



Rosa Díaz



Doc Ornelas



Norma Solís



Alicia Bretón



Rosita Fresita



Adriana Del Castillo



Daniel



bhivo



guille



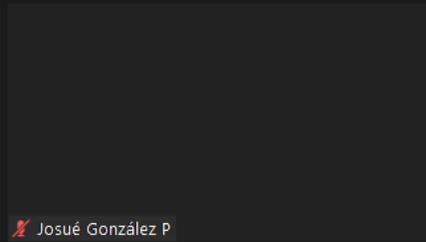
Imelda de Dios



MARTHA PARAMO RIESTRA



IBQ Emma Roxana Macías Palaci...



Josué González P



Nancy



alain1003



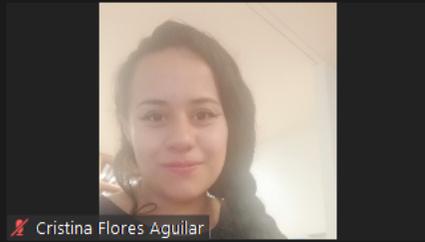
Ximena



werther



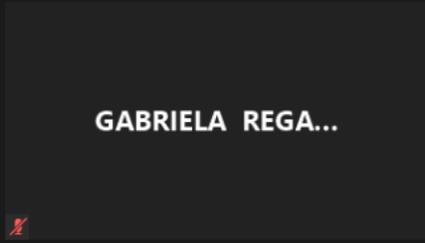
jessica gonzalez



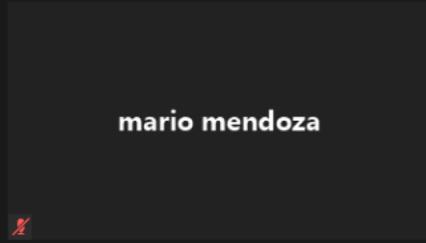
Cristina Flores Aguilar



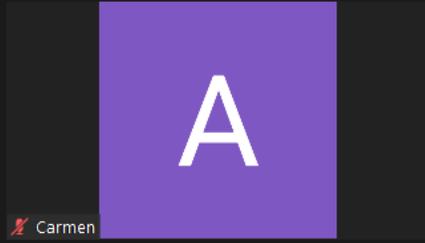
Claudia Rivera



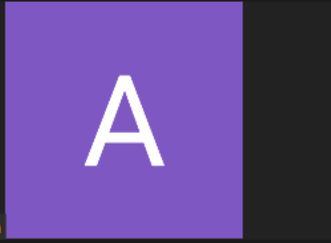
GABRIELA REGA...



mario mendoza



Carmen



A



Rosa Díaz



Doc Ornelas



Norma Solís



Alicia Bretón



Rosita Fresita



Adriana Del Castillo



Daniel



bhivo



guille



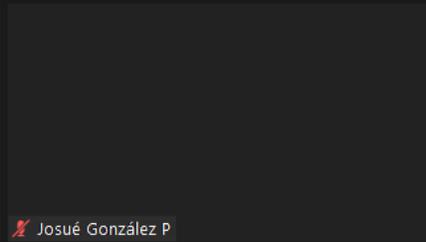
Imelda de Dios



MARTHA PARAMO RIESTRA



IBQ Emma Roxana Macías Palaci...



Josué González P



Nancy



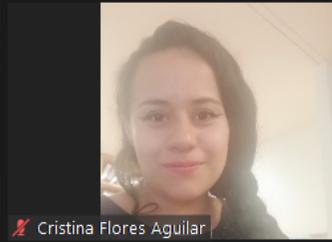
alain1003



Ximena



jessica gonzalez



Cristina Flores Aguilar



Claudia Rivera



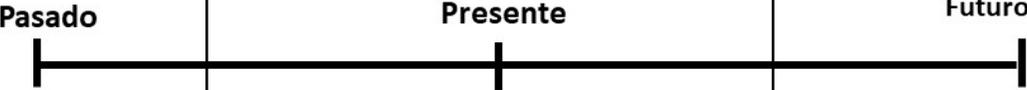
GABRIELA REGA...



mario mendoza



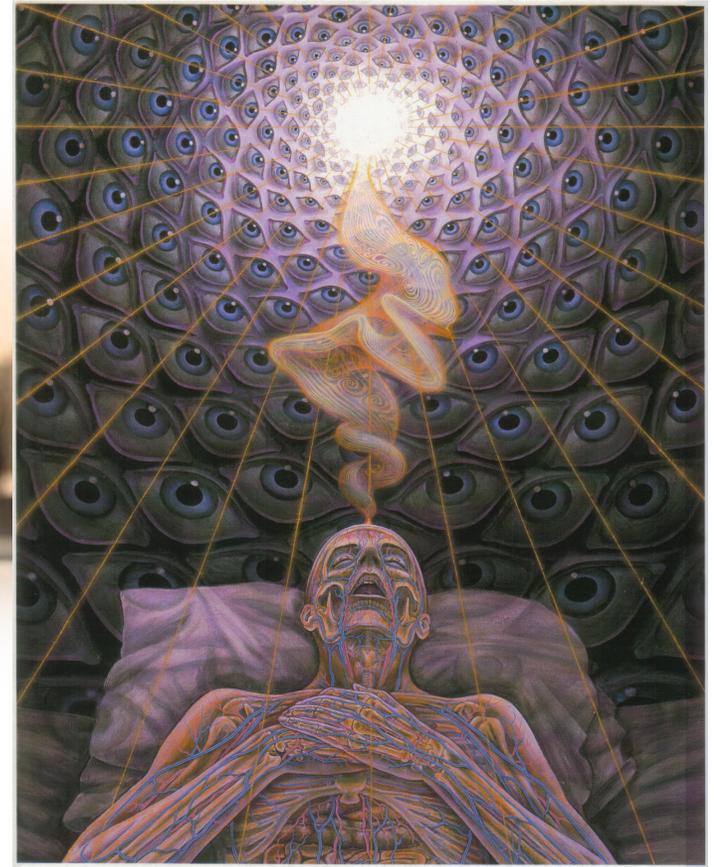
Carmen

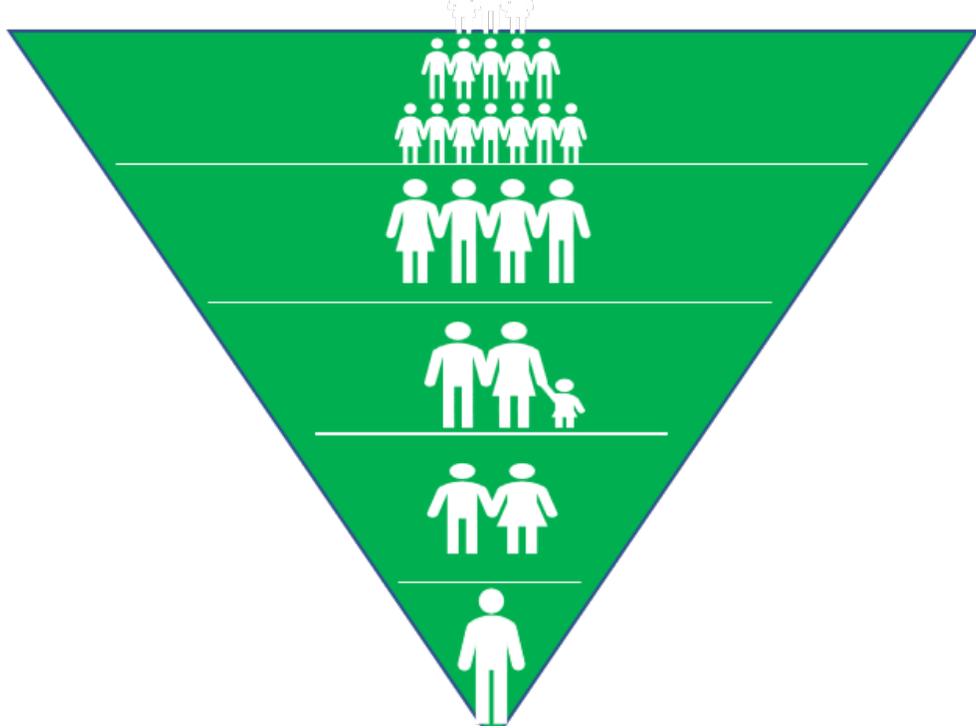
<b>EXPERIENCIA CON PÉRDIDAS PASADAS</b>	<b>PÉRDIDA ACTUAL</b>	<b>OPORTUNIDAD DE TRANSFORMACIÓN</b>
 <p data-bbox="759 768 1786 858">A horizontal timeline is drawn across the three columns of the table. It consists of a solid black line with three vertical tick marks. The first tick mark is on the left side of the first column and is labeled 'Pasado'. The second tick mark is on the boundary between the first and second columns and is labeled 'Presente'. The third tick mark is on the right side of the third column and is labeled 'Futuro'.</p>		



