

EL DUELO EN TIEMPOS DE PANDEMIA SARS-CoV-2

*Flor María Rodríguez Ojeda

*Araceli Barrera Acevedo

*Frida Valeria Uribe Cruz

*Egresadas de Lic. en Psicología de la Universidad Emiliano Zapata, México.

Recibido: 26 de noviembre de 2021.

Aceptado: 14 de enero de 2022.

Resumen

El siguiente artículo es el resultado de una indagación sobre cómo las pandemias ocurridas en la historia han dejado altos índices de muertes, pero hay pocos escritos sobre el duelo que se vive ante estas pérdidas. En la actualidad, con la pandemia por el Covid-19, pueden encontrarse manuales sobre cómo sobrellevar el duelo, sin que se profundice en lo sucedido en la psique humana ante la imposibilidad de despedida del ser perdido; como parte fundamental de una tradición, los rituales funerarios marcan un adiós a los fallecidos, pero al posponer estos rituales, se experimenta un duelo inconcluso por la repentina muerte y una despedida arrebatada.

Se intenta explicar cómo los rituales de despedida ayudan a un adiós necesario para la reubicación del sujeto perdido en el orden simbólico de quien le sobrevive. El estudio fue realizado en marco de una investigación cualitativa debido a la poca documentación encontrada sobre el tema.

Palabras clave: Covid-19. Duelo. Pérdida. Pandemia. Ritual. Despedida.

Abstract

This document is the main result of a research about how all the past pandemics in history have

given a lot of deaths as a result, but just a few documents show the experiences with the duels related with those losses. Currently, with the COVID-19 pandemic, manuals can be found on how to deal with duels, but not many talk about what happens with human psyche because and its impossibility of saying goodbye to the people they love. As a tradition of the duels, the funerals provides a farewell to the deceased, but an unfinished duel is experimented due to the sudden death.

Also, this document explains how the farewell rituals help to a necessary relocation of the symbolic order on those who survive. This research was made with a qualitative framework due to the little data on the subject.

Key words: Covid-19. Grief. Loss. Pandemic. Ritual. Farewell.

Introducción. Las pandemias vividas

A lo largo de la historia, la humanidad ha atravesado por distintas adversidades que ponen en riesgo la vida de todos. Si bien con el tiempo se ha logrado evolucionar en cuanto a hábitos y desarrollo de técnicas de supervivencia, han devenido enfermedades más complejas que han azotado tanto a una parte de la población como a

todo el mundo; estas últimas han sido denominadas pandemias.

Unas de las peores pandemias que se conocen son las de la gripe española (1918-1920) y la peste negra (1347-1382, extendiéndose hasta 400 años), las cuales estuvieron presentes por muchos años en el mundo, causando miedos, angustias y también modificaciones impresionantes en la conducta humana (Crespo Garay, 2021), como “las familias abandonándose entre sí una vez que alguno era diagnosticado con la enfermedad, médicos y todo personal de auxilio negados a dar servicio y el fin de toda caridad” (Peiró, 2020, p. 15).

Se conocen estos datos debido a escritos realizados por sobrevivientes de la situación, en donde detallan la magnitud de la enfermedad, su *modus operandi* y las conductas de las personas (Huete, 1999); sin embargo, no hay mucha literatura que hable sobre el impacto emocional ante tantos decesos y la forma de sobrellevar el duelo por “haber” tenido que abandonar a familiares o amigos frente al inminente posible contagio, en sus últimos días u horas de vida (Peiró, 2020).

Los rituales

A lo largo de la historia, han existido todo tipo de diversos rituales que, aunque pueden ser muy variados, como envolver el cuerpo en un petate, lanzarlo al mar y prenderle fuego o simplemente enterrarlo (Freud, 1913), en específico, en la cultura mexicana lo que más ha prevalecido es el velar los cuerpos de 24 a 48 horas aproximadamente (por lo general con la intención de que todos sus seres queridos puedan decirle adiós).

