

BIBLIOGRAFÍA COMENTADA SOBRE EL DUELO

Alfonso M. García Hernández

La siguiente **bibliografía comentada**, nos acerca una información, que no va a suplir el proceso del duelo, el dolor que sentimos o el ser escuchados y comprendidos por un profesional, aunque si nos aproxima a líneas de actuación y análisis desde distintas ópticas, válidas para alumnos, profesionales de la salud: médicos, enfermeros, psicólogos, trabajadores sociales, etc., y cualquier persona que desee acercarse a un mayor conocimiento del campo del sufrimiento, el morir, la muerte, las pérdidas y el duelo.

ABENGÓZAR, M^a. C. (1994) *Como vivir la muerte y el duelo. Una perspectiva Clínico-Evolutiva de Afrontamiento. Universidad de Valencia. Valencia*

M^a Carmen Abengózar Torres, es psicóloga y en el presente trabajo dividido en trece capítulos nos acerca los siguientes aspectos de la muerte y el duelo: 1. Introducción; 2. Evolución histórica y definición de muerte; 3. Tipos de muerte; 4. Religiosidad y ansiedad ante la muerte; 5. El proceso agonizante (pp. 37-50): 5.1. la teoría de los estadios de la agonía; 5.2. Intervalo vida-muerte; 5.3. Las trayectorias del morir; 5.4. Contextos en donde morir; 6. Duelo (pp. 51-58); 7. Niñez y muerte (pp. 59-78); 8. Adolescencia y muerte (pp. 79-90); 9. Joven adultez y muerte (pp. 91-106); 10. Mediana edad y muerte (pp. 107-122); 11. Edad adulta tardía y muerte (pp. 123-150); 12. Preparación para la muerte (pp. 151-172); 13. Nota a los profesionales de psicología (pp. 173-178); bibliografía con 51 citas.

ASTUDILLO, W.; MENDINUETA, C.; ASTUDILLO, E. (2002) *Cuidados del enfermo en fase terminal y atención a su familia. Navarra. EUNSA 4^a Ed. Barañain, Navarra*

Los autores parten de la premisa que los cuidados paliativos son frecuentemente ignorados y considerados como el último remedio de una lista de opciones de tratamiento. No obstante, por el alivio que proporcionan a pacientes con cáncer y otros padecimientos merecen formar parte integral del tratamiento activo desde un principio. Los autores médicos hacen un abordaje del presente libro en

cuatro secciones: 1. *Generalidades* (39-112) en la cual abordan: los fundamentos de los cuidados paliativos, la evaluación médica del paciente terminal, la importancia de la comunicación en el cuidado del paciente terminal, las bases para mejorar la comunicación con el mismo así como las fases de adaptación a la enfermedad terminal, las necesidades de los pacientes en dicha fase y la labor de la enfermería y los cuidados generales de enfermería en dichos pacientes; 2. *Control de síntomas* (115-260) en la cual se abordan los siguientes capítulos: Principios de tratamiento de los síntomas comunes en el paciente en fase terminal, tratamiento de síntomas gastrointestinales, respiratorios, genitourinarios, de los problemas de la piel en el cáncer avanzado, del edema y del linfedema, de los síntomas neurológicos, psicológicos y de otros síntomas molestos en el paciente terminal, para concluir con un capítulo dedicado a las urgencias en los cuidados paliativos; cuidados paliativos oncológicos, importancia de la cirugía en la paliación; 3. *Manejo del dolor* (261-378). Esta sección incluye: Bases del tratamiento del dolor del enfermo en fase terminal, el tratamiento farmacológico del dolor maligno, el tratamiento del dolor de origen neurológico en el cáncer, el dolor en los niños con cáncer, el dolor en el SIDA, pacientes con dolores o situaciones que no responden a tratamientos habituales, el sufrimiento en los enfermos terminales, los métodos no farmacológicos para promover el bienestar del paciente; el dolor total en la terminalidad; 4. *Atención a la familia* (379-599). Incluye los siguientes temas: La asistencia a la familia ante una muerte esperada, medidas para mejorar la relación familia-equipo de apoyo, La asistencia del proceso del duelo, la alimentación en el enfermo terminal, consejos dietéticos a la familia del enfermo terminal, los cuidados paliativos en los niños, los cuidados paliativos en los ancianos, el paciente con demencia. Cuidado personal y apoyo a la familia, manejo paliativo de pacientes con SIDA avanzado, el voluntariado en el cáncer y otras enfermedades terminales, la medicina paliativa frente a la eutanasia, la toma de decisiones en el final de la vida, La paliación en un sistema integral de salud y Los derechos de los enfermos terminales. Cada tema incluye al final la bibliografía usada en la elaboración de los mismos. (5ª edición en imprenta).

ATTIG, T. (1996) *How we grieve. Relearning the world.* Oxford University Press. New York

Se distribuyen los contenidos a lo largo de los siguientes capítulos: 1. Stories of grieving: Listening and responding (pp. 3-24); 2. Grieving is active: We need not be helpless (25-62); 3. Respecting individuals when they grieve (63-98); 4. Relearning the world (99-127); 5. Relearning our selves: grief and personal integrity (128-162); 6. Relearning our relationships with the deceased: grief, love and separation (163-192).

BAILLY, D. (1997) *Angustia de separación.* Masson. Barcelona

Daniel Bailly es profesor de Psiquiatría del Niño y del Adolescente en la Universidad de Lille II Derecho y Salud, y Psiquiatra Clínico en el Centro de Información y Tratamiento de Trastornos por Dependencia del CHRU de Lille.

En la presente obra presenta una puesta a punto de los aspectos clínicos y epidemiológicos del trastorno por angustia de separación cuya prevalencia se estima en torno al 4% de la población general. Los procesos etiopatogénicos son desarrollados de manera amplia: teorías psicodinámicas con los diversos modelos de comprensión de Freud a Winnicott, teoría del apego de Bowlby, enfoque etológico y perspectiva neurobiológica. A continuación se aborda la relación entre este proceso y la aparición de trastornos psicopatológicos en el adulto, así como los principios de su tratamiento farmacológico y psicoterapéutico (psicoanálisis, terapias cognitivo-conductuales y familiar).

Interesante para psicólogos, psiquiatras, médicos, pediatras, enfermeras y profesionales enfrentados a problemas relacionados con el desarrollo psicoafectivo del niño y del adolescente.

BARRETO, P. SOLER, M.C. (2007) *Muerte y duelo*. Editorial Síntesis. Madrid

Las autoras son psicólogas y especialistas en psicología clínica, y recogen a lo largo de cinco capítulos la investigación reciente respecto al fenómeno del duelo y el doble proceso que desencadena en su proceso: Apego con la persona fallecida y estrés generado por su pérdida. Los capítulos referidos son: 1. introducción, 2. modelos explicativos y factores predictores, 3. evaluación y diagnóstico, 4. tratamiento I: guía para el terapeuta, y 5. Tratamiento II: guía para el doliente.

BAUMAN, H. (1990) *Como vivir bajo la aflicción*. Mensajero. Bilbao

Libro de bolsillo de 46 páginas con fotografías agradables de momentos de la naturaleza, en el cual el autor, a manera de ensayo hace un breve recorrido por los estadios de la aflicción tras sufrir una pérdida, ofreciendo una guía bajo un tono católico, dividiendo el proceso en seis actos: Sacudida, estupefacción, imaginación y culpabilidad, la pena desborda, dolorosos recuerdos, aprender a vivir de nuevo.

Aborda también que podemos decir a los niños, aceptar la muerte, volver a la normalidad requiere tiempo, la muerte no es el final.

BAYÉS, R. (2001). *Psicología del sufrimiento y de la muerte*. Ediciones Martínez Roca

Ramón Bayés, es catedrático de Psicología Básica en la Universidad Autónoma de Barcelona, y trabaja en psicología de la Salud desde hace más de veinticinco años. A sus setenta y tres años el autor quiere realizar una búsqueda en voz alta que le ayude a disipar sus miedos, tal como plantea en el prólogo de la obra, por ello que se aproxime a diferentes aspectos relacionados con la muerte, la enfermedad, el sufrimiento, el suicidio, la vejez, los cuidados al

final de la vida, la eutanasia y el duelo, entre otros, y para ello secciona la presente obra en los distintos apartados: 1. los dos objetivos de la medicina del siglo XXI; 2. la muerte psicológica; 3. la enfermedad como amenaza; 4. la comunicación de malas noticias; 5. enfermedad y sufrimiento (1); 6. Enfermedad y sufrimiento (2); 7. El sufrimiento y la muerte de los niños; 8. Sobre la vejez; 9. Evaluación del sufrimiento y de la aceptación de la muerte (1); 10. Evaluación del sufrimiento y de la aceptación de la muerte (2); 11. Las unidades de cuidados intensivos; 12. Suicidio asistido y eutanasia; 13. El duelo; 14. Los tiempos de espera en medicina; 15. Epílogo; Notas e índices.

