



UNIVERSIDAD ESTATAL DEL VALLE DE ECATEPEC
LICENCIATURA EN GERONTOLOGÍA



MUERTE Y VEJEZ



Lidiar con la muerte y las pérdidas



©Ted Orland 1973



Perspectivas cambiantes acerca de la muerte y el proceso de morir



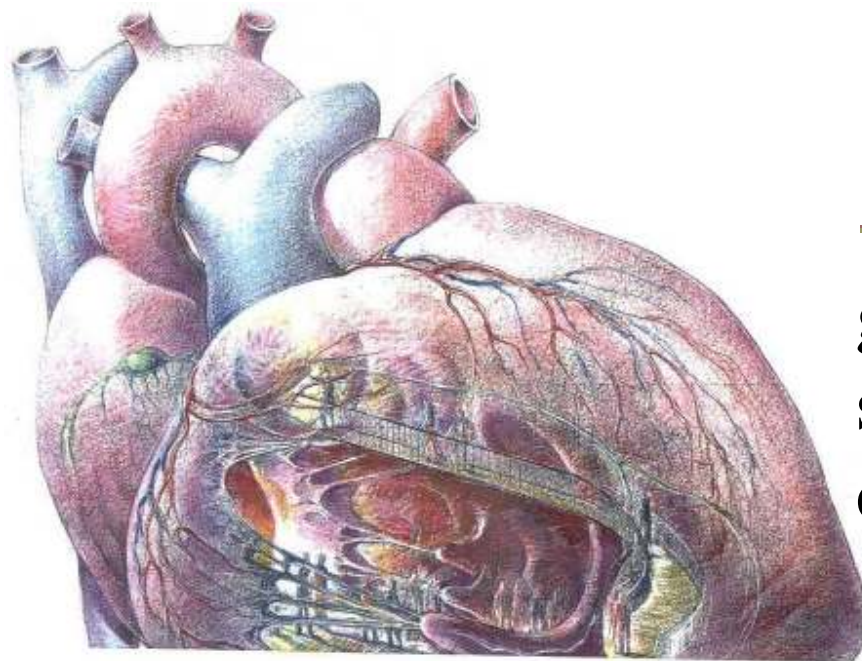
Antes de los tiempos modernos, la muerte era un acontecimiento normal y esperado, a veces incluso bienvenido como un final pacífico al sufrimiento.

Con la generación del baby boom, muchas personas pasaban la mayor parte de sus vidas sin pensar mucho acerca de su propia muerte.

En la actualidad las cosas cambian de nuevo. El modo de vida hacen difícil negar la realidad de la muerte.

Aspectos biológicos, sociales y psicológicos de la muerte

Existen al menos tres aspectos de la muerte y el proceso de morir: el biológico, social y el psicológico.



La muerte biológica por lo general se considera como la suspensión de los procesos corporales.





○ Implicaciones sociales:

actitudes hacia la muerte, el cuidado y el comportamiento hacia el moribundo, las costumbres y rituales de duelo.

🏠 Aspectos psicológicos de la muerte: como se sienten las personas con respecto hacia su propia muerte y a la de sus seres cercanos.



EL ESTUDIO DE LA MUERTE: TANATOLOGÍA Y EDUCACIÓN PARA LA MUERTE

- Tanatología: Estudio de la muerte y el proceso de morir
- Educación para la muerte

- Metas:

- Apaciguar las ansiedades
- Ayudar
- Ver la muerte como fin natural de la vida
- Preparar



- Enseñar formas humanas de tratar al moribundo
- Proporcionar una visión realista
- Ofrecer una explicación sobre la dinámica de muerte
- Auxiliar a los deudos a decidir a que tipo de servicios funerarios desean



CUIDADO DE HOSPICIO

- Brinda atención cálida, personal y paciente
- Enfocada a la atención paliativa
- Se puede proporcionar en:
 - Hospital
 - Hogar
- Comenzó en Londres en 1968



- Es una forma costeable de cuidar a los miembros de una familia con un enfermedad terminal
- Cicely Saunders: “Tu importas hasta el último momento de tu vida, y nosotros haremos todo lo que podamos, no solo para ayudarte a morir en paz, sino para que vivas hasta que mueras.”
- El cuidado que conserva la dignidad depende no sólo de cómo son vistos



AUXILIO PARA MORIR: EUTANASIA Y SUICIDIO ASISTIDO



EUTANASIA ACTIVA:

- ACCIÓN QUE SE TOMA DELIBERADAMENTE PARA ACABAR CON UNA VIDA, CON LA FINALIDAD DE ACABAR CON EL SUFRIMIENTO O PERMITIR QUE UN ENFERMO MUERA CON DIGNIDAD.



