



Estudio del comportamiento en la pérdida de un familiar cercano

Autores: Fernanda Carolina Vega Castillo, Diana Esperilla Mendoza, Lucio Illari Hernández Castrejón.

Asesora: MVZ Marisa Calle Monroy

Área de participación: Ciencias Sociales y Humanidades

Categoría de participación: Pandilla Científica Juvenil

RESUMEN:

El duelo es la respuesta normal y saludable de una persona hacia la pérdida de un ser querido. A pesar de ello, los sentimientos asociados con el dolor deben ser temporales, de no ser así, el caso debe ser atendido profesionalmente por un experto del tema, ya que esta es una enfermedad muy seria, si bien es cierto que esta enfermedad se denomina depresión, y es algo que no podemos curar ni evitar, podemos informar a las personas acerca de ella.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN:

¿Cómo ayudar a las personas a sobrellevar una pérdida personal?

OBJETIVO:

Comprender la situación de pérdida en un familiar cercano para evitar la depresión crónica.

HIPÓTESIS:

Si logramos comprender a nivel psicológico la pérdida de un familiar cercano, podríamos evitar la depresión crónica.

JUSTIFICACIÓN:

La distimia se define como un tipo de trastorno afectivo o del estado de ánimo que a menudo se parece a una forma de depresión mayor, menos severa, pero más crónica, es un trastorno depresivo persistente, sus síntomas aparecen y desaparecen durante años y su intensidad puede cambiar con el tiempo, quienes la padecen suelen vivir en un mundo de negatividad y sufrimiento, la distimia afecta al cuerpo, al estado de ánimo y a los pensamientos. Si logramos que el paciente supere la pérdida en menos de dos años, evitaríamos dicho trastorno ya que se trata o incluso erradica por medio de tratamientos psicológico o médicos, tales como la administración de antidepresivos o una serie de sesiones para comentar los sentimientos del paciente, dependiendo de la edad, el tratamiento puede llegar a variar según el caso,

esto puede llevar a otros trastornos psicológicos que conlleven a perder la cordura psicológica e incluso la muerte, de ahí la importancia de una alternativa real a este peligroso problema.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

EL DUELO que se define como los cambios y reacciones físicas, emocionales, intelectuales y cognitivas que ocurren durante el proceso de cicatrización de una herida (psicológica) por la pérdida de un ser querido, mismos que pueden presentarse ante el conocimiento de la propia muerte u otras pérdidas importantes en la vida", otros doctores lo denominan "PENA" considerándola como "el proceso normal de reacción interna y externa a la percepción de la pérdida, estas reacciones de pena pueden ser: física, psicológica, sociales o emocionales". Es una alternativa para evitar que se desarrolle un grado preocupante de depresión persistente, llegándola a clasificarla como "GRAVE" que se define como: "el número de síntomas super notablemente a los necesarios para hacer el diagnóstico, la intensidad de los síntomas causa un gran malestar y no es manejable." importantes en la vida", otros doctores lo denominan "PENA" considerándola como "el proceso normal de reacción interna y externa a la percepción de la pérdida, estas reacciones de pena pueden ser: física, psicológica, sociales o emocionales".

METODOLOGÍA:

1.- Realizar las 150 encuestas



2.- Realizar la entrevista hacia un tanatólogo



3.- Redactar el producto final (un manual de guía o apoyo para acompañar a la pérdida y hacer de ella algo menos doloroso)



RESULTADOS:

Obtuvimos un manual de apoyo emocional de 25 páginas, de fuente modern love caps 18, impreso a ambos caras que contiene los resultados de la investigación, 14 ilustraciones, prólogo, introducción y 10 temas básicos tales

como: ¿Qué es un duelo? ¿Cuáles son sus etapas?

DISCUSIÓN:

Dentro de la literatura comercial encontramos diversos textos que explican técnicas de tanatología para diferentes edades, algunos están redactados con lenguaje técnico, lo que significa, que muchas personas no comprenden del todo los pasos que se plantean y cómo diferenciarlos de otros trastornos.

Creemos que nuestro manual explica de manera clara y sencilla una guía para acompañar a niños y jóvenes en la pérdida de un familiar.

Con esto, no decimos que es una receta infalible, únicamente es un apoyo y sugerencias de cómo actuar en situaciones dolorosas y de difícil aceptación y entendimiento para algunas personas.

CONCLUSIONES:

El duelo es la respuesta normal y natural ante la pérdida de un ser querido, esta suele ser física y desencadena múltiples síntomas, tales como: ansiedad, ira, etc. El manual de apoyo emocional compendia una serie de recomendaciones basadas en opiniones de profesionales de la salud que aborda de manera ligera y sensible el tema de la pérdida logrando así una mejor aceptación y comprensión de sus situaciones

BIBLIOGRAFÍA:

<https://www.cancer.net/es/asimilaci%C3%B3n-con-c%C3%A1ncer/manejo-de-las-emociones/duelo-y-p%C3%A9rdida/entender-el-duelo-y-la-p%C3%A9rdida>

<https://www.bbc.com/mundo/noticias-43893550>

Psicopediapsicopedia.org › fases-duelo-superar-

perdidahttps://psicologiyamente.com/clinica/etapas-del-duelo,