

## Curso Especializado: Manejo del Duelo para Profesionales de la Salud Mental

### 2. Evaluación del Duelo en Pacientes

#### 2.1. Herramientas de Diagnóstico

##### A. Entrevista Clínica Estructurada

**Objetivo:** Identificar la presencia de duelo normal, complicado o comorbilidades (depresión, TEPT).

*Áreas Clave a Explorar:*

##### 1. Historia de la Pérdida:

- Circunstancias de la muerte (esperada vs. traumática).
- Relación con el fallecido (apego, conflictos no resueltos).

##### 2. Síntomas Emocionales y Conductuales:

- "¿Cómo ha sido su experiencia emocional desde la pérdida?" (Tristeza, culpa, ira).
- "¿Hay momentos en que evita pensar o hablar del fallecido?" (Evitación patológica).

##### 3. Impacto en la Vida Cotidiana:

- Cambios en el sueño, apetito, energía.
- Dificultad para retomar roles laborales, sociales o familiares.

##### 4. Recursos de Afrontamiento:

- "¿Qué estrategias ha usado para manejar el dolor?" (Ej.: apoyo social, religión, consumo de sustancias).

*Preguntas Específicas para Duelo Complicado:*

- "¿Siente que parte de usted no acepta que la persona haya muerto?" (Negación persistente).
- "¿Experimenta pensamientos de que la vida ya no tiene sentido sin él/ella?" (Desesperanza)

---

##### B. Escalas y Cuestionarios Validados

### 1. Inventario de Duelo Complicado (ICG - Prigerson et al.)

- **Evalúa:** Síntomas de duelo prolongado (anhelo intenso, dificultad para aceptar la muerte).
- **19 ítems**, escala Likert (0 "nunca" a 4 "siempre").
- **Puntos de corte:**  $\geq 25$  sugiere duelo complicado.

### 2. Escala de Duelo de Texas (TGR - Faschingbauer et al.)

- **Mide:** Negación, ira, desorganización conductual.
- **Útil para:** Identificar duelos con alto componente traumático.

### 3. Cuestionario de Duelo (GQ-5 - Shear et al.)

- **Breve (5 ítems):** Evalúa anhelo, evitación y deterioro funcional.
- **Uso ideal:** Tamizaje en consulta breve.

### 4. Escala de Impacto del Duelo (GIS - Hogan et al.)

- **Evalúa:** Duelo en padres que perdieron hijos.
- **Incluye:** Síntomas físicos, espiritualidad y crecimiento postraumático.

### 5. Herramientas para Niños y Adolescentes:

- **Escala de Duelo Infantil (IGS - Worden):** Adaptada a lenguaje infantil.
- **Dibujo de la Familia:** Proyectivo para evaluar percepción de la pérdida.

## 2.2. Señales de Alarma (Duelo Complicado)

### A. Criterios Diagnósticos (DSM-5-TR y CIE-11)

TRASTORNO	CARACTERÍSTICAS	DIFERENCIACIÓN DEL DUELO NORMAL
DUELO PROLONGADO	Anhelo intenso + deterioro funcional >12 meses	Duelo normal: Oscilación emocional, mejora gradual
DEPRESIÓN MAYOR	Anhedonia, culpa excesiva no relacionada al fallecido	En duelo: La tristeza está ligada a la pérdida
TEPT	Flashbacks, hipervigilancia (tras muertes violentas)	Duelo: Enfocado en la ausencia, no en el trauma

## B. Indicadores de Riesgo

- **Conductuales:**
  - Abuso de alcohol/drogas.
  - Aislamiento social extremo.
- **Emocionales:**
  - Sentimientos de vacío crónico.
  - Ideación suicida ("quiero reunirme con él/ella").
- **Cognitivos:**
  - Distorsiones ("Fue mi culpa", "Nunca seré feliz otra vez").

## C. Poblaciones Vulnerables

- **Personas con:**
  - Historia de trastornos mentales.
  - Múltiples pérdidas recientes.
  - Falta de red de apoyo.

## 2.3. Integración de Resultados

### A. Diagnóstico Diferencial

- **Duelo vs. Depresión:**
  - En el duelo, el sentimiento de tristeza es intermitente y vinculada a estímulos asociados al fallecido tales como recuerdos, lugares, objetos etc... Puede presentar labilidad emocional pero no tiende (a excepción del duelo complicado) a generar afectación mayor en áreas de desarrollo y/o riesgo vital.
  - En depresión, hay anhedonia generalizada y autodesvalorización, acompañada de labilidad emocional constante, alto nivel de disminución de actividades diarias y desempeño en las diferentes áreas de desarrollo. En algunas ocasiones se pueden presentar ideación suicida o intentos de suicidio.
- **Duelo vs. TEPT:**
  - El TEPT implica reexperimentación del evento traumático (no solo añoranza. Es una respuesta a un evento traumático que puede afectar la vida diaria de una persona.

## Síntomas del TEPT:

### **1. Reexperimentación:**

Recuerdos intrusivos del evento traumático, pesadillas, flashbacks.

### **2. Evitación:**

Evitar lugares, personas o actividades que puedan desencadenar recuerdos del trauma.

### **3. Alteraciones del estado de ánimo y a nivel cognitivo:**

Dificultad para experimentar emociones positivas, sentimientos de culpa o vergüenza, en conjunto con problemas de memoria en algunos casos.

### **4. Hiperactivación:**

Estado constante de alerta, acompañado de dificultad para dormir, irritabilidad y problemas de concentración.

## B. Elaboración del Informe Clínico

### **Estructura recomendada:**

1. **Historia de la pérdida y relación con el fallecido.**
2. **Síntomas predominantes** (emocionales, físicos, conductuales).
3. **Resultados de escalas aplicadas.**
4. **Factores de riesgo/protección.**
5. **Recomendaciones:** Terapia individual/grupal, derivación a psiquiatría si hay criterios o factores asociados a riesgo vital.