

XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2020.

Duelo y tecnología en tiempos de pandemia: un estudio exploratorio.

Fiotti, Julieta y Borensztein, Karen.

Cita:

Fiotti, Julieta y Borensztein, Karen (2020). *Duelo y tecnología en tiempos de pandemia: un estudio exploratorio*. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-007/236>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/etdS/sd9>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

DUELO Y TECNOLOGÍA EN TIEMPOS DE PANDEMIA: UN ESTUDIO EXPLORATORIO

Fiotti, Julieta; Borensztein, Karen

Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

El presente trabajo hace foco en las repercusiones que el COVID-19 está generando en el proceso de duelo considerando el impedimento de familiares y allegados de poder realizar rituales tradicionales como velatorios y entierros. Espacios que contribuyen a la elaboración del duelo desde lo simbólico. Así mismo, se considera el duelo patológico o complicado que podría generarse ante la pérdida de un ser querido en este contexto. Se pretende abordar cómo el uso de tecnología, en especial las redes sociales, permite nuevas formas de lidiar con esta problemática propiciando la formación de comunidades online de dolientes.

Palabras clave

Covid-19 - Pandemia - Duelo - Tecnología

ABSTRACT

BEREAVEMENT AND TECHNOLOGY IN TIMES OF PANDEMIC:
AN EXPLORATORY STUDY

The present paper focuses on the repercussions that the COVID-19 is generating in the mourning process. Considering the impediment of relatives and friends to be able to carry out traditional rituals such as funerals and other spaces that contribute to the elaboration of the bereavement. Likewise, it is considered the pathological or complicated grief that could be generated before the loss of a loved one in this context. It is intended to address how the use of technology, especially social networks, allows new ways of dealing with this problem by promoting the formation of online communities of mourners.

Keywords

Covid-19 - Pandemic - Bereavement - Technology

Introducción

La actual pandemia declarada el 11 de marzo del 2020 por la Organización Mundial de la Salud ha atravesado y modificado diversos aspectos la vida cotidiana de casi la totalidad de los argentinos. Principalmente desde que se dio inicio al Aislamiento Preventivo y Obligatorio. Por supuesto que este atravesamiento no deja por fuera el campo de la muerte y el duelo.

La imposibilidad de acompañar al enfermo, de realizar los rituales tales como velorios, crematorios, misas, entre otros actos simbólicos que contribuyen en la elaboración del duelo y la imposibilidad también de acompañar a doliente, quien requiere

de apoyo y contención por parte de sus allegados, va en detrimento de una adecuada elaboración de la pérdida, generando así la posibilidad de un duelo patológico o complicado. Surge en este contexto la reflexión sobre el “derecho a despedirse” o el “derecho a decir adiós” que se visibiliza incluso en campañas en algunos países como Italia donde se donaron tablets a un hospital y a un hospicio de ancianos para que los enfermos y sus familiares pudieran despedirse.

Interesa entonces por un lado profundizar respecto de la elaboración del duelo en las condiciones actuales analizando sus consecuencias, y por otro exponer el rol que podría tener la tecnología en ello.

Marco teórico

En el presente trabajo se sostendrá el concepto de duelo desde una perspectiva psicológica amplia considerando al mismo como un proceso intersubjetivo en el cual será necesario transformar y reestructurar el apego hacia la persona fallecida. Autores como Hagman, destacan la importancia del rol que juegan los “otros”, como también los factores sociales que pueden facilitar y/o impedir la recuperación de quienes han sufrido la pérdida de un ser querido. En su abordaje relacional, la afectividad buscaría preservar o restaurar la conexión interpersonal con los otros, ya que muchas de las problemáticas que pueden surgir suelen deberse al fracaso de los demás para comprometerse con los deudos (Hagman 1996).

Las circunstancias ante las que se produce la pérdida, junto con factores sociales que no favorecen el desarrollo del duelo podrían dar lugar a un duelo patológico o complicado (Vedia, 2016).

Horowitz (1980) define el duelo complicado como aquel cuya intensificación llega al nivel en el que la persona está desbordada, recurre a conductas desadaptativas, o permanece inacademáticamente en este estado sin avanzar en el proceso de duelo hacia su resolución. Cabe destacar que experimentar un evento traumático y una pérdida simultáneamente conlleva una doble carga emocional que tiene un impacto especialmente perjudicial en la salud mental del sobreviviente de trauma.