dolor





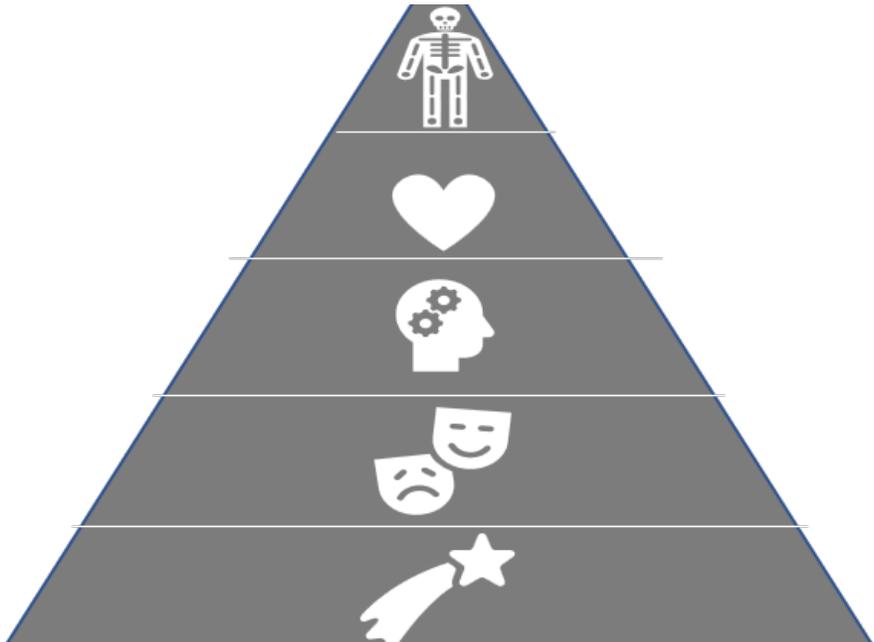


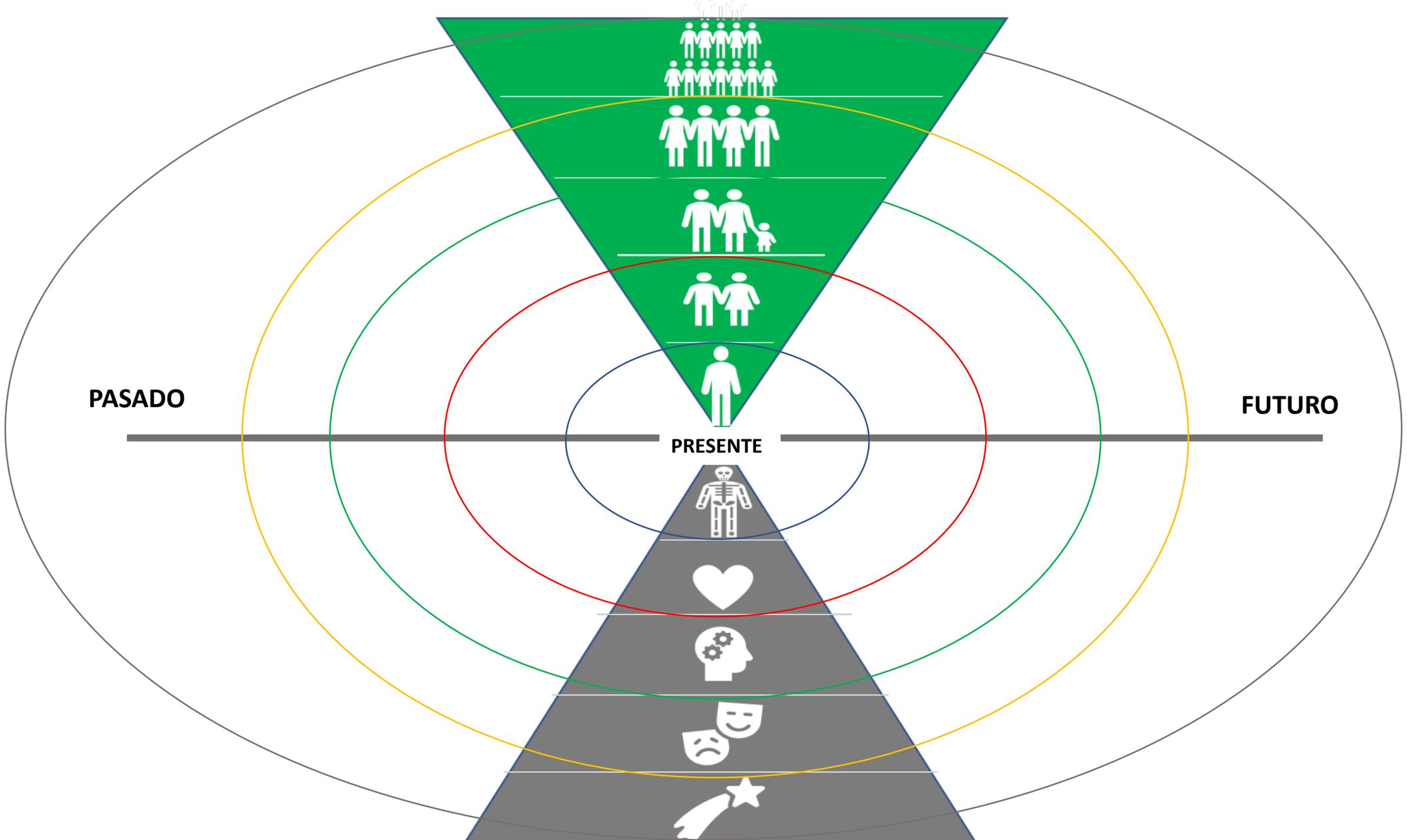
PASADO

FUTURO



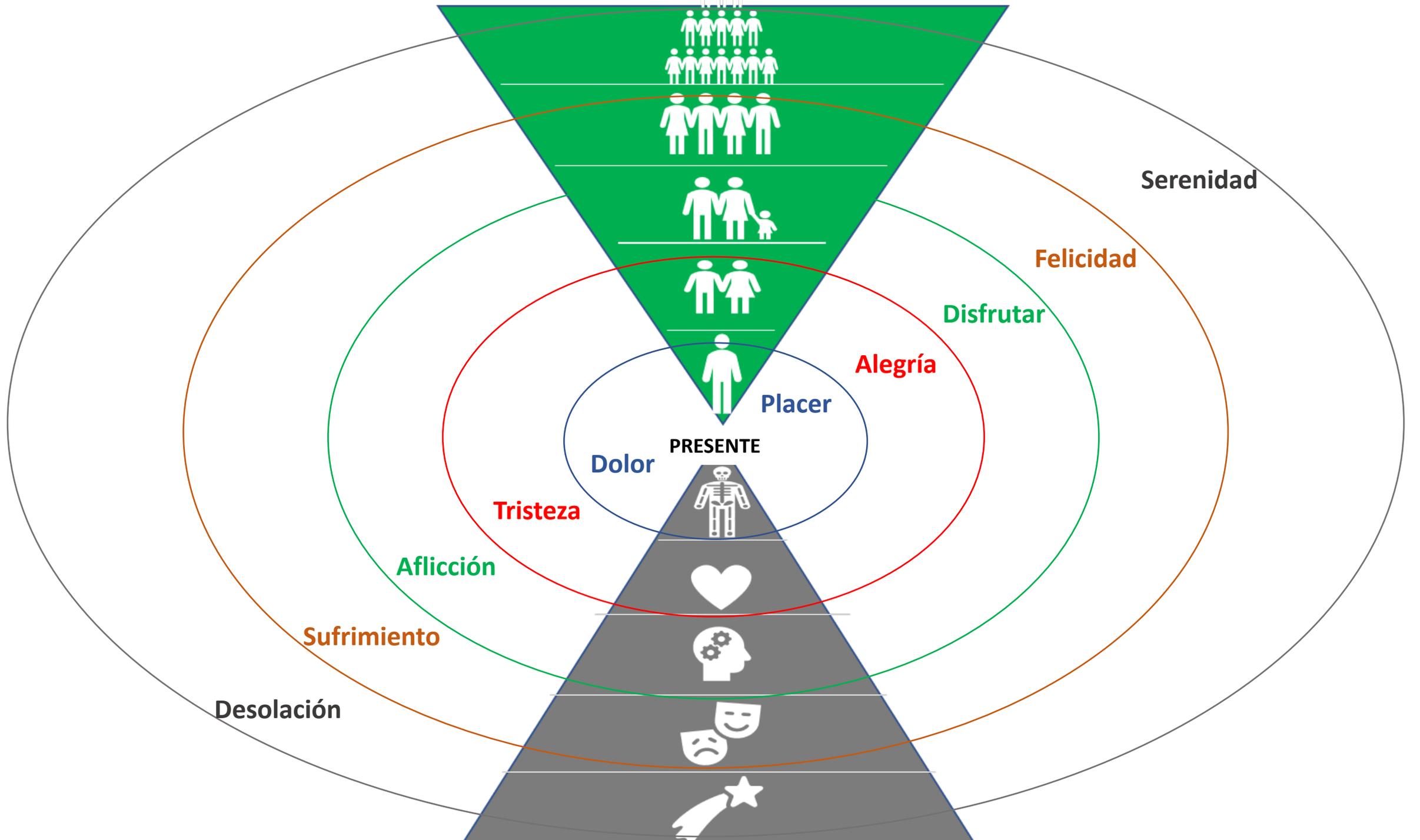
PRESENTE





# DUELO

- Dolor, tristeza, aflicción, sufrimiento, desolación.
- Experiencia interior que responde a la vivencia de una pérdida.



**PRESENTE**

**Placer**

**Alegria**

**Disfrutar**

**Felicidad**

**Serenidad**

**Dolor**

**Tristeza**

**Aflicción**

**Sufrimiento**

**Desolación**

# tipos de duelo:

- Anticipado
- Crónico
- Ausente o retardado
- Congelado o inhibido