EUTANASIA PASIVA:

- RETIRAR O DESCONTINUAR DELIBERADAMENTE EL TRATAMIENTO QUE PUEDE PROLONGAR LA VIDA EN UN ENFERMO DE ETAPA TERMINAL

SUICIDIO ASISTIDO



- LLAMADO AUXILIO MÉDICO PARA MORIR INVOLUCRA LA AYUDA DE UN ESPECIALISTA
- A FAVOR: SE BASAN EN LOS PRINCIPIOS DE AUTONOMÍA Y AUTODETERMINACIÓN
- EN CONTRA: SE CENTRA EN DOS PRINCIPIOS:
 - 1) LA CREENCIA DE QUITAR UNA VIDA
 - 2) LA PROTECCIÓN PARA QUIENES LLEVEN LA DESVENTAJA

Actitudes hacia la muerte y el proceso de morir

Adultez Joven

- Evitan pensar en la muerte.
- Influidos por una creencia egocéntrica
- Esta postura se desvanece cuando adquieren responsabilidades ocupacionales y familiares serias.
- Carreras, Matrimonio, Paternidad
- Si enferman se sensibilizan acerca de la muerte
- Frustración e ira



Adulthood Media

- Se percatan de que de hecho van a morir.
- Cambios físicos son mas notorios
- Perciben el tiempo de una nueva manera
¿Cuántos años he vivido?
¿Cuántos les quedan hasta la muerte?
- Se realizan sutiles cambios y elecciones mas conscientes
- Analizan su vida, como gastan su tiempo y su energía



Adultez Tardía

- Cuando enfrentan las pérdidas de amigos y familiares, reorganizan sus pensamientos aceptan su propia mortalidad.
- De acuerdo a Erickson deben lidiar con la última de ocho crisis; Integridad frente a desesperación.
- Los que sienten que sus vidas fueron significativas son capaces de enfrentar la muerte.



ENTENDER A LA MUERTE

Los cambios psicológicos comienzan a ocurrir incluso antes de que haya claros signos fisiológicos de morir.

Los cambios de personalidad también se muestran durante el periodo terminal.

Los cambios no pueden ser simple efecto de un solo episodio de enfermedad, pues las personas que mas tarde se recuperan de enfermedades agudas no muestran el mismo patrón de declive que quienes tiempo después mueren de los mismos tipos de padecimientos.



KUBLER-ROSS: ETAPAS DEL PROCESO DE MORIR

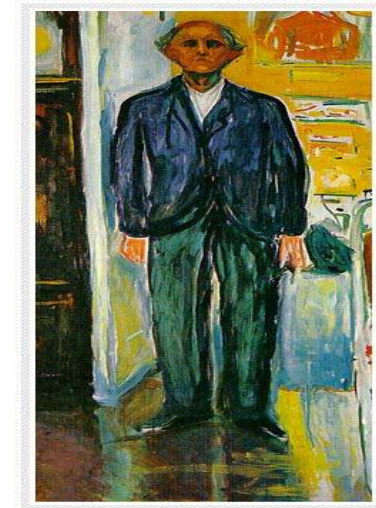
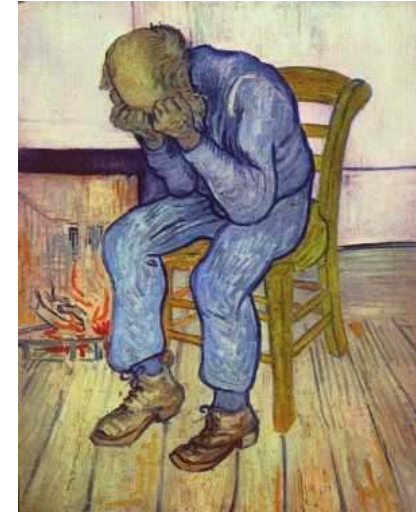
Las describe como no comunes

Las etapas son:

- ❖ **Negación:** cuando las personas y el propio paciente niegan la realidad, éste no tiene con quien hablar, y como resultado se siente abandonado y aislado.
- ❖ **Ira:** después de darse cuenta que se están muriendo, las personas se enojan, envidian a quienes lo rodean por su juventud o salud.



