

EL DUELO AMBIGUO Y LA CARGA EMOCIONAL NO RECONOCIDA EN MADRES DE PERSONAS DESAPARECIDAS

EECI. Fabian Uriel Mendoza Valenzuela
<https://orcid.org/0009-0001-1720-8081>
Hospital ISSSTE Dr. Fernando Ocaranza
Universidad de Sonora. Dpto. Enfermería, Hmo.
Contacto: fabian.mendoza@unison.mx



RESUMEN

Introducción: El fenómeno social de desapariciones en México ha tenido un aumento estadístico en la última década. Las familias, víctimas directas de la desaparición, se enfrentan a un constante sufrimiento que se caracteriza de incertidumbre lo que complica el proceso de duelo ante esta situación.

Desarrollo:

Pauline Boss introdujo el concepto de pérdida ambigua el cual hace referencia a la pérdida en donde no se tiene una claridad e información precisa sobre el estado de salud de un ser querido, generando un profundo estado de incertidumbre. Esta situación es única, debido a que no permite a los familiares realizar rituales fúnebres (en caso de fallecimiento), que permitan el cierre del proceso de duelo, lo cual conlleva un pesar prolongado y complicaciones psicoemocionales. Esta mezcla de emociones, que incluyen la tristeza, el pesar, la culpa y la ansiedad, vuelven una experiencia devastadora para las madres que lo viven, ya que este “coctel emocional” puede encaminar

a un estado crónico de estrés, que al paso del tiempo repercutirá en la salud física y mental de las madres que lo experimentan.

Conclusiones:

La carga emocional no reconocida y la invisibilidad de las madres de personas desaparecidas, está estrechamente relacionada con el concepto de pérdida ambigua. Por lo que es necesario la implementación de programas enfocados al apoyo psicológico, emocional y social que reconozcan la naturaleza del duelo y pérdida ambigua.

INTRODUCCIÓN

El fenómeno social de desapariciones en México ha tenido un aumento estadístico exponencial en la última década, esto con lo reportado por el Registro Nacional de Personas Desaparecidas y No localizadas (RNPDL), se ha tenido un 40% más de casos registrados de personas desaparecidas en el país. Las causas de origen son diversas, aunque la desaparición forzada ocupa el número uno en la actualidad. (1)

Lo anterior refleja un contexto de violencia y violaciones de derechos humanos derivado de esta crisis, lo cual impacta gravemente a las víctimas y sus seres queridos. Las familias, víctimas directas de la desaparición, se enfrentan a un constante sufrimiento que se caracteriza de incertidumbre por el desconocimiento del paradero o estado de salud de su familiar y la falta de redes de apoyo tanto sociales como institucionales, lo que complica el proceso de duelo ante esta situación.

Este escenario no solo genera incertidumbre o angustia ante la desinformación, también emerge un estado de confusión e intranquilidad, ya que los familiares y seres queridos experimentan una pérdida que no podría definirse claramente como vivo o muerto, agravando el dolor emocional y complicando aún más el proceso de duelo. (2-3)

Este estado constante de incertidumbre se relaciona de forma directa con el concepto de pérdida ambigua, descrito por la Dra. Boss, quien lo define como aquella pérdida caracterizada por la falta de claridad o cierre definitivo, dejando en los seres queridos una incertidumbre prolongada. Esta pérdida ambigua se relaciona profundamente con la experiencia que viven las familias de personas desaparecidas, ya que como la autora lo detalla, la incertidumbre se prolonga en el proceso de búsqueda, en donde no se tiene la presencia física de la persona, pero en la mente y corazón de sus allegados, el recuerdo se mantiene vivo y con la esperanza de verlos algún día. (4)

Del círculo de seres queridos, las madres son las que experimentan aún con más repercusiones la desaparición de sus hijos, teniendo un impacto significativo en su salud psicoemocional, siendo las principales afectadas por el desarrollo de un duelo ambiguo. (5)

