

Proceso del duelo asociado a la pérdida de un hijo en etapa gestante

Grieving process associated with the loss of a pregnant child

Geraldine Mendoza Peñaranda

Resumen

Este artículo expone acerca de un tipo de duelo especial: duelo ante la pérdida de un hijo en la etapa gestante. Dando a entender el paso por el duelo y los mecanismos de afrontamiento mostrando cómo este proceso es algo más que superar un dolor. Involucrando un proceso psíquico; Es así de esta manera como la teoría psicoanalítica, desde Freud hasta las perspectivas actuales, propicio distintos sustentos para la comprensión y análisis del proceso interno de carácter metal/psíquico por el que se atraviesa ante la pérdida de algo amado. Así también se han examinado los aportes de Lacan, mostrando la variante clínica relacionada con el proceso.

Palabras claves: Duelo, perdida, mecanismos de afrontamiento, ausencia.

Abstract

This article deals with a special kind of duel: mourning the loss of a child in the gestating stage. Showing how this process is more than just overcoming a pain. Involving a psychic process; It is as well as psychoanalytic theory, from Freud to current perspectives, has provided theoretical contributions that allow us to understand and analyze the intrapsychic process that goes through in the absence of a beloved object. Lacan's contributions have also been examined, showing the clinical variant related to the process.

Keyword: Grief, loss, coping mechanisms, absence.

Introducción

“...Cuando la muerte alcanza a nuestro padre, a nuestro consorte, a un hermano, a un hijo o a un caro amigo, sepultamos con él nuestras esperanzas, nuestras demandas, nuestros goces, no nos dejamos consolar y nos negamos a sustituir al que perdimos. Nos portamos entonces como una suerte de Asra de esos que mueren cuando mueren aquellos a quienes aman...”- S. Freud (1915 / 6)

El psicoanálisis le da mucha importancia al sentido de la palabra y es por esto que para él es fundamental hablar al momento de la pérdida, pensarla o en muchos casos nombrarla; pues la expresión del dolor por medio de las mismas se puede llegar a una mejor elaboración del duelo.

Se tiene claro que la comprensión de procesos tan complejos como la depresión y el duelo no es sencilla y además presenta la posibilidad de trabajarse desde distintas miradas y distintas teorías.

El duelo es la reacción frente a la pérdida de una persona a la que llamaremos en este caso “objeto”. El duelo es entonces una reacción normal

frente a la pérdida de algo querido, un acontecimiento vital que se considera estresante en primera magnitud para quien vive la pérdida. Es un proceso único e irrepetible, llamado dinámico y cambiante.

El duelo es una variación teniendo en cuenta la persona, la familia, su cultura, su sociedad y como se trabaja conforme al tiempo estimado con cada persona.

Al revisar la etimología de los términos, duelo viene de las raíces latina “dolus” y “duellum” las cuales hacen referencia al dolor desde un punto de vista psicológico, mientras que la segunda palabra expresa la idea de desafío. Desde el psicoanálisis se entiende al duelo como algo más allá del dolor, un pesar o una aflicción.

Esto admite un desafío hacia la propia estructura mental del sujeto, es un trabajo entre lo que se conoce como real y por otra parte como lo simbólico. Al experimentarse una pérdida y/o falta de lo real, esa falta alcanzara lo imaginario del individuo o doliente como se le reconoce dentro del psicoanálisis al ser.

Lacan por medio de sus aportaciones comprende que la falta o agujero en lo real se moverá por medio de un orden simbólico, que dará lugar a una recomposición de lo que es significativo para los individuos, en la medida en que el sujeto se encuentra afrontando la pérdida.

A partir de la psicología, el estudio de la pérdida y el trabajo de duelo es imposible que ambas vertientes puedan separarse, teniendo en cuenta que, desde la teoría psicoanalítica, trabajar juntas las partes son de suma importancia: al perder algo, bien sea una persona o un objeto, el duelo es un proceso normal como reacción después de una pérdida, no como un proceso poco probable puede tratarse de trabajar.

La pérdida como proceso se considera natural ya que el ser humano cumple con ciertos recursos para afrontar el proceso. Sin embargo, dentro de cada persona, se vivencian distintos momentos al superar las pérdidas. En el caso de la mujer en etapa gestante, el proceso de pérdida es tan importante como el de otra persona propiamente dicha.

