



**El papel del psicólogo en el abordaje de los duelos derivados de la pandemia por Covid-19:
una revisión documental**

Gheisa Zhulu García Zúñiga
Pablo Navia González

Artículo de revisión para optar al título de Psicólogos

Asesor
Hiader Jaime López Parra, Magíster (MSc) en Psicología

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Psicología
Medellín, Antioquia, Colombia
2022

Cita	(García Zúñiga & Navia González, 2022)
Referencia	García Zúñiga, G. Z., & Navia González, P. (2022). <i>El papel del psicólogo en el abordaje de los duelos derivados de la pandemia por Covid-19: una revisión documental</i> [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
Estilo APA 7 (2020)	



Centro de Investigaciones Sociales y Humanas (CISH).



CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

Rector: John Jairo Arboleda Céspedes

Decano/Director: Alba Nelly Gómez García.

Jefe departamento: Alberto Ferrer Botero.

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Resumen

A continuación vamos a exponer los hallazgos derivados de El papel del psicólogo en el abordaje de los duelos derivados de la pandemia por Covid-19: una revisión documental de una metodología cualitativa y revisión documental, considerando que la pandemia trajo nuevos retos la forma en la que se llevaban los duelo cambió totalmente, puesto que los muertos por covid no pueden ser vistos, lo que consideramos que plantea un reto para realizar el duelo, no solo para quien pierde a un ser querido sino también para los psicólogos que acompañan el duelo.

Finalmente encontramos que a pesar de las dificultades relacionadas con el duelo derivado por covid, no hay teoría ni material nuevo que proponga una nueva forma de enfrentar el duelo por lo que esta sería una revisión documental que invita a generar e indagar por más información al respecto para quienes estén interesados en el tema que a todos nos toca enfrentar.

Palabras clave: artículo de revisión, duelos, pandemia, psicólogos.

Abstract

Next we are going to expose the findings derived from The role of the psychologist in the approach of the bereavement derived from the pandemic by Covid-19: a documentary review of a qualitative methodology and documentary review, considering that the pandemic brought new challenges the way in which the bereavement was carried totally changed, since the dead by covid cannot be seen, which we consider that poses a challenge to perform the bereavement, not only for those who lose a loved one but also for the psychologists who accompany the bereavement.

Finally, we found that despite the difficulties related to covid-derived grief, there is no new theory or material that proposes a new way of dealing with grief, so this would be a documentary review that invites us to generate and investigate for more information on the subject for those interested in the topic that we all have to face.

Translated with www.DeepL.com/Translator (free version).

Keywords: griefs, pandemic, psychologists, review article.

Introducción

El duelo como un proceso inherente a las pérdidas de la vida humana, ha sido un fenómeno o problemática de estudio ampliamente abordada por distintas disciplinas, incluida la psicología, a lo largo del tiempo con la intención de ampliar el campo de conocimiento y prevenir las complicaciones o respuestas disfuncionales ante este (Araujo *et al.*, 2021). Dicho esto, es posible encontrar que la literatura científica alrededor del duelo y del rol del psicólogo en este es basta. Sin embargo, al plantear el duelo en contextos de pandemia por Covid-19 como un fenómeno de investigación en sí mismo, resulta normal que la documentación de rigor científico y académico escasee y apenas vaya surgiendo conforme se va superando la pandemia y se analizan las intervenciones realizadas.

Las definiciones más comunes del duelo enfatizan en la naturaleza del mismo y denotan algunos componentes esenciales de este: es normal y adaptativo, lo que no significa que siempre sea fácil de tramitar o sobrellevar. En esta línea, se dice que el duelo es una respuesta natural a pérdidas significativas, lo que conlleva a un proceso doloroso que termina por favorecer la adaptación a la pérdida; estar en duelo supone la exposición a un conjunto de emociones nuevas y confrontantes, estas indican el enfrentamiento a una nueva forma de vida y de relacionarse con la misma (Ogliastri, 2020). El concepto del duelo es asociado a través una analogía con una herida que requiere de tiempo y espacio para recuperarse y cicatrizar (Villalobos *et al.*, 2020).

En consonancia con lo anterior, Sánchez (2020) dice que el duelo implica un componente emocional por el dolor frente a la pérdida, pero también significa un trabajo de autogestión y de consciencia, ya que esta es una tarea y un proceso con sus respectivos momentos pico y valle. Por ende, en este camino de adaptación y de afrontamiento de una nueva realidad representada en la ausencia del otro (o de lo otro), la persona que sufre el duelo tendrá pérdidas y ganancias a lo largo del proceso que le permitirán concluirlo y/o superarlo. Del estancamiento o imposibilidad para la resolución del duelo depende la posible aparición de un duelo complicado o patológico, este se origina en una experiencia prolongada, conflictiva, desgastante, disfuncional, desadaptativa y/o incapacitante del duelo que un principio sería normal, pudiendo desencadenar la presencia de diversos cuadros clínicos (Larrotta *et al.*, 2020). Existen diversos factores de riesgo que hacen vulnerable a la persona que transita el duelo a vivirlo de una manera más compleja de lo normal, especialmente, estos se derivan de la continuidad de las manifestaciones del duelo normal (en el

cual comienzan a cambiar de manera gradual); mientras que en el duelo complicado las reacciones continúan o empeoran con el pasar de los días.

En cuanto a los factores de riesgo para la experiencia de un duelo complicado Ogliastri (2020) enuncia algunos: el fallecimiento repentino, inesperado o violento de un ser querido; la imposibilidad para recuperar el cuerpo de un familiar o ser querido; el aislamiento social o la pérdida de apoyos significativos; experiencias de duelos no resueltos; dificultad en el acceso a entierros o rituales de duelo tradicionales y culturales; o muchos tipos de pérdidas sucediendo al mismo tiempo. Todos estos factores se han hecho visibles en medio de la actual pandemia. Resumiendo, sobre la diferencia entre el duelo normal y el duelo complicado o patológico es posible establecer que esta no radica en la mera aparición de reacciones, manifestaciones o algunos síntomas como la tristeza, sino en la duración e intensidad de estas y en las dificultades surgidas en la adaptación de la persona a su entorno cotidiano, dado que el proceso de duelo no sigue el curso esperado y altera el funcionamiento normal, interfiriendo en la habilidad del doliente para dar sentido a su vida y para tener una visión positiva u optimista acerca de su futuro (Diego, 2014).

