

CERPO

Centro de Referencia Perinatal Oriente

Facultad de Medicina, Universidad de Chile



Manejo del Duelo Perinatal

Orientaciones para Profesionales de la Salud

Natalia Martínez Espínola

Psicóloga



**Centro de Referencia de Salud
Peñalolén Cordillera Oriente**

Embarazo

Aspectos Psicológicos a considerar



Duelo Perinatal

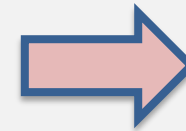
- ***Muerte Perinatal:*** ocurrida entre las 22 semanas de gestación y los primeros 7 días de vida
- ***Muerte Neonatal:*** ocurrida desde el nacimiento hasta los 28 días de vida
- ***Ley Dominga:*** ocurrida desde la concepción y hasta el 1° año de vida



Duelo Perinatal

Sintomatología esperable

- Shock inicial / Desborde emocional
- Negación del problema.
- Tristeza, llanto, aislamiento, tensión, angustia, desesperación.
- Sentimientos de responsabilidad y culpa
- Síntomas depresivos leves.



Evitación

Sobreprotección

Duelo Perinatal



Temores

- **Causar dolor**
- **Ser culpado**
- **Judicialización**
- **A no tener respuesta**

Desafíos para el Equipo de Salud



- Realizar intervenciones más adecuadas que humanicen la asistencia de los profesionales de la salud a las mujeres – y sus familias- que sufren la pérdida de un hijo en el periodo pre y post natal
- Manejar conocimientos básicos sobre duelo perinatal, que nos hagan más conscientes de la relevancia del personal de la salud en la elaboración adecuada del proceso de duelo

Desafíos para el Equipo de Salud



- **Perspectiva interdisciplinaria**
- **Marco de referencia: Cuidados Paliativos**
- **Prestar atención a cuidados de bebé fallecid@**
- **Responder a las necesidades de los padres y el entorno familiar**
- **Propiciar atención individualizada a la familia**

¿Qué debemos saber?

El duelo se presenta de diferentes formas según cada persona y provoca diversos sentimientos



Muerte del bebé

Pérdida de proyectos futuros

Pérdida del rol de padres

Preocupación por el propio cuerpo

Angustia por reacción del entorno

Etapas del Duelo



- **Negación**: Shock emocional y cognitivo
- **Ira/Culpa**: Impotencia, frustración, explicación, cuestionamiento
- **Negociación**: Búsqueda de alternativas
- **Depresión**: Tristeza y desesperanza
- **Aceptación**: calma y comprensión de la muerte como inevitable

Etapas del Duelo



Superación del Duelo

- **Resignificación y reconfiguración de la propia identidad**
- **Aceptar la realidad de la pérdida: abrirse y salir del dolor**
- **Reconstrucción de la relación con lo que se ha perdido**
- **Reinvención de uno mismo**



Características Generales del Duelo



- **Crisis normativa**
- **Cíclico**
- **No todos viven todas las etapas**
- **Duración variable**
- **Primordial: Expresión de emociones**



Comunicación de la Noticia

Entorno

- Tranquilo
- Privado
- Intimidad
- Alejado de ruidos e interferencias



Comunicación de la Noticia



- ❖ **Transmitir sensación de calma, sin prisas**
- ❖ **Favorecer ambiente de interés y respeto**
- ❖ **Lenguaje sencillo y preciso. Mensajes claros y concisos**
- ❖ **Evitar tecnicismos e intentar simplificar al máximo el vocabulario con el fin de lograr la comprensión del mensaje. No usar lenguaje anatómico especializado**
- ❖ **Repetir la información pacientemente las veces que sea necesario**

Comunicación Verbal



- ❖ Respetar y validar emociones y conocimientos.
- ❖ Desmentir creencias erróneas con suavidad y argumentos simples
- ❖ Llamar al bebé por su nombre
- ❖ Mostrar empatía
- ❖ Acompañar y responder preguntas
- ❖ Orientar sobre pasos a seguir
- ❖ SILENCIO

Comunicación No Verbal

- 90% del mensaje a transmitir
- Mantener postura acogedora: no cruzar brazos, mantener contacto visual, tono de voz sereno, incluir acompañante
- Escucha activa y empática
- Respetar y dar espacio a silencios, reflexiones y expresión de sentimientos
- Posibilidad de acercamiento físico
- Sentarnos al mismo nivel



Qué debemos evitar

- **Iniciar conversaciones si no estamos dispuestos a escuchar**
- **Culpabilizar, juzgar**
- **Indicar qué debe hacerse o sentirse**
- **Expresar prejuicios y opiniones personales**
- **Decir que sabemos cómo se siente**
- **No buscar lado positivo a la situación**

Qué podríamos hacer

- **Presentarnos**
- **Informar sobre situación**
- **Escuchar y dar tiempo para procesar información**
- **Explicar opciones, ayudar y apoyar decisiones**
- **Hacer sentir presencia y apoyo de manera sutil**
- **Sugerir apoyo psicológico del proceso de duelo**

Qué podríamos hacer

- Se fuerte
- No llores
- Es la voluntad de Dios
- Todo pasa por alguna razón
- Es el destino
- No es el fin del mundo
- Ahora está en un lugar mejor
- Al menos no llegaste a conocerlo
- Ya tendrás más hijos
- Debes ser fuerte por...
- El tiempo lo cura todo

- ✓ Siento mucho la muerte de tu bebé
- ✓ No sé qué decir...no me imagino por lo que estás pasando
- ✓ Estoy aquí para lo que necesite

Símbolos y Rituales



**Muerte
como proceso natural
y de transformación**

“Nuestro cuerpo físico en realidad no es más que el capullo, la apariencia externa del ser humano. Nuestro yo interior y verdadero, la “mariposa”, es inmortal e indestructible y se libera en el momento que llamamos muerte. Morir significa, simplemente, mudarse a una casa más bella...”

Elisabeth Kubler-Ross

Símbolos y Rituales



- **Leyenda Maya:** colibrí como mensajero/señal
- **Creencia Azteca:** ser fuerte frente a la adversidad y confiar en las capacidades personales
- **Símbolo del Duelo Perinatal**



Símbolos y Rituales

- Despedida
- Momentos
- Recuerdos
- Espacio íntimo
- Ritos religiosos o espirituales



- Disminuir la culpa
- Sentirse más aliviados
- Mejor afrontamiento del proceso de duelo
- Disminuye riesgos de complicaciones

Barreras para el profesional de la salud



- **Carga laboral**
- **Conocimientos escasos**
- **Falta de espacios adecuados**
- **Variabilidad en la prestación de cuidados de la salud**
- **Escasa formación y experiencia en desarrollo de habilidades blandas**



Cuidado Emocional



- **No designar siempre a los mismos profesionales**
- **Expresar sentimientos con naturalidad, no es imperiosa la neutralidad**
- **Buscar apoyo en compañeros de trabajo**
- **Reconocer limitaciones personales**
- **Estar disponible para tomar el lugar de un colega**
- **Tratar el tema o un caso específico en reuniones clínicas**
- **Crear un grupo de apoyo en el lugar de trabajo**



Recordar...

El futuro también
se puede echar de menos.



@empicologainfantil