- Desautorizado
- Distorsionado
- Exagerado o eufórico
- Psiquiátrico

# Anticipado

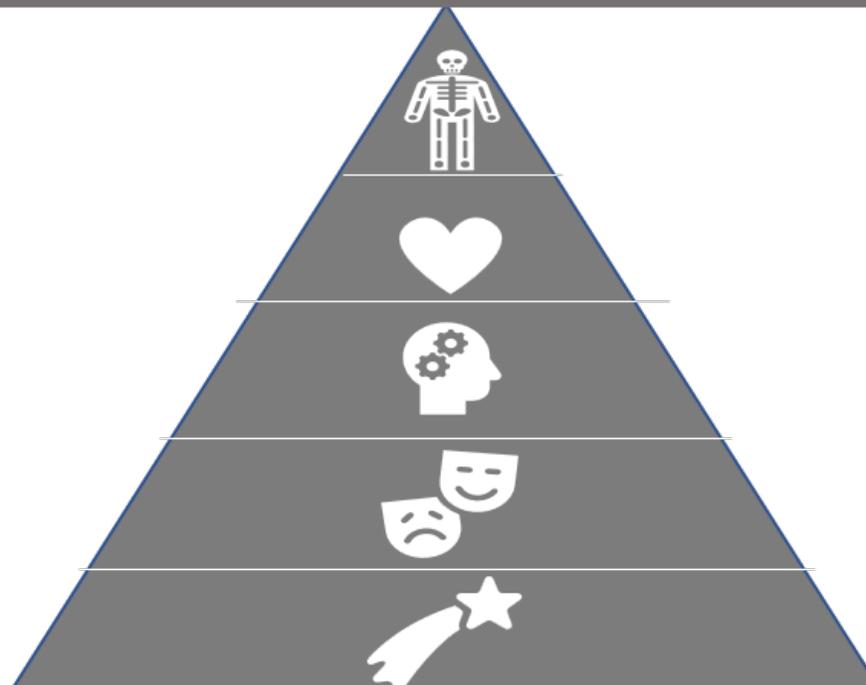
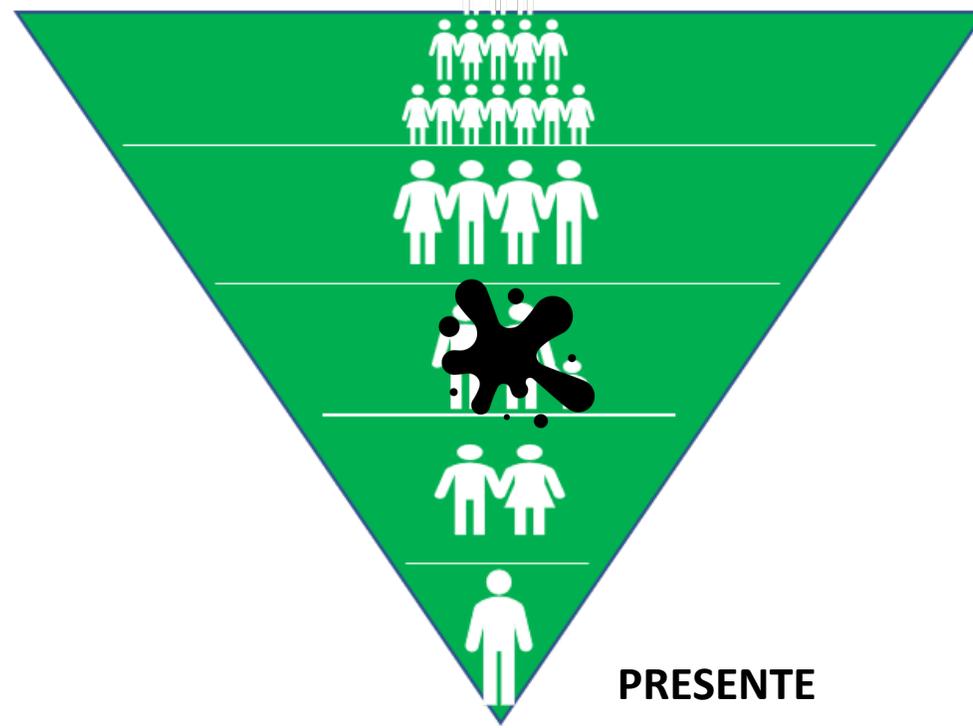
Dolor por una pérdida irremediable,  
ante una enfermedad crónica y terminal.

# Duelo Anticipado

PASADO

PRESENTE

FUTURO



# Duelo ausente o retardado

Negación del dolor, por tratar de evadir la realidad de una pérdida.

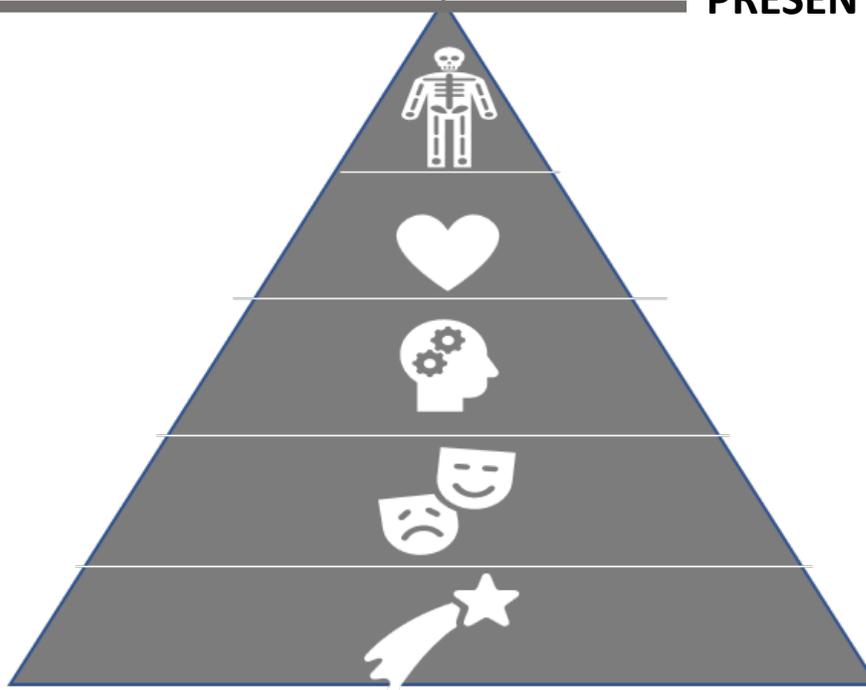
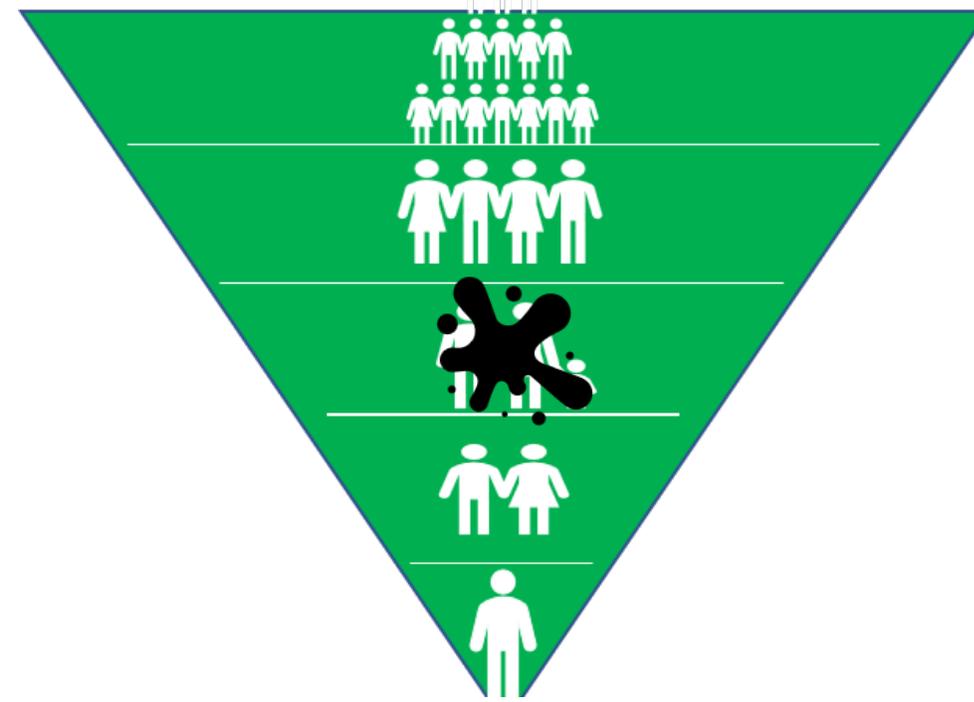
Estado de ansiedad crónico, por detener el proceso de soltar.

