

TRATAMIENTO PSICOLÓGICO EN UN CASO DE DUELO COMPLICADO



Ortuño Campillo, T*, Raposo Hernández, M.R**, Murcia Liarte, J.B**, Bello Pombo, I**, Bravo Gómez, S**, Blaya Sánchez, Y**.

*Centro de Salud Mental de Lorca, Región de Murcia **Centro de Salud Mental de Cartagena, Región de Murcia

INTRODUCCIÓN

El duelo es la reacción ante una pérdida que puede ser la muerte de un ser querido, pero también la pérdida de algo físico o simbólico, cuya elaboración no depende del paso del tiempo sino del trabajo que se realice. Claramente cambia el curso normal de la vida de una persona pero es un proceso normal.

Esta reacción es singular y concreta para cada persona. "No hay dos personas que hagan igual el duelo".

Existe una relación continua entre las reacciones normales y las anormales. La patología está más relacionada con la mayor interferencia de los síntomas (por su intensidad o duración) que con una clínica diferente.

OBJETIVO

Se pretende valorar el tratamiento psicológico cognitivo - conductual en un caso de duelo complicado.

MÉTODO

Se trata de un hombre de 67 años, prejubilado, casado. Ha perdido a su único hijo de 25 años hace 5 meses tras proceso oncológico. Presenta un duelo complicado.

EVALUACIÓN:

Se ha realizado un estudio de caso único pre-post. Se ha utilizado para la evaluación la entrevista clínica y el "Inventario de Duelo Complicado" (IDC).

ESTADO ACTUAL DEL PROBLEMA EN LA PRIMERA ENTREVISTA:

Piensa en negligencia médica

Sentimientos de culpa

Siente la presencia de su hijo, dialoga con él

Se pone su ropa, usa sus frases, oye sus canciones, lleva una cápsula colgada con sus cenizas, está con sus amigos: estado de identificación.

Acude diariamente al cementerio

Desea que desaparezcan los sentimientos de culpa, no la sensación de presencia de su hijo

Anteriormente refiere haberse sentido muy triste y desmotivado, pero desde que toma la medicación han disminuido esos síntomas.

Refiere una relación muy estrecha con su hijo.

Interferencia significativa en su funcionamiento.

EXPLORACION PSICOPATOLÓGICA:

Aspecto relativamente conservado.

Actitud ambivalente frente a la consulta y al cambio.

Conducta serena, no muestra signos de ansiedad.

No alteración a nivel sensorio-perceptivo.

Rumiaciones acerca de su hijo, su futuro personal y sobre qué hacer con sus bienes.

Ligera hipotimia.

Sueño y alimentación conservadas.

Impresiona de inteligencia media y conciencia parcial de problemática.

PROCEDIMIENTO:

Se ha aplicado un tratamiento psicológico cognitivo-conductual durante 10 sesiones, con una duración de 45 min, durante un período de 9 meses.

DESCRIPCIÓN DEL TRATAMIENTO:

Se pretende trabajar a nivel emocional, cognitivo y conductual los siguientes aspectos: los sentimientos de culpa neurótica, la relación ambivalente-dependiente con su hijo, la adopción de metas y objetivos personales, el proceso de identificación patológico.

Se han aplicado a lo largo del tratamiento la siguientes técnicas y herramientas:

-Reestructuración Cognitiva para el trabajo de la culpa y rumiaciones respecto a la pérdida.

-Búsqueda de actividades agradables propias o personales y reducción de conductas imitativas de las de su hijo.

-Habilidades sociales para el incremento de relaciones personales, fomentando el aprendizaje de nuevos repertorios de conducta.

-Uso de fotos y cartas para la facilitación de las emociones negativas asociadas a la relación y la propia pérdida.

-Ritual de despedida: se realizó a través de la visualización y autoinstrucciones positivas.

RESULTADOS

El sujeto obtiene una puntuación inicial en el IDC de 63 y tras el tratamiento de 31. Se ha obtenido una mayor normalización del proceso de duelo. Al finalizar el tratamiento se pudo observar a través de la entrevista clínica y los ítems específicos de la escala señalada que el paciente: se sentía más esperanzado, volvió a experimentar alguna gratificación, adoptó nuevos roles y conductas más adaptativas, y se produjo una disminución de los sentimientos de culpabilidad. El paciente pasó de encontrarse en un proceso de duelo complicado a un proceso de duelo normal tras la intervención.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Se considera que cualquier actuación que se realice en casos de duelo normal puede interferir su curso natural y dificultar el desarrollo de las estrategias propias de la persona para afrontar y elaborar el proceso. Por el contrario, el tratamiento psicológico en los casos de duelo complicado se hace necesario para la elaboración adaptativa del mismo, con ello se produce una reducción de la intensidad del malestar y de aquellos aspectos patológicos del duelo.

Dentro de este marco de referencia, es difícil encontrar programas específicos que se hayan diseñado para tratar el duelo. Según los estudios realizados, la orientación que muestra ser más eficaz es la que lo aborda desde la terapia cognitivo-conductual. Pero, los estudios realizados hasta la fecha se han realizado con muestras pequeñas y sin un diseño experimental adecuado, por lo que es necesario seguir investigando para conocer qué intervenciones serían más eficaces en el tratamiento del duelo complicado.

BIBLIOGRAFÍA

- Barreto, P. de la Torre, o. Pérez Marín, M. Detección de duelo complicado. *Psicooncología*. 2012; 9(2-3): 355-368
Gil-Juliá B, Bellver A, Ballester R. Duelo: Evaluación, diagnóstico y tratamiento. *Psicooncología*, 2008;5(2-3): 103-116
Romero, V. Tratamiento del duelo: exploración y perspectivas. *Psicooncología*. 2013; 10(2-3):377-392