DESARROLLO

La pérdida ambigua como precursor de un duelo ambiguo

Pauline Boss, profesora en ciencias sociales de la familia en la Universidad de Minnesota, introdujo el concepto de pérdida ambigua en la década de 1970, la cual hace referencia a la pérdida en donde no se tiene una claridad e información precisa sobre el estado de salud de un ser querido, generando un profundo estado de incertidumbre. Este fenómeno es relevante en el contexto de las desapariciones que México presenta en la actualidad, ya que las familias víctimas de esta crisis social, quedan sumergidas en un ciclo de espera y esperanza, por no poder determinar si su ser querido se encuentra vivo o muerto. (4-6)

Esta situación es única, debido a que no permite a los familiares realizar rituales fúnebres (en caso de fallecimiento), que permitan el cierre del proceso de duelo, lo cual conlleva un pesar prolongado y complicaciones psicoemocionales.

En el caso de las madres de personas desaparecidas, la experiencia ante esta situación se torna con dolor emocional y una angustia constante, ya que estas mujeres se enfrentan a no solo tener la ausencia física de su hijo, sino que también implica una carga emocional de llevar su día a día con la esperanza, el miedo y la angustia por no saber de su paradero. (7-8)

Esta oscilación emocional resulta con una descarga de síntomas psicoemocionales como depresión, ansiedad y estrés prolongado, presentando un duelo no tradicional, debido a la falta de cierre o aceptación de la ausencia de su hijo, llevando al estancamiento de un limbo emocional por la falta de resolución del dolor. Este duelo característico, determinado como “duelo ambiguo”, tiene un impacto significativo en el día a día de las madres, ya que enfrentan un estigma social y un aislamiento debido a la falta del reconocimiento social. (3,4-9)

La carga emocional no reconocida de las madres de desaparecidos

La desaparición de un ser querido se vuelve una experiencia aniquiladora que afecta gravemente a las madres, quienes, en la mayoría de los casos, y en específico en nuestro país, son las que sobrellevan el dolor en el proceso de búsqueda. En México, donde se vive un fenómeno social de desapariciones presentando un gran aumento de casos en los últimos años, las madres se encuentran estancadas en una

carga psicoemocional que tiene repercusiones alarmantes en su salud mental, debido a la naturaleza del tipo de pérdida que experimentan, la ambigua, generando un sufrimiento prolongado y por consiguiente todas las repercusiones psicoemocionales. (10)

Esta mezcla de emociones, que incluyen la tristeza, el pesar, la culpa y la ansiedad, vuelven una experiencia devastadora para las madres que lo viven, ya que este “coctel emocional” puede encaminar a un estado crónico de estrés, que al paso del tiempo repercutirá en la salud física y mental de las madres que lo experimentan. La incertidumbre, que es la principal característica emocional de esta situación, crea un ciclo vicioso entre la esperanza y la desilusión, que las lleva a un dolor y pesar no resuelto. (9-11)

El ciclo vicioso al que hacemos referencia conlleva a un duelo ambiguo que al paso del tiempo desarrollara afecciones severas de trastornos mentales como depresión mayor, trastornos de duelo prolongado y trastorno por estrés postraumático. Con lo anterior, la carga emocional no reconocida se identifica como un factor de riesgo que prolonga el sufrimiento de las madres, ocasionando la falta de apoyo y el no reconocimiento social que requieren para sobrellevar su dolor. (12)

Esta falta de apoyo se debe a que la sociedad invisibiliza el dolor y sufrimiento de estas madres, ya que se espera que estas mujeres presenten una actitud de fortaleza mientras sufren por la ausencia de su hijo, esta situación no solo contribuye al aislamiento social, también dificulta y limita el acceso a la atención de salud tanto física como psicológica, las cuales son necesarias para su bienestar. (10)

La falta de reconocimiento a sus emociones, y su duelo particular, lleva a estas madres víctimas del fenómeno de la desaparición, a una incomprensión y aislamiento emocional, teniendo así una ausencia de entornos seguros en donde ellas puedan canalizar, hacer notar y expresar sus emociones, para que así reciban el apoyo que requieren y se contribuya a no agravar más su situación, evitando que se perpetue una oscilación entre el dolor y la desesperanza. (10)