# Duelo Retardado

PASADO

PRESENTE

FUTURO



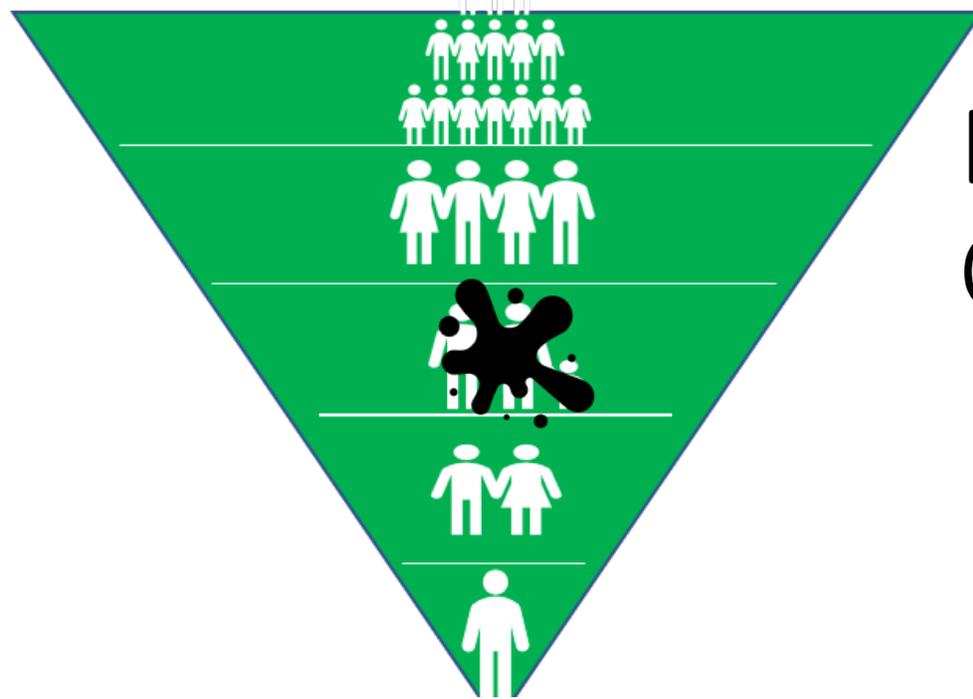
# Duelo crónico

Dolor arrastrado durante muchos años.

Estado interior de desesperanza por seguir anclados en el pasado.

La vida gira en torno a la persona fallecida.