A partir del primer mes de gestación, las mujeres con el deseo de ser madres

crean un imaginario frente al crecimiento, nacimiento y vida del bebé en su vientre, por ello, al momento de darse una muerte como la de un hijo, no solo está muriendo físicamente un niño (objeto) sino también muero con él una serie de sueños, expectativas, proyectos, que no podrán lograrse y/o ser vividas. Este duelo repercutirá en distintas áreas, desde lo social, lo emocional como algo importante y de una manera u otra afectaría la vida de pareja (en algunos casos) y los vínculos socio afectivos con otras personas.

Teniendo en cuenta lo anterior, a partir de este problema principal, se conducen a distintas hipótesis tras la muerte de un hijo, lo que se conlleva a preguntarse, ¿Cómo puede darse la comprensión de la pérdida? ¿Cómo se puede afrontar la pérdida? Y que expresa la mujer frente al proceso de pérdida, el sentimiento que esta padece y como afecta cada uno de sus procesos intrínsecos y/o extrínsecos.

Lacan refiere que tratar el duelo no es solo a quien pierde el sujeto, sino que pierde él en esa pérdida. difiere esto en la clase del 30 de enero 1963 cuando afirma que “solo estamos de duelo por alguien de quien podemos decirnos yo era su falta”

(Lacan. 1963, p.155). esto es que el duelo solo es posible si fuimos la falta de aquel objeto amado; por esto quien asume el duelo siente que una parte de si se va con el muerto.

Etapas del duelo:

Según el psicoanálisis las etapas que presenta el duelo son *cuatro*:

Etapa 1: En la primera etapa persiste un reconocimiento de la pérdida; es necesaria la aceptación del objeto perdido. Es de suma importancia el reconocimiento ante la pérdida, es evidente la ausencia del objeto perdido, por ello existe un manifiesto, y el sujeto que enfrenta esa pérdida es consciente de ello, luego de esto brotan los sentimientos de culpa y ambivalencia hacia ese objeto perdido, concurren en el individuo que enfrenta el duelo, pero no ocupan un lugar elevado. Suele existir un nivel de idealización a lo perdido. Aceptar dicha pérdida es indispensable ya que la negación palpita fuertemente en el individuo vivo, alejándolo completamente de la realidad afectando su desarrollo en lo existente.

Es en esta etapa donde surgen números interrogantes como ¿es justo esto? ¿Por

qué a mí? ¿seré feliz después de todo esto? ¿continuará mi vida con su ausencia? Etc. Todas estas preguntas surgen en determinada situación. La negación es un factor inevitable por el que se atraviesa y del que al final hay que salir para asimilar la pérdida, el negar es un mecanismo de defensa usado para asegurarse a la realidad que espere, que aun no se está perdido. Al asumir la noticia se bloquea todos los sentidos, alejándose de la realidad, el tacto, la escucha, el pensar, el entender forma una capa gruesa en el individuo permitiendo de este modo un aislamiento vivencial.

Etapa 2: esta etapa hace referencia al retiro progresivo del libido del objeto perdido con el objeto perdido, es aquí donde los recuerdos, aspiraciones, el haber planeado un futuro con el muerto generan angustias, desesperación, incapacitando la posibilidad de que la persona que enfrenta la pérdida realice actividades y fortalezca su productividad, dejando a tras toda disposición de trabajar o realizar alguna actividad que realizaba comúnmente en su diario vivir. En esta segunda etapa se debe tener muy presente el reconocimiento y aceptación de las emociones para drenar todas aquellas

emociones negativas que permitan avanzar en este proceso.

Etapa 3: en esta tercera etapa propuesto por Freud, “parte de la reincorporación del objeto perdido al psiquismo, y se mantiene una identificación con el mismo”, es decir que al reconocimiento del objeto perdido se acepta aquella pérdida, pero no se va al olvido, se recuerda con cierta ternura alejando un poco todo el dolor que se vivió al momento de la noticia.

Etapa 4: consiste en el valor del proceso del duelo, en donde se reconecta nuevamente con el mundo real, con el presente, permitiéndole al individuo una nueva interacción con las personas y nuevos objetos, liberando aquel psiquismo de abstenciones. Es el último paso a seguir en el proceso del duelo. No es fácil enfrentar una pérdida, luego de haber perdido el objeto no hay forma de retroceder a lo sucedido, se cree en la imposibilidad de poder salir de dicho dolor, pero si no se experimenta el precio de pagar es muy alto, el llegar a hasta esta fase no es tarea fácil, pero con trabajo y fortaleza se puede lograr.