Por consiguiente, dados los efectos negativos y las repercusiones sobre el bienestar de las personas y su injerencia sobre su capacidad de adaptación a la nueva realidad tras la pérdida sufrida, la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) (2014) indica en la sección tres del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5®), la cual se encuentra dedicada a los diagnósticos que requieren mayor investigación, la existencia de una categoría diagnóstica denominada: Trastornos por Duelo Complejo Persistente. Este puede ser diagnosticado una vez transcurridos 12 meses (o seis en el caso de los niños) desde la muerte de alguien significativo para el doliente; a este puede añadirse la especificación con “duelo traumático”, en la que debido a un homicidio o suicidio existen sentimientos de angustia y preocupación persistente dada la naturaleza traumática de la muerte.

Ahora bien, teniendo en cuenta que el proceso del duelo ante el Covid-19 es un fenómeno con particularidades y características propias, con una relativa reciente aparición, el rastreo documental realizado acerca de este problema de investigación permite establecer la poca producción científica referida al mismo, explícitamente en contextos de pandemia, mientras que sobre el duelo en sí mismo el conocimiento es extenso en el escenario mundial, latinoamericano y colombiano; no obstante, se encuentra que en estos tiempos de crisis múltiples asociaciones, entidades, agremiaciones, federaciones, etc., han coordinado esfuerzos para brindar a la sociedad

aportes, guías y recomendaciones en pro de favorecer los procesos de duelo derivados de la pandemia.

El material bibliográfico hallado es claro en reconocer el proceso del duelo en tiempos de pandemia como uno totalmente distinto al duelo como comúnmente ha sido conocido, ya que

Se espera que la COVID-19 tenga un gran impacto en la experiencia de la muerte y el duelo.

A medida que esta enfermedad se extiende por el mundo, la mayoría de los fallecidos han tenido que morir aislados en asépticas unidades de cuidado crítico. Además, la pandemia está afectando la forma en que se atiende a los pacientes con enfermedades terminales, cuándo y cómo las personas mueren por otras causas, y cómo se manejan los cuerpos y se realizan los rituales de duelo. (Briceño *et al.*, 2020, p. 7)

Por su parte, Lacasta *et al.* (2020) refuerzan la necesidad de comprender el impacto de la pandemia sobre el duelo por los fallecimientos a consecuencia de la Covid-19, pues esto nos posiciona ante un escenario diferente, dada la velocidad de los sucesos y la significativa novedad que tiene este proceso; así también lo entiende Montes (2020), quien indica que el mundo en el que vivíamos ya no existe y que la pandemia ha transformado la realidad dejándonos ante un contexto totalmente ajeno.

A pesar de la constante relación de los duelos con la muerte de familiares y/o seres queridos encontrados en la revisión de literatura, aportes como los de Montes (2020) o Díaz (2020) no ligan los duelos derivados de la pandemia única y exclusivamente a las muertes producidas por la enfermedad Covid-19, sino que proponen pensar en una disrupción total en los estilos de vida y en los hábitos establecidos en las diferentes dimensiones de la vida humana (familia, escuela, trabajo, entretenimiento, entre otras), generando múltiples pérdidas en las que por lo tanto se deben enfrentar procesos de duelo. De este modo, a partir de las múltiples afectaciones procedentes de las medidas de confinamiento, del aislamiento, de las respuestas cognitivas y emocionales, etc., las personas fueron sufriendo micro-pérdidas que, sumadas, iban configurando una pérdida mayor, hasta llegar a generar un macro-duelo o un duelo mundial (Mora, 2021).

En relación con lo anterior, Mercedes García & Licto (2021) plantean una mirada alternativa al proceso del duelo, estableciendo una correspondencia directa entre el duelo laboral frente a la pérdida del empleo, situación que se agudizó en tiempos de pandemia. De otro lado y, en menor medida, se halla literatura relacionada con las incidencias de las leyes y los derechos humanos en el proceso de vivencia de los duelos en contexto de Covid-19. Lara & Castellanos

(2020), López *et al.* (2020) y Vásquez (2020) reconocen la importancia del “decir adiós” (hecho que se impidió en la mayoría de los casos debido a los protocolos y normativas para la disposición de cadáveres infectados con el virus), y la afectación a algunos derechos humanos en el marco de la pandemia, imposibilitando a las familias ver por última vez a su ser querido y modificando las circunstancias del duelo que iniciaban.

De acuerdo con lo expuesto hasta este punto, la experiencia de la pandemia supuso el enfrentamiento individual y colectivo a una nueva forma de vida y a unas condiciones que se convirtieron en factores de riesgo para la salud y para todas las esferas de la vida humana, incluida la salud mental como una dimensión susceptible de verse afectada. Para Moya *et al.* (2021) uno de los efectos más significativos de la pandemia son las afecciones a la salud mental de toda la población, más allá de los contagiados con Covid-19, por ejemplo, en el entorno colombiano según cifras del DANE (Departamento Administrativo Nacional de Estadística) recogidas por el autor, para febrero de 2021 cerca de la mitad de las personas empleadas como muestra para una encuesta, manifestaron experimentar altos niveles de preocupación o nerviosismo producto de la pandemia. Cabe señalar que la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2020) evidencia que, tras el duelo, el aislamiento, el miedo, la pérdida de ingresos, entre otros, han incrementado los problemas de insomnio y ansiedad.