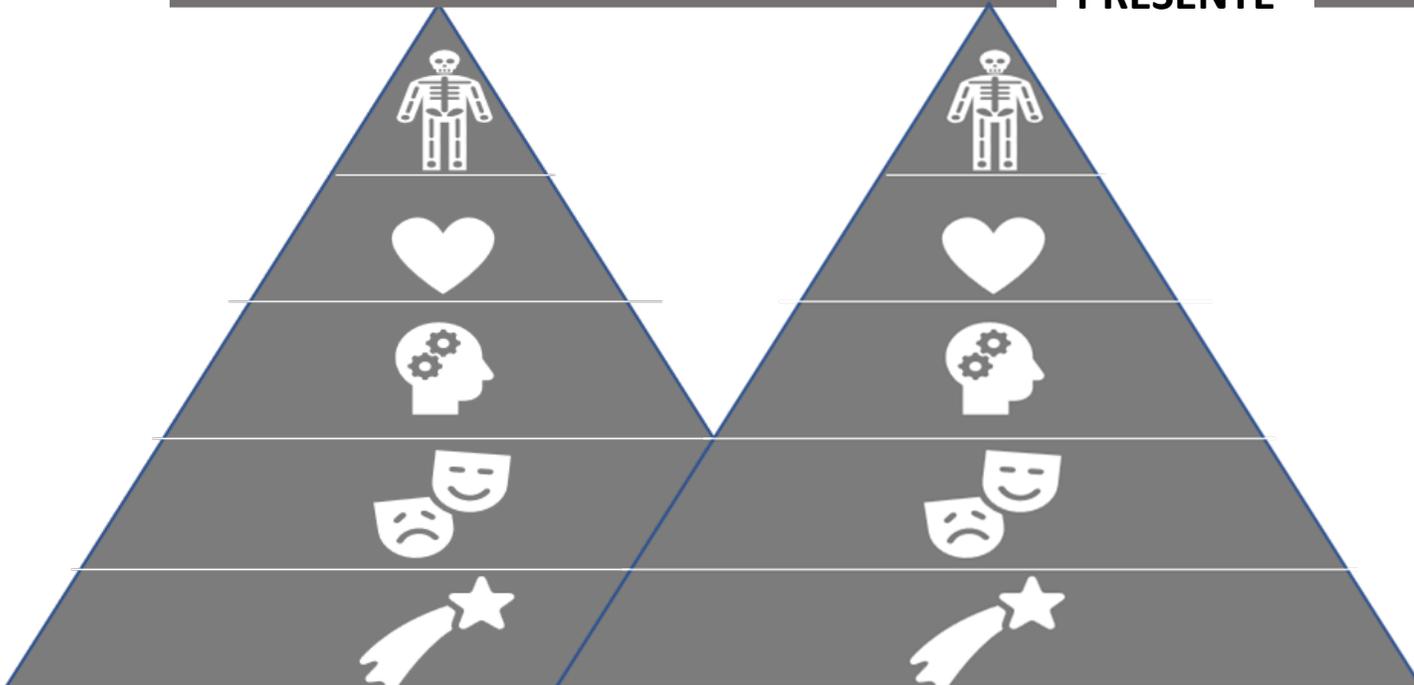
# Duelo Crónico



PASADO

PRESENTE

FUTURO



# Duelo congelado o inhibido

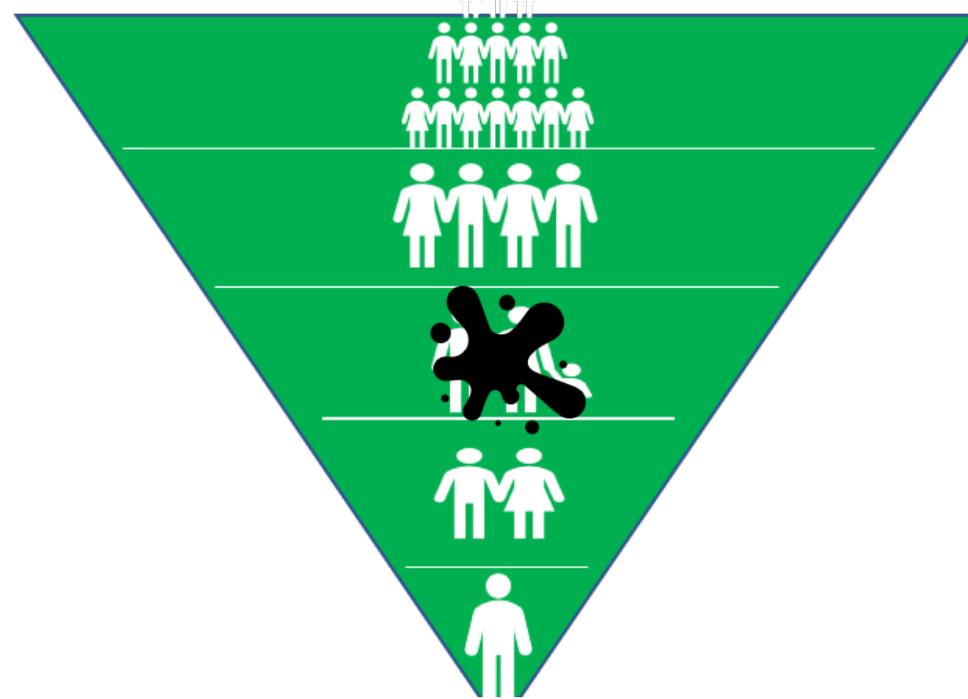
- Dolor pospuesto.
- Dificultad para expresar durante las fases iniciales del duelo.
- Evasión ante una pérdida.

# Duelo Inhibido

PASADO

PRESENTE

FUTURO



# Duelo distorsionado

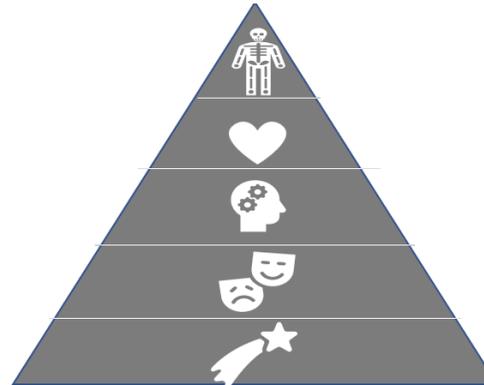
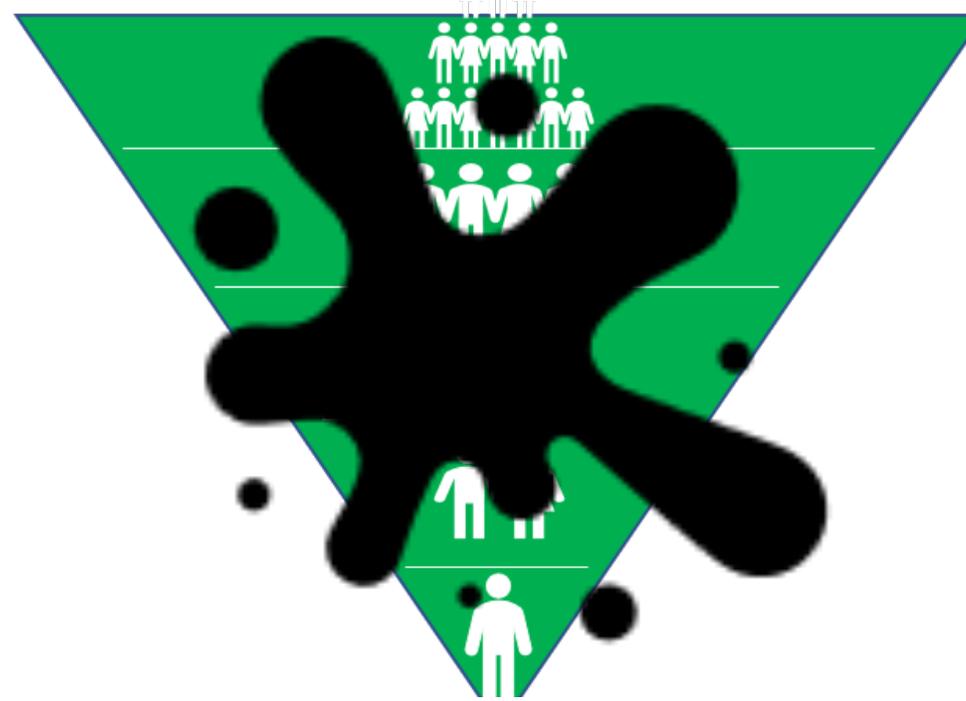
- Reacción desproporcionada ante una pérdida.
- Realidad que magnifica el dolor sin trabajar la fortaleza interna para lidiar con él.

# Duelo Distorsionado

PASADO

FUTURO

PRESENTE



# Duelo exagerado o eufórico

Manejo del dolor exagerado, manifiesto de tres formas distintas:

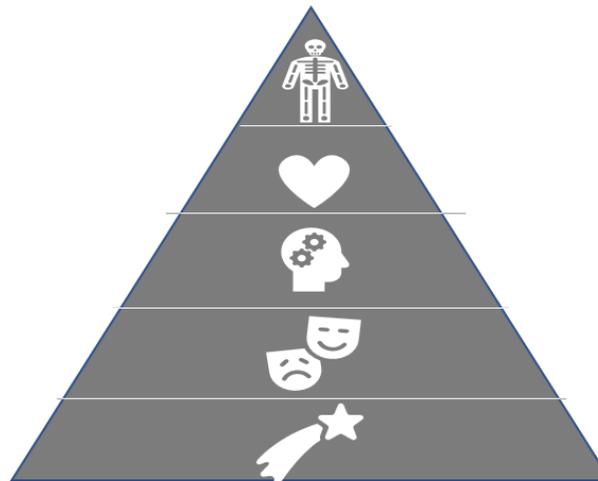
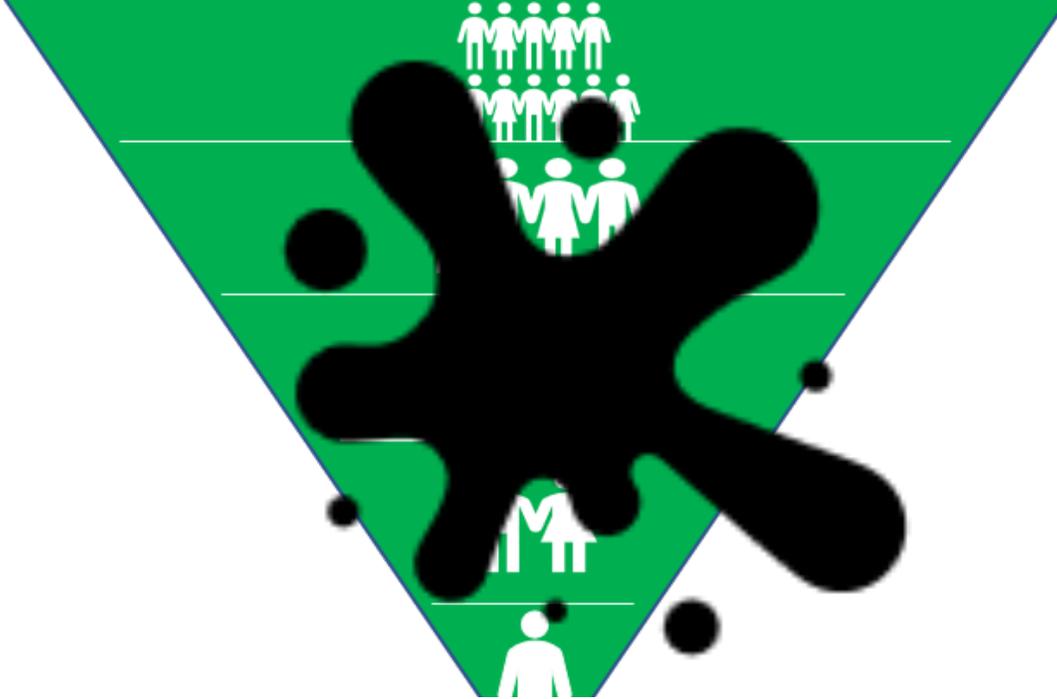
- Con reacción intensificada por la pérdida del ser querido.
- Negación de la muerte, reaccionando como si siguiera con vida.
- Aceptando la muerte como beneficio personal.

# Duelo Exagerado

PASADO

FUTURO

PRESENTE



# Duelo psiquiátrico

Duelo que destapa patología interna y que desencadena trastornos psiquiátricos, manifiestos como:

- Histeria: Identificación con el fallecido, manifestando los mismos síntomas, previos a la muerte.
- Obsesión: Desarrollo de depresión grave y prolongada, surgida de la culpa.
- Manía: Excitación psicomotriz y humor explosivo con cuadros depresivos.