BERTMAN, S. L. (1998) *Grief and healing arts: Creativity as therapy*. Baywood Publishing Co. Amityville. New York

Sandra L. Bertman, humanista, profesora y consejera con 30 años de experiencia, dirige el Programa de Humanidades Médicas en el Centro Médico de la Universidad de Massachusetts. Es pionera en el desarrollo de programas usando las artes y las humanidades para instruir a profesionales de la salud, pacientes y sus familiares de pacientes terminales y en duelo.

La autora, respetada internacionalmente por su trabajo en la muerte y el duelo, ha recibido muchos honores en el campo de la muerte, el morir y el duelo.

En el presente trabajo nos acerca como ayudar en el campo de la muerte y el duelo mediante las artes y las humanidades, en cuyo campo es realmente pionera, mediante la ayuda de imágenes artísticas, literatura, imágenes de muerte, pérdida, sufrimiento.

Este libro es de indispensable manejo para profesionales que abordan la educación en la muerte, como un libro-recurso. Se divide en cuatro capítulos: 1. Las artes, duelos personales y roles personales; 2. Algunos modos de usar las artes para los cuidadores; 3. Lesiones sobre culturas nuevas y viejas y 4. Necesidades básicas para personas en duelo.

BOSS, P. (2001) *La pérdida ambigua. Cómo aprender a vivir con un duelo no terminado*. Gedisa. Barcelona

Pauline Boss es profesora de Ciencias Sociales de la Familia en la Universidad de Minnesota, y ofrece en el presente libro orientación a terapeutas familiares desde su experiencia e investigación, en torno a estrategias que puedan ayudar a abordar las pérdidas, suavizar el dolor y ayudar a las familias. Divide el presente libro en nueve apartados: 1. El duelo congelado; 2. Marcharse sin decir adiós; 3. Decir adiós sin marcharse; 4. Las emociones contradictorias; 5. Los altibajos; 6. La apuesta de la familia; 7. El punto de inflexión; 8. El sentido de ambigüedad; 9. El beneficio de la duda.

BOWLBY, J. (1986) *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. Ediciones Morata. Madrid

El autor es psicoterapeuta infantil de la clínica Tavistock. El presente libro incluye una selección de los escritos y conferencias más representativas del autor, quien desde su teoría del apego nos ofrece una opción explicativa del desarrollo afectivo humano, introduciendo sus líneas de pensamiento y labor investigadora. Se incluyen siete conferencias: 1. Psicoanálisis y cuidado del niño; 2. Un enfoque etológico de la investigación del desarrollo infantil; 3. El duelo en la infancia y sus implicaciones para la psiquiatría; 4. Efectos de la ruptura de un vínculo afectivo sobre el comportamiento; 5. Separación y pérdida dentro de la familia; 6. Confianza en sí mismo y algunas condiciones que la fomentan y 7. Formación y pérdida de vínculos afectivos.

BOWLBY, J. (1989) *Una base segura. Aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Paidós. Barcelona

Obra esencial para los alumnos que necesiten una lúcida introducción al campo y para los psicoterapeutas que no estén familiarizados con los desarrollos de la clínica infantil. Se divide esta obra en ocho apartados: 1. El cuidado de los niños; 2. Los orígenes de la teo-

ría del apego; 3. El psicoanálisis como arte y ciencia; 4. El psicoanálisis como ciencia natural; 5. La violencia en la familia; 6. Saber lo que supone que no debes saber y sentir lo que se supone que no debes sentir; 7. El papel del apego en el desarrollo de la personalidad y 8. Apego, comunicación y proceso terapéutico.

BOWLBY, J. (1993) *El apego y la pérdida –1. El Apego*. Ediciones Paidós. Barcelona

La publicación del presente libro en 1969, marca un hito en la historia del psicoanálisis y de la psicología en general. El autor John Bowlby (1907-1990) que formó parte de la dirección de la Clínica Tavistock y consultor para la salud mental de la OMS durante 22 años, deja claro en este libro que el apego humano es una reacción instintiva y tan trascendental para la supervivencia como la alimentación y la reproducción.

Se divide el presente libro en cinco partes y 19 capítulos:

Parte I. La tarea (pp. 29-70): 1. Punto de vista; 2. Observaciones que deben ser explicadas.

Parte II. Conducta instintiva (pp. 71-246): 3. Conducta instintiva: un modelo alternativo; 4. Ambiente de adaptabilidad evolutiva del ser humano; 5. Sistemas conductuales relacionados con la conducta instintiva; 6. Causalidad de la conducta instintiva; 7. Evaluación y selección: sentimiento y emoción; 8. La función de la conducta instintiva; 9. Cambios de conducta durante el ciclo vital; 10. Ontogénesis de la conducta instintiva.

Parte III. Conducta de apego (pp. 247-352): 11. El vínculo que une al niño con su madre: la conducta de apego; 12. Naturaleza y función de la conducta de apego; 13. La conducta de apego desde el punto de vista de los sistemas de control.

Parte IV. Ontogénesis del apego humano (pp. 353-470): 14. Los comienzos de la conducta de apego. 15. Orientación hacia una figura; 16. Pautas de apego y condiciones que contribuyen a su desarrollo; 17. Evolución en la organización de la conducta de apego.

Parte V. Controversias antiguas y descubrimientos nuevos (pp. 471-494): 18. Estabilidad y cambios en las pautas del apego; 19. Objeciones, ideas erróneas y aclaraciones.

BOWLBY, J. (1985) *El apego y la pérdida –2. La Separación. Ediciones Paidós. Barcelona*

Se divide el presente libro en tres partes y 22 capítulos:

Parte I. Seguridad, ansiedad y sufrimiento (pp. 21-98): 1. Prototipos de la aflicción humana; 2. Papel de la separación y la pérdida en psicopatología; 3. La conducta en presencia y en ausencia de la madre: seres humanos; 4. La conducta en presencia y en ausencia de la madre: primates no humanos.

Parte II. Enfoque etológico del temor humano (pp. 99-210): 5. Postulados básicos de las teorías de la ansiedad y el temor; 6. Formas de conducta que indican temor; 7. Situaciones que provocan temor en los seres humanos; 8. Situaciones que provocan temor en los animales; 9. Indicios naturales de peligro y seguridad; 10. Indicios naturales, indicios culturales y evaluación del peligro; 11. Racionalización, atribución errónea y proyección; 12. El temor a la separación.

Parte III. Diferencias individuales en la propensión a experimentar temor: El apego ansioso (pp. 211-394): 13. Algunas variables que determinan diferencias individuales; 14. Propensión a experimentar temor y disponibilidad de las figuras de apego; 15. El apego ansioso y algunas condiciones que lo determinan; 16. La “sobredependencia” y la teoría de la malcrianza; 17. La ira, la ansiedad y el apego; 18. El apego ansioso y las “fobias” de la infancia; 19. El apego ansioso y la “agorafobia”; 20. Omisión, supresión y falsificación del contexto familiar; 21. El apego sereno y el desarrollo de la confianza en sí mismos; 22. Caminos para el desarrollo de la personalidad.

BOWLBY, J. (1993) *La pérdida afectiva. Tristeza y depresión*. Ediciones Paidós. Barcelona, Buenos Aires, México.

Este volumen del autor John Bowlby, completa su brillante trilogía dedicada al vínculo afectivo y sus vicisitudes. Analiza la forma en que repercute la muerte de un familiar en las vidas de niños y adultos, y aborda con ejemplar penetración la dinámica del duelo, los problemas de la depresión y los procesos de acomodación que son esenciales para preservar la salud psíquica.

Se divide en 3 partes y 25 capítulos:

Parte I. Observaciones, conceptos y controversias (pp. 31-98): 1. El trauma de la pérdida; 2. El lugar de la pérdida y el duelo en la psicopatología, 3. Marco conceptual; 4. Un enfoque de la defensa basado en el procesamiento de la información; 5. Plan de trabajo.

Parte II. El duelo en los adultos (pp. 99-274): 6. La pérdida del cónyuge; 7. La pérdida de un hijo; 8. El duelo en otras culturas; 9. Variedades patológicas; 10. Factores que afectan al curso del duelo; 11. Personalidades propensas al duelo patológico; 12. Experiencias infantiles de las personas propensas al duelo patológico; 13. Procesos cognitivos que contribuyen a las variaciones de la respuesta a la pérdida; 14. Tristeza, depresión y trastornos depresivos.