Afrontamiento ante la pérdida:

A partir de la pérdida, la madre muestra principios de realidad, pues su objeto se encuentra perdido, mediante una sucesión de algunas acciones particulares, los cuales pueden generar un desgaste de energía y de tiempo, dado que el sujeto está en un proceso de afrontamiento que sucede en deshacer, disolver y aceptar los recuerdos y superar la esperanza la cual estaba ligada a través de lo que antes se había expresado como procesos netamente imaginarios donde se habían puesto distintos deseos y metas.

Freud expresa el trabajo del duelo como afrontar la pérdida y aprender a vivir con ello es trabajar la subjetividad integrada, a partir de esto desaparecer rasgos de amor privilegiados que se le dio al individuo y/o objeto.

Es sumamente importante reconocer que el proceso del duelo es bastante largo y difícil, que hay un proceso de reconstrucción y un camino largo el cual busca recuperar propiamente dicho los principios de realidad de cada persona, de un camino en el cual se busca que la persona se muestre nuevamente como alguien libre y desinhibido.

Por ello, la gran carga emocional que lleva la pérdida de un hijo hace del

proceso un momento más allá de la sustitución del objeto, un proceso de crecimiento interno del trabajo desde el simbolismo e imaginario inconsciente, volviendo a lo real y evidente, donde se buscara no solo aceptar la pérdida, si no afrontarla hasta el punto que los estados de pena y/o melancolía sean reducidos en gran manera y no sustituir o rellenar huecos generados por la pérdida, si no el convertir aquello en algo distinto, que permitirá que el proceso de duelo ante esta situación sea mucho más satisfactorio.

Para Freud nada puede sustituir la manera radical de la pérdida de una persona amada, porque más allá de la característica real o imaginaria, el encuentro entre madre e hijo está marcado por lo irreductible de la presencia de él en ella y el proceso vivencial que ambos sujetos viven, pues encuentro e interacción con el objeto juega en cada historia humana, especialmente para la madre, un papel importante que no puede ni asimilarse, ni reducirse.

La diferencia que está dentro del proceso del duelo reside en aprender a asimilar y ver más allá del duelo y más

allá de las propias separaciones con el objeto de que se busca superar, aquel amado. Por ello, pensar en la pérdida permite reconocer lo que el sujeto ha perdido, acepta lo que ha perdido, lo delimita y lo valora sin degradar el objeto de su amor.

Elaboración del duelo:

Dentro del proceso del duelo, lo que se busca es que al final el sujeto haya asumido que la persona ya no existirá más o en este caso de la pérdida de un hijo, el ideal que fue creado pueda irse perdiendo y encontrarse de algún modo dispuesto a crear nuevos vínculos afectivos con otros seres y/o objetos, tratando de varias los deseos.

Este trabajo de elaboración puede realizarse con mucha resistencia de parte del individuo, ya que se crea un momento de negación de la realidad debido al dolor provocado que viene muy seguido de la pérdida, todos estos síntomas presenciados son normales al hablar en esta situación, por lo que propiamente dicho será bastante lento y sobre todo doloroso, teniendo en cuenta que por momentos será difícil de aceptar.

Dentro del proceso del duelo, se juega un papel de ambivalencia que existe en todo vínculo humano, lo cual genera en ocasiones sentimientos de culpa y autorreproches, en el caso de la pérdida por embarazo, es bastante normal que exista este choque, lo cual lleva a que se pueda superar luego de un afrontamiento mucho mejor el proceso de la pérdida.

El ser humano es un ente vulnerable y esto afecta sus áreas, dimensiones o facetas. Pero esta vulnerabilidad es lo que afirma que lo eterno es subjetivo, que la aceptación de la pérdida permite que la superioridad imaginaria acabe y que la vida puede acabar a pesar de lo mucho que se desee que se continúe con esta. Esto significa aceptar que a pesar de ver la muerte como algo indebido y no deseoso, de igual manera se puede trabajar, vivir y avanzar a pesar de ella y a través de ella.