Si bien nunca es fácil vivir un duelo, éste puede ser asimilado y/o elaborado de la mejor manera cuando puede llevarse a cabo un ritual de adiós, en donde se tiene la certeza del fallecimiento, ritual que, dadas las condiciones actuales, por esta “nueva normalidad” de la actual

pandemia, ha sido imposible llevar a cabo de la manera tradicional.

Por ello, en México se prohibieron los “rituales” acostumbrados, como el hecho de despedir a cualquier persona en el comúnmente llamado “velatorio”, con el fin de frenar los contagios por afluencia de gente. Y debido al hecho de que los cuerpos pueden aún después de haber fallecido propagar el virus, se optó por depositar los cuerpos en una bolsa extra gruesa y hermética antes de entregarlos a sus familiares, permitiendo solo velarlos un par de horas con un máximo de cinco personas, coartando la posibilidad de despedida (Ordaz Díaz, 2020).

Con lo anterior se puede asumir que muchas de las personas que llegaron a urgencias o cualquier otro departamento, enfermas por el Covid-19 pero conscientes, al fallecer en el hospital fueron “devueltas” a sus familiares en bolsas selladas (Ordaz Díaz, 2020), dejando una sensación de incredulidad ante el fallecimiento, lo que llevó a muchas personas a atacar al personal de salud exigiendo le regresaran a su familiar con vida; de esta forma, se vivió en muchos casos una manera de duelo “atípica” (García Bermejo, 2020).

El duelo

Cabe aclarar en este punto: ¿qué es el duelo? Según la Real Academia Española (RAE, 2021), se refiere a ciertas demostraciones que se hacen para manifestar un sentimiento derivado de la muerte de alguien. Por otro lado, según su etimología, se origina en dos raíces latinas; la que interesa al presente trabajo es la de “*dolus*”, en su vertiente psicológica, ya que refiere al dolor.

Al buscar definiciones más centradas en la psique humana, se localizan explicaciones de este fenómeno, como la dada por el psicoanalista Sigmund Freud en su texto “Duelo y melancolía”, en donde menciona: “El duelo es, por regla general, la reacción frente a la pérdida de una

persona amada o de una abstracción que haga sus veces, como la patria, la libertad, un ideal, etc.” (1917, p. 4). Freud en esta afirmación habla también no sólo de un objeto perdido, sino del ideal de él, lo simbólico o lo no tangible. Lacan, por otro lado, lo plantea como “el agujero en lo real, provocado por una pérdida, contrario a la *Verwerfung*” (1959, p. 131) y Kübler-Ross y Kessler (2005) en su libro “Sobre el duelo y el dolor” buscó especificar el proceso de duelo en 5 fases: negación, ira, negociación, depresión y aceptación, las cuales son vividas en orden distinto desde la individualidad de cada ser humano, pero sin omitir ninguna.

El duelo en las pandemias

Durante las pandemias que ha afrontado la humanidad, se han documentado toda clase de vivencias, incluida la convivencia con la muerte, el cómo sucede, cuántos fallecimientos ha habido, o el tiempo en el que sucedieron; incluso, en la actualidad pueden encontrarse artículos para “ayudar” a sobrellevar el dolor por la pérdida (Larrota-Castillo et al., 2020). Al comenzar esta investigación se realizó una búsqueda de artículos que lograra detallar cómo llevaron su duelo o los sentires de las personas en la época de la peste negra; empero, sólo un libro fue encontrado en el que se habla sobre de la muerte como tal y la forma en que resaltó para las personas a partir de esa pandemia:

La búsqueda del modelo de la muerte cristiana consistía como primer paso en diferenciar dos tipos de muerte, la corporal o física —“muerte primera”— y la espiritual o anímica —“muerte segunda”—, siendo ésta la verdaderamente terrible, fruto del pecado y castigada con la condena eterna. Al insistir en ésta última se conseguía desdramatizar la “muerte primera”, que por otro lado no significaba sino la separación del cuerpo y del alma (Huete, 1997, p. 23).

