



Acompañamiento psicoemocional del duelo perinatal en puerperio

Raiyen Rozzi Zunino

Terapeuta Gestalt

Doula

Socióloga

Directora Duelo y Arcoíris

raiyenrozzi.acompanamientos@gmail.com

[@raiyen.rozzi](https://www.instagram.com/raiyen.rozzi)



“Cuando muere tu pareja te quedas
viudo,
Cuando mueren tus padres te quedas
huérfano,
Cuando muere tu hijo te quedas sin
palabras...”

Duelo

El Duelo es natural, NO es una enfermedad.

Hay tantas formas de vivirlo como personas

El Duelo no es lo mismo que el trauma.
El trauma interfiere en la vivencia del duelo.

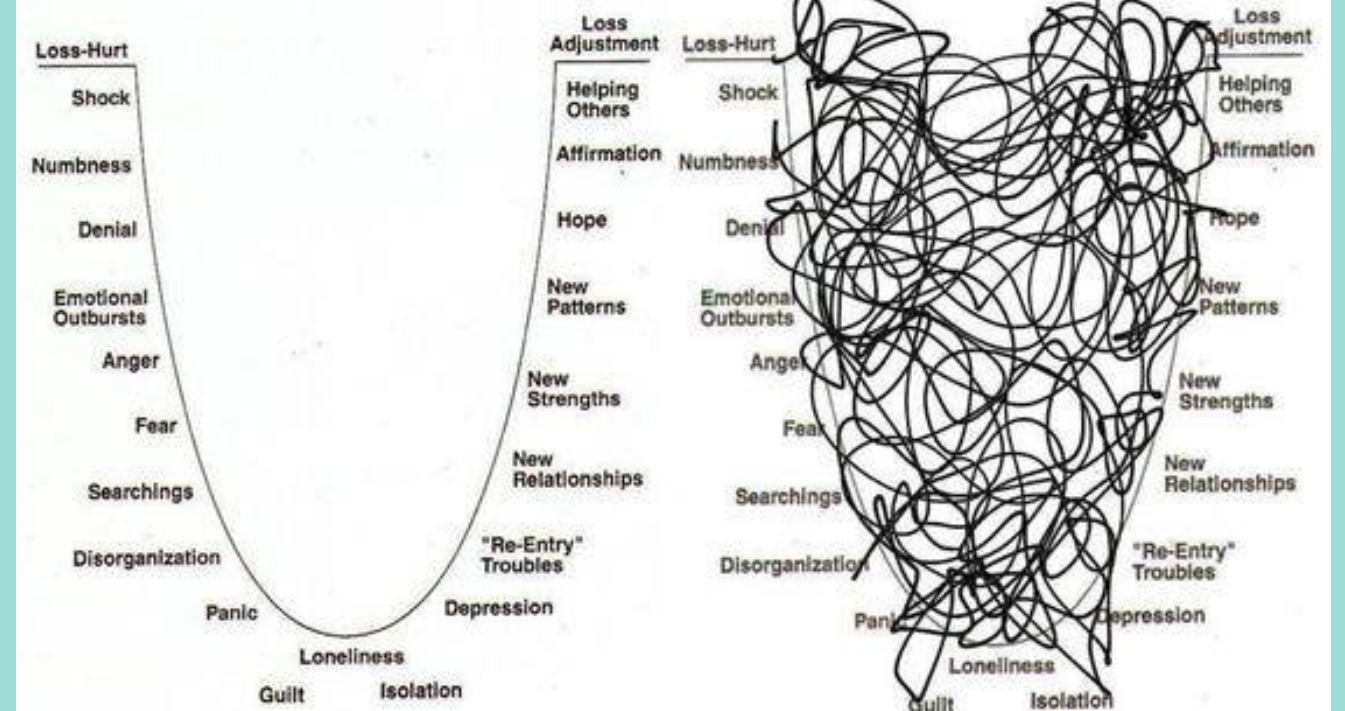
The stages of grief



Reality



STAGES OF GRIEF



"El trauma casi siempre implica

no ser vistos"