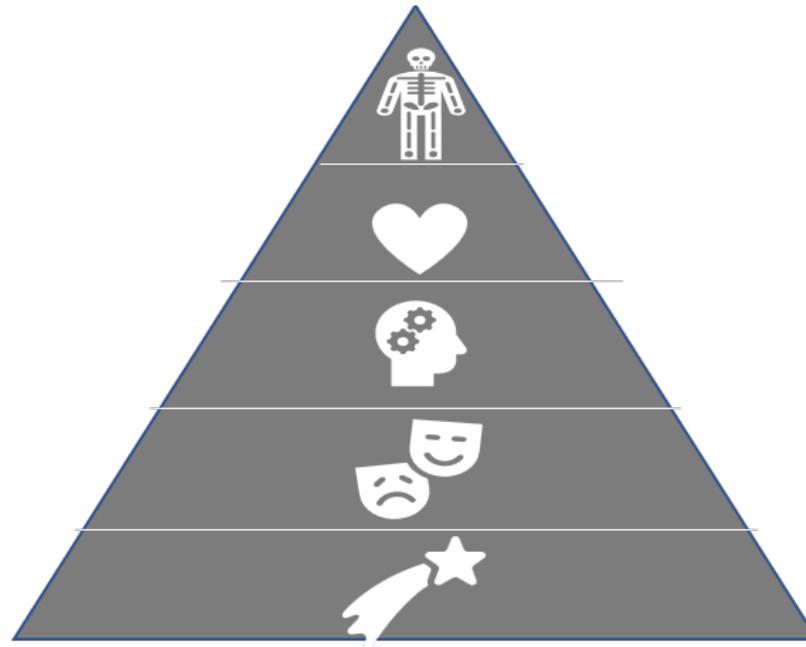
# Duelo Psiquiátrico



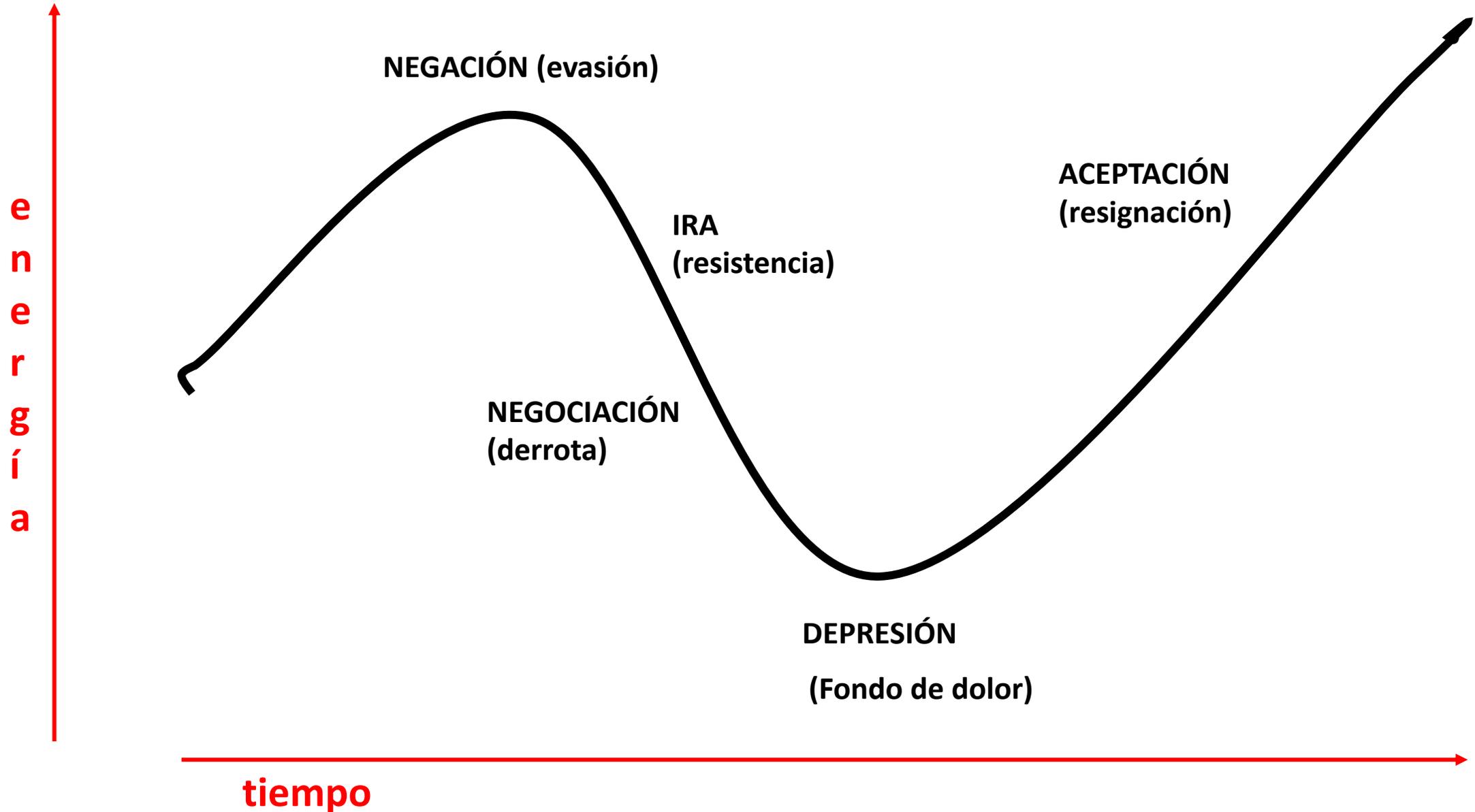
PASADO

FUTURO

PRESENTE



# Etapas del Duelo (Kubler-Ross)



# Duelo en niños y niñas

Comprensión diferenciada:

## A los 2 años

- Sentimiento de separación de la persona fallecida, sin comprensión del significado de la muerte.