La falta de reconocimiento a sus emociones, y su duelo particular, lleva a estas madres víctimas del fenómeno de la desaparición, a una incomprensión y aislamiento emocional, teniendo así una ausencia de entornos seguros en donde ellas puedan canalizar, hacer notar y expresar sus emociones, para que así reciban el apoyo que requieren y se contribuya a no agravar más su situación, evitando que se perpetue una oscilación entre el dolor y la desesperanza. (10)

Implicaciones psicológicas en la salud mental

Muchas madres de desaparecidos que viven la pérdida ambigua experimentan síntomas psicoemocionales como la ansiedad, depresión y estrés prolongado por el desconocimiento del paradero de sus hijos. Esta experiencia se puede ver aún más perjudicada por el estigma social asociado a la desaparición forzada, ya que estas mujeres pueden percibir y fomentar su aislamiento debido a que “deben” ocultar su dolor o minimizar su sufrimiento para evitar los señalamientos y juicios por el tipo y causa de la desaparición. (10-11)

Todo lo anterior perjudica el proceso de sanación en el duelo ambiguo, en vista de que las madres pueden sentirse atrapadas entre la necesidad de seguir su vida con el día a día y el deseo profundo de encontrar y ver a su hijo de nuevo. Esto genera un sentimiento de culpa y conflicto interno por la búsqueda de recuperar mientras se tiene la ausencia física de su ser querido. (12-13)

Para contribuir a esta problemática, resulta necesario implementar acciones y programas de apoyo enfocados en la salud mental de estas madres, los cuales sean diseñados exclusivamente en abordar las necesidades psicoemocionales de las madres víctimas de este fenómeno social.

Estos programas deberían plantearse a reconocer el duelo ambiguo y brindar espacios seguros donde las madres puedan compartir sus experiencias, orientar a otras madres en situación similar, recibir orientación y apoyo de profesionales de salud mental. Resulta importante fomentar y visibilizar el pesar y sufrimiento de las madres de desaparecidos, para crear una conciencia social que permita una mayor empatía y se promueva el apoyo comunitario hacia las víctimas del fenómeno de la desaparición. (11-14)

CONCLUSIONES

La carga emocional no reconocida y la invisibilidad de las madres de personas desaparecidas, esta estrechamente relacionada con el concepto de pérdida ambigua establecido por la Dra. Boss. Es importante saber que este tipo de duelo, el ambiguo, se caracteriza por la interminable incertidumbre sobre el estado de salud y paradero de los seres queridos que están ausentes. Esta situación no solo perjudica lo relacionado con la carga emocional, sino que también limita el apoyo necesario para sobrellevar la experiencia de la desaparición. Por lo que es necesario la implementación de programas enfocados al apoyo psicológico, emocional y social que reconozcan la naturaleza del duelo y pérdida ambigua. Estos programas deberían brindar apoyo psicoemocional con la adaptación a las necesidades de estas mujeres.

Estrategias como la creación de grupos de autoayuda, talleres y espacios de expresión emocional, podrían proporcionar entornos seguros donde las madres se sientan comprendidas y validadas en su lucha y dolor.

Como último punto, todo lo anterior se logrará con el fomento a la conciencia social en el reconocimiento del dolor y sufrimiento que atraviesan las madres y familias de las víctimas de desaparición, creando una empatía colectiva y comunidades mas sanas para este tipo de poblaciones perjudicadas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Gobierno de México. Versión Estadística RNPDO - Dashboard CNB [Internet]. Versión Estadística RNPDO - Dashboard CNB; noviembre de 2024 [consultado el 03 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://versionpublicarnpdno.segob.gob.mx/Dashboard/ContextoGeneral>
2. Paleta Pérez G. Pérdida ambigua y desaparición: algunos efectos psico-emocionales en familias de Michoacán, México. RR [Internet]. 26 de junio de 2023 [citado 03 de noviembre de 2024];1(45-46). Disponible en: <https://www.redesdigital.com/index.php/redes/article/view/202>
3. Hernández Brussolo R. Afrontamiento al estrés en madres de familia víctimas secundarias de desaparición: estudio psicosocial, desde teoría de Pérdida Ambigua. [doctoral en Internet]. Ciudad Juárez, Chihuahua.: Universidad Autónoma de Ciudad Juárez; 2021 [consultado el 3 de noviembre de 2024]. 104 p. Disponible en: <https://erecursos.uacj.mx/items/2f3f76b3-cf9e-4e4e-a916-70fca29c14de>
4. Boss P, Yeats JR. Ambiguous loss: a complicated type of grief when loved ones disappear. Bereave Care [Internet]. 4 de mayo de 2014 [consultado el 06 de noviembre de 2024];33(2):63-9. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/02682621.2014.933573>
5. Crocker RM, Reineke RC, Ramos Tovar ME. Ambiguous Loss and Embodied Grief Related to Mexican Migrant Disappearances. Med Anthropol [Internet]. 5 de febrero de 2021 [consultado el 3 de noviembre de 2024];1-14. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/01459740.2020.1860962>