Lo anterior permite pensar en la relevancia académica, científica y social del presente trabajo de investigación, gracias a que este propone la ampliación del campo del conocimiento y/o la actualización de saberes acerca de las funciones, capacidades, formaciones, técnicas, estrategias, etc., de los psicólogos en su intervención y abordaje sobre caso de duelos y, particularmente, de los duelos derivados de las pérdidas sufridas por la pandemia. De este modo, las estrategias de intervención pueden llegar a ser más específicas y adaptadas al requerimiento puntual de cada usuario o paciente; el campo del conocimiento puede nutrirse de aportes que le sirvan para seguir expandiendo el alcance de las teorías y la efectividad de las intervenciones ajustadas a un contexto tan particular como lo puede ser el de la pandemia vivida desde el año 2020.

De acuerdo con lo anterior, se reconoce el interés y propósito de este trabajo de investigación por profundizar en las experiencias de los psicólogos en su rol dentro de los procesos de duelo, especialmente en un contexto de pérdidas derivadas de la pandemia por Covid-19, indagando por aquellas técnicas, estrategias y/o herramientas empleadas en su quehacer profesional. Para este fin, se acoge el siguiente objetivo de investigación: Identificar los recursos

teóricos y prácticos empleados por los psicólogos para el abordaje de los duelos derivados de la pandemia por Covid-19, en los distintos escenarios de intervención psicológica.

Metodología

Para dar cumplimiento a los objetivos propuestos y aportar respuestas a la pregunta de investigación, se adopta un enfoque cualitativo de la investigación que delimita la forma en que la información es recolectada y posteriormente analizada e interpretada. Según Hernández *et al.* (2014) este tipo de estudio permite dar profundidad a los datos y favorece una riqueza interpretativa, ya que contextualiza el ambiente de investigación y es un proceso flexible que busca describir, interpretar y comprender los fenómenos o problemáticas estudiadas. En este caso, con la intención de tener un acercamiento al papel del psicólogo en el abordaje de los duelos derivados de la pandemia por Covid-19, se propone la realización de una revisión de la literatura existente al respecto para identificar los recursos empleados por los profesionales de la salud mental en su intervención sobre los duelos en contextos de pandemia.

La revisión de literatura consiste entonces en un rastreo intencionado y selectivo de los documentos más válidos y rigurosos posibles en su relación con el planteamiento del problema, así se ubican las referencias más importantes que aporten a la resolución de la pregunta investigativa (Hernández *et al.*, 2014). Para la ejecución de tal labor, fue realizada una búsqueda dirigida a través de bases de datos como Scopus, ScienceDirect, Scielo, Redalyc y Google Scholar relacionando los términos “duelos”, “pandemia”, “intervención” y “psicólogos” o “psicología” (“*griefs*”, “*pandemic*”, “*intervention*”, “*psychologists*” y “*psychology*”, para las bases de datos con predominio del idioma inglés como Scopus y ScienceDirect); además, los conceptos mencionados se interrelacionaron a partir de los operadores booleanos *AND* y *OR* según conviniera.

De acuerdo con la naturaleza del problema de investigación (duelos por la pandemia del Covid-19) podía esperarse que los documentos hallados tuvieran una notoria novedad en sus publicaciones (a partir del año 2020); sin embargo, para la generalidad de la información y los artículos que complementarían la conceptualización y referenciación teórica en la construcción del presente artículo, fueron aceptadas e incluidas publicaciones entre los años 2012 y 2022. Por otra parte, se pretendió que los documentos revisados se encontraran circunscritos al área de la psicología y que su título y/o resumen contuvieran palabras claves empleadas en la búsqueda y que se relacionaran totalmente con la pregunta y objetivo de investigación, por lo que no se tomaron en cuenta publicaciones que no hicieran referencia o no consideraran intervenciones realizadas

desde el área de la psicología sobre procesos de duelo derivados de la pandemia por Covid-19. La revisión de los textos fue realizada por los dos investigadores de manera independiente.

Una vez identificados los registros y publicaciones coincidentes con el tema y problema de investigación, estos fueron condensados en una tabla de Microsoft Excel para extraer los datos puntuales y específicos referidos a las metodologías implementadas, las muestras empleadas y los resultados de cada estudio revisado. Gracias a este ordenamiento de la información fue factible extraer datos y triangular los mismos para su interpretación, evidenciando similitudes y diferencias, aportes y vacíos, bondades y limitaciones, etc.

Resultados

Actualmente, la literatura científica existente brinda perspectivas amplias y generales sobre la problemática del duelo en contextos de pandemia, disciplinas como la medicina y la psicología son las principales interesadas en el abordaje y profundización de este fenómeno de estudio. En su mayoría, la documentación expone los conceptos y los factores de riesgo existentes frente a los duelos ante pérdidas derivadas de la pandemia, mientras las intervenciones y estudios empíricos, así como su impacto y efectividad aún son materia pendiente, asunto normal y esperado por la novedad de esta problemática. No obstante, fue posible recopilar información que, a criterio de los investigadores, permite arrojar luces acerca del abordaje psicológico de los duelos y el papel de los profesionales en este contexto; de acuerdo con los criterios de búsqueda y con el objetivo de investigación, fueron seleccionados diez registros o documentos hallados en bases de datos para realizar la revisión.

Según la literatura identificada, el grueso de esta centra su interés en el abordaje de los duelos derivados de muertes de familiares a causa de la enfermedad de Covid-19, dejando de lado la intervención de duelos emergentes ante otros tipos de pérdidas durante la pandemia. Para Méndez *et al.* (2021), quienes realizaron una revisión sistemática rápida sobre las estrategias de atención, intervención y afrontamiento del duelo por muertes de familiares asociadas con Covid-19, la psicología se convierte en un apoyo necesario para las familias que sufren estas pérdidas, siendo la atención en línea una de las estrategias más pertinentes para llevar a cabo la intervención. De acuerdo con los autores citados, los servicios de tele-salud y la tele-psicología permiten a los familiares expresar sus emociones y la experiencia de la pérdida familiar; en este sentido, Villalobos *et al.* (2020) reconocen que los abordajes psicoterapéuticos de los duelos pueden estar dirigidos a favorecer la expresión de las emociones en la familia (especialmente la de tristeza) como respuesta al suceso de pérdida y a promover las redes de apoyo social.