El sufrimiento acepta cierta parte de él hecho de sufrir, y la forma en que este se puede enfrentar, darle vueltas, hasta llegar al punto de comprender su significado y sus conexiones. No se puede impedir el sufrimiento, pero la necesidad de enfrentarlo es el comienzo de un camino para superarlo.

La necesidad de expresar el sufrimiento propio es el primer paso para la superación. La cultura actual ignora o evade la muerte. Es considerado como un tabú. También muchas veces la soledad, el miedo, el abandono y la impotencia componen el último acto de la vida.

Duelo y melancolía:

Es útil distinguir el duelo de la melancolía, ya que ambas partes presentan características muy similares, pero los síntomas cambian con el tiempo en el duelo, mientras que en la melancolía no hay mejoría algunos síntomas.

La melancolía se trata de una pérdida inconsciente en el propio sujeto y llama la atención del mismo sujeto en cuestión. Se crea un alojamiento de desengaño en una parte de sí mismo. El duelo y la melancolía se convierte en un conflicto de ambivalencia, la pérdida y el desengaño al mismo tiempo.

La melancolía tiene algo bastante singular en el área anímica, pues cuando se acaba el interés por lo exterior, se ve una pérdida en la productividad y se ve denigración propia, las cuales son bastante características de la etapa del

duelo, pero no por medio de la perturbación propia del sentimiento, sino separada de esta.

En el duelo, el mundo se hace pobre y vacío; en la melancolía, eso le ocurre al yo mismo. No solo hace presencia a la pérdida si no que estudia la pérdida como algo de lo que se puede culpar propiamente, aunque esta no sea la verdadera razón, ya que le da una significancia a la misma que lo lleva a creer que así fue.

El cuadro nosológico de la melancolía destaca el desagrado moral propio, algo que puede expresarse cuando no hay un proceso de superación o elaboración del duelo, teniendo en cuenta que los objetos tienen una apreciación distinta desde el punto de vista melancólico.

Hay algo que es lo que permite que se pueda dar un proceso de melancolía y no de duelo mismo, y es la fijación con el objeto de amor, si esta es muy fuerte, es probable que no se dé una buena elaboración del duelo. Ya que el duelo por sí mismo, a pesar de tener una fijación por un objeto, su característica no se basa en creer que la culpabilidad de la pérdida es propia, si no del medio mismo que le

afecta específicamente. Sin embargo, la melancolía como se había respaldado anteriormente toma representaciones del duelo, pero no su fuerza frente a la pérdida real.

Al hablar del *duelo* y *la melancolía*, se aporta una lógica para entender las renunciaciones de aquello que se había tomado como propio, no solo ante la pérdida de un objeto amado o un ideal, sino también desligarse de los subjetivo propiamente.

Por ello, es importante hablar de estas dos vertientes, ya que hay duelos que exigen distintos trabajos de análisis para trabajar el sufrimiento, con el objetivo de que se abandonen distintas fijaciones que son originadas por el padecimiento propio del duelo en cuestión.

Freud señalaba que frente a la subjetividad melancólica se describe que paradójicamente, luego de un proceso de elaboración y aceptación del duelo, se puede encontrar un sustituto del objeto resignado y/o perdido.

En conclusión, la melancolía y el duelo tienen aportes significativos para la formalización de distintos conceptos, esto enriquece la complejidad del vínculo del

sujeto con sus objetos y la subjetividad frente a la pérdida de estos.

Melancolía

Freud define la melancolía como una reacción luctuosa a la pérdida de un objeto amado que se sustrae a la conciencia, es decir que es una carga erótica donde no se tiene conciencia ante la pérdida.

La melancolía se relaciona tan bien del duelo que tiene características muy claras que describen el dolor, pero a pesar de que guardan una relación basta con identificar que el duelo es una reacción normal y necesaria mientras que la melancolía es una patología inexplicable. Claramente, la melancolía como el duelo son la reacción presentada ante la pérdida de un objeto amado.

El sujeto melancolizado funda un vínculo libidinal con algún objeto determinado. Por algún motivo, genera una ruptura de una relación objetiva abandonando la carga del objeto. El yo forma una jugada importante en el proceso ya que entra en un conflicto con

el objeto perdido formando un trance del yo con el yo.