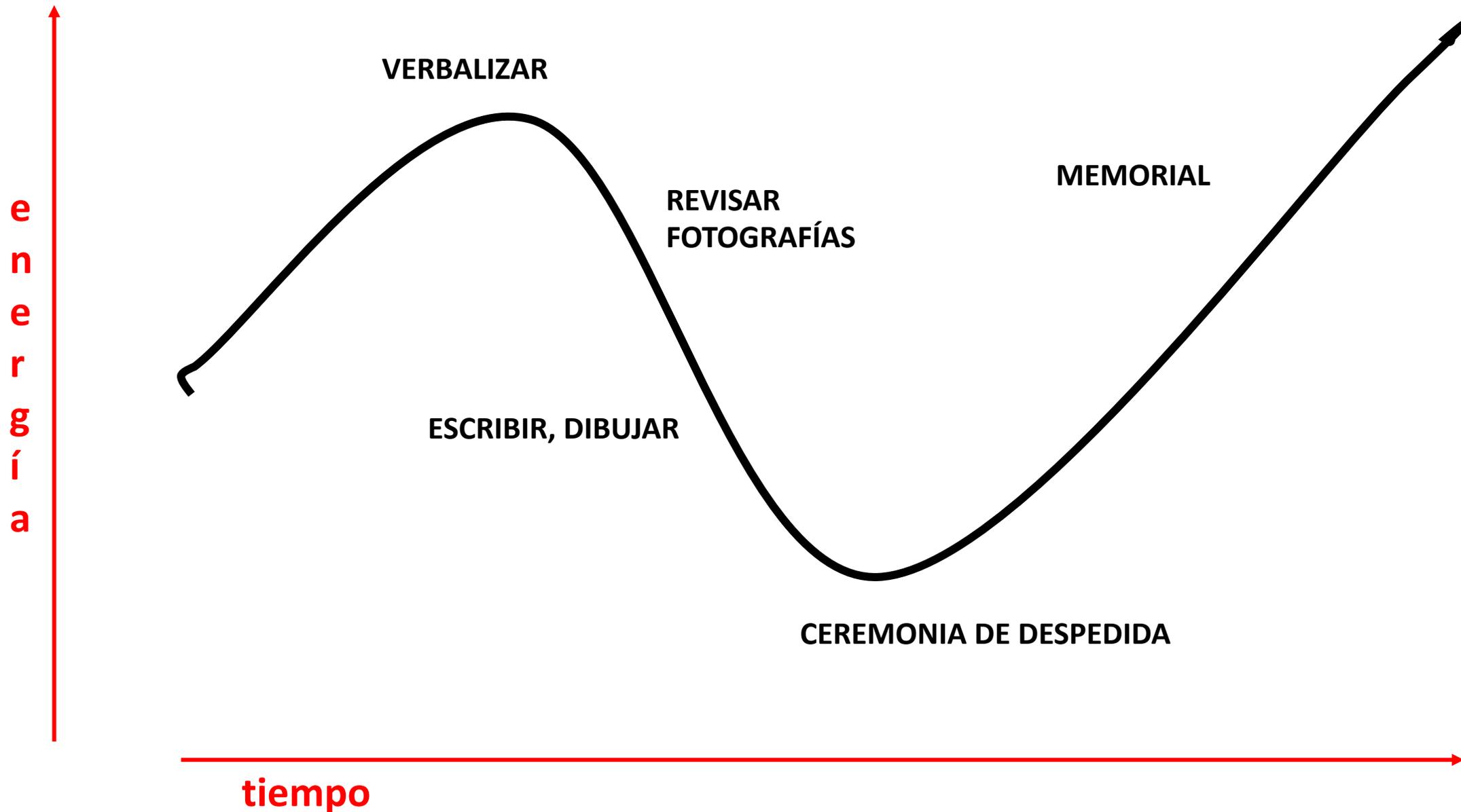
## De los 4 a los 6 años

- Comprensión limitada de la muerte, con falsa expectativa que espera el regreso del fallecido.
- Posible regresión con pérdida del control de esfínteres.

## De los 6 a los 9 años

- Aceptación de la muerte y sus consecuencias, condicionada a vivirla con sentimientos de culpa.

# Rituales de Cierre





# 1.- NEGACIÓN

- Respuesta extrovertida- agredir, explotar, culpar
- Respuesta introvertida- huir, evadir, evitar, enquistarse
  
- Facilitador: Silencio, escucha activa, prudencia (en esta etapa ninguna sugerencia será recibida)

## 2.-CONFUSIÓN (Desorganización)

- Respuestas incoherentes y desorganizadas sin clara percepción de la realidad
- Facilitador: Escucha activa con paciencia. Contención

### 3. ENOJO

- La tristeza se transforma en enojo.
- Facilitador: Acotar la respuesta,  
dirigir el enojo hacia la fortaleza para  
revertir la tendencia hacia la ira.

## 4.- CULPABILIDAD

- Reversión del enojo hacia uno mismo, asumiendo la culpa de la pérdida.
- Facilitador- Dar palabras de consuelo

## 5.- SOLEDAD

- Aislamiento y endurecimiento interior
- Facilitador: evitar que el doliente reemplace su pérdida con la ingestión de sustancias, relaciones codependientes, trabajo obsesivo...o la idealización del ser perdido.

## 6.- ALIVIO

- Acercamiento al sosiego y la serenidad
- Facilitador: Dar permiso a sentir alivio, volver a disfrutar

## 7.- Re-establecimiento

- Apertura a una nueva realidad
- Facilitador: Ayuda a aceptar la realidad y evitar la tendencia a sobre saturar la agenda... con expectativas futuras compensatorias

# *ACOMPañAMIENTO*

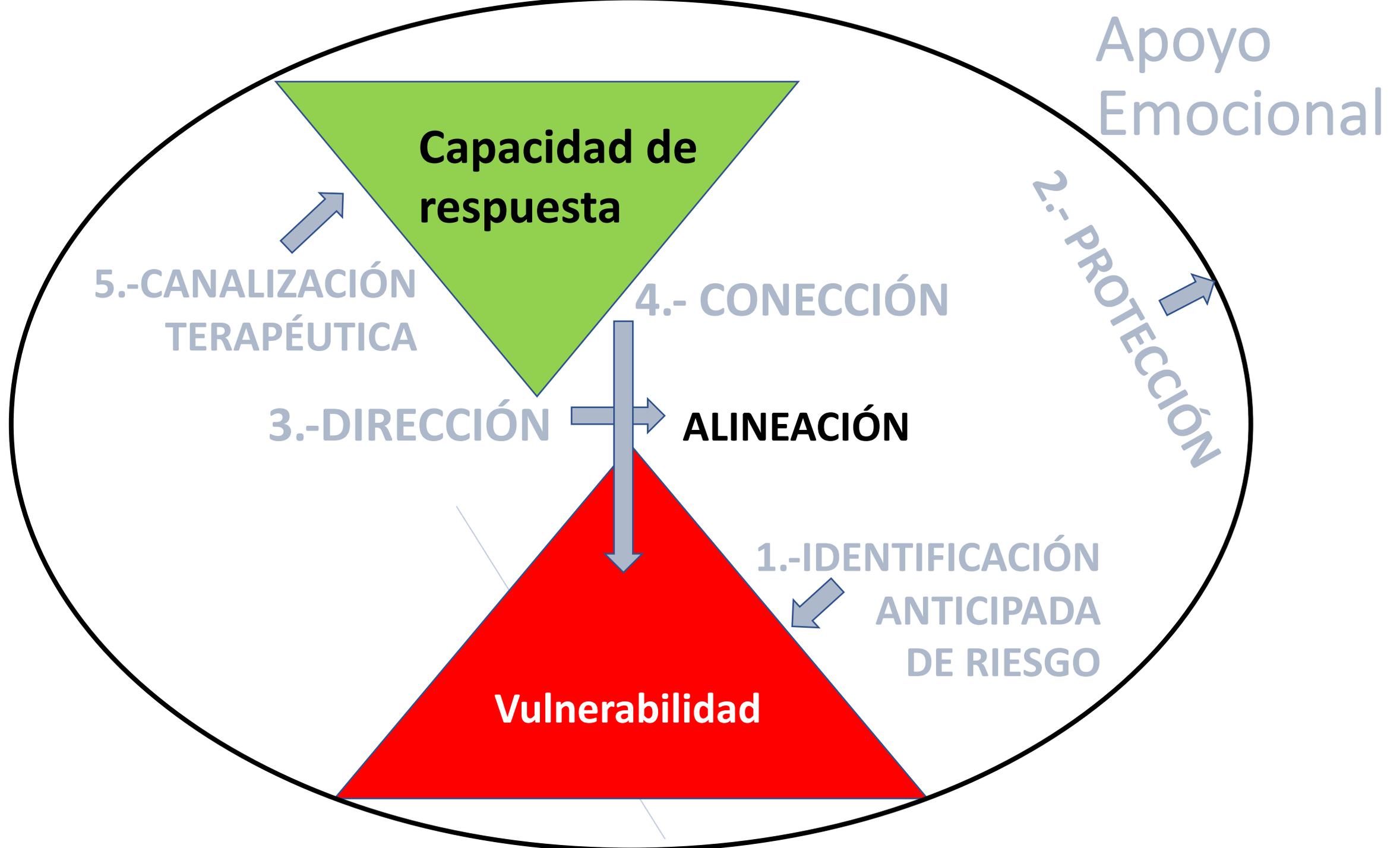
- 1.- IDENTIFICACIÓN ANTICIPADA DE RIESGO**
- 2.- PROTECCIÓN**
- 3.- DIRECCIÓN**
- 4.- CONEXIÓN**
- 5.- CANALIZACIÓN TERAPÉUTICA**