Acerca de las técnicas y/o estrategias psicológicas de intervención del duelo en muertes de familiares, Flores *et al.* (2021) exponen de manera superficial que en la actualidad las principales psicoterapias empleadas en el manejo de los duelos son la terapia cognitivo-conductual, la terapia del duelo complicado (TDC) y la terapia interpersonal, indicando que estas pretenden abordar los procesos relacionados con la pérdida y mitigar los síntomas de los recuerdos intrusivos que pueden incrementar la experiencia de dolor; sin embargo, resaltan el papel de la terapia narrativa como una

forma de tratar a tiempo comportamientos evitativos, prevenir episodios agudos del dolor ante la pérdida y potenciar la aceptación de esta a través del discurso y la deconstrucción del mismo. Los autores también mencionan que el uso de fármacos no es una estrategia psicoterapéutica de primera necesidad en la mayoría de los casos, pues estos resultan pertinentes de ser empleados, específicamente, ante la existencia o aparición de trastornos psiquiátricos subyacentes a un duelo complicado o patológico como la depresión, la ansiedad, la demencia, entre otras.

Por su parte, Peña & Hernández (2022) reportan los beneficios de la intervención cognitivo conductual en el abordaje del duelo ante una muerte por Covid-19 e insertan como un elemento de análisis el hecho de que esta sea inesperada y repentina; según lo dicho por los autores, la terapia cognitivo conductual (TCC) es la que muestra mayor funcionalidad y efectividad en el abordaje de los duelos, dado su impacto en la modificación de distorsiones cognitivas y en la reducción de síntomas de ansiedad y depresión. En su estudio de caso de una mujer doliente por la muerte inesperada de su esposo a causa de la Covid-19, fue ejecutada una intervención a partir de TCC de 12 sesiones en las que fueron implementadas técnicas de exposición y de reestructuración cognitiva con resultados positivos (previa aplicación de test y pruebas psicométricas), ya que posterior al tratamiento fueron reducidas las percepciones de culpabilidad y las reacciones desadaptativas en la paciente, de modo que, la modificación de las creencias irracionales o las distorsiones cognitivas acerca del suceso de la muerte fue lograda con éxito; así, los autores concluyen que la TCC es una alternativa confiable y efectiva para el tratamiento de una problemática compleja y a la vez novedosa al ser un duelo en contextos de pandemia por Covid-19, favoreciendo su manejo y previniendo su complicación.

Más allá de las técnicas o estrategias de intervención empleadas por los psicólogos una vez se produce el duelo por el Covid-19, cabe señalar el aporte de Singer *et al.* (2020) quienes adjudican al psicólogo un papel anticipatorio a la pérdida, de preparación ante esta, pues los familiares de personas que padecen Covid-19 y tienen complicaciones en su tratamiento pueden llegar a experimentar un duelo previo a la pérdida (PLG, por sus siglas en inglés: *preloss grief*); de este modo, los psicólogos en entornos hospitalarios actúan como mediadores entre los pacientes, los familiares y los profesionales de la salud, y brindan psicoeducación a las familias sobre el proceso que están experimentando, evitando además la aparición de un trastorno de duelo prolongado (PGD, por sus siglas en inglés: *prolonged grief disorder*). Los autores reconocen la validez y efectividad de las prácticas de telemedicina y telepsicología como una forma de generar apoyo

social, también proponen la terapia del duelo centrada en el significado como un recurso para apoyar a los familiares que sufren la pérdida por la muerte de una persona en la búsqueda del sentido de vida posterior a esta.

En un sentido similar, Eisma *et al.* (2020) expresan su preocupación ante el inminente impacto que representa la pandemia por Covid-19, específicamente ante los posibles diagnósticos de PGD como un fenómeno de salud pública, por lo que indican una necesidad de tratamientos efectivos basados en la evidencia (aunque reconocen que este material puede no estar disponible en todo el mundo); estos autores apelan a hacer una invitación para mejorar la accesibilidad a intervenciones de PGD basadas en la evidencia, haciendo una revisión de los tratamientos de corte cognitivo-conductual tanto presenciales como mediados por la virtualidad. De otro lado, Wallace *et al.* (2020) proponen en su estudio una serie de consideraciones y recomendaciones para los proveedores de cuidados paliativos a pacientes con Covid-19 en función de abordar y mitigar el impacto de los duelos durante la pandemia, reconociendo la novedad que tienen estos procesos en el contexto actual. En este documento se ubica como una labor de los profesionales de la salud, incluidos los psicólogos, el ayudar a las familias a prepararse para una muerte probable y anticipar el proceso del duelo, así pues, la gestión de este proceso debe basarse en la comunicación para reconocer y validar las respuestas emocionales de los familiares.

El papel del psicólogo en el abordaje de los duelos por Covid-19 trasciende la intervención clínica y psicoterapéutica, como se ha visto en las fuentes citadas la psicoeducación y la prevención de las patologías asociadas al duelo también hacen parte de su quehacer. En este sentido, Marisa García *et al.* (2020) muestran la aplicación de un modelo de intervención en crisis para prevenir el duelo patológico y el trastorno de estrés postraumático; este estudio involucra la intervención grupal a trabajadores del sector de la salud con la intención de favorecer la “ventilación emocional”, la búsqueda personal de recursos y/o estrategias de afrontamiento y la detección puntual de personas que requieren una atención individual. Los autores identifican como una labor de la intervención psicológica en la prevención del duelo el acompañamiento a los profesionales de la salud en la comunicación de las noticias desfavorables sobre la condición médica de un paciente a sus familiares.