Rituales del duelo

Dentro de la aceptación y el duelo, existen circunstancias en torno a algunas pérdidas que llevan a celebrar rituales como se le es conocido desde el psicoanálisis, los cuales están muy ligados al país, cultura o muertes teniendo en cuenta el nivel de gravedad de esta, como, por ejemplo; muerte intrauterina o durante el parto. En casos muy específicos, los dolientes tienen la necesidad de hacer un ritual o despedida especial.

En la cultura colombiana, debido a la tendencia cultural de trabajar todo lo relacionado con la muerte, sin exageran, siempre hay una adaptación frente a las tradiciones y necesidades de las familias.

Por otro lado, estos ritos pueden permitir que el doliente tenga una oportunidad de hacer más real la pérdida, permitiendo que se cumpla una función de compartir el dolor, tener una

oportunidad de despedirse del ser querido y de algún modo acelerar el proceso de aceptación.

De esta manera la mente tendrá la posibilidad de participar en la experiencia de marcar el inicio, la lucha y el final del proceso de duelo. Se necesita demostrar que el dolor es ineludible y que eso permite trabajar procesos internos que ocasionaran que el individuo no se aferre a fantasías de continuidad.

A nivel social, en el proceso de duelo en casos de mujeres que han perdido a sus hijos en etapa gestante, es muy significativo poder procesar por medio de rituales las pérdidas, teniendo en cuenta que esto permitirá que se haga una despedida, la cual permitirá que el dolor, bien sea palpante, real y poco imaginario o subjetivo.

Poder simbólico de los ritos

Hay una serie de momentos que requieren ser marcados, en este caso procesos del duelo que deben generar una marca en el ser humano. Por ello se necesitan símbolos para delimitar los momentos de cambio, logro o superación,

además de poder estar preparados para poder despedirse de los fallecidos.

La pérdida no es un acto que implique olvido como anteriormente se planteó, implica mucho más un acto de profunda aceptación de lo que se vivió, constituye a símbolo que recoge los hechos conscientes de la muerte de un ser querido, que más allá de su importancia imaginaria, también la tiene a nivel emocional.

Por todos estos motivos, además plantear un tiro de despedida simbólico, puede suponer un avance en la elaboración del duelo, ya que el doliente puede tenerlo en cuenta y podrá encajar en su proceso concreto.

Falsas creencias del duelo:

Omitir el sentir la pérdida para no tener sentimientos de tristeza: falso, es totalmente sano permitirse sentir y hablar de la ausencia del objeto perdido, el duelo cuenta con el objetivo de encontrar formas saludables acerca de asimilar y afrontar la pérdida, y como se puede enfrentar a la vida cotidiana. Cuando un objeto amado se va, se van con él toda esperanza y proyección que se tenía, se

desplomados tantos proyectos, por esto es fundamental hablar y permitirse vivir el duelo ante la pérdida, para no reprimir ningún sentimiento y poder avanzar en lo que la vida tiene preparado para el individuo.

Solucionar el duelo quiere decir que se olvida de la persona difunta: No, el proceso del duelo no se abstiene a vivir y sentir el dolor ante la ausencia. Este proceso implica diferentes tareas que se deben vivenciar y experimentar en todo el juicio, se crean consigo una nueva visión del mundo, nuevas adaptaciones para facilitar la vida diaria.

El objetivo del duelo es cerrar un ciclo y avanzar: el objetivo es aprender a soportar la pérdida implementando estrategias de afrontamiento de manera significativa, el duelo tiene como fin establecer cierta conexión con el objeto perdido, al transcurrir el tiempo, el malestar que genera es experimentar con la pérdida, no se trata de hacer a un lado esa parte de la vida, sino de crear un significado diferente.

El duelo debe terminar en un año: Falso, el duelo no tiene tiempo estipulado, cada persona experimenta su

dolor a su manera, unos casos son muy cortos y otros prologados, el período de recuperación varía según la persona, cada quien marca su ritmo, esto no quiere decir que el duelo es interminable, es importante reconstruir todo aquello que se ha derrumbado en aquellas etapas de dolor y culpa; es fundamental reivindicar la confianza en lo que va a estar bien, asimilar y continuar construyendo nuevas cosas en la vida.

