras que el 88,89% no lo hacen, pese a ello; el 75% de ellos puntúan alto en Trascendencia, factor más importante de la puntuación global del Test que evalúa el sentido del sufrimiento.
- Cabe resaltar que la entrevista realizada para reforzar el estudio, denota que 77,78% de los participantes manifestaron que pueden manejar el duelo y pese a que en el 75% de ellos el grado de afectación fue elevado los recursos personales y espirituales utilizados para llevar su pérdida de forma adecuada permitieron que el 88,89% de personas avancen en su proceso.
- Otro dato importante se encuentra en que la mayoría de las personas que han experimentado un proceso de duelo por fallecimiento desarrollaron la capacidad de autoobservación a través del reconocimiento propio de sus actitudes, emociones, conductas y la forma como interactúan con su medio; esto motivó en ellos la necesidad de transformar su realidad para buscar su autotrascendencia intra e interpersonal, la que permita darle un sentido a su vida y que por ende le proporcione estabilidad emocional.
- La mayoría de los evaluados tuvo resultados en la escala de recursos psicológicos dentro del rango de ambivalente, este se caracteriza, por un conocimiento escaso y eventual de sí mismo, es decir, en ocasiones específicas se presenta esta habilidad y en otras no se da. Esta ambivalencia también se presenta como dificultad para dar sentido y responsabilidad a la situación estresante, siendo ocasionalmente gobernado por el placer y el poder. Es por esto que la estrategia de afrontamiento más frecuente es el pensamiento desiderativo, el cual les permite ver solo lo que quieren ver.
- Las dos personas con los puntajes más altos en recursos psicológicos ven al sufrimiento desde un sentido de trascendencia y como algo inherente a la vida además de que usan como principales estrategias de afrontamiento la resolución de problemas, el apoyo social y la reestructuración cognitiva. Tomando en cuenta además que durante la entrevista manifestaron que si podían o pudieron manejar el duelo pese a que se sintieron afectados utilizaron recursos personales como ser fuerte y a través de la ocupación en sus responsabilidades, es decir, decidieron continuar con su vida, asumiendo que pese a su pérdida deben avanzar o seguir por quienes aún están a su lado.
- En los factores que intervienen en el sentido del sufrimiento, se puede ver que no existen personas evaluadas que presenten el factor catalizador de cambio. El más frecuente es trascendencia. La trascendencia según esta escala, es darle al sufrimiento el beneficio de transformar positivamente a las personas y es la capacidad de cada individuo de aprender del sentido al sufrimiento, por otro lado, el factor catalizador de cambio, se refiere a que el sufrimiento sea usado como un generador de cambio que ayude a solucionar algunas situaciones. En este caso, se ve al sufrimiento como un camino para completar la existencia y al sacrificio de vivirlo como una posibilidad de congraciarse con una deidad o fuerza espiritual. Es posible que las creencias religiosas no sean tan arraigadas en el grupo de la muestra, por lo que no mostraron tendencia hacia este tipo de factor.
- En el Inventario de Estrategias de Afrontamiento, el pensamiento desiderativo se establece como la estrategia más frecuente en las personas entrevistadas. De alguna manera se explica la tendencia del ser humano a ver la situación a su conveniencia o ver solo lo que cada uno quiere ver, desde la fantasía o la ilusión. Mientras más alta es la puntuación de recursos psicológicos, menos frecuente se vuelve el uso del pensamiento desiderativo.