En pocas palabras, el estudio citado previamente sugiere que el rol del psicólogo en contextos de Covid-19 está en una intervención preventiva dirigida a todos los actores involucrados: profesionales sanitarios, pacientes y familiares. Las intervenciones presenciales

fueron posibles en su mayoría con el personal de la salud, mientras que con los pacientes y sus familiares la intervención fue mediada por herramientas tecnológicas, incluida la conversación telefónica y las videoconferencias. Los autores indican que el trabajo psicológico continúa una vez sucedida la pérdida, pues con el objetivo de limitar o reducir los efectos negativos o traumáticos de la exposición al duelo, es necesario acompañar y monitorear a las familias para verificar la existencia de factores de riesgo que puedan derivar en un duelo complicado o patológico. Así mismo lo describen Lacasta *et al.* (2020), quienes en su estudio buscaron favorecer la elaboración normal y natural del duelo en familiares de personas fallecidas por Covid-19, eliminando factores de riesgo para los duelos complicados e identificando aquellas personas que requerían una atención especializada; para los autores, la atención del duelo debe estar disponible a toda la población afectada por la pandemia, esta debe consolidarse desde todos los niveles de atención en salud, a saber: la prevención, la detección de factores de riesgo y casos con posibles complicaciones, la atención especializada e individualizada y el seguimiento o monitoreo de los procesos intervenidos.

Finalmente, con el aporte de Bertuccio & Runion (2020) se destaca la importancia de reconocer la amenaza que representa el proceso de duelo en tiempos de Covid-19. Los autores identifican la existencia de tres aspectos fundamentales que requieren la atención especializada de la disciplina psicológica, tres escenarios que generan preocupación en la atención en salud: las pérdidas ambiguas, los duelos anticipatorios y los duelos complicados; según este documento, el papel del psicólogo se establece en el reconocimiento de los síntomas y criterios que pueden indicar la existencia de una complicación patológica del proceso del duelo, también se subraya la relevancia de los servicios de telesalud y la intervención psicológica en pro de la búsqueda y fortalecimiento de estrategias de afrontamiento como el pensamiento dialéctico y la creación de significado.

Discusión

El objetivo de la presente revisión de literatura consistió en identificar los recursos teóricos y prácticos empleados por los psicólogos para el abordaje de los duelos derivados de la pandemia por Covid-19 en los distintos escenarios de intervención psicológica, procurando así determinar y establecer el papel de los profesionales en este contexto, por lo que de acuerdo con los intereses investigativos fueron revisadas diez publicaciones. Un elemento a destacar es que, aunque la conceptualización del duelo sugiere que este se produce ante cualquier tipo de pérdida y que, en tiempos de pandemia han emergido múltiples de estas, ya que se ha visto amenazada no solo la salud pública, sino también la economía y el aspecto social poniendo en peligro los medios de vida y el bienestar de las personas (Ruiz & Gómez, 2021), la literatura revisada gira en torno al abordaje de los duelos derivados específicamente de muertes asociadas con la Covid-19 y dirigen su atención a la prevención e intervención de los duelos patológicos o complicados.

El interés manifiesto de autores como Bertuccio & Runion (2020), Marisa García *et al.* (2020) y Lacasta *et al.* (2020) por favorecer los procesos de prevención del duelo patológico o complicado por muertes asociadas a la Covid-19 y la elaboración de duelos adaptativos, así como la detección de casos particulares con exposición a factores de riesgo para su oportuna intervención tiene sustento, por ejemplo, en la evidencia aportada por Eisma *et al.* (2021) quienes establecen que las personas con experiencia de un duelo asociado a Covid-19 informan de un duelo más severo que aquellas que experimentan uno por pérdidas naturales; además, los duelos referidos a Covid-19 implican la experiencia de la pérdida como algo repentino e inesperado. En este sentido, los autores revisados proponen el papel del psicólogo desde la prevención y mitigación de riesgos para el duelo complicado, lo que supone una inversión para evitar la aparición de trastornos y patologías (Fouce, 2020) a partir del apoyo y acompañamiento al doliente en la exploración, búsqueda y utilización de sus estrategias de afrontamiento.

Lo anterior se corrobora con lo encontrado en Eisma *et al.* (2020) y Singer *et al.* (2020), dado que estos autores expresan su preocupación ante la posible aparición de trastornos de duelos prolongados y reconocen estos como fenómenos de salud pública; en este sentido, reiteran la función de los psicólogos en la prevención y reconocimiento de los síntomas asociados a trastornos por duelos complicados. Por otra parte, estos autores resaltan el papel de la anticipación y de la preparación ante el duelo que el psicólogo puede facilitar en los familiares de las personas con

Covid-19; específicamente Singer *et al.* (2020) conciben la aparición de los duelos previos a la pérdida como un asunto de interés clínico para la psicología y, en efecto, los profesionales deben ejercer como mediadores entre los servicios de salud y los familiares con el propósito de llevar a cabo una psicoeducación que anticipe y prepare de algún modo la futura vivencia del duelo.

De la misma forma, Wallace *et al.* (2020) apoyan lo enunciado previamente al proponer como labor de los psicólogos en entornos hospitalarios el ayudar a las familias en esta etapa de preparación ante la muerte de un ser querido y destacan la comunicación como un elemento esencial para alcanzar avances en la mitigación de factores de riesgos; el aspecto de la comunicación también es subrayado por Marisa García *et al.* (2020), estos autores aluden al rol del psicólogo en el acompañamiento sobre la información compartida con los familiares en relación con noticias negativas o desfavorables, pues desde aquí comienza la tarea de prevención de complicaciones en el proceso adaptativo del duelo ante la muerte.

Hasta este punto, los resultados permiten dilucidar el papel que tiene el profesional en psicología para el abordaje de los duelos, especialmente en aquellos surgidos ante las muertes asociadas a Covid-19. Recapitulando, el psicólogo tiene la competencia de reconocer las diferencias entre los duelos normales y/o adaptativos y los duelos complicados o patológicos (posibles conductores a trastornos o cuadros clínicos de fondo), de modo que, en su quehacer favorece la elaboración de los primeros y reduce los factores de riesgo para la aparición de los segundos, asumiendo una postura preventiva; de igual manera, en escenarios de complicación del duelo, debe intervenir sobre estos y procurar la rehabilitación de la persona doliente. Entonces, una vez conocido el papel del psicólogo es preciso reconocer las herramientas de las cuales este puede valerse para su actuar profesional.