Así mismo, el doliente no solamente guarda relación con su propio duelo si no también, con el del otro, un “condoliente”, es así que se puede reconocer un doble duelo según Allouch (2006, citado en Medina, 2011). Es por medio de la escritura que se expresa la necesidad de memoria de los muertos, que

ya no es posible realizar en comunidad, pero hoy la virtualidad y especialmente a través de las redes sociales dan lugar a esta, a la participación y reconocimiento de estos otros. El ejercicio creador por medio de la escritura es su vez es un recurso para la elaboración del duelo.

Por otra parte, se debe considerar al duelo como algo transcultural, tal como señala Parkes (1998) quien afirma que quienes han sufrido la muerte de un ser querido tienen algo en común, por lo que el duelo tiene un sentido universal que trasciende la cultura.

Como se ha señalado en investigaciones previas hay un creciente uso de tecnología en los rituales funerarios que comienzan a escapar de la esfera de lo analógico (Soto y Fiotti, 2018). Interesa entonces analizar qué puede aportar la tecnología en este proceso de duelo, donde lo analógico no permite una aproximación física.

Estado del arte

Una investigación llevada a cabo por Wallace, Wladkowski, Gibson y White (2020) describe la relación de la pandemia de COVID-19 con el dolor anticipatorio, el dolor privado de derechos y el dolor complicado para las personas y las familias. Se sostiene que el duelo es un factor continuo e importante de la Pandemia de COVID-19 que afecta a pacientes, familias, y trabajadores médicos. Algunos procesos de duelo son novedosos, y esto se vincula con el distanciamiento social, el aislamiento, la incertidumbre, el autocontrol y la culpa relacionada con la imposibilidad para implementar entierros habituales. Otros son típicamente experimentados pero están ocurriendo de forma imprecisa lo cual puede generar efectos devastadores tanto individuales como sociales, a corto y largo plazo.

Así mismo, ante el actual contexto y la preocupación por la elaboración de la pérdida de un ser querido en los tiempos que corren, diversas instituciones ligadas a la temática se han ocupado de redactar guías con recomendaciones para la elaboración del duelo.

El Instituto - IPIR, Duelo y Pérdidas, de Barcelona, desarrolló una guía a cargo de diversos Másters en Intervención en Trauma, Pérdidas y Duelo (2020) donde se exponen recomendaciones entorno a los duelos durante el Covid-19. Algunas de las recomendaciones que se expresan en la guía son: escribir una carta, dirigida al ser querido fallecido contándole cómo se sienten con todo lo ocurrido, o bien a una emoción concreta, a Dios, a la Vida, u otras personas. Otra opción es escribir poemas y mensajes cuyo contenido sea algo que le diríamos a esa persona, como si estuviera aún con vida, recuerdos positivos, sentimientos de agradecimiento, de disculpas, etc. O bien, recopilar textos escritos por otros autores con los que nos sentimos identificados. También sugieren elaborar un diario donde se exprese todo lo que va sintiendo cada día, comprendiendo que aquello que se cuenta y se expresa nos ayuda a tomar consciencia de la realidad de la pérdida y de los propios afrontamientos durante

el proceso. Realiza dibujos, expresando de manera simbólica los sentimientos del doliente, utilizar fotos o vídeos que puedan ayudar a conectar con los recuerdos.

Por su parte, la Sociedad Española de Cuidados Paliativos (2020) generó su propia guía de orientación a dolientes en la cual entre otros aspectos señala que es importante mantenerse conectados aunque sea de manera virtual por videoconferencias o por grupos de Whatsapp.

El 04 de mayo del corriente año, el Psicogerontólogo, Vaca Bermejo, vocal del Área de Ciencias Sociales y del Comportamiento de la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG) expresó en la página oficial de la misma que uno de los cambios más drásticos que hemos experimentado con la pandemia ha sido en la despedida de las personas que han fallecido y que, irremediamente, tendrán su efecto en el duelo de los miembros de su entorno afectivo. Señala que ante la imposibilidad de realizar de manera normal velatorios y funerales, es recomendable realizar otro tipo de ritos, tanto de forma individual como colectiva. Uno de los modos que describe es el de crear un espacio de recuerdo y homenaje de la persona, que puede ser físico en nuestras casas o virtual en redes sociales o alguna web específica para ello, en el que compartamos recuerdos, fotos, vídeos o canciones que nos recuerden a la persona fallecida (Vaca Bermejo, 2020).

Como se puede observar en toda las guías mencionadas se contempla el uso de las tecnologías como herramienta para la elaboración del proceso de duelo durante la pandemia.