Parte III. El duelo en los niños (pp. 275-444): 15. La muerte de un padre durante la niñez y la adolescencia; 16. Respuestas de los niños cuando las condiciones son favorables; 17 pérdida en la niñez y trastornos psiquiátricos; 18. Condiciones que determinan diferencias en el resultado; 19. Respuestas de los niños cuando las condiciones son desfavorables; 20. La desactivación y el concepto de sistemas segregados; 21. Variedades patológicas y algunas condiciones que contribuyen a producirlas; 22. Efectos de suicidio de un padre; 23. Respuestas a la pérdida durante el tercer y cuarto año.; 24. Respuestas a la pérdida durante el segundo año; 25. Las respuestas de los niños pequeños a la luz del desarrollo cognitivo temprano; Epílogo.

Bibliografía. Se incluyen 359 citas de autores publicados en inglés de las cuales se encuentran traducidas al español (marcadas con asterisco) 21 referencias (publicadas por Ed. Paidós y Hormé).

BROOKE, J. (2005) *Como recuperar la felicidad tras la muerte de un ser querido*. Ediciones Obelisco. Barcelona

La autora es periodista y antigua corresponsal de la CNN, e incluye en este su primer libro consejos acerca de cómo conservar nuestros recuerdos, crear historias familiares duraderas y conectarse con los demás. Se encuentra dividido en seis apartados: 1. El poder de la memoria; 2. Un mapa de ruta a través de la pena; 3. Encontrarle significado a la pérdida; 4. política familiar; 5. Cómo lograr que duren los recuerdos y 6. Dejar un legado.

BROTHERS, J. (1992) *Vivir sin él*. Ediciones Grijalbo. Barcelona

Joyce Brothers es psicóloga y autora de obras de su especialidad ampliamente difundidas. Su marido Miton Brothers poseía un importante consultorio privado.

En el presente libro la autora va más allá de la autoayuda al impregnar su libro de la riqueza de lo vivido y el calor de lo sentido, narrándonos su vivencia, en su primera parte: "de esposa a viuda" (pp. 13-72). Acercándonos en 6 cortos capítulos el desarrollo de la enfermedad de su esposo, "tras una batalla de 18 meses con cáncer" y tras cuarenta y dos años de amor y comprensión de pareja.

En la segunda parte: "por el túnel del pesar" (pp. 75-212) se encamina por el mundo del pesar, de los funerales con sus detalles, de esos días siguientes donde ya tu rol es otro y de los meses que siguen donde sentimientos, emociones y sensaciones se mezclan con la conveniencia o prudencia a la hora de expresarlos y abrirse a la gente, hasta que pasas a formar parte de ese gran club de la viudez, con sus pros y sus contras. En la tercera parte: "lo que todos deben saber acerca del pesar" (pp. 215-265) nos acerca al mundo de la pérdida (de los seres queridos, de la mente y la personalidad, de la separación, etc.) de la educación a los niños ante la realidad de la muerte, ¿qué hacer? Y ¿qué evitar? Con las personas que viven una pérdida, de modo que sirva de ayuda hacia la aceptación y curación.

CARMELO, A. (2000) *Déjame llorar*. Taranna. Barcelona

Libro escrito a modo de consuelo en el entendimiento del dolor y el sufrimiento ocasionado por la pérdida, que desgrana aspectos puntuales relacionados con la pérdida y el duelo: “para qué”, el duelo es bueno y necesario, aliviar, dolor y actividad, las fases del duelo, renacer, etc.

CARR, D. (2006) *Spousal bereavement in late life*. Springer Publishing. Estados Unidos

La presente obra realiza un análisis profundo y una interpretación teórica de los factores que contribuyen al ajuste de las personas mayores, habla de la experiencia de los viudos en el contexto de la sociedad contemporánea y explora una gama notable de ediciones asociadas. Destinado convertirse en una obra clásica; fijará el estándar para la investigación empírica futura de la experiencia de la pérdida entre las personas mayores. Se divide en los siguientes capítulos: Aspectos metodológicos (pp. 19); Implicaciones para (49); Consejo psicológico (81); Hacer la salud (117); Espíritu e interpersonalidad (143); Aspectos económicos y prácticos (167); La experiencia individual (180); El marco evolutivo (195); Implicaciones para la práctica (253); El futuro al final de la vida (313); Referencias (273).

CASTILLO, G. (2001) *Buscando a mi estrella Mailí. Reconstruyendo mi vida después de la muerte de mi hija*. Astar Publishing. USA

La autora es facilitadora en Terapia familiar gestáltica, y el presente libro ha sido escrito desde el fondo del corazón, pues nos acerca los sentimientos dolorosos vividos por la autora, para ir realizando un camino que pase por las reflexiones, el final, el comienzo, la vida sin Mariana, la experiencia del duelo, buscando respuestas, cambios en mi vida, el presente, los recursos, querida Mariana. En un evidente camino hacia la serenidad

COLGROVE, M; BLOOMFIELD, H. H.; Mc WILLIAMS, P. (1993) *Como sobrevivir a la pérdida de un amor. Los libros del comienzo.* Madrid

Partiendo de la realidad que todos tenemos que hacer frente a las pérdidas a lo largo de nuestra vida: pérdidas de seres queridos, de proyectos, pérdidas de ilusiones. Aunque en esos momentos solemos creer que el universo es un lugar sombrío y miserable en el que estamos solos, lo cierto es que otros muchos seres humanos han atravesado, y atravesarán esas situaciones.

El presente libro está escrito con amor, claridad y comprensión. Es uno de los diez libros más recomendados por la Asociación Psicológica de los Estados Unidos a sus clientes y pueden ayudarle en esa transición.

Plantea el camino del proceso de la aceptación de la pérdida en cuatro grandes bloques: comprender la pérdida (pp. 20-36), sobrevivir (38-89), sanar (90-161) y crecer (162-227).

D'ANGELICO, F. (1992) *Como sobrevivir a la pérdida de un amor.* Alay. Barcelona

De fácil y amena lectura, alterna las situaciones sentidas, vividas o pensadas cuando nos ha sobrevenido una pérdida y frases que se han escrito con el corazón, con amor, claridad y comprensión.

Se encuentra dividido en cuatro apartados: 1. comprender la pérdida (pp. 20-36); 2. Sobrevivir (36-88); 3. Sanar (90-160); 4. Crecer (162-227).

Libro de gran ayuda, transparente, para todos, puesto que todos tenemos que hacer frente a nuestras pérdidas a lo largo de nuestra vida. Y no sólo pérdidas de seres queridos, sino de ilusiones, proyectos, etc. Aunque en estos momentos solemos creer que el universo es un lugar sombrío y miserable en el que estamos solos, lo cierto es que otros, muchos seres humanos han atravesado, están atravesando y atravesarán esas situaciones.

FAURÉ, CH. (2004) *Vivir el duelo. La pérdida de un ser querido.* Ed. Kairós. Barcelona

El Dr. Christophe Fauré es psiquiatra especializado en cuidados paliativos, y explica en el presente libro cómo hacer el “trabajo del duelo”, que varía según la naturaleza de la relación con el difunto y las circunstancias de la defunción, por ello aborda el desarrollo desde los siguientes cuatro capítulos: 1. ¿Qué es el duelo?; 2. Los procesos del duelo (fases); 3. ¿Qué duelo? (cónyuge, niño, adolescente, abuelos) y 4. La ayuda (ayudarse, dejarse ayudar y ayudar.)

FREUD, S. (1917) *Mourning and Melancholia (Aflicción y melancolía)*, Vol. 14. Obras psicológicas completas de Sigmund Freud. Nueva York: Macmillan Co.

El presente trabajo, es uno de los trabajos más conocidos y más influyentes de la obra del Doctor Sigmund Freud y de necesaria lectura para quienes quieran profundizar en el entendimiento de la pérdida y el duelo.

Digno de admiración la inteligencia con la cual examina y explica las diferencias entre la aflicción y la enfermedad depresiva. Su observación de que la ambivalencia y la culpabilidad complican el curso de la aflicción se ha visto confirmado por estudios posteriores y más científicos.

La idea del autor de energía mental debe ser retirada del objeto del amor antes de que pueda reinvertirse en otro sitio no se debe tomar demasiado literalmente.

FULTON, R.; MARKUSEN, E.; OWEN, G.; SCHEIBER, J. L. (1981) *La muerte y el morir. Desafío y cambio.* Editado por Fondo Educativo Interamericano. Puerto Rico

Libro de obligada lectura para quien quiera tener una visión global del tema de la muerte y el morir en sus distintas dimensiones.