Como respuesta inmediata tanto en la prevención como en la intervención propiamente dicha de los procesos de duelo, distintos autores reconocen el aporte de la tecnología ante la emergencia sanitaria y el aislamiento producto de la misma. En consecuencia, la telepsicología se ubican como metodologías válidas y acordes al contexto de la intervención en pandemia, los hallazgos de la revisión sugieren que estas permitieron dar una respuesta efectiva ante la repentina aparición de las crisis favoreciendo la consolidación de apoyos sociales, la expresión de las emociones y la atención de las experiencias de pérdidas familiares (Bertuccio & Runion, 2020; Marisa García *et al.*, 2020; Méndez *et al.*, 2021; Singer *et al.*, 2020). El aporte de la telepsicología se encuentra ampliamente argumentado en Colombia por entidades como la

Asociación Colombiana de Facultades de Psicología (ASCOFAPSI) y el Colegio Colombiano de Psicólogos (COLPSIC), las cuales señalan que esta permite a las personas acceder a los servicios psicológicos de forma oportuna y con calidad favoreciendo una atención con mayor rapidez por la dinámica activa propia del internet, por lo que esta estrategia metodológica resulta idónea para la intervención y manejo de crisis como la enfrentada en la pandemia por Covid-19 (Acero *et al.*, 2020).

Con el uso de la tecnología para sortear los retos del aislamiento y el distanciamiento social, las intervenciones psicoterapéuticas fueron orientadas, según los resultados encontrados, bajo terapias ampliamente utilizadas antes de la pandemia por Covid-19. Si bien se mencionan diversas opciones como la terapia narrativa, la terapia del duelo complicado, la terapia interpersonal o la terapia del duelo centrada en el significado, Flores *et al.* (2021) y Peña & Hernández (2022) coinciden en que la terapia cognitiva conductual tiene un uso significativo en la intervención del duelo, puesto que esta permite reducir con éxito sintomatologías asociadas a la ansiedad y la depresión, a la vez que posibilita la modificación creencias o de distorsiones cognitivas construidas alrededor del suceso de la pérdida y el duelo. De acuerdo con la evidencia, la terapia cognitivo conductual es un recurso teórico y práctico efectivo para el abordaje de los duelos en contextos de pandemia (Peña & Hernández, 2022) gracias a la aplicación de técnicas de intervención como la reestructuración cognitiva, la inoculación del estrés, la desensibilización sistemática, la relajación, entre otras, que permiten la significación y re-significación adaptativa y funcional del proceso del duelo.

Ahora bien, en relación con la intencionalidad de la terapia cognitiva conductual descrita previamente de modificar y adecuar el significado cognitivo (establecimiento de creencias y valoraciones) de la vivencia del duelo de una manera funcional, la terapia narrativa en la que enfatizan Flores *et al.* (2021) tiene un propósito semejante si se considera que esta procura la aceptación de las pérdidas a través de la deconstrucción del discurso acerca de estas, de tal manera que se previenen comportamiento evitativos frente a la realidad posterior a la pérdida y agudizaciones en el dolor experimentado. La validez y efectividad de esta terapia radica en su capacidad para influir sobre el lenguaje y la estructuración del discurso en el doliente para resignificar la experiencia de la pérdida gracias a narrativas alternativas que permiten la adaptación (Massa, 2017), toda vez que es labor del terapeuta favorecer la expresión de las emociones en los dolientes y generar escenarios de respuesta funcional (Villalobos *et al.*, 2020).

En síntesis, la literatura revisada permite identificar que las técnicas o estrategias de intervención, sean cuales sean, procuran generar una respuesta de adaptación y un significado funcional sobre una nueva realidad que implica el enfrentamiento ante la ausencia de aquello que se ha perdido. En el contexto de la pandemia por Covid-19, las principales preocupaciones ante la existencia de duelos complicados o patológicos fueron ante muertes asociadas al virus, siendo las familias las poblaciones más susceptibles de abordar en función del duelo. El papel del psicólogo se establece desde la prevención de la enfermedad mental asociada al duelo, a la reducción de factores de riesgos que propicien la aparición de complicaciones, la intervención y rehabilitación de estas una vez aparecen y el seguimiento de las estrategias adoptadas para el afrontamiento de los duelos. Se resalta así la relevancia del fortalecimiento de las acciones en atención primaria en salud y la potenciación de las medidas de prevención de la enfermedad mental en todos sus niveles, teniendo en cuenta que esto puede servir como una forma de preparación social ante situaciones de crisis como la vivida actualmente.

Conclusiones

El principal factor de interés para el análisis de la información recopilada es la consideración de la novedad que implica estudiar los procesos de duelo en contextos específicos de la pandemia por Covid-19. Por consiguiente, cabe destacar que en la actualidad no hay suficiente material o evidencia empírica que permita reconocer las intervenciones efectuadas ante los duelos de la pandemia; la literatura coincide en que experimentar procesos de duelos asociados al contexto actual tiene sus particularidades y propios efectos, por lo que se reconoce la pertinencia de indagar sobre este objeto de estudio, aunque hasta el momento los impactos reales de este apenas comienzan a ser posibles de estimar. Los documentos revisados sugieren que las intervenciones realizadas en respuesta a la urgencia de la pandemia se dieron con una base en las teorías tradicionales del duelo y las técnicas o herramientas habitualmente empleadas para su abordaje.

Si bien la literatura actual es escasa y no son muchos los aportes que contienen o exponen las técnicas, estrategias o herramientas propiamente dichas que se aplican en contextos de duelos en pandemia, es posible reconocer cuál es el papel y la función del psicólogo en su abordaje: este tiene una tarea fundamental en la prevención de las complicaciones de los duelos, reduciendo y mitigando en los dolientes los factores de riesgo a los que puede verse expuesto y que pueden generar la aparición de patologías o trastornos; a su vez, el psicólogo debe promover la adaptación de los dolientes a su nueva realidad, favoreciendo la búsqueda de factores protectores y estrategias de afrontamiento adaptativas que permitan la elaboración de un duelo saludable y normal (que no significa no experimentar dolor o malestar). También se resalta el papel del psicólogo en la preparación y anticipación para la vivencia de los duelos a través de técnicas de psicoeducación y comunicación asertiva. En síntesis, el psicólogo debe favorecer la (re)significación de la experiencia de la pérdida y de la vivencia del duelo.