En este sentido, estudios señalan que en la actualidad la cara online del duelo se ha establecido como una parte integral del proceso, y concluyen que la motivación de los sujetos para incluir redes sociales en el mismo tiene que ver con quién se intenta establecer comunicación, es decir, las audiencias esperadas (Moore, Magee, Gamreklidze y Kowalewsky, 2017). Este tipo de manifestaciones abarcan desde el anuncio del fallecimiento a amigos y allegados, comunicaciones “con” el ser fallecido, y mensajes que comparten emociones y recuerdos sobre el fallecido con otros dolientes. Finalmente, cabe destacar que así como a comienzos del siglo XX la fotografía postmortem cumplía el lugar de registrar y re-presentar al difunto, dando actualidad y “vida” al fenómeno colectivo del recuerdo, el fenómeno de la transmisión on-line de sepelios, que se ofrece en Argentina, cumple en la actualidad esta misma función dando lugar a la nueva modalidad de poder asistir virtualmente a funerales (Maniuis, 2015). De esta manera es posible observar cómo las TIC resultan funcionales al momento del duelo.

Desarrollo

Los efectos sociales de la pandemia de Covid-19, tales como el aislamiento, el distanciamiento social, y la incertidumbre, no dan lugar a los diversos actos simbólicos que contribuyen en la elaboración del duelo, velorios, entierros, misas, entre otros. Así mismo, se suma la imposibilidad también de acompañar al do-

liente, mediante gestos que requieren de cercanía y contención. Todo ello va en detrimento de una adecuada elaboración de la pérdida, generando así la posibilidad de un duelo patológico o complicado.

En respuesta a la propagación del COVID-19, los países han comenzado a implementar órdenes de “quedarse en casa” a gran escala. Así mismo, hospitales y otras instalaciones están limitando o prohibiendo la presencia de visitantes. A medida que ocurren las muertes, las consecuencias mentales y sociales del aislamiento social y el distanciamiento puede propiciar duelos patológicos o complicados. Es importante entender cómo las circunstancias actuales contribuyen generando un escenario propicio para que ocurra un duelo patológico o complicado en quienes pierden un ser querido en este contexto.

Los duelos complicados o patológicos, pueden presentar síntomas como intrusiones recurrentes de pensamientos sobre la persona que murió, preocupación y tristeza incluyendo pensamientos reflexivos, excesiva amargura, alienación de relaciones sociales, dificultad para aceptar la muerte, y percibida falta de propósito de la vida. Según exponen Wallace et al. (2020), exponen que en una encuesta llevada a cabo en Estados Unidos, la incapacidad del paciente moribundo de decir “adiós” a la familia antes de la muerte se asoció significativamente con duelos complicados o patológicos.

Así mismo, estos autores mencionan que las personas también pueden sentir que están experimentando trastornos de dolor privado, cuando el dolor no se lamenta públicamente. En este sentido, el dolor también puede ocurrir cuando las familias no pueden llorar en prácticas tradicionales de servicios funerarios o ser capaz de asistir al entierro de un ser querido. Muchos funerales y lugares de entierros han descontinuado los servicios durante la pandemia, o han limitado el número de asistentes, junto con otras restricciones, minimizando las opciones de las familias que tienen que llorar la pérdida de un ser querido. Todo ello propicia las condiciones para un duelo patológico o complicado (Wallace et al., 2020).

En virtud de lo antes expuesto, y considerando las guías de sugerencias para los duelos en este contexto, cabe señalar como las redes sociales y la tecnología en general puede contribuir en dicho proceso permitiendo a las personas expresarse mediante los muros, o sentirse acompañada con comentarios, videollamadas, etc. La emergencia de prácticas funerarias digitales se derivan directamente de la digitalización de la sociedad y de la propia existencia de las personas en el espacio real-virtual, las cuales viven hoy en ambas facetas del mundo y la realidad de forma simultánea. La muerte, como parte de la vida, se encuentra invariablemente atravesada por fenómenos similares. La red como soporte diferencial para la elaboración del duelo conforma un fenómeno que se desprende de la adopción social de las TIC así como de su profunda pregnancia en la vida de las personas (Soto y Fiotti, 2018). La expresión de los sentimientos de duelo en las redes sociales es una alternativa para recordar y honrar

a los fallecidos. Memoria que de acuerdo a lo que señala Meyer (2016) puede actualizarse de forma interactiva. Si bien en la actualidad los usuarios de las diferentes plataformas comparten sus recuerdos, será interesante ver cómo estos también irán siendo atravesados por el duelo.