El presente ejemplar, se puede considerar una antología de lecturas sobre la muerte y el morir, los cuales forman parte de una serie de libros preparados para el proyecto de cursos de la Universidad de California. Esta ofrece, a través de diversos periódicos y en colaboración con otros colegios y Universidades de los Estados Unidos, cursos sobre temas de actualidad.

Cada curso incluye una serie de artículos o ensayos publicados en periódicos, una antología de lectura que completa las publicaciones periodísticas y una guía de estudios y recursos. Los interesados en un curso pueden beneficiarse del mismo de tres maneras: 1. Leyendo los artículos publicados en periódicos, correspondientes a conferencias dictadas por distinguidos profesores especialistas; 2. Leyendo la antología de lecturas y la guía de estudio y recursos; y 3. Matriculándose en el curso a través del programa de educación continuada o de extensión de una universidad cercana.

Esta antología complementa los artículos periodísticos escritos para el curso *La muerte y el morir: desafío y cambio*. Los temas de la misma están ordenados en cuatro categorías: 1. El significado cambiante de la muerte y el morir; 2. La experiencia de la muerte; 3. Los sobrevivientes de la muerte; y 4. Los dilemas de la muerte.

Los diversos ensayos incluidos en cada una de sus partes presentan diferentes puntos de vista y, de esta manera, proveen un trasfondo comprensivo.

Los editores de esta antología, grandes conocedores del déficit de información en esta materia, han intentado ofrecer un análisis equilibrado de los diferentes enfoques de este tema. Cuando recogieron las categorías para cada sección, tuvieron en mente cuatro objetivos. Primero, querían examinar el tema de una manera amplia, considerando las realidades del futuro. Segundo, querían examinar las experiencias de la muerte y el morir desde la perspectiva del individuo, de la familia y de la sociedad. Tercero, querían que el enfoque del curso fuese interdisciplinario, abarcando desde la historia y la medicina hasta la psicología, la literatura y la ética. Por último, querían presentar diferentes puntos de vista sobre temas controvertidos, tales como la vida después de la muerte, el cuidado del moribundo, las

costumbres fúnebres, así como temas que envuelven decisiones de índole moral y ética.

El presente trabajo se encuentra dividido en los siguientes cuatro grandes bloques y cada capítulo ha sido realizado por profesionales de alto reconocimiento en las líneas que se abordan.

Primera parte: Los múltiples significados de la muerte. 1. Temas actuales sobre la muerte (5-39); 2. Perspectivas históricas de la muerte (40-58); 3. La muerte en la cultura popular (59-81); 4. La demografía de la muerte (82-103); 5. La muerte y el cambio social (104-116); 6. La vida después de la muerte: viejos y nuevos significados (117-146).

Segunda parte: La experiencia de la muerte. 7. el paciente moribundo (148-181); 8. La muerte y los niños (182-202).

Tercera parte: Los sobrevivientes. 9. la aflicción (203-230); 10. Viudez (231-251); 11. El funeral (242-283).

Cuarta parte: Dilemas de la muerte. 12. Moralidad y mortalidad en la sociedad moderna (284-318); 13. Suicidio (319-344); 14. La muerte, la guerra y la condición humana (345-373); 15. La muerte como sistema: Revisión y perspectivas (374-392). Epílogo (393-395); Lectura adicional (396-412); Notas sobre los autores (413-416); Índice de materias (417-420).

GÓMEZ, M. (2004) *La pérdida de un ser querido. El duelo y el luto.* Arán. Madrid

El autor es doctor en medicina y responsable de la Unidad de cuidados paliativos del Hospital Dr. Negrín (Gran Canaria). En la presente obra aborda el duelo fragmentándolo en ocho capítulos: 1. Introducción; 2. El duelo como fenómeno antropológico; 3. El duelo normal; 4. Factores importantes en el duelo; 5. Tipos de duelo; 6. Mortalidad y morbilidad durante el duelo; 7. Intervención y soporte a las personas en duelo y 8. Los niños y la muerte.

GRECCO, E. H. (1998) *Muertes inesperadas. Manual de autoayuda para los que quedamos vivos*. Ediciones Continente. Buenos Aires. Argentina

El autor, Eduardo H. Grecco, a partir de la propia experiencia y de haber ayudado a personas desgarradas por la pena de la pérdida sorpresiva de alguien amado ha escrito este libro, lleno de fuerza y de esperanza, pero sin falsos espejismos ni consuelos. Un libro de autoayuda para sanar el dolor, la tristeza y el apego, y para comprender la muerte desde el punto de vista de los que quedamos vivos.

Se divide la presente obra en nueve partes: 1. Muertes anunciadas, muertes sorpresivas; 2. La muerte como polaridad; 3. Estaciones: sorpresa, dolor, y despedida; 4. Cuentas pendientes, proyectos truncados; 5. El desgarrar; 6. El apego; 7. Es posible decir adiós y seguir recordando; 8. Enfrentar la muerte inesperada; 9. Cómo podemos ayudarnos.

GROLLMAN, E. A. (1986) *Vivir cuando un ser querido ha muerto*. Ediciones 29. Barcelona

Escrito de manera sencilla y compasiva, sin dar soluciones rápidas, el autor nos pide que afirmemos nuestro dolor, que afirmemos la muerte y que al hacerlo así afirmemos la vida. Nos confirma que el no afligirse puede ser perjudicial pero al mismo tiempo nos conduce a través de nuestra confusión emocional hacia una nueva vida llena de esperanza. Suavemente, mirando siempre hacia adelante, dice lo que hay que decir para afrontar la muerte de un ser querido y ofrece consuelo para ayudarnos a seguir viviendo de una forma sensata y feliz.

HINTON, J. (1996) *Experiencias sobre el morir*. Seix Barral. 1ª Edición. Barcelona

El autor, médico y psiquiatra, ha dedicado gran parte de su vida al estudio de los problemas relacionados con los enfermos incur-

bles, reacciones del moribundo y ayuda que precisa. El presente libro fue publicado en 1972 bajo el título “*Dying*”.

Comienza con una introducción que nos acerca al natural y a la vez complejo mundo personal del muriente. Intenta el autor con el presente libro reunir un conjunto de precisiones y de ideas sobre la muerte, lo cual no ha sido tarea fácil puesto que son múltiples y diversos los aspectos de la conducta humana que están presentes y que interfieren, por lo que el Dr. Hinton ha dirigido su atención hacia los aspectos más importantes referidos al morir, al que muere, a los que se encuentran a su alrededor y por fin los que se condolerán por su muerte. Por ello comienza la primera parte del estudio con una breve descripción de algunos sentimientos e ideas de hombres y mujeres en torno a la muerte: actitudes en torno a la muerte (pp. 25-60). La segunda parte: el morir (pp. 61-126) gira en torno a las diferentes actitudes de los distintos pacientes próximos a morir, en los cuales describe los sufrimientos que los aquejan y las diferentes maneras en que se enfrentan a su propio final. La tercera parte: el cuidado de los enfermos de muerte (pp. 127-190) engloba aspectos tales como el tratamiento a moribundos, la prolongación de la vida y aceleración de la muerte, o hablando de la muerte con el propio enfermo. Se analizan los logros obtenidos, los fracasos y los problemas del cuidado médico y a responder a la pregunta: ¿quién ha de cuidar al enfermo?

La cuarta y última parte del libro: el duelo (pp. 191-223), centra la atención en los que se quedan una vez se ha producido el fallecimiento, centrándose en las reacciones ante la pérdida y en la manera o diferentes modos de reconstruir el esquema existencial que se ha visto alterado; luto y recuperación.

JAMES, J.W. & FRIEDMAN, R. (2001) *Manual para superar las pérdidas emocionales. Los libros del comienzo. Madrid*

Los autores desde su experiencia personal plantean un libro práctico con ejercicios que ayudan a las personas a elaborar el duelo. Consta de tres apartados: 1. referido al reconocimiento del problema subrayado con la dificultad de aceptar las pérdidas y proporcionar

ayuda a quienes sufren; 2. dedicado a la preparación para el cambio en el que dan un papel activo a la persona en duelo, destacando como tarea la elaboración de la historia gráfica de pérdidas; 3. Soluciones mediante la gráfica de la relación para convertirla en una relación de elementos y de recuperación como son las enmiendas, elementos de perdón y declaraciones emocionales importantes a través de una carta.

JOHNSTON, J. (1992) *Pérdida de un miembro de la familia. Lecciones para enfrentarse a un desastre. Capítulo 10 de: Agonía, muerte y duelo.* Ed. El Manual Moderno. México

Pérdida de un miembro de la familia: lecciones para enfrentarse a un desastre. (pp. 163-180).