5. Crocker RM, Reineke RC, Ramos Tovar ME. Ambiguous Loss and Embodied Grief Related to Mexican Migrant Disappearances. *Med Anthropol* [Internet]. 5 de febrero de 2021 [consultado el 3 de noviembre de 2024];1-14. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/01459740.2020.1860962>
6. Domínguez Cornejo MM. Ventanas de la memoria: duelo y memoria en mujeres buscadoras de Guanajuato. *Andamios Rev Investig Soc* [Internet]. 3 de octubre de 2022 [consultado el 03 de noviembre de 2024];19(50). Disponible en: <https://doi.org/10.29092/uacm.v19i50.951>
7. Infante A. Duelo ambiguo familiar consecuente a la desaparición de un ser querido [Trabajo de grado: maestría en Internet]. Michoacán, México: Universidad Michoacana de San Nicolás Hidalgo; 2022 [consultado el 3 de noviembre de 2024]. 151 p. Disponible en: http://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/xmlui/bitstream/handle/DGB_UMICH/6747/FP-M-2022-0484.pdf?sequence=1&isAllowed=y
8. Fernández-Fernández JA, Gómez-Díaz M. Resiliencia y duelo ante la pérdida de un ser querido: Una revisión sistemática. *Rev Psicopatol Psicol Clin* [Internet]. 8 de agosto de 2022 [consultado el 09 de noviembre de 2024];27(2). Disponible en: <https://doi.org/10.5944/rppc.27762>
9. Almanza-Avendaño AM, Hernández-Brussolo R, Gómez-San Luis AH. Pérdida ambigua: madres de personas desaparecidas en Tamaulipas, México. *Reg Soc* [Internet]. 15 de diciembre de 2020 [consultado el 03 de noviembre de 2024];32:e1396. Disponible en: <https://doi.org/10.22198/rys2020/32/1396>
10. Linares Acuña G, Álvarez Bermúdez J. Impacto psicosocial de la desaparición forzada. Una visión de las madres que buscan a su ser querido. *Psicol Desde El Caribe* [Internet]. 21 de junio de 2023 [consultado el 03 de noviembre de 2024];39(03). Disponible en: <https://doi.org/10.14482/psdc.39.3.305.025>
11. Vargas I. Más que un expediente... Las madres de las personas desaparecidas en México y sus carpetas de investigación. *Iconos Rev Cienc Soc* [Internet]. 27 de abril de 2022 [consultado el 09 de noviembre de 2024];73:143-60. Disponible en: <https://doi.org/10.17141/iconos.73.2022.5152>
12. Wayland S, Maple M. 'An all-consuming cumulonimbus of pain': a scoping review exploring the impact of ambiguous loss when someone is missing and the counselling interventions relevant to the experience. *Bereave Care* [Internet]. 2 de enero de 2020 [consultado el 3 de noviembre de 2024];39(1):21-9. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/02682621.2020.1728089>
13. Roja C. COMITÉ INTERNACIONAL DE LA CRUZ ROJA [Internet]. Agonía e incertidumbre: la desaparición de seres queridos y la pérdida ambigua; 2 de junio de 2015 [consultado el 09 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.icrc.org/es/document/agonia-e-incertidumbre-la-desaparicion-de-seres-queridos-y-la-perdida-ambigua>
14. Vedia V. Duelo patológico factores de riesgo y protección. *SEMPyP*. 2016 Sep; Vol. VI (2) pag: 12- 34. Disponible: https://www.psicociencias.org/pdf_noticias/Duelo_patologico.pdf