Desde 2018 Facebook permite la transformación de las cuentas de los usuarios que murieron en un monumento; esta página se puede usar para anunciar información sobre la muerte o el funeral (Worden, 2018), publicar recuerdos (por ejemplo, fotos, videos y otro contenido) haciendo público el proceso de duelo, favoreciendo las expresiones de apoyo y la conexión emocional, especialmente cuando la distancia no permite el contacto físico (Meyer, 2016). Las redes sociales más usadas se han ido adaptando como nosotros a estos tiempos de pandemia por medio de diferentes acciones; brindar a sus usuarios información de organizaciones oficiales para evitar la desinformación, motivar a que se queden en sus casas, mantener el distanciamiento social, apoyar a los negocios locales, etc. En esta línea y a medida que avanza la pandemia en nuestro país podrían esperarse más cambios no solo en el contenido que suben los usuarios a sus cuentas, si no también en lo que se propone desde estas redes como espacio de duelo.

Discusión

Cabe destacar que la pandemia, el aislamiento y el distanciamiento social, transcurren al momento de escribir el presente trabajo, por lo que aún queda mucho desarrollo y estudio sobre las consecuencias que esta traerá aparejada, entre ellas, en el plano del proceso del duelo.

Es recomendable el abordaje sobre programas que contemplen la dificultad presentada por los familiares en dar curso adecuado al duelo y los factores que inciden sobre el mismo en vías de prevenir duelos patológicos. En este sentido, se considera fundamental que los profesionales de la salud nos adecuemos a este contexto, y profundicemos en cómo por medio de las redes sociales se pueden manifestar tanto posibles conductas de riesgo como también oportunidades de tramitar en la virtualidad aquello que hoy se deberá dejar en un espacio de espera desde lo analógico o presencial.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Crepaldi, M. A., Schmidt, B., Noal, D. D. S., Bolze, S. D. A., & Gabarra, L. M. (2020). Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37. Recuperado de https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2020000100508&script=sci_arttext
- Hagman, G. (1996). The role of the other in mourning. *Psychoanalytic Quarterly* 65:327-352.
- Horowitz, M. J., Wilner, N., Marmar, C., & Krupnick, J. (1980). Pathological grief and the activation of latent self-images. *American Journal of Psychiatry*, 137, 1157-1162.

- Instituto - IPIR, Duelo y Pérdidas. (2020) Guía para las personas que sufren una pérdida en tiempos del Coronavirus. Barcelona. Recuperado de <http://www.ipirduelo.com/wp-content/uploads/GUI%CC%81A-DUELO-COVID-19-Revisio%CC%81n-Definitiva.pdf>
- Medina, M. D. P. C. (2011). El malestar en el duelo: nuevas formas de relación con nuestros muertos. Desde el jardín de Freud, (11), 229-248.
- Meyer, E. P. (2016). Death in the age of eternity: How Facebook users cope with personal loss. Recuperado de <https://lib.dr.iastate.edu/etd/15772/>
- Maniuisis, S.R. (2015). Gestos supervivientes en las imágenes de duelo: la fotografía post-mortem a comienzos de s. XX en Argentina y la transmisión on-line de funerales. Recuperado de <http://rephip.unr.edu.ar/handle/2133/5453>
- Moore, J., Magee, S., Gamreklidze, E., y Kowalewsky, J. (2017). Social Media Mourning: using grounded theory to explore how people grieve on social networking sites. OMEGA - Journal of Death and Dying, 0(0), 1-29. Recuperado de <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0030222817709691>
- Parkes, C.M. (1998). Bereavement. Studies of grief in adult life. Madison, CT: International Universities Press.
- Sociedad Española de Cuidados Paliativos. (2020). Recomendaciones para familiares para la despedida y el duelo ante la presencia del Covid.19. Recuperado de <http://www.secpal.com/Documentos/Blog/covid19%20duelo%20y%20despedia%20familiares%20documento%20final%20V2.pdf>
- Soto, R. y Fiotti, J. (2018). El duelo en la pantalla: nuevas formas de significar la pérdida. En Memorias del X Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXV Jornadas de Investigación XIV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR.
- Vedia, V. (2016). Duelo patológico: factores de riesgo y protección. *Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia*, 4(2), 12-34. chrome-extension://ohfgljdgelakfkefopgklicohadegdpjf/https://www.psicociencias.org/pdf_noticias/Duelo_patologico.pdf
- Vaca Bermejo, R. (2020). Duelo en tiempos de Covid-19. En Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG). Recuperado de <https://www.segg.es/actualidad-segg/2020/05/04/duelo-en-tiempo-de-la-covid-19>
- 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*.
- Worden, J. W. (2018). *Grief counseling and grief therapy: a handbook for the mental health practitioner*. New York: Springer Recuperado de <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0030222819869396>