El autor recopiló las lecciones incluidas en este capítulo a través de su experiencia como trabajador social en un hospital, trabajador social general y posteriormente como delegado en jefe de un equipo de orientadores que ayudaban a los dolientes y sobrevivientes del desastre del Tránsito Zeebrugge.

Se analiza en este capítulo: la naturaleza de la muerte, el doliente que sobrevive, tipos de ayuda ofrecida al sureste de Kent, subsiguiente al desastre del trasbordador Zeebrugge, las antiguas habilidades persisten, principios para los asistentes en desastre, problemas para los directores de asistentes en desastre, ayudar al doliente: el punto de contacto, aquellos que quedan atrás, incluyendo hijos, esposa, abuelos, ¿cómo podemos ayudar?, podemos prepararnos para ayudar, principios para quienes ayudan, conclusión.

Incluye la autora L. Sherr una guía para el desastre (pp. 175-179) y las conclusiones.

KÜBLER-ROSS, E. (1969) *Sobre la muerte y los moribundos*. Grijalbo. Barcelona

Libro o clásico sobre la muerte y los moribundos más conocido, difundido y leído. Probablemente fruto de haber sido de los libros pioneros en cubrir la carencia que existía sobre el tema que aborda. Primero hace un acercamiento en su primer capítulo un abordaje sobre el miedo a la muerte (pp. 13-24). Para continuar con las actitudes con respecto a la muerte y al moribundo mediante la comprensión de los sentimientos los cuales los aborda a lo largo de los distintos capítulos a modo de fases: 1. Negación y aislamiento; 2. ira; 3. Pacto; 4. Depresión; 5. Aceptación. (pp. 59-178) Dedicando a continuación un capítulo a ese sentimiento recurrente a lo largo según la autora de todas las fases que es la esperanza (pp. 179-201). Ya en el capítulo 9 se aborda el crucial tema de la familia y el paciente (pp. 203-232) para continuar con algunas entrevistas con pacientes moribundos (pp. 233-305) valiosas para un acercamiento al sentimiento de muerte humano. En el capítulo 11 la autora nos acerca a las reacciones que se suscitaron ante el seminario sobre la muerte y los moribundos (pp. 307-336). En el último capítulo “terapia del enfermo de muerte” la autora a la vista de todo lo anterior nos lleva a entender que el paciente desahuciado tiene necesidades muy especiales que pueden cubrirse si nos tomamos el tiempo para sentarnos, escuchar y averiguar cuales son, dándole a este proceso valor sobre todo de tipo relacional y de trabajo personal (pp. 337-346). Incluye al final una bibliografía importante por orden alfabético de autores de 169 referencias de libros y artículos (en inglés).

KÜBLER-ROSS, E. (1974) *Questions and answers on death and dying*. McMillan Publishing Co. New York. (1998) *Preguntas y respuestas a la muerte de un ser querido*. Ediciones Martínez Roca. Barcelona

Este trabajo de la Dra. E. Kübler-Ross realizado hace dos décadas, profundiza en las preguntas que son planteadas con más frecuencia acerca de la muerte de las personas cercanas. De reciente

edición en España, es una referencia importante para profesionales de la salud, religiosos, asistentes sociales, conductores de ambulancias, directores de funerarias y cualquier persona que esté interesada en el tema o tenga que afrontar el trance de la muerte de un ser querido. El objetivo de esta obra es pues aclarar dudas y responder a las preguntas que con mayor frecuencia plantean moribundos y sus familiares.

Se divide la presente obra en 13 capítulos que son: 1. El enfermo terminal; 2. Formas especiales de comunicación; 3. Enfermedades terminales y suicidio; 4. Muerte súbita; 5. Prolongación de la vida; 6. ¿dónde se encuentran mejor los pacientes terminales?; 7. Problemas en la familia después de la muerte; 8. Funerales; 9. Sentimientos de la familia y el personal sanitario; 10. Otros problemas del personal sanitario; 11. Vejez; 12. Preguntas sobre el humor, temor, fe, esperanza; 13. Preguntas personales.

KÜBLER-ROSS, E. (1991) *Vivir hasta despedirnos*. Ediciones Luciérnaga. Barcelona

En el presente ejemplar la autora, conocida mundialmente por su trabajo con los enfermos en situación terminal, nos ofrece no solamente enseñanza, sino también un testimonio gráfico de algunos de sus pacientes.

El propósito del presente libro es, pues, enseñar lo que sucede a los seres humanos, jóvenes o viejos, cuando se encuentran con que un mal los destruye por dentro, pero, a pesar de ello, pueden resurgir de la misma manera como una mariposa sale de su capullo, con sentimientos de paz y libertad, no sólo dentro de ellos mismos sino también de los que tienen la voluntad de compartir con ellos sus últimos momentos y la fuerza de decir adiós, sabiendo que, asimismo, cada despedida incluye una bienvenida.

Cada uno de los pacientes escogidos reaccionó de una manera diferente a su enfermedad y tenía un sistema diferente que los mantenía vivos, pero todos tuvieron la fuerza de aceptar su enfermedad sin temor al final, sin ninguna culpa, sin ningún sentimiento de dejar

algo por hacer, incompleto. Los únicos enemigos del hombre son el miedo y la culpabilidad, pero si podemos afrontar nuestro propio miedo, nuestros errores y asuntos pendientes, conseguiremos tener más respeto y amor propios, y tendremos más valor para luchar contra cualquier tormenta que nos sacuda.

La autora espera que esta aventura común con las fotos de sus pacientes, magistralmente realizadas por Mal Worshaw, lo diga todo, ya que no hay necesidad de muchas palabras para describir lo que sucede en ellos.

Tan importante es el texto como las imágenes. Ambos pueden darnos nuevas ideas sobre como acercarse y preparar esta despedida que debe ser un diálogo entre los que van a partir y sus familiares, conduciéndoles a la aceptación de la inevitabilidad de la muerte.

KÜBLER-ROSS, E. (1992) *Los niños y la muerte*. Ediciones Luciérnaga. Barcelona

El presente trabajo de la Dra. Kübler-Ross, está basado en la época que trabajó exclusivamente con niños, y ofrece a las familias de niños enfermos o ya fallecidos, la ayuda y la esperanza necesarias para sobrevivir. En un lenguaje sencillo y cálido Elisabeth nos habla de los miedos, dudas, confusión y angustia de aquellos padres confrontados con una enfermedad terminal o con la muerte súbita de un hijo.

Se divide el libro en los siguientes apartados: 1. Pensamientos (9-14); 2. El comienzo de la vida (15-42); 3. La muerte súbita (43-66); 4. Lesiones cerebrales y estados de coma (67-78); 5. Forma natural de preparar a los niños para la vida (79-100); 6. El duelo, catalizador para el crecimiento y la comprensión (101-126); 7. Niños desaparecidos, asesinados y suicidio infantil (127-150); 8. Tratamientos alternativos: la visualización (151-164); 9. Cuando los niños saben que van a morir (165-188); 10. Como pueden ayudar los amigos (189-216); 11. Los funerales (251-264); 13. Aspectos espirituales del trabajo con niños moribundos (265-292); 14. Recursos: grupos y sistemas de apoyo (293-295).

KÜBLER-ROSS, E.; KESSLER, D. (2006) *Sobre el duelo y el dolor*. Ediciones Luciérnaga. Barcelona

Este libro a modo de legado final de la autora fue completado antes de morir, y en él vuelve a hablar de las cinco etapas del duelo: negación, ira, negociación, depresión y aceptación; el mundo interno del duelo, el mundo externo del duelo, las circunstancias específicas (niños, pérdidas múltiples, desastres, suicidio, la enfermedad de Alzheimer y la muerte repentina); la cara cambiante del duelo. Inspiración y consejos prácticos, basados en las experiencias personales y profesionales de los autores. Para concluir con el Epílogo: El don del duelo.

LEADBEATER, C. W. (1988) *A los que lloran la muerte de un ser querido*. Editorial Sirio. Málaga

C.W. Leadbeater escribe de una manera entrañable, en sepia, acompañado de las maravillosas ilustraciones de La Divina Comedia de Gustavo Doré, acompañando a quienes han perdido por la muerte a alguien que amaban entrañablemente, alguien que quizá era para nosotros todo el mundo, por lo que ahora nos parece que el mundo está vacío y que la vida no vale ser vivida. Intentando clarificar las dudas que tengamos y abriendo nuestro corazón a la unidad y al amor Leadbeater nos lleva de la mano en este mundo de la pena y la aflicción.

LEE, C. (1995) *La muerte de los seres queridos*. Plaza & Janés Editores. Barcelona

La autora nos propone ensanchar nuestro entendimiento de la naturaleza de la experiencia del dolor y de los modos en que los seres humanos hacen frente a la pena o reaccionan ante ella. Porque si bien ésta, como el amor, constituyen una de las experiencias más profundas de la vida, también es una de las más desatendidas.