En relación con el objetivo de investigación, puede concluirse que los recursos teóricos y prácticos empleados por los psicólogos en el abordaje de los duelos derivados de la pandemia por Covid-19 no tuvieron variaciones o modificaciones en función de la especificidad del contexto de pandemia. Se observa entonces que las teorías y las herramientas o técnicas de intervención sobre el duelo conceptualizadas y empleadas a lo largo de los años en el quehacer psicológico permitieron dar una respuesta adecuada a las demandas de la pandemia, de modo que, hasta la actualidad no se tiene evidencia de la aparición de nuevas técnicas o terapias en razón de la especificidad del

contexto pandémico. No obstante, debe visibilizarse que los efectos e impactos de las intervenciones llevadas a cabo se han visto determinadas por la relevancia clínica que tiene el enfrentarse a una situación novedosa y desconocida como el virus y la enfermedad por Covid-19, los cuales han influido sobre las distintas esferas de la vida humana.

En cuanto a la respuesta de los profesionales de la psicología ante las medidas de aislamiento social y distanciamiento físico, la literatura reconoce la efectividad de la telepsicología como una estrategia metodológica de gran impacto en las intervenciones ejecutadas durante la pandemia. Esta metodología tuvo especial relevancia en el ámbito clínico. La literatura no arroja información sobre intervenciones o acciones de los psicólogos en otros escenarios fuera de lo clínico, a pesar de que como se sabe el sector educativo, el organizacional o el comunitario también se vieron afectados y sufrieron pérdidas en medio de la pandemia, aunque se conoce que la virtualidad medió el contacto social en la mayoría de espacios de relación.

La información recopilada dirige su atención a las intervenciones clínicas individuales y a los duelos derivados de las pérdidas por muertes relacionadas con Covid-19. Sobre lo primero, es necesario profundizar en estudios que describan intervenciones realizadas a nivel grupal y desde una perspectiva psicosocial y no netamente clínica; acerca de lo segundo, si bien las intervenciones de los duelos por muertes pueden equipararse a la gestión de los duelos ante otros tipos de pérdidas, se hace pertinente indagar y ahondar en las posibles semejanzas y diferencias que estas particularidades de las pérdidas pueden determinar en los procesos de duelo.

Para concluir, es prudente reconocer las limitaciones de la presente revisión en referencia a que los resultados aún no son muy específicos o profundos frente a un fenómeno de estudio relativamente reciente; no obstante, es importante y se hace necesario generar problematizaciones y suscitar algunas miradas críticas sobre este tema para favorecer la conceptualización y el mejoramiento de las intervenciones en un contexto tan característico y lleno de particularidades como lo es la experiencia de duelos producto de la pandemia, así mismo, es pertinente propiciar una reflexión sobre los impactos biopsicosociales derivados de este momento histórico de la sociedad.

Referencias

- Acero, P., Cabas, K., Caycedo, C., Figueroa, P., Patrick, G., & Rudas, M. M. (2020). *Telepsicología. Sugerencias para la formación y el desempeño profesional responsable*. <https://www.psicologiaclinica.co/wp-content/uploads/2020/03/TELEPSICOLOGIA-DOCUMENTO-FINAL.pdf>
- Araujo, M., García, S., & García, B. (2021). Abordaje del duelo y de la muerte en familiares de pacientes con COVID-19: revisión narrativa. *Enfermería Clínica*, 31, S112–S116. <https://doi.org/10.1016/J.ENFCLI.2020.05.011>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5®)* (5.ª ed.). Editorial Médica Panamericana.
- Bertuccio, R. F., & Runion, M. C. (2020). Considering grief in mental health outcomes of COVID-19. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S87–S89. <https://doi.org/10.1037/TRA0000723>
- Briceño, B., León, A. H., Medina, N., & González, J. (2020). Anotaciones en torno al duelo durante la pandemia COVID-19 en Latinoamérica. *Revista Latinoamericana de Psiquiatría*, 1(19), 6–12. <http://spu.org.uy/sitio/wp-content/uploads/2021/05/Revista-APAL-2020.pdf>
- Díaz, V. E. (2020). Disrupción, muerte y duelo en tiempos de Covid-19. In *Polifonía para pensar una pandemia* (pp. 182–199). Universidad de Antioquia, FCSH - Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de la Universidad de Antioquia. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/cish-fcsh/20201204021704/Polifonoa-pandemia.pdf>
- Diego, N. (2014). *El duelo: diagnóstico y abordaje del duelo normal y complicado*. Universidad de Cantabria.
- Eisma, M. C., Boelen, P. A., & Lenferink, L. I. M. (2020). Prolonged grief disorder following the Coronavirus (COVID-19) pandemic. *Psychiatry Research*, 288. <https://doi.org/10.1016/J.PSYCHRES.2020.113031>
- Eisma, M. C., Tamminga, A., Smid, G. E., & Boelen, P. A. (2021). Acute grief after deaths due to COVID-19, natural causes and unnatural causes: An empirical comparison. *Journal of Affective Disorders*, 278, 54–56. <https://doi.org/10.1016/J.JAD.2020.09.049>
- Flores, C., Cuba, T., & Cubas, S. (2021). Pandemia por COVID y el síndrome de duelo: ¿un enemigo reemergente en la salud mental? *Revista de Neuropsiquiatría*, 84(3), 247–248.

