

## SOLUNAM SANDERS SANDER

EDICIÓN MENSUAL Año XV núm. 165 Noviembre 2019



CUANDO UN SER QUERIDO DESAPARECE, LOS FAMILIARES ENFRENTAN UN PROCESO COMPLICADO Y DOLOROSO: EXPERIMENTAN UN SUFRIMIENTO QUE PUEDE AFECTAR, DE MANERA CONSIDERABLE, SU SALUD FÍSICA Y MENTAL.



ualquier persona que vive la muerte de un familiar pasa por una etapa de duelo; es decir, un proceso de adaptación emocional frente a una pérdida. Éste es directamente proporcional al vínculo afectivo que se tenía con la persona que ha muerto.

Algunos duelos se pueden superar más fácilmente; por ejemplo, si el ser querido murió a causa de su avanzada edad o por una enfermedad. Estas situaciones de alguna forma preparan a los familiares para aceptar la pérdida.

Pero el duelo se complica cuando no se puede recuperar el cuerpo. Por ejemplo, cuando la muerte sobreviene a causa del desplome de un avión. La ausencia del cuerpo dificulta aceptar que el ser querido falleció, aun cuando oficialmente se declare su muerte. Esta situación puede volverse patológica.

## El duelo cuando hay un desaparecido

La forma más complicada de duelo es por desaparición, sea forzada —con la participación del Estado— o por particulares. Se le conoce como duelo ambiguo o duelo suspendido porque, aunque la muerte sea una posibilidad, se tiene la esperanza de que la persona desaparecida esté viva

La maestra Guadalupe Medina Hernández, de la Coordinación de Psicología Clínica de la Facultad de Psicología de la UNAM, señala que no hay teorías psicológicas que expliquen esta forma de duelo, no sólo porque no hay cuerpo, sino porque tampoco hay una constancia de muerte.



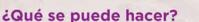
Quienes tienen un familiar desaparecido, con frecuencia se olvidan de cuidarse a sí mismos; no atienden sus enfermedades; sufren de insomnio y no comen adecuadamente. Su salud mental también se deteriora: sufren depresión, experimentan angustia y estrés permanentes; se muestran nerviosos y enojados; no es raro que abandonen a sus amigos y otros familiares; que pierdan el trabajo o se divorcien: muchos experimentan soledad.



## Limpiar la imagen del desaparecido

En los casos de desapariciones forzadas, la autoridad no reconoce la muerte del desaparecido. Por el contrario, para explicar su ausencia "ensucian" su imagen, señalando que andaba en "malos pasos" o que se relacionaba con criminales.

Los familiares tienen la necesidad de limpiar la imagen de sus seres queridos como parte de su proceso de duelo. Para ello, se reúnen en grupos u organizaciones no gubernamentales; marchan y denuncian con el fin de involucrar a la sociedad y que ésta sepa que sus familiares eran personas de bien.



Lo primero es buscar ayuda de un especialista en salud mental. En caso de perder a un ser querido, el terapeuta ayudará a que el familiar canalice hacia sí mismo el vínculo emocional que tenía con el fallecido; luego, hacia otras personas para que pueda rehacer su vida.

En el duelo por desaparición, los familiares no están dispuestos a retirar la liga emocional que tienen con su desaparecido. Una propuesta es que no se le retire, sino que se transforme social y espiritualmente. Se trata de reconocer que la vida de la víctima cambió a partir de la desaparición y, sin dar por cierta la muerte, pedir al desaparecido permiso para seguir adelante, conservando respetuosamente un lugar en su memoria.



México:

Alrededor de 40 mil personas desaparecidas

3024 fosas clandestinas

Un estimado de 26 mil cuerpos sin identificar en los servicios forenses

Los familiares de las decenas de miles de desaparecidos padecen estrés postraumático, angustia, enojo y resentimiento. Esto deteriora la red social y nos afecta a todos.

Busca más información sobre éste y otros temas en www.ciencia.unam.mx

No despegues este cartel, si deseas uno llámanos en la CDMX al 55 56 22 73 03

Escríbenos a cienciaunam@unam.mx

**Ciencia UNAM** Texto: Naix'ieli Castillo: diseño e ilustraciones: Beatrix G. de Velasco

Ana María

