

¿Dónde está?

Cuando un ser querido desaparece, los familiares enfrentan un duelo suspendido y difícil de cerrar



Aquellos que viven la muerte de un familiar o de alguien cercano experimentan un duelo, un proceso de adaptación emocional frente a la pérdida. Este dolor o sufrimiento es directamente proporcional al vínculo afectivo que se tenía con la persona fallecida. Pero en el caso de muertes en las que no se puede recuperar un cuerpo, como cuando la persona muere en un barco que se hundió o en un avión que se ha desplomado, el duelo puede volverse patológico y tardar años en aceptar la muerte.

Explica la maestra Guadalupe Medina Hernández, de la Coordinación de Psicología Clínica de la Facultad de Psicología, de la UNAM, que la ausencia de un cuerpo no facilita a los deudos aceptar que el ser querido falleció, aunque oficialmente se declare su muerte.



Desaparecidos

Una forma de duelo más complicada es el duelo por desaparición, sea ésta forzada con la participación del Estado o de particulares. La especialista explica que aún no hay una teoría psicológica que explique y ayude en esta forma de duelo, en la que no sólo no hay cuerpo, sino que tampoco hay constancia de la muerte. El duelo se inicia porque el ser querido no está, desapareció, pero se queda ahí suspendido.

En México, la Comisión Nacional de Búsqueda estima hasta agosto de 2019:

40 mil personas desaparecidas

3000 fosas clandestinas

26 mil cuerpos sin identificar en los servicios forenses

Se le conoce como duelo ambiguo o duelo suspendido porque aunque la muerte del ser querido sea una posibilidad, persiste la esperanza de que siga vivo. Los familiares no se permiten considerar que su ser querido murió, porque sería como matarlo y la familia no puede hacer eso. En estos casos, muy pocas veces se busca ayuda psicológica para superar esta situación.



Un problema que afecta a toda la sociedad

“Para quien tiene un ser querido desaparecido, muchas veces encontrarlo se convierte en el principal objetivo y por ello toda la vida cambia. Algunos dejan de cuidarse a sí mismos, no comen bien, sufren insomnio, no acuden al médico; en ocasiones abandonan a sus amigos y a otros familiares. Su salud mental se va deteriorando si experimentan depresión y viven angustia y estrés permanentes”, señala la maestra Medina Hernández.

Asimismo, la sociedad en su conjunto se ve afectada por este problema social, pues las desapariciones son expresión de la injusticia y de la violación a los derechos humanos.



Algo que ayuda a avanzar en el duelo y a fortalecer el apoyo social es la formación de asociaciones con familiares de otros desaparecidos, en las que se tiene la oportunidad de compartir, tanto sentimientos y emociones, como las acciones legales o sociales que están llevando a cabo para construir la memoria común del desaparecido.

¿Qué se puede hacer?

Aunque el duelo suspendido es complicado, se han buscado estrategias para superarlo. En un duelo normal, el terapeuta ayudará a la persona a que canalice hacia sí misma el vínculo emocional que tenía con él fallecido; y luego hacia otra u otras personas con el fin de rehacer su vida.

La maestra Medina explica que “en el duelo por desaparición, la persona no está dispuesta a retirar la liga emocional que tiene

con su familiar. Una propuesta es que esa liga no se retire, sino que se transforme social y espiritualmente. El propósito es que la persona acepte que la vida cambió y que aunque aparezca su familiar, nada volverá a ser igual; se trata de que a partir de la desaparición, y aun sin dar por cierta la muerte, tiene que “pedirse permiso” al desaparecido para seguir adelante, conservando para el ausente un respeto y un lugar en la memoria.”