- Aunque en el análisis estadístico, se toma en cuenta solo el factor con mayor puntaje, existieron personas que tuvieron más de una estrategia con una puntuación significativa o de puntaje muy cercano. En este caso se puede considerar que utilizan los factores de manera simultánea y tienen la capacidad de aplicarlos de manera eficaz. Estas personas podrían no tener una estrategia marcada, pero pueden utilizar diferentes formas de afrontar las situaciones para desarrollar su duelo
- En relación con la primera hipótesis, los resultados de la Escala Humanizar reflejan que la capacidad de darle sentido al sufrimiento no es frecuente en las personas; se comprueba que el sentido como constructo de la logoterapia es un factor protector ante un sufrimiento del duelo en el primer año de pérdida, puesto que los resultados en las evaluaciones, la entrevista y las correlaciones, indican que la capacidad de un individuo de percibir en el dolor un posible aprendizaje es un factor clave dentro de la habilidad de enfrentar el duelo y se configura como un factor protector.
- Con respecto a la segunda hipótesis, pese a que los resultados de correlación entre los recursos psicológicos y el sentido de sufrimiento no son estadísticamente significativos, se puede inferir razonablemente que existen relaciones entre sus variables. En el estudio cualitativo realizado, podemos verificar que las personas que han percibido un posible sentido en el duelo, también demuestran haber desarrollado sus recursos psicológicos de una manera adecuada.
- En la tercera hipótesis, podemos determinar y concluir que hay relación entre recursos y factores utilizados, ya que los datos obtenidos demuestran que sirven a las personas como base para generar estrategias de afrontamiento eficaces. Lo cual nos permite inferir de un modo razonable que el constructo del sentido y las estrategias de afrontamiento están íntimamente relacionadas y se afectan mutuamente.

Limitaciones

El duelo y las emociones asociadas a él, junto a la temática extensa que implica el sentido del sufrimiento, generaron mucha información que podría estudiarse más a fondo y con más personas o con otras poblaciones. El tiempo reducido para manejar la información de la muestra impidió realizar un estudio más detallado y comparativo.

Para futuras líneas de investigación, se recomienda tratar de utilizar instrumentos que permitan analizar la correlación entre preguntas individuales con el fin de encontrar más correlaciones que permitan ahondar en la información recogida.

Consentimiento Informado

La presente investigación se trata sobre las estrategias que usted tiene para afrontar el duelo ante el fallecimiento de un familiar. La participación es libre y voluntaria y la información que proporcione será lo más verídica posible. Los datos se manejarán de manera confidencial y su participación no implica ningún riesgo para usted. Este estudio es avalado por la Universidad Internacional SEK. Para información adicional puede comunicarse a los correos: evelyn.romero@uisek.edu.ec y/o marco.tito@uisek.edu.ec.

Acepto / No acepto

Referencias

- Acevedo, G. (2002). *Logoterapia y resiliencia*. NOUS, (6), 23-40.
- Ackermann, R. (2013). *The impact of the spiritual life dimension on personal resilience*. University of Johannesburg.
- Andrade Dussán, E. M., y Trujillo González, M. A. (2016). *La logoterapia y sus claves para afrontar el sufrimiento*. Entornos, 29(1), 77-80. <https://doi.org/10.25054/01247905.1374>
- Becoña, E. (2006). *Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto*. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 11(3), 125-146