Carol Lee nos revela los aspectos inesperados de entrevistas y concibe el libro como una investigación al intentar averiguar lo que significan las experiencias personales para todos nosotros.

Este libro se ocupa, en esencia, de expediciones. Buena parte del desplazamiento que efectuamos hacia la pena, y a través de ella, tal como llama la autora “el viaje de dentro hacia fuera”. ¿Cómo lo realizamos? ¿Cómo logran las personas salvar el enorme foso entre los sentimientos intensos causados por el dolor y un mundo exterior ajeno a su desorden íntimo? ¿Cómo retornan al mundo tras haber sufrido un tremendo golpe?

La autora plantea muchas preguntas y respuestas, implícitas, respecto a pérdidas de todas clases y experiencias diversas.

Se divide el libro en trece capítulos: 1. La defensa frente a la pena; 2. Adultos conscientes y los hijos ajenos; 3. Objetos de deseo; 4. Ruptura de la fidelidad; 5. Que lo pases bien; 6. Cualquier montaña bastante alta; 7. Corazones de plástico en la puerta del frigorífico; 8. Detener el tiempo; 9. Resurrecciones; 10. Apaciguar al vicario; 11. En cada final hay un comienzo; 12. No basta con una placa en un rosal; 13. No es la única tragedia.

En el epílogo (pp. 235-238) la autora nos revela que motivo la llevó a escribir el libro. Es una experiencia de gran enseñanza.

LINDEMANN, E. (1944) *Syntomatology and management of acute grief (sintomatología y manejo de la aflicción aguda)* American Journal of Psychiatry. Vol. 101, pp. 141-148

Esta obra corta, pero ya clásica, sigue siendo de los mejores informes descriptivos sobre la aflicción aguda. En ella, el autor Erich Lindemann, distinguió primero entre la aflicción normal y la patológica y sugirió un método directo de corregir la aflicción reprimida o retardada.

Desgraciadamente, no reconoció que una de las condiciones más comunes que requieren de ayuda psiquiátrica es la aflicción crónica y ésta no se cura con la terapia del autor.

LUKAS, E. (2002) *En la tristeza pervive el amor*. Ed. Paidós Ibérica

La Dra. Lukas, psicóloga clínica y psicoterapeuta, discípula de Víctor Frankl, fundador de la Logoterapia, nos plantea una nueva visión de duelo llena de sentido y significado, distinta a los psicologismos tradicionales o encasillamientos teóricos al presentar una visión del dolor no como un sentimiento sino como: “el conocimiento de una pérdida valiosa”, desde la cual el doliente adquiere una sabiduría especial que le dará paso a una profunda transformación interior. Invitándonos a abordar el tema desde un lugar diferente; desde el reconocimiento valioso de lo que hemos tenido, de lo que hemos compartido en nuestras vidas. El duelo, según señala, “es el precio que se tiene que pagar” por las correspondencias amorosas compartidas. El dolor experimentado en el duelo es directamente proporcional, según esta teoría, a la cantidad de amor recibido-invertido en la relación que se llora.

No hay manera de eliminar el dolor del duelo, es en él donde dónde reside precisamente el enorme valor de la relación, es el espejo de nuestra riqueza, el lugar en el cual se eterniza el amor. Por ello propone una serie de pasos para “Resucitar desde duelo”: 1.-Retiro a la calma; 2.-Enfrentamiento con la situación; 3.-Lucha por una posición digna de vivir; 4.-Intensificación de la espiritualidad.

LUFT, L (2006) *Pérdidas y ganancias*. Santillana. Madrid

La autora Lya Luft, es traductora y profesora de lingüística en el Brasil actual, y que parte de su propia experiencia que entiende que tal como la vida, no se teje sólo de una tela de pérdidas sino que nos proporciona una sucesión de ganancias. Se divide la obra en cinco apartados: 1. Invitación; 2. Dibujando en el fondo del espejo; 3. Domesticar para no ser devorado; 4. Perder sin perderse; 5. Tiempo de vivir.

MARKHAM, U. (1997) *Cómo afrontar la muerte de un ser querido*. Ed. Martínez Roca. Barcelona

La autora, Úrsula Markham, nos refiere que tarde o temprano todos tendremos que enfrentarnos a la pérdida de algún ser amado, pero nos pregunta: ¿estamos preparados para ello?

El presente libro, a modo de manual, nos ofrece ayuda y consuelo que tan indispensables resultan en tales momentos.

El trabajo se divide en ocho capítulos: 1. Sobre la pérdida de un ser querido; 2. ¿qué viene después?; 3. Asuntos pendientes; 4. Duelo infantil; 5. La pérdida de un hijo; 6. Casos atípicos; 7. Cuando se nos concede un margen; 8. Celebración de la vida.

Breve reseña bibliográfica de ocho títulos.

MARTÍNEZ VILA, P. (2006) *Mas allá del dolor. Superando las pérdidas y el duelo*. Publicaciones Andamio

Es un libro práctico que parte de la idea de que las personas que transcurren por el camino de las pérdidas y el duelo no están preparadas para escuchar sermones, siendo sus necesidades la comprensión, el consuelo, la cercanía y, sobre todo, la esperanza. El autor licenciado en medicina y especialista en psiquiatría y ejerce como psiquiatra en el Hospital Evangélico en Barcelona, y busca en el presente libro que el lector se ayude a sí mismo en el viaje de las pérdidas y el duelo, en ese viaje en el que analiza lo que sucede por dentro, cuando la recuperación se hace difícil, ¿cómo podemos ayudar?, pérdidas muy dolorosas, el divorcio y más allá del dolor.

NEIMEYER, R.A. (Ed.) (2002) *Meaning reconstruction & the experience of loss*. American Psychological Association. Washington, DC.

Magnífico trabajo sobre las pérdidas y el duelo. Robert A. Neimeyer (Ed.), Therese A. Rando, Kenneth J. Doka, Paul C. Rosenblatt,

Nancy s. Hogan y C. R. Snyder, abordan a lo largo de 17 capítulos distribuidos en cinco partes los siguientes temas:

Parte I. Breaking ground: Toward a fresh theory of grieving (11-74)

1. Beyond decathexis: Toward a new psychoanalytic understanding and treatment of mourning; 2. Releraning the world: Making and finding meanings; Meaning making in the dual process model of coping with bereavement.

Parte II. Re-establishing relationships: Context and connection (75-135) 4. The inner representation of the dead child in the psychic an social narratives of bereavement parents; 5. Family construction of meaning; 6. The death of a child with a developmental disability.

Parte III. Trascending trauma: Growth alter loss (135-211) 7. The tormented and the transformed: Understanding responses to loss and trauma; 8. Posttraumatic growth: The positive lessons of loss; 9. Spiritual resources following a partner's death from AIDS; 10. Positive outcomes of losing a loved one.

Parte IV. Healig stories: Research and reflexivity (211-259) 11. Shattered beliefs: Reconstituting the self of the trauma counsellor; 12. Embrancing their memory: The construction of accounts of loss and hope; 13. Research as therapy: The power of narrative to effect change.

Parte V. Renegotiating the World: Meaning making in grief therapy (259-343) 14. The language of loss: Grief therapy as a process of meaning reconstruction; 15. Construing Stress: A constructivist therapeutic; 16. Trauma, grief, and surviving childhood; 17. Videography: Re-storying the lives of clients.

NEIMEYER, R.A. (2002) *Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo.* Paidós. Barcelona

El autor, doctor en psicología (Universidad de Memphis) y editor de la publicación *Death Studies*, aborda un texto apasionante tanto en su aspecto emocional como teórico, dividiendo la presente obra en 3 partes diferenciadas: 1. Para quienes han sufrido una pérdida (la

experiencia de la pérdida, amar y perder, pérdida de trabajo y de rol, la actividad del duelo, contexto y conexión y ritual y renovación); 2. Para los que ayudan (la reconstrucción de significado y la experiencia de la pérdida, y las dimensiones de diversidad en la reconstrucción de significados); 3. Aplicaciones personales (aplicaciones y fuentes para ampliar la información a modo de recursos: libros, organizaciones, Internet).