El tiempo lo cura todo: es cierto que el duelo toma su tiempo, así como también requiere de mucho esfuerzo por parte del sujeto para resolverlo. Es decir que no hay que pasar por alto que la persona que está en proceso de duelo asume un reto, y no se va a resolver por sí solo si no se implementan estrategias de afrontamiento ante la pérdida.

Debes permanecer fuerte: sufrir ante la pérdida es un golpe muy fuerte y es algo normal, está permitido desplomarse, por consiguiente, se agotan las fuerzas; es evidente que recuperar las fuerzas es algo indispensable, no se debe tener afán en vivir el proceso, todo marca un ritmo y es necesario ser parte de cada momento. Está bien demostrar las debilidades sin miedo, sin máscaras, la tristeza es una

causa normal y necesaria en el proceso del duelo.

Las mujeres sufren más que los hombres en el proceso del duelo: Las mujeres suelen mostrar más sus emociones que los hombres, pero esto no quiere decir que sufran más que ellos, es una falsa creencia.

¿Es preocupante si la persona que sufre un duelo llora demasiado? : Llorar hace parte del proceso, es una reacción natural al enfrentar la realidad y asumir que el futuro no va a ser de la forma en que se tenía planeado con el objeto perdido. Toma tiempo reconstruir esa imagen partida, para alguno es necesario recurrir al llanto ya que libera tensión y toxinas producidas por el trauma.

El duelo es como una depresión: Si bien es cierto que ambos mantienen una relación en cuanto a las manifestaciones del dolor como el llanto, la tristeza profunda y el desapego en ciertos aspectos, el duelo es una reacción normal ante una pérdida, pero no es como una depresión, por lo tanto, este mito es falso.

El duelo solo ocurre cuando un ser querido muere: El duelo es una reacción

normal ante un objeto perdido, pero no solo se presenta ante la muerte de un ser querido, puede manifestarse por el duelo a la patria, a la pérdida de una mascota, al padecimiento de laguna enfermedad, estos otros tipos de duelo suelen ser más silenciosos y menos reconocidos.

El duelo y el luto son lo mismo: El duelo hace referencia a la respuesta de un sujeto ante el objeto perdido, mientras que el luto es la locución externa del duelo, en otras palabras, el luto es la respuesta social que se muestra ante los demás.

Cuan mas grande sea el cariño de la persona fallecida, es mas profundo el duelo: falso. No existe ninguna regla que estipule lo anterior, el duelo es un proceso lo cual dependen de muchos factores, no solo el amor por lo perdido.

El duelo es un proceso lineal: Es cierto que el duelo es un proceso dinámico que conlleva muchos cambios, por el cual se dividen en etapas, pero no todo sujeto pasa por ellas o en el mismo orden, todo se basa en la reconstrucción de significados, asociados al objeto perdido.

Conclusiones

En este Artículo se pretendió cumplir con una visión acerca del manejo del duelo asociado a la pérdida de un hijo en etapa gestante. Cada individuo experimenta su propia experiencia de forma diferente, como lo es el apego con el objeto perdido, y también lo es su forma de afrontar esa pérdida. sin embargo, el aprendizaje de los profesionales para desenvolverse en las diversas situaciones relacionadas con esta temática debe tener muy claro el saber escuchar y comprender la pena ajena. El proceso del duelo ante una pérdida y la melancolía son una construcción de formación conceptual del yo; así como también el enriquecimiento del vínculo del sujeto con sus objetos.

Los efectos del duelo pueden ser muy prolongados y varían con tiempo, reactivados por otros duelos, otras pérdidas, y por múltiples relaciones o circunstancias biográficas. Los ocurridos en una etapa pueden influir en otras posteriores.

Es por eso que temas como la melancolía y su relación con la pérdida es tan importante, especialmente cuando el

objeto perdido tiene una gran carga sentimental, constancia y presencia como en el caso de una madre gestante, en este caso el duelo es una reacción anímica dolorosa frente a una pérdida grave que siempre está relacionada con el individuo, en especial es importante tener en cuenta el proceso que se vive y se debe vivir luego de una pérdida.

Con este artículo se buscaba también que se reconocieran las diferencias entre el duelo y la melancolía, pues su contraste y parecido era una característica que confundía a los lectores al momento de entender la pérdida y sus factores, entendiendo de esta manera que el duelo algo perfectamente normal y la segunda expresión como una patología.