- Bermejo, J., Magaña, M., Villacieros, M., Carabias, R. y Serrano, I. (2011) *Aplicaciones Psicoterapéuticas Estrategias De Afrontamiento Y Resiliencia Como Factores Mediadores De Duelo Complicado*.
- Bermejo, J. C., Villacieros, M., & Fernandez-Quijano, (20016) I. N. V. E. N. C. I. O. N. *Scale Of Myths In Duel. Relationship with Avoidant Coping Style and Psychometric Validation*.
- Calhoun, L. & Tedeschi, R. (2001): *Posttraumatic growth: The positive lesson of loss*. En Neimeyer, R.A. Meaning construction and the experience of loss. APA.
- Castilla Rincón, M. y Quintero Pernet, L. *Recursos Noológicos En Estudiantes Del Programa De Psicología De La Universidad Simón Bolívar En La Ciudad De Cúcuta*. (2020). Universidad Simón Bolívar.
- Correal, J. (2016). *Duelo, sentido de una pérdida*. Universidad de los Andes.
- Davis, C. G. (2008). *Redefining goals and redefining self: A closer look at posttraumatic growth following loss*. American Psychological Association.
- Díaz, I. (2018). *Despliegue de recursos noéticos para la expresión de una personalidad auténtica*. Universidad del Norte.
- Feldman, D. B., Balaraman, M., & Anderson, C. (2018). *Hope and meaning-in-life: Points of contact between hope theory and existentialism*.
- Franco, L. A. R. (2015). *Una aproximación al significado de análisis existencial en la logoterapia de Viktor Frankl*. Avances en Psicología, 23(2), 149-154.
- Frankl, V. (1990) *Psicoanálisis y Existencialismo*. Fondo de Cultura Económica.
- Frankl, V. (1991) *El hombre en busca de sentido*. Ed. Herder. 12ma ed.
- Frankl, V., & Lapide, P. (2010). *Búsqueda de Dios y sentido de la vida: diálogo entre un teólogo y un psicólogo*. Herder Editorial.
- Guberman, M. y Pérez, E. (2005). *Diccionario de Logoterapia*. Ed. Lumen.
- Kessler, D. (2016) *Sobre el duelo y el dolor*. p.7
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*, New York: Springer
- Lukas, E. Viktor F. (2008) *El sentido de la vida*. Plataforma Editorial.
- Lukas, E. (2003) *Logoterapia: la búsqueda del sentido*. Paidós Ibérica.
- Lukas, E. (2002) *En la tristeza pervive el amor*. Paidós Ibérica.
- Martínez-Ortiz, E.; Díaz del Castillo-Buitrago, J. y Jaimes-Osma, J. (2010). *Validación de la Prueba "Escala de Recursos Noológicos Aquí y Ahora" Para Personas Mayores de 15 Años*. Revista Argentina de Clínica Psicológica, vol. XIX, núm. 3, noviembre, 2010, pp. 257- 272. Fundación Aiglé

- Noblejas, M. A. (1994). *Logoterapia. Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del logro interior de sentido*. Tesis Doctorales. Universidad Complutense de Madrid.
- Noblejas, M. A., Rodríguez, M. I. (2005) *Logoterapia, una ayuda para afrontar la adversidad*. Aloma: revista de psicología, ciències de l'educació i de l'esport, Nº 16, págs. 105-116 ISSN 1138-3194
- Otzen, T. y Manterola C. *Técnicas de muestreo sobre una población a estudio*. Universidad de la Frontera. 35(1):227-232, 2017.
- Quiceno-Manosalva, M. (2020). *Sentido de vida y recursos psicológicos en estudiantes universitarios*. Universidad Simón Bolívar, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas.
- Rozo, J. (1998). *Viktor Frankl o el sentido de la existencia*. Revista Latinoamericana de Psicología, 30(2),355-361. ISSN: 0120-0534 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80530210>
- Sánchez-Teruel, D., Robles-Bello, M. (2015). *Escala de Resiliencia (RS-14): Propiedades Psicométricas de la Versión en español*. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación 2(40),103-113.
- Schulenberg, S. E., Hutzell, R. R., Nassif, C., & Rogina, J. M. (2008). *Logotherapy for clinical practice. Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. P. 45(4), 447.
- Soria, R. & Vega-Valero, C. & Nava-Quiroz, C. (2010). *Escala de modos de afrontamiento: consideraciones teóricas y metodológicas*. Universitas Psychologica, <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64712156011>
- Tweed, R. G., & Tweed, C. J. (2011). *Positive emotion following spousal bereavement: Desirable or pathological?* Journal of Positive Psychology, 6, 131-141. DOI: 10.1080/17439760.2011.558846
- Vargas, R. (2003). *Duelo y pérdida, Medicina Legal de Costa Rica*. 20(2), 47-52. http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S140900152003000200005&lng=en&tlng=es.
- Vedia Domingo, V. (2016). *Duelo patológico Factores de riesgo y protección*. Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia. Vol 6, Nº2.