Recientemente, con el surgimiento de la ac-

tual pandemia se tiene a toda clase de profesionales escribiendo textos sobre cómo se está viviendo, pero ha habido poco aporte sociocultural con respecto a la elaboración del duelo y la culpa en las personas que les sobreviven a los fallecidos en estas condiciones específicas, muy similares a las vividas hace años. De ahí el interés en este documento para realizar antecedentes de tal tema.

El duelo y el Covid-19

Debido a la situación de pandemia y confinamiento que está siendo vivida en la actualidad, los datos necesarios para el análisis de la información fueron recabados mediante videollamadas que fueron transcritas y pueden ser encontradas en la tesis *El duelo en tiempos de pandemia: Sars-CoV2*, (2021) cuyas autoras realizan el presente artículo.

Al realizar el análisis de las ocho entrevistas realizadas a personas de entre 45 y 60 años, pudieron identificarse diversos factores que compartían en común los entrevistados; el impacto cultural que tuvieron debido a las nuevas medidas para tratar los fallecimientos fue sumamente notorio en la manera en que cada uno de ellos se encuentra elaborando el duelo. Respecto a la afectación en su psique, la psicóloga especialista en duelo Ana Maria Egido Mendoza menciona que tanto las ceremonias o ritos de despedida tienen una función social importante, ya que al estar rodeados de familiares y seres queridos, se fomenta la expresión de emociones (Egido Mendoza, 2020).

Con lo recabado en las entrevistas, se observó que en siete de las ocho personas entrevistadas hubo una notoria dificultad para expresar sus emociones, excepto la ira, la cual pudo percibirse fácilmente en todas las entrevistas; respecto a esto, según Rodríguez Palacios (2021), el enojo ha pasado a ser la primera etapa del duelo debido a la ira y frustración que aparece en los sobrevi-

vientes por no haber estado al momento de la partida de su familiar.

El ritual fúnebre llevado a cabo en Nuevo León con las medidas restrictivas impuestas, ha generado en los dolientes un sentimiento de deuda con quienes fallecieron durante esta pandemia debido a la creencia de que sus familiares “merecían más” al momento de velarlos, tal como lo mencionan siete de las ocho personas entrevistadas en varios puntos de la entrevista, quienes, como se comentó antes, recurrieron a la ira para intentar sobrellevar este sentir.

Respaldando las afirmaciones anteriormente mencionadas, Freud en el texto *Duelo y melancolía* habla acerca de la posición que toma la libido cuando un suceso como la pérdida de alguien cercano ocurre: “el examen de realidad ha mostrado que el ser amado no existe más, y de él emana ahora la exhortación de quitar toda libido de sus enlaces con ese objeto” (1917, p. 242).

Empero, es bien conocido en el psicoanálisis lo renuente que llega a ser la libido cuando de retraerse se trata, causando una dualidad entre el amor (que se va con el objeto perdido) y el odio que se queda en la doliente, tal como lo expresa una entrevistada al mencionar: “de qué sirvió no verlos, abrazarlos, si hubiéramos sabido el final hubiéramos hecho todo eso”; lo anterior causa en el doliente una sensación de incompletud y vacío que ocasiona una desorganización en la cotidianidad de quien sufre la pérdida, tal como lo expresaron los entrevistados. Durante esta desorganización, en muchas ocasiones es el Yo el más perjudicado al tener que verse obligado a una reestructuración en soledad.

Se puede ejemplificar la necesidad de los entrevistados de estar acompañados durante la pérdida a lo descrito por Donald Winnicott, quien comenta al hablar acerca del holding: “De ahí parten los procesos secundarios y el funcionamiento simbólico, así como la organización de un contenido psíquico personal que forma la base de los sueños y de las relaciones vita-

les” (1981, p. 59).