Por ello, más allá del dolor hay un proceso al cual se le conoce como duelo, que desde muchos enfoques tiene la búsqueda de superar propiamente dicho el dolor. Dicho problema que cabe resaltar viene acompañado de un proceso de reconstrucción de lo simbólico que se encuentra ligado a la persona misma.

Aportes como los de Freud y Lacan, sentaron un precedente en la sociedad y especialmente a los estudios relacionados

a este proceso, el cual es sumamente importante, especialmente cuando la pérdida se llega a hacer presente durante la gestación. Puesto que las mujeres, en dicho tiempo se encuentra con una alta carga de simbolismos, deseos, pensamientos, etc. Que llevan a que el proceso de pérdida y de duelo sea mucho más difícil y poco superable; pero no imposible, puesto que, sin la necesidad de hacer un remplazo, se pueda llevar a que la persona supere los eventos y pueda continuar con su vida.

Si se entiende el proceso de duelo como una reestructuración el cambio puede ser visto de una manera positiva, por ello su relación con el estado de reponer, acabar con lo simbólico y mezclarse con la realidad, hace de dicho momento algo mucho más llevadero.

Aunque se podrían aludir muchas situaciones que lleven a vivir un proceso en medio de una pérdida, hay casos importantes, como lo es en el caso de las pérdidas en etapas de embarazo, pues, aunque no muere propiamente el sujeto que vive el duelo, si muere una parte de él y con ello las expectativas, las cuales con relación a muchos ideales tendrán un

valor inconcebiblemente diferente frente a otros sucesos.

Esto prolongara el tiempo necesario para elaborar un cierre optimo, sin embargo, desde lo observable cualquier ser humano se encuentra en la capacidad de tolerar, pasar por un malestar y aceptar una pérdida, no renunciando al sujeto perdido en cuestión o mejor dicho, su valor en la vida, pero si llevara a que toda esperanza de recuperación pueda llevar a una vida mejor.

El ser humano propiamente acaba sometiéndose de algún modo u otro a su realidad, a pesar de que no sea en el momento preciso, si en un tiempo prolongado. La pérdida es algo inherente a la vida, hace parte del diario vivir, pues hay separaciones, aunque algunas sean más dolorosas que otras, siempre hay que hacer frente a distintas dificultades. El duelo no es una enfermedad, es más un proceso normal por el que el ser humano alguna vez pasara en su vida.

Siempre existirá la pregunta de si es posible o no realizar un proceso de duelo y la realidad es que el ser humano siempre tiene un instinto de superación, que, de ser trabajado de la manera correcta,

tendrá un cierre deseado. El duelo siempre supondrá hacer un enfrentamiento a algo que quizás no les guste a todos vivenciar, pero que en la medida que se den pasos para superarlo, se llevara a sobrellevar la perdida y se podrá entonces castrar al simbolismo para volver nuevamente a la realidad y crear una vida nueva llena de nuevas esperanzas. En la cual la realidad será más que lo imaginario.

Referencias

Barranco Bravo J, Hermenegildo Iglesias A. Psicoanálisis y Duelo: comprendiendo el dolor frente a la pérdida.

Caballero, B. (2017). Mitos sobre el duelo: trampas comunes en la gestión de la pérdida. tomado de: <https://lamenteesmaravillosa.com/mitos-sobre-el-duelo-trampas-comunes-en-la-gestion-de-la-perdida/>

Corominas. “Diccionario crítico etimológico de la lengua castellana”. Madrid. Ed. Gradós

Edalman, N. (2007). Los duelos. Recuperado de: <https://www.topia.com.ar/articulos/los-duelos>

Farias, L. (2002). El duelo y sus vicisitudes clínicas. Recuperado de: <https://www.elsigma.com/introduccion-al-psicoanalisis/el-duelo-y-sus-vicisitudes-clinicas/2380>

Freud, S. (1992): Duelo y melancolía. En J. L. Etcheverry (Traduc.), Obras Completas: Sigmund Freud (Vol. 14, p. 241). Buenos Aires: Amorrortu (Trabajo original publicado (1917 [1915])

Gamo, E. (2009). El duelo y las etapas de la vida, Bereavement and life stages. Tomado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352009000200011

Pelegri, M. (2001). El duelo más allá del dolor. Recuperado de: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/jardin/article/view/27228/39644>