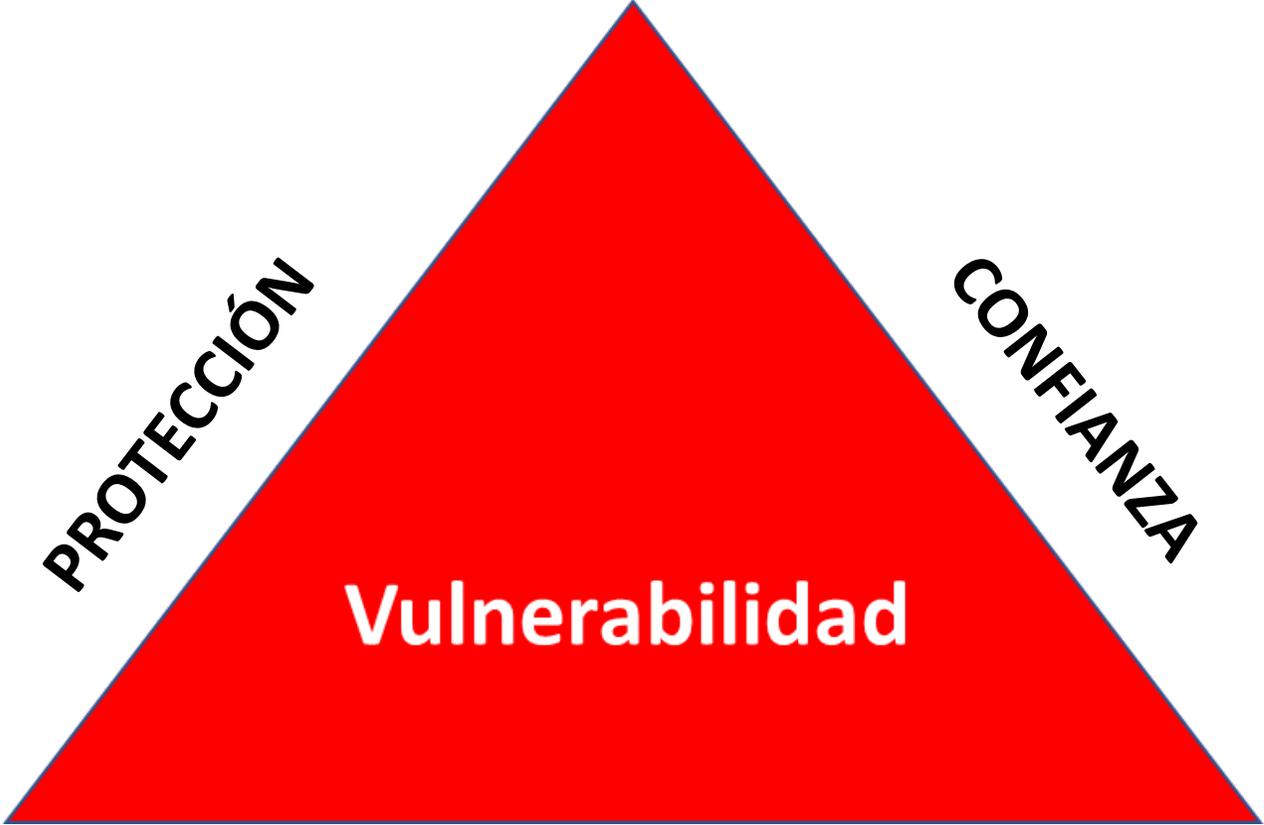
Apoyo Emocional

**ALINEACIÓN**





Contención  
emocional



SEGURIDAD

## ANSIEDAD (*lat. anxietas*)

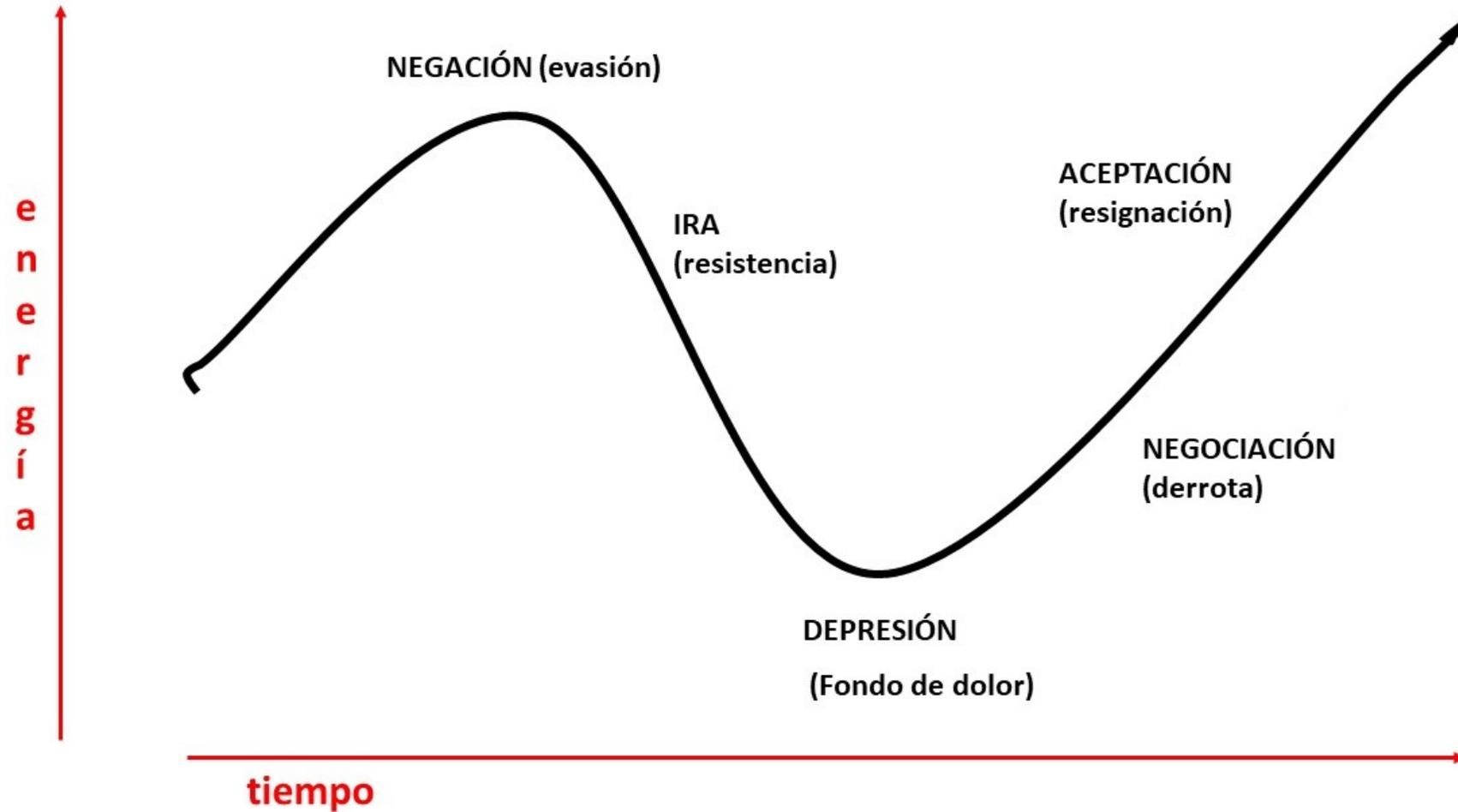
Reacción ante la percepción anticipada, de amenaza o peligro.

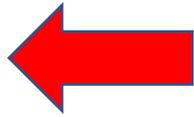
Mecanismos de adaptación física, emocional, cognitiva y social.

### RESPUESTA

FÍSICA	EMOCIONAL	COGNITIVA	SOCIAL
Tensión muscular Agitación Sensación de ahogo Opresión del pecho Dificultad respiratoria Resequedad de boca Dolor abdominal Eyaculación precoz  <i>(Respuesta con neurotransmisores de activación del Sistema Nervioso Simpático)</i>	Miedo, terror, pánico Aprensión Depresión Desasosiego, desolación Frigidez Desproporción emocional  <i>(Se reviven experiencias traumáticas que responden con respuestas propias de la etapa de desarrollo psicosexual, en la que ocurrieron)</i>	Sobre-excitación Pensamiento catastrófico Pensamiento irracional Obsesión Impotencia Tartamudeo  <i>(Anticipación de riesgo, percibido subjetivamente)</i>	Parálisis Huida (evasión) Aislamiento Hiperactividad Respuesta impulsiva Insensatez  <i>(Reacciones agitadas que responden a impulsos irracionales)</i>

# Etapas del Duelo (Kubler-Ross)





<b>Resentimiento</b>	<b>Sufrir</b>	<b>Dolor (asco)</b>	<b>Soltar</b>	<b>Alivio</b>
<b>Ansiedad, Fantasear,</b>	<b>evasión</b>	<b>1.- Negación (miedo)</b>	<b>Aquí y ahora</b>	<b>Enfrentar</b>
<b>Cobardía, frustración</b>	<b>Fatalismo</b>	<b>2.- Ira (enojo)</b>	<b>Paciencia (solo por hoy)</b>	<b>Fortaleza</b>
<b>Parálisis</b>	<b>Negatividad</b>	<b>3.- Depresión (tristeza)</b>	<b>Vinculación (hablar)</b>	<b>Expresión</b>
<b>Negar</b>	<b>Resistencia</b>	<b>4.- Negociación (sorpresa)</b>	<b>Compromiso</b>	<b>Disposición al cambio</b>
<b>Rechazo</b>	<b>Endurecimiento</b>	<b>5.- Aceptación (alegría)</b>	<b>Planear (Lo primero es lo primero)</b>	<b>Resolución</b>

# 5 PASOS hacia la nueva realidad

- 1. Doler**
- 2. Percibir- Aquí y ahora**
- 3. Externar- Compartir**
- 4. Rescatar- Sólo por hoy**
- 5. Soltar- Lo primero es lo primero**

# Ruptura y duelo