- ❖ **Negociación por tiempo extra:** las negociaciones representan el reconocimiento de que el tiempo es limitado y la vida es finita.
- ❖ **Depresión:** las personas necesitan llorar, apenarse por la pérdida de su propia vida.
- ❖ **Aceptación final:** las personas han trabajado sus ansiedades e ira acerca de la muerte y resuelto sus asuntos pendientes, terminan con un sentimiento de paz con ellos mismos y con el mundo.



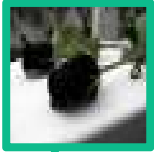
- No todas las personas pasan por las cinco etapas, y además pueden transitar por las etapas en diferentes secuencias.
- Una persona puede ir de ira a depresión o puede sentir ambas a la vez.
- Morir como vivir es una experiencia individual.
- La negación o la ira pueden ser una forma más saludable de enfrentar la muerte que la aceptación calmada.



- Los moribundos pueden mostrar “una mezcla de reacciones conflictivas o alteradas que recorren la gama desde negación hasta aceptación, con la tremenda variación afectada por la edad, sexo, raza, grupo étnico, escenario social y personalidad”. (Butler y Lewis, 1987)



CONFRONTAR LAS PÉRDIDAS



Duelo

- Es la pérdida de un ser cercano, y el proceso de ajuste posterior a la misma



Pena

- Es la respuesta emocional experimentada en las primeras fases del duelo; puede tomar muchas formas desde ira hasta un sentimiento de vacío



Luto

- Se refiere no a los sentimientos sino al comportamiento: las formas aceptadas culturalmente en las que el doliente y la comunidad actúan mientras se ajustan a la muerte.

FORMAS Y PATRONES DE LA PÉRDIDA

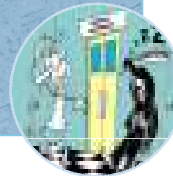
- Síntomas de pesar experimentados mientras la persona todavía sigue viva.
- Puede ayudar a los sobrevivientes a manejar la muerte mas fácilmente.

Pena anticipatoria



- 1.- conmoción e incredulidad
- 2.- preocupación por la memoria de la persona muerta
- 3.- resolución

El manejo de la pena a través del duelo



- Afligidos crónicos: comienzan a deprimirse después de la pérdida
- Crónicamente deprimidos: aquéllos que estaban deprimidos de antemano y se deprimen más tiempo después.

Diversas reacciones ante la pérdida



- Tratamiento para auxiliar al doliente a frenar su pérdida. Los terapeutas de duelo ayudan a los sobrevivientes a expresar tristeza, culpa, hostilidad e ira.

Terapia de duelo



SOBREVIVIR A UN CÓNYUGE

- La viudez es uno de los mayores retos emocionales que puede enfrentar un cualquier ser humano



- Las mujeres tienden a vivir más que los hombres y a ser más jóvenes que sus maridos y por ello es más probable que estas enviuden a una edad más temprana



¿Cómo la pérdida de un cónyuge afecta a la vida diaria?

- Si era un buen matrimonio →
 - Se pierde un amante.
 - Un confidente
 - Un buen amigo
 - Una compañía estable
- Si era un mal matrimonio →
 - El sentimiento de pérdida puede ser más tenue pero aún así es dolorosa

En ambos casos es dolorosa la pérdida



Vida Social

- Amigos y familiares se acercan al viudo (a) pero después vuelven a su vida diaria
- Los hombres por lo regular buscan otra pareja mientras que las mujeres no

Tiene mayor posibilidad de relacionarse con demás personas



La Pérdida de un padre

- El trauma del rompimiento de un hogar donde uno creció y la pérdida de un protector como lo es el padre es una pérdida emocionalmente fuerte.