- <https://doi.org/10.20453/rnp.v84i3.4041>
- Fouce, J. G. (2020). PANDEMIA: COVID-19 – Cómo enfrentar un adiós sin abrazos. *Tiempo de Paz*, 137, 125–132. <https://revistatiempodepaz.org/revista-tiempo-d-paz/pandemia-covid-19-como-enfrentar-un-adios-sin-abrazos-j-guillermo-fouce-fernandez/>
- García, Marisa, Arbulo, B., Mallo, M., Mayoral, M., García, M., Muriel, A., Holguera, S., Ruiz, M., Delgado, T., Sanz, S., Ureña, M., Valencia, F., Parages, A., & Duque, F. (2020). Intervención en la crisis COVID-19 del equipo de Psicología Clínica de la Interconsulta del IPS Gregorio Marañón. *Revista Clínica Contemporánea*, 11(e22), 1–13. <https://doi.org/10.5093/cc2020a17>
- García, Mercedes, & Licto, M. F. (2021). *Duelo laboral frente al confinamiento por la emergencia sanitaria COVID-19 relacionado a trastornos de sueño – vigilia* [Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/24203>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. del P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw-Hill/Interamericana Editores, S.A. de C.V. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Lacasta, M. A., Torrijos, M., López, Y., Carracedo, D., Pérez, T., Casado, C., Rocamora, C., Blanco, L., Iglesias, N., Vidal, E., Trigo, D., & Martí, J. (2020). Impacto emocional en pacientes y familiares durante la pandemia por COVID-19. Un duelo diferente. *Medicina Paliativa*, 27(3), 201–208. <https://doi.org/10.20986/MEDPAL.2020.1188/2020>
- Lara, L., & Castellanos, V. (2020). Derecho a decir adiós, muerte en soledad y duelo crónico en la pandemia COVID-19. *Publicaciones e Investigación*, 14(2). <https://doi.org/10.22490/25394088.4440>
- Larrotta, R., Méndez, A., Mora, C., Córdoba, M., & Duque, J. (2020). Pérdida, duelo y salud mental en tiempos de pandemia. *Revista de La Universidad Industrial de Santander. Salud*, 52(2), 179–180. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-08072020000200179
- López, W., Velandia, A., & Alzate, M. (2020). Derechos humanos en el marco del COVID-19 una mirada desde la psicología. Reflexiones hacia la pospandemia. In N. Molina (Ed.), *Psicología en contextos de COVID-19, desafíos poscuarentena en Colombia* (pp. 169–178). Asociación Colombiana de Facultades de Psicología. Ascofapsi. https://ascofapsi.org.co/pdf/Psicologia-contextos-COVID-19_web.pdf

- Massa, E. (2017). Duelo patológico, tratamiento con psicoterapia narrativa. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(1), 337.
www.revistas.unam.mx/index.php/repwww.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin
- Méndez, M. L., Anzoategui, I., Gómez, Y., González, O. E., López, N., Cardona, L. A., Ospina, L., & Umaña, S. (2021). El proceso de duelo ante la muerte de familiares en tiempos de pandemia por el COVID-19. *El Hilo Analítico*, 7(12), 9–20.
https://revistas.uan.edu.co/plugins/generic/pdfJsViewer/pdf.js/web/viewer.html?file=https%3A%2F%2Frevistas.uan.edu.co%2Findex.php%2Fhilo_analitico%2Fissue%2Fdownload%2F118%2F17#page=9
- Montes, J. (2020). El duelo al mundo de ayer: la vida en la escuela después del COVID-19. In N. Molina (Ed.), *Psicología en contextos de COVID-19, desafíos poscuarentena en Colombia* (pp. 169–178). Asociación Colombiana de Facultades de Psicología. Ascofapsi.
https://ascofapsi.org.co/pdf/Psicologia-contextos-COVID-19_web.pdf
- Mora, E. (2021). Los duelos del Covid-19: Acompañamiento Pastoral desde la Teología Práctica. *Teología Práctica Latinoamericana*, 1(1), 61–80.
<https://revistas.ubl.ac.cr/index.php/tpl/article/view/164>
- Moya, A., Vargas, J. F., Cabra, M., Farfán, A., & Romero, O. (2021). *¿Cómo se relaciona la pandemia del COVID-19 con la salud mental de los colombianos? Resumen de políticas según la iniciativa Respuestas Efectivas contra el COVID-19 (RECOVR)*.
https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Sinergia/Documentos/Notas_politica_publica_SALUD_MENTAL_22_04_21_V7.pdf
- Ogliastri, D. (2020). *Pérdida y Duelo durante la COVID-19*. Centro de Referencia para el Apoyo Psicosocial de la FICR. https://pscentre.org/wp-content/uploads/2020/09/loss_grief_ES.pdf?wpv_search=true
- Organización Mundial de la Salud. (2020, October 5). *Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países, según un estudio de la OMS*.
<https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>
- Peña, M., & Hernández, A. (2022). Intervención cognitivo conductual en duelo por muerte inesperada por la COVID-19. *Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta*, 47(2).
<http://revzoilomarinaldo.sld.cu/index.php/zmv/article/view/3068/pdf>

-
- Ruiz, C., & Gómez, J. (2021). Efectos de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de la población trabajadora. *Archivos de Prevención de Riesgos Laborales*, 24(1), 6–11. <https://doi.org/10.12961/aprl.2021.24.01.01>
- Sánchez, T. (2020). Duelo silente y furtivo: dificultad para elaborar las muertes por pandemia de COVID-19. *Studia Zamorensia*, 19, 43–65. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7718179>
- Singer, J., Spiegel, J. A., & Papa, A. (2020). Preloss grief in family members of COVID-19 patients: Recommendations for clinicians and researchers. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S90–S93. <https://doi.org/10.1037/TRA0000876>
- Vásquez, P. (2020). “¡No mueras, te amo tanto! Pero el cadáver ¡ay! siguió muriendo”: Protecciones específicas, muerte, duelo y derechos humanos en el contexto pandémico. *IUS ET VERITAS*, 61, 146–159. <https://doi.org/10.18800/IUSETVERITAS.202002.009>
- Villalobos, H. A., Prieto, Y., & Sidedor, K. (2020). *Formas de afrontar el duelo por pérdida de un ser querido asociada al Covid-19* [Universidad Cooperativa de Colombia]. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/19888?locale=es>
- Wallace, C. L., Wladkowski, S. P., Gibson, A., & White, P. (2020). Grief During the COVID-19 Pandemic: Considerations for Palliative Care Providers. *Journal of Pain and Symptom Management*, 60(1), e70–e76. <https://doi.org/10.1016/J.JPAINSYMMAN.2020.04.012>