O'CONNOR, N. (2002) *Déjalos ir con amor. La aceptación del duelo.* Editorial Trillas. México

La autora, reúne tanto información especializada como experiencias vividas por personas en torno a la muerte, evitando caer en el error de construir un compendio de consideraciones generales sobre la muerte a lo largo de doce capítulos: 1. Cuando muere una persona; 2. Etapas del duelo; 3. Sentimientos de dolor; 4. La muerte de un cónyuge; 5. La muerte de los padres; 6. La muerte de los hijos; 7. La muerte antes o después de nacer; 8. La muerte de amigos y hermanos; 9. La propia muerte: el proceso de morir; 10. Muerte por suicidio; 11. Tu estilo de autoprotección; 12. Manejo de la pérdida y un apéndice sobre sugerencias para apoyar a los sobrevivientes.

PANGRAZZI, A. (1993) *La pérdida de un ser querido. Un viaje dentro de la vida.* Ediciones Paulinas

Arnaldo Pangrazzi, es Camilo y profesor de Pastoral, opta por que hablemos y pensemos en el duelo, cuestión por otra parte inevitable, inscrita en la ley de la vida y que nos ayuda a crecer. Divide la obra en diez capítulos: 1. La variedad de las pérdidas; 2. La dinámica del duelo; 3. Factores importantes en el luto; 4. Las reacciones normales a una pérdida; 5. Las reacciones atípicas del duelo; 6. Los objetivos del duelo; 7. El duelo de los niños; 8. El vocabulario de la esperanza; 9. El vocabulario de la misericordia y 10. La Iglesia y el luto.

PARKES, C. M. (1973) *Bereavement: Studies of grief in adult life (La aflicción: estudios de la pena en la vida adulta. International Universities Press. New York*

Resumen conciso y fácil de leer de la psicología de la aflicción, que trata sobre todo de la muerte de un cónyuge, pero que toca otros problemas mucho más amplios.

El presente trabajo fue escrito originariamente para sanitarios y otros miembros de profesiones relacionadas, aunque también ha ayudado a muchas personas que han sufrido pérdidas y que han encontrado que les ha ayudado a comprender la naturaleza de sus propias reacciones ante estas pérdidas.

PINCUS, L. (1974) *Death and the family: the importance of mourning (la muerte y la familia: la importancia del luto). New York: Pantheon Books*

Tras trabajar durante muchos años la autora, como terapeuta marital en la Clínica Tavistock de Londres, y tras la muerte de su propio marido, Lily Pincus dirigió su atención a la tarea de ayudar a los miembros de la familia a encararse con problemas de muerte y pérdida.

Libro rico en referencias a casos de su propia práctica, en el que se demuestra como diferentes tipos de matrimonios dan lugar a diferentes tipos de pena e indica los enfoques clínicos que ha encontrado de utilidad.

POCH, C.; HERRERO, O. (2003) *La muerte y el duelo en el contexto educativo. Reflexiones, testimonios y actividades. Paidós. Barcelona*

Las autoras del presente libro Concepció Poch licenciada en filosofía y master en psicopedagogía y Olga Herrero doctora en psicología, revelan lo importante de una formación adecuada que atienda al sufrimiento y el impacto de la muerte de las personas, por ello y fruto de la necesidad de que educadores, padres, pedagogos, psicó-

logos y profesionales de la salud, tomen consciencia de la necesidad de tratar, en los distintos niveles educativos, el tema de la muerte y el duelo, nos proponen un recorrido de reflexión y de posibles respuestas a los distintos interrogantes: ¿Cómo afecta a la educación la “sutil” discreción existente en torno a la muerte y el hecho de morir?, ¿Por qué nos planteamos “educar para la muerte”? ¿Y para qué? ¿Cómo explicar a los niños la experiencia de la muerte y hacer frente a sus preguntas?, ¿Cómo se trata la muerte en los currículos educativos?, ¿Cómo dar la noticia de la muerte de un ser querido para él a un niño o a un adolescente?, ¿Cómo elaboran los duelos los adolescentes, los niños y los adultos? El presente trabajo viene a contribuir de modo importante en ese espacio educativo de la pedagogía de la vida y de la muerte como una formación más, integradora, aportando a su vez testimonios y propuestas educativas a modo de estrategias de enseñanza-aprendizaje útiles que fomenten la reflexión personal y la práctica profesional.

POLETTI, R. Y DOBBS, B. (2004) *Cómo crecer a través del duelo*. Barcelona: Ediciones Obelisco

Cualquier pérdida es dolorosa. El duelo de un ser amado es especialmente difícil de superar. La ruptura de un matrimonio, el fin de una relación de pareja, el alejamiento forzado de las personas que amamos, la pérdida de empleo, los cambios físicos repentinos debidos a una enfermedad o accidente, además de la pérdida de bienes, de objetivos y de ideales, deben pasar por un proceso de duelo.

Este proceso es un camino sinuoso y complejo que supone una experiencia intensa a nivel psíquico, emocional, mental y espiritual. Ante la llegada de esa pérdida inesperada y, muchas veces, incomprensible, cada persona vive su dolor opresivo y personalísimo.

El sufrimiento forma parte de la vida y saber crecer a través del duelo es el único camino hacia una experiencia plena.

Las autoras, enfermeras y licenciadas en Ciencias de la Educación, abordan en diferentes capítulos: el proceso de apego; tipos de pérdidas; el proceso de duelo; vivir el proceso de duelo; la pérdida de un hijo; los adolescentes y el luto; la importancia de los ritos funerarios...

REOCH, R. (1998) *Morir bien*. Ediciones Oniro. Barcelona

Este es un libro lleno de belleza, esperanza y dignidad, en el que tanto quienes se hallan en la antesala de la muerte como los amigos, familiares y profesionales que les rodean encontrarán los consejos y la tranquilidad que necesitan. Su contenido, riguroso y útil, es el resultado de la experiencia de un equipo multiprofesional de especialistas de fama internacional y expertos en terapias complementarias, además de la de profesionales que trabajan en residencias geriátricas o con enfermos terminales.

En la quinta parte (pp. 159-183) *El viaje de retorno* se abordan las despedidas, los recuerdos, y lo inesperado, en las siguientes partes: aquellos que amamos, convivir con el dolor, muertes imprevistas, muertes prematuras, las tres preguntas, viajes interrumpidos, decir adiós, entierros verdes, el recuerdo, muertes exuberantes, regresar a la muerte y, una cultura mundial.

RIBA, L.M. (2003) *Si has perdido a alguien que amabas*. Editoras Vergara y Rivas. Argentina

Libro pensado para momentos de encuentro con uno mismo, en los que nos quedamos solos con nuestro dolor de la pérdida y recuerdos. En el que se acercan pensamientos que abrazan nuestro corazón, escritos desde la sencillez y la sensibilidad, sirven de guía y consuelo.

ROCCATAGLIATA, S. (2000) *Un hijo no puede morir. La experiencia de seguir viviendo*. Grijalbo. Santiago de Chile

La autora es periodista, pero en 1986 a consecuencia de perder el segundo de sus hijos comparte su dolor con otras madres y funda la Corporación Renacer. Incluye los siguientes apartados con testimonios de personas cada uno, tras una introducción que habla de Francisco: El dolor de los míos; Cada persona vive el dolor a su manera; Muerte por enfermedad terminal; Muerte por accidente;

Muerte por homicidio; La muerte por suicidio; La muerte del hijo único; La visión de la muerte desde la fe; El dolor de los hermanos; Sí es posible salir.

ROJAS, S. (2005) *El manejo del duelo. Una propuesta para un nuevo comienzo*. Ed. Gránica. Barcelona

El presente libro parte de la visión a modo de propuesta de reencontrarle sentido a la vida cuando se ha perdido un ser querido. Escrito en un lenguaje sencillo, va explicando al lector y a lo largo de cinco capítulos los siguientes temas: 1. El duelo en diferentes épocas y culturas; 2. El duelo; 3. Las tareas del duelo; 4. Manejo de las manifestaciones del duelo y 5. Testimonios.

SAHLER, O. (1983) *El niño y la muerte*. Alhambra. Madrid

El presente trabajo se realizó fruto de la participación de 19 colaboradores, tras una Reunión en el Centro Médico de la Universidad de Rochester (1977) durante un Simposio sobre el tema “el niño y la muerte”. El presente compendio, tiene además opiniones y teorías de algunos que no estuvieron presentes. A rasgos generales podríamos decir que afortunadamente o por desgracia, no existen términos absolutos, y en su lugar, cada individuo ha de aprender por su cuenta a entender al niño y su familia, para resolver casos particulares, y para ayudarle a él y a cuantos le rodean en sus esfuerzos para encontrar su lugar dentro del marco por la lucha con la muerte.

