

TRATAMIENTO PSICOLÓGICO GRUPAL DEL DUELO COMPLICADO

Ortuño Campillo, T., Bravo Gómez, S., Bello Pombo, I., Martí Garnica, V., Lorente Murcia, A., Rodríguez Hernández, A., Pacheco Serrate, J., Blaya Sánchez, Y.

Servicio Murciano de Salud Mental

INTRODUCCIÓN

El duelo es la reacción ante una pérdida cuya elaboración no depende del paso del tiempo y, en ocasiones, cuando se complica es necesaria una intervención psicológica específica. El formato grupal permite no sólo una mejor optimización de los recursos, sino también una oportunidad única de encuentro donde poder reducir los sentimientos de soledad, facilitar la expresión emocional y aceptar la pérdida adaptativamente.

OBJETIVO

Evaluar una terapia específica grupal de base cognitivo-conductual en pacientes ambulatorios con procesos de duelo complicados.

MÉTODO

PARTICIPANTES:

De un grupo inicial de 10 pacientes, 7 de ellos completaron el programa. Se trata de pacientes derivados desde Atención Primaria. El grupo fue heterogéneo en cuanto a gravedad, tipo y cronología de la pérdida.

INSTRUMENTOS DE MEDIDA:

Entrevista clínica en la que se realizan la recogida de las variables sociodemográficas como edad, sexo, nivel educativo, estado civil y parentesco con la persona fallecida.

Inventario de Duelo Complicado (ICD): El IDC tiene 19 ítems con cinco categorías de respuesta (tipo Likert), que valoran la frecuencia del síntoma explorado (emocional, cognitivo o conductual). Las posibles puntuaciones totales fluctúan entre 0 y 76, correspondiendo las puntuaciones más altas a una mayor probabilidad de padecer duelo complicado,

CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN:

Criterios de inclusión:

-Derivación por duelo como motivo principal.

Criterios de exclusión:

-Comorbilidad con un trastorno psicótico, bipolar o de personalidad
-No consumo de tóxicos

PROCEDIMIENTO:

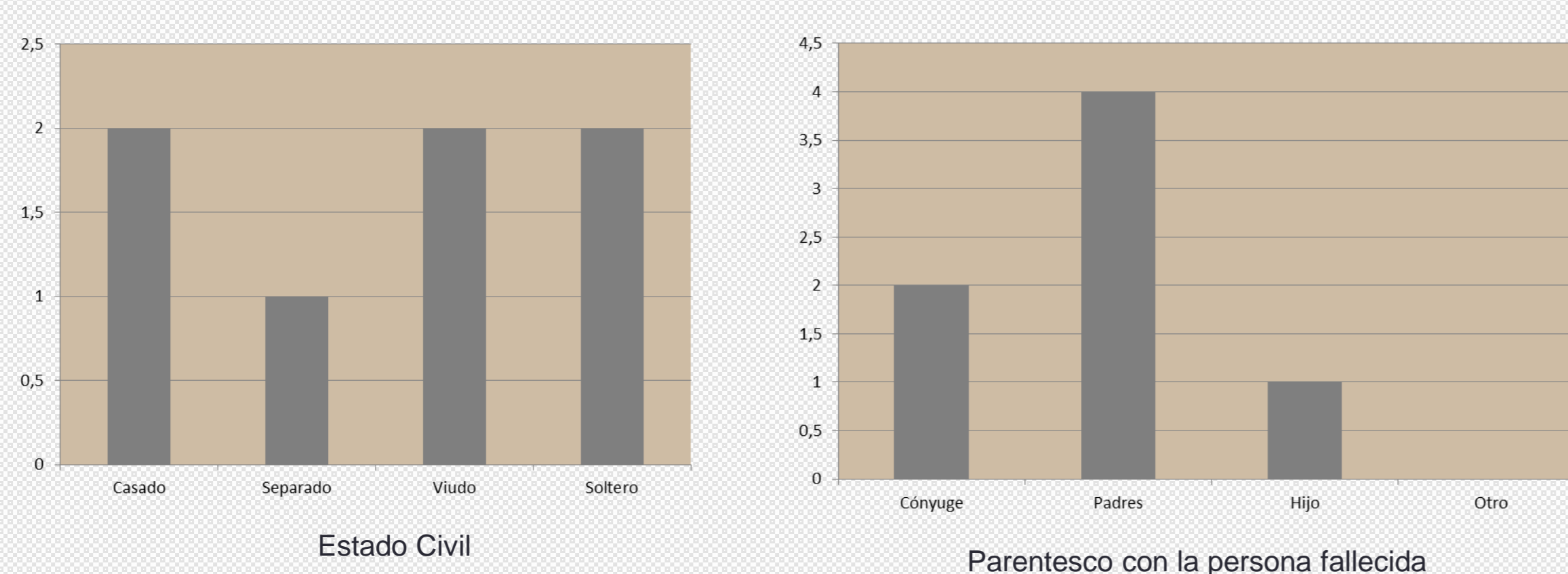
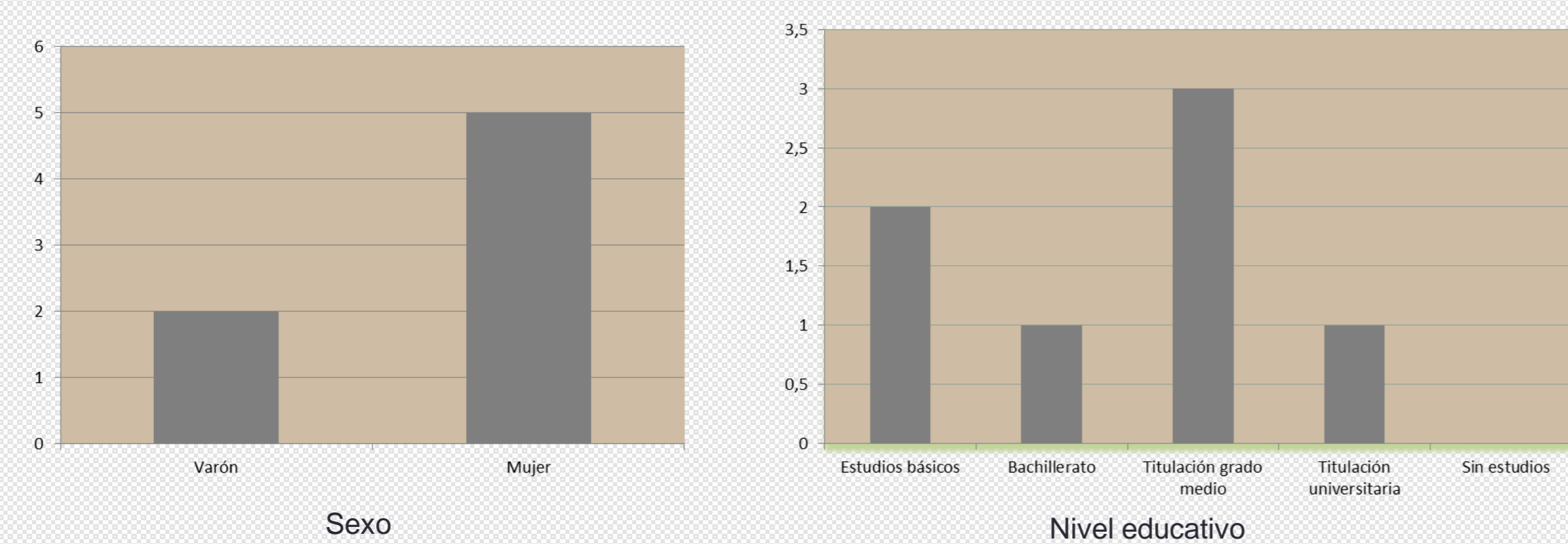
El formato fue cerrado y limitado a un total de 10 sesiones de periodicidad quincenal. Los objetivos principales son el trabajo a nivel emocional, cognitivo y conductual para la comprensión del proceso del duelo y de uno mismo y el posicionamiento como agentes activos ante la pérdida.

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



Medias y desviaciones típicas pre y postratamiento

	Media	Dev. típ.
Pretratamiento	45,86	8,235
Postratamiento	28	4,359

T student y d de Cohen

	t (6)	d
Inventario de Duelo Complicado (ICD)	10,527***	2,54

Las puntuaciones en el Inventario de Duelo Complicado varían significativamente para la mayoría de los sujetos que han participado en el tratamiento grupal. La media de las puntuaciones pre-tratamiento es de 45,86 (DT=8,235) y disminuye a 28 (DT=4,359) una vez finalizado el grupo. Según los resultados estadísticos se observa una mejora tras el tratamiento grupal y, a pesar, de tratarse de una muestra pequeña, según indica el índice d de Cohen, con la ampliación de la muestra la tendencia es la indicada. Por lo que la terapia grupal demuestra ser efectiva en la reducción de gravedad en los 3 principales factores evaluados: "presencia-vivencia con la persona fallecida", "recuerdos del difunto" y "sensación de vacío".

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. En concreto y según los resultados del presente estudio, el tratamiento psicológico grupal en los casos de duelo complicado permite un abordaje útil en términos tanto de eficacia clínica como de optimización de recursos a nivel de un centro de salud mental ambulatorio.

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

- Jarné, A.; García, A.M.; Torres, S. Asesoramiento grupal en duelo traumático. An Psiquiatr (2006), Vol 21, nº 5: 230-236.
Romero, V. Tratamiento del duelo: exploración y perspectivas. Psicooncología. 2013; 10(2-3):377-392