Aplicado a la presente investigación, se encontró que los entrevistados parecían haber sufrido un duelo mucho más extenso y doloroso debido justamente a la falta de sostenimiento que normalmente se recibe en la fase de velación y sepulcro que los remite al consuelo materno de la infancia: “En algún momento nos imaginamos ese funeral llenos de amigos, de familia, de gente, de no darse abasto de las condolencias”, “Traes el dolor y todavía no saber si te contagiaste, no abrazarlos a mis hijos porque sus abuelos se les fueron”, según relatan algunos entrevistados.

La consternación que deja la pérdida en el doliente también la aborda el psicoanalista francés Jacques Lacan, en cierta manera, más a fondo colocando la muerte como una forclusión; respecto a eso Lacan describe:

el agujero de la pérdida en lo real, de algo que es la dimensión, propiamente hablando intolerable, ofrecida a la experiencia humana, y que es no la experiencia de la propia muerte, que nadie tiene, sino aquella de la muerte de otro que es para nosotros, un ser esencial. Esto es un agujero en lo real. Este agujero se encuentra en lo real, y es en razón de la misma correspondencia que la que artículo en la *Verwerfung*, que ofrece el lugar donde se proyecta, precisamente ese significante faltante, ese significante esencial, a como tal, en la estructura del Otro (1959, p. 131).

Aunque a lo largo de la investigación fueron encontrados también ciertos dolientes que no experimentan la *verwerfung* (o forclusión, la no inscripción del significante en el inconsciente, lo cual es un mecanismo mucho más radical que el de la represión), quienes están conscientes de la muerte de su familiar y sus deseos de que éste siga vivo se expresan mediante los sueños. Freud afirma que los sueños son la vía regia al inconsciente y también una forma de expresar directa-

mente los deseos de los soñantes (1900), y aunque los sueños de las personas pudieran parecer distintos debido a la situación que está viviendo cada una en particular, pueden interpretarse como un deseo de que la persona que perdieron se encuentre aún a su lado. Esos mismos sueños en cierto modo reconfortantes también pudieron ser vistos como una forma de las personas de consolarse a sí mismas; por lo tanto, son considerados en estos casos un mecanismo de defensa.

Dichos sueños pueden catalogarse de esa manera debido a que es una forma de sobrellevar una situación que sobrepasa al Yo; respecto a los mecanismos de defensa, Freud los explica como “designación general de todas las técnicas de que se sirve el Yo en los conflictos eventualmente susceptibles de conducir a la neurosis” (Freud, S. citado por Freud, A., 1954, p. 55). Entre las anteriores encontramos principalmente a la represión, la negación, racionalización, intelectualización, formación reactiva, por mencionar algunas; todas aparecen de modo inconsciente en las personas ante cualquier amenaza al Yo.

Durante el proceso de duelo se utilizan algunos de estos mecanismos debido justamente a la amenaza sufrida ante la pérdida, como se explicaba anteriormente en las fases del duelo; sin embargo, en las entrevistas aplicadas se encontraron también algunos otros mecanismos utilizados que no están necesariamente contemplados en esas fases, tales como: 1) la racionalización: “A mí me quedaba la tranquilidad de que ya no estuviera sufriendo”, “Entiendo que todos vamos a terminar en algún momento nuestra fase en la tierra”; 2) la intelectualización: “Cuando la cremaron pregunté pues para qué voy si mi abuelita ya no está”; 3) la introyección: “Se siente la muerte más palpable”. Por mencionar algunas.

Dada la limitada cantidad de participantes con la que se contó durante la investigación (tomando en cuenta las limitaciones de tiempo) no fueron recabadas suficientes pruebas de que todos los dolientes cuenten con mecanismos de

defensa en mayor magnitud que quienes llevan un duelo en condiciones típicas, habiéndose de conformar, por el momento, con la consideración de que quienes están llevando un duelo en estas condiciones sí deben recurrir a un mayor esfuerzo para sobrellevar el dolor.