Se divide el presente y exhaustivo trabajo en cuatro partes:

PRIMERA PARTE: La familia y el niño (pp. 29-41) la cual incluye los capítulos: 2. Estructura y adaptación de la familia a la pérdida: colaborando a afrontar la muerte de un niño; 3. Modelos de comunicación en familias enfrentadas a enfermedades mortales; 4. El niño agonizante y la familia: misiones del asistente social; 5. El médico de cabecera y la familia durante y después de la enfermedad final (pp. 69-79); 6. Distintas alternativas para el cuidado del niño agonizante:

asilos, hospital, hogar; 7. Efecto sobre la familia de la muerte neonatal; 8. Muerte repentina; 9. Muerte y genética en la infancia.

SEGUNDA PARTE: El médico y el niño mortalmente enfermo (pp. 119-172) el cual incluye los capítulos: 10. La relación de los médicos que trabajan con niños mortalmente enfermos y sus familias; 11. El especialista en asistencia crónica: ¿Y quién nos ayuda a nosotros?; 12. Reflexiones de un médico; 13. El punto de vista de una enfermera de plantilla; 14. Opinión de una enfermera especialista.

TERCERA PARTE: Supervivencia (pp. 173-216) incluyendo los capítulos: 15. los ritos mortuorios: opinión de un empresario de pompas fúnebres (pp. 173-180); 16. Reacción de los niños y adolescentes ante la muerte de un padre o un hermano; 17. Repercusión en los niños del suicidio paterno; 18. Grupos de padres como ayuda en la aflicción (pp. 201-207); 19. La aflicción de los abuelos (pp. 208-216).

CUARTA PARTE: Consideraciones éticas y educativas (pp. 217-264) el cuál incluya los capítulos: 20. ¿Dónde está Dios? (pp. 217-225); 21. El derecho a la información y libertad de elección del moribundo ¿es para menores?; 22. Programa educativo sobre la muerte (pp. 236-245); 23. Lecturas apropiadas para niños, jóvenes y padres (pp. 246).

Se incluyen además: Epitafio para la muerte de un niño en la página 265; reflexiones de una hermana (pp. 266-268); reflexiones de una madre (pp. 269-274).

SÁNCHEZ, E.J. (2001) *La relación de ayuda en el duelo*. Sal Térrea. Santander

El autor es responsable de grupos de autoayuda para personas en duelo del Centro de Escucha San Camilo de Madrid. Desglosa a lo largo de siete capítulos los siguientes temas: 1. La muerte es la vida; 2. El duelo por la pérdida. Algunos conceptos básicos; 3. De la acogida al diálogo; 4. Cómo nos sentimos: vivencias y reacciones del duelo; 5. La relación de ayuda en grupo; 6. La relación de ayuda a la familia en duelo y 7. El Dios solidario.

SAVAGE, J. A. (1992) *Duelo por las vidas no vividas*. Luciérnaga. Barcelona

Estudio psicológico de la analista junguiana Judith A. Savage, que estudió y practicó en Zurich, investigando durante quince años en el tema de la pérdida en niños pequeños o recién nacidos y el duelo que ello comporta. Nos habla a través de la experiencia de sus pacientes, así como de los grupos de apoyo creados para acompañarlos. El análisis de los sueños de los padres de éstos pequeños, confirma la relación existente con el hijo perdido. El desarrollo psicológico cambiará forzosamente tras este acontecimiento y la Dra. Savage nos indica la manera positiva de ayudar en él.

Se divide el presente libro en siete capítulos: 1. Cuando la naturaleza no es una madre; 2. La Anunciación: el sentido de la descendencia; 3. Los motivos etnológicos y arquetípicos que gobiernan la estructura del duelo; 4. Modelos arquetípicos del duelo: la búsqueda; 5. Modelos arquetípicos del duelo: el restablecimiento; 6. Modelos arquetípicos del duelo: el renacimiento, la resolución del duelo y la expansión de la conciencia; 7. Implicaciones para la práctica clínica.

SHERR, L. (1992) *Agonía, muerte y duelo*. El Manual Moderno. México

Capítulo 5: Establecimiento e inicio de un servicio de orientación durante el duelo. En el presente capítulo nos introducen en el mundo que nos concierne a todos y en el mundo de sentimientos que surgen y que necesitan expresarse. Se divide el capítulo en: evaluación de las necesidades de la comunidad; selección de orientadores; capacitación; apoyo a los orientadores; el papel del coordinador; educando a la comunidad; resumen.

Capítulo 11: Pérdida y el virus de Inmunodeficiencia humana: ¿A quién afecta el VIH?; la población en general; discriminación; realización de la prueba del VIH; como proporcionamos los resultados de la prueba; orientaciones pre y post análisis; el papel de las realidades básicas; efectos de un resultado positivo de VIH; necesidades de

orientación en las personas de alto riesgo, y en las que no continúan con el proceso de la prueba; orientación a los familiares y a la pareja; otros miembros del personal médico; cómo enfrentar la pérdida; cómo enfrentarse a las reacciones emocionales; comentarios finales.

SHOSANA, B. (1996) *Comprender la enfermedad, aceptar la muerte*. Obelisco. Barcelona

En los capítulos: 7. el arte de la separación (115-136) y 8. Tener el valor de seguir adelante (137-150) se abordan aspectos, consideraciones y ejercicios interesantes para entender y resolver la pérdida.

TIZÓN, J.L. (2004) *Pérdida, pena y duelo. Vivencias, investigación y asistencia*. Paidós. Barcelona

Jorge L. Tizón es psiquiatra, psicólogo y psicoanalista, y en el presente tratado se plantea ayudarnos a reflexionar sobre la importancia del tema que nos trae no sólo para los individuos directamente afectados, los deudos, sino para los allegados, familia y sociedad. La presente obra, se divide en diez grandes capítulos: 1. Introducción; 2. Definiciones y modelos; 3. Importancia de la biografía sanitaria de los procesos de duelo y pérdida afectiva; 4. Momentos del duelo; 5. Variables que afectan la elaboración del duelo; 6. El duelo y los procesos de duelo en la infancia; 7. Los procesos de duelo en la familia; 8. Procesos de duelo y psicopatología; 9. Acompañando duelos y pérdidas; 10. Penando las muertes y otras pérdidas particularizadas.

WORDEN, J.W. (1997). *El tratamiento del duelo. Asesoramiento psicológico y terapia*. Paidós. Barcelona

El autor J. William Worden, profesor de psicología de la Harvard medical School y la Rosemead School of Psychology (California), así como autor de *Personal Death Awareness* y coautor de *Helping Cancer Patients Cope*, plantea una magnífica guía que describe principios y procedimientos específicos del asesoramiento psicológico que

pueden ser útiles para trabajar con pacientes en proceso de duelo que estén sufriendo ciertas reacciones emocionales. El autor describe los mecanismos del duelo y los procedimientos que deben llevarse a la práctica para ayudar a las personas a realizar las “tareas” correspondientes a su superación y, a la vez, explican como los duelos no resueltos pueden provocar problemas que requieran de la psicoterapia, reacciones emocionales exageradas, crónicas, enmascaradas o retardadas y que el terapeuta deberá diagnosticar y tratar. La obra se centra así en los temas del duelo patológico, la familia en proceso de duelo entendida como paciente, el duelo del propio profesional o las pérdidas especiales, por ejemplo: los abortos provocados y espontáneos, y proporciona las herramientas necesarias para adiestrar a los asesores psicológicos en este tipo de cuestiones. Esta segunda edición, añade además un nuevo e importantísimo material sobre el SIDA y el duelo y las reacciones de este último con la tercera edad, así como una amplia y completa bibliografía de 426 referencias de artículos de autores en inglés por orden alfabético. La referencia más actual es del año 1988.

* * *

De los libros referidos considero referencias indispensables personales y profesionales para quienes quieran profundizar en las pérdidas y el duelo las obras y autores siguientes:

1. La obra *Aflicción y Melancolía* de Sigmund Freud: “*Mourning and melancholia* (1917)”.
2. La obra de John Bowlby: *El Apego. La Separación. La pérdida afectiva. Tristeza y depresión; Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida; Una base segura: Aplicaciones clínicas de una teoría del apego.*
3. La obra de Colin Murray Parkes: “*Recovery from Bereavement*, (1983); *Bereavement: Studies of Grief in Adult Life* (3rd Ed 1996); *Counselling in Terminal Care and Bereavement* (1996) y *Love and Loss: the roots of Grief and its Complications* (2006)”.

4. El manual de la investigación de la pérdida de Margaret Stroebe y colaboradores: *"The Handbook of Bereavement Research (2001)"*.
5. La obra de Robert A. Neimeyer y en particular sus libros "Reconstrucción de significados y experiencia de la pérdida y Aprender de la Pérdida: *"Meaning reconstruction & experience of loss (2002)"*.
6. El libro de Deborah Carr "La pérdida del cónyuge al final de la vida": *"Spousal Bereavement in Later Life, 2006"*.