- La muerte de un padre es un recordatorio de la propia mortalidad, promueve una defensa contra la muerte y puede dejar al hijo adulto con sentimientos de vejez y desamparo.
- Aunque a veces proporciona una aceptación menos ansiosa de la muerte



PÉRDIDA DE UN HIJO

- No hay una palabra para designar cuando un padre pierde un hijo.
- Los padres pueden sentir que han fracasado.
- Matrimonio fuerte pueden darse apoyo mutuo
- Las madres tienden a ser hospitalizadas por enfermedad mental
- Vacilan en discutir con un hijo que padece una enfermedad terminal.
- Hundirse en el trabajo, relaciones de apoyo, los ayudan a aliviar su dolor



SUICIDIO

- El suicidio en ancianos se asocia con enfermedad física, conflicto familiar y problemas financieros
- A nivel mundial, el suicidio es la tercera causa de muerte (WHO, 2003)



- El suicidio con frecuencia no es tanto un deseo de morir sino de evitar un dolor insoportable, ya sea físico o emocional.
- Los factores de personalidad asociados con el alto riesgo de suicidios incluyen dependencia, desamparo, desesperanza, incapacidad para aceptar ayuda, dificultad para formar relaciones cercanas, pobre habilidad interpersonal, dificultad para concentrarse y comportamiento antisocial (Buthrie y Kellerman)



ENCONTRAR UN SIGNIFICADO EN LA VIDA Y LA MUERTE

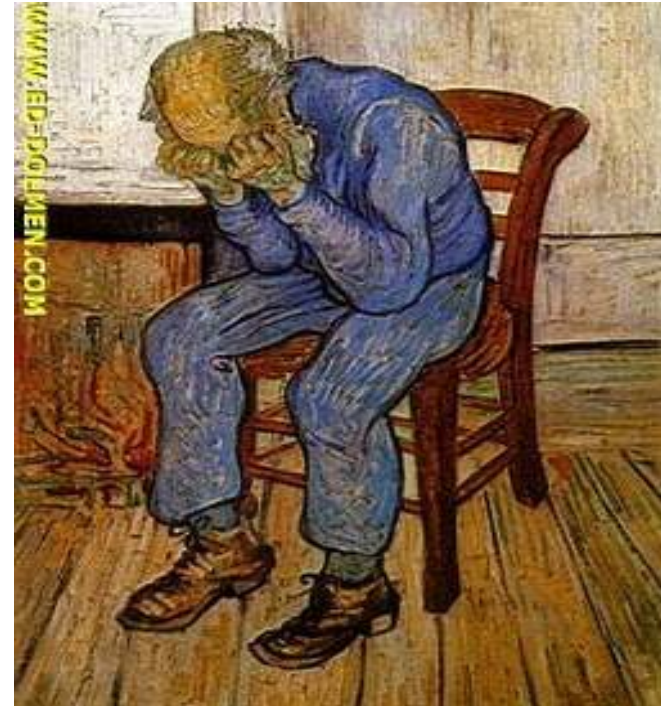
La revisión de la vida que comúnmente ocurre en la vejez, puede mejorar la integridad del yo, de acuerdo con Erickson.

Al recorrer sus vidas, las personas pueden considerar sus experiencias y acciones bajo una nueva luz.



Sherman y Peak (1991)
identificaron 3 tipos de
reminiscencias:

- ☺ Las reminiscencias para el placer.
- ☺ Las reminiscencias para la autocomprensión
- ☺ Las reminiscencias para resolver problemas presentes y hacer frente a las pérdidas.



Wong y Watt (1991) encontraron que las personas que “envejecen exitosamente” tienen el siguiente tipo de reminiscencias:

- ☀ Las reminiscencias integradoras
- ☀ Las reminiscencias instrumentales
- ☀ Las reminiscencias evasivas
- ☀ Las reminiscencias obsesivas



Desarrollo: un proceso de toda la vida

Morir, incluso puede ser una experiencia del desarrollo.

La tensión entre posibilidades virtualmente infinitas para crecer y un tiempo finito en el cual hacerlo define la vida humana, particularmente durante la adultez tardía.



❖ PREGUNTAS

- ❖ ¿Cuáles son las metas de la tanatología?
- ❖ ¿Cuáles son las 5 etapas del proceso de morir que estudia la psiquiatra Kubler-Ross?
- ❖ ¿Qué tipo de actitudes se presentan durante la adultez tardía con respecto a la muerte?
- ❖ ¿Qué características se presentan ante la pérdida de un hijo?
- ❖ Describe las etapas por las que pasa el ser humano para confrontar las pérdidas
- ❖ ¿Cuáles son las tres etapas del manejo de la pena a través del duelo?
- ❖ ¿Qué significa la viudez para un ser humano
- ❖ ¿Qué nos trae la muerte de un padre?
- ❖ Menciona el tipo de reminiscencias que tienen las personas que envejecen exitosamente