Se recomienda tomar en cuenta para próximos trabajos relacionados al tema considerar algunas otras formas sobre la manifestación del duelo por parte de los dolientes, como los sueños o las alteraciones del mismo (más a detalle que en la presente investigación), otras formas de haberse despedido que pudieran haber llevado a cabo los participantes y la calidad de la relación con la persona fallecida.

Conclusión

Con las observaciones llevadas a cabo durante la aplicación de las entrevistas y el correcto análisis de los diversos discursos de los entrevistados, se llegó a la conclusión de que la psique humana busca protegerse negando la pérdida y tomando la ira en primera instancia como su defensa, desviando y/o transformando todo sentimiento de tristeza en la misma antes de permitirse aceptar lo ocurrido, por lo cual una correcta despedida es clave fundamental para que el duelo no se vuelva patológico

Ante los resultados anteriormente obtenidos se propone una intervención de origen gestáltico enfocado en la correcta despedida que pudiera llevarse a cabo de forma individual o grupal, con duración de 45 hasta 120 minutos por sesión (dependiendo de la modalidad) y a razón de 3 sesiones a la semana durante una semana para cubrir el objetivo de una correcta elaboración del duelo.

Referencias

Bados López, A. (2008). *La intervención psicológica: características y modelos*. Universidad de Barcelona. <http://diposit.ub.edu/dspace/>

- bitstream/2445/4963/1/IPCS%20caracter%
c3%adsticas%20y%20modelos.pdf
- Burga, R. (2008). *Terapia gestáltica*. Revista latinoamericana de Psicología. Fundación universitaria Konrad Lorenz 1(13). P 85-96, <https://www.redalyc.org/pdf/805/80513106.pdf>
- Crespo Garay, C. (2021). *Las cinco pandemias más letales de la historia de la humanidad*. National Geographic. <https://www.nationalgeographic.es/historia/2020/11/cinco-pandemias-mas-letales-de-historia-de-humanidad>
- Echeverri Dávila, B. (1993). *La gripe Española. La pandemia de 1918-1919*. Centro de investigaciones sociológicas. CIS.
- Egido Mendóza, A. (2020). *El duelo por la COVID-19 es complejo y puede convertirse en patológico si no se trabaja en ello*. ConSalud. https://www.consalud.es/la-entrevista/duelo-covid-19-complejo-convertirse-patologico-no_81530_102.html
- Escudero, X., Guarner, J., Galindo-Fraga, A., Escudero-Salamanca, M., Alcocer-Gamba, M. A., Del-Río, C., Escudero, X., Guarner, J., Galindo-Fraga, A., Escudero-Salamanca, M., Alcocer-Gamba, M. A., & Río, C. del. (2021). La pandemia de Coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19): Situación actual e implicaciones para México. *Archivos de Cardiología de México*, 90(91), 7-14. <https://doi.org/10.24875/ACM.M20000064>
- Flores, L. (2021). *Nuevo León volverá a cerrar espacios para reuniones masivas por nuevo récord de contagios*. El Economista. <https://www.economista.com.mx/estados/Nuevo-Leon-volvera-a-cerrar-espacios-para-reuniones-masivas-por-nuevo-record-de-contagios-20210805-0110.html>
- Freud, A. (1954). *El yo y los mecanismos de defensa*. Paidós
- Freud, S. (1913). *Tótem y tabú. Algunas concordancias en la vida anímica de los salvajes y los neuróticos*. Amorrortu.
- Freud, S. (1917). *Duelo y melancolía*. Amorrortu.
- García Bermejo, C. (2020). *Más de 200 médicos y enfermeras fueron atacados por el estigma asociado al virus en México*. Salud con lupa. <https://saludconlupa.com/noticias/mas-de-200-medicos-y-enfermeras-fueron-atacados-por-el-estigma-asociado-al-virus-en-mexico/>
- Germán González Toapanta, H. (2021). *Pandemias en la historia: la peste negra y la gripe española, covid-19 y crisis capitalista*. Scielo. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.1938>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Huete, Fudio M. (1998). *Las actitudes ante la muerte en tiempos de la peste negra. La península Ibérica, 1348-1500*. Cuadernos de historia medieval (1) <https://es.scribd.com/document/43908702/Huete-Fudio-Mario-Las-Actitudes-Ante-La-Muerte-en-Tiempos-de-La-Peste-Negra-La-Peninsula-Iberica-1348-1500-Cuadernos-de-Historia-Medieval-1-1998>
- IMSS, (10 de junio de 2020). *Sana distancia y medidas generales de higiene principales recomendaciones ante el retorno a la nueva normalidad*. <http://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/202006/382>
- Kübler-Ross, E., Kessler, D. (2005). *Sobre el duelo y el dolor*. Luciérnaga.
- Lacan J. (1959, 22 de abril). *El deseo y el duelo* [clase XVIII]. Seminario 6.
- Larrotta-Castillo, R., Méndez-Ferreira, A.-F., Mora-Jaimes, C., Córdoba-Castañeda, M.-C., & Duque-Moreno, J. (2020). *Pérdida, duelo y salud mental en tiempos de pandemia*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=343864478019>
- OMS, (7 de octubre de 2020). *Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19) orientaciones para el público*. <http://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>
- Ordaz Díaz, A. (2020). *Este es el protocolo para funerarias por muertes de Covid-19 en México*. <https://www.forbes.com.mx/negocios-coronavirus-protocolo-funerarias-por-muertes-de-covid-19-mexico/>
- Otero A. (2017). *Una mala salud bucodental puede aumentar en hasta un 40% el riesgo de muerte precoz*. https://www.abc.es/salud/sepa/abc-mala-salud-bucodental-puede-aumentar-hasta-40-por-ciento-riesgo-muerte-precoz-201707071816_noticia.html
- Oviedo Soto, S. J., Parra Falcón, F. M., & Marquina Volcanes, M. (2009). *La muerte y el duelo*. Artículo.

- https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412009000100015
- Peiró Claudia. (2020). *Nueve conductas extremas que trajo la peste a lo largo de la historia - Infobae*.
<https://www.infobae.com/sociedad/2020/03/19/nueve-conductas-extremas-que-trajo-la-peste-a-lo-largo-de-la-historia/>
- RAE. (2020). *duelo* | Definición | Diccionario de la lengua española | RAE - ASALE.
<https://dle.rae.es/duelo>
- Rodríguez Palacios, E. (2021). *¿Cómo afrontar el duelo en tiempos de COVID-19?* Punto U.
<https://puntou.uanl.mx/expertos-uanl/como-afrontar-el-duelo-en-tiempos-de-covid-19/#:~:text=el%20duelo%20anticipado.-,%C2%BFC%C3%B3mo%20afrontar%20el%20due-lo%20en%20tiempos%20de%20COVID%2D19%3F,falt%C3%B3%20decirle%20esas%20palabras%20importantes%E2%80%9D>
- Serrano-Cumplido, A., Antón-Eguía Ortega, P. B., Ruiz García, A., Olmo Quintana, V., Segura Fragoso, A., Barquilla Garcia, A., & Morán Bayón, Á. (2020). COVID-19. History repeats itself and we keep stumbling on the same stone. *Semergen*, 46 Suppl 1, 48–54.
<https://doi.org/10.1016/j.semerng.2020.06.008>
- Sosa, A. E. (2021). *Cementerios de Ciudad de México, saturados por un nuevo pico de muertes - Los Angeles Times*.
<https://www.latimes.com/espanol/mexico/articulo/2021-01-24/cementerios-de-ciudad-de-mexico-saturados-por-un-nuevo-pico-de-muertes>
- Winnicott, D. (1981). *El proceso de maduración en el niño*. LAIA
- Zibell, M. (2020). *Coronavirus en Ecuador: el drama de Guayaquil, que tiene más muertos por covid-19 que países enteros y lucha a contrarreloj para darles un entierro digno*. BBC News Mundo. Coronavirus En Ecuador: El Drama de Guayaquil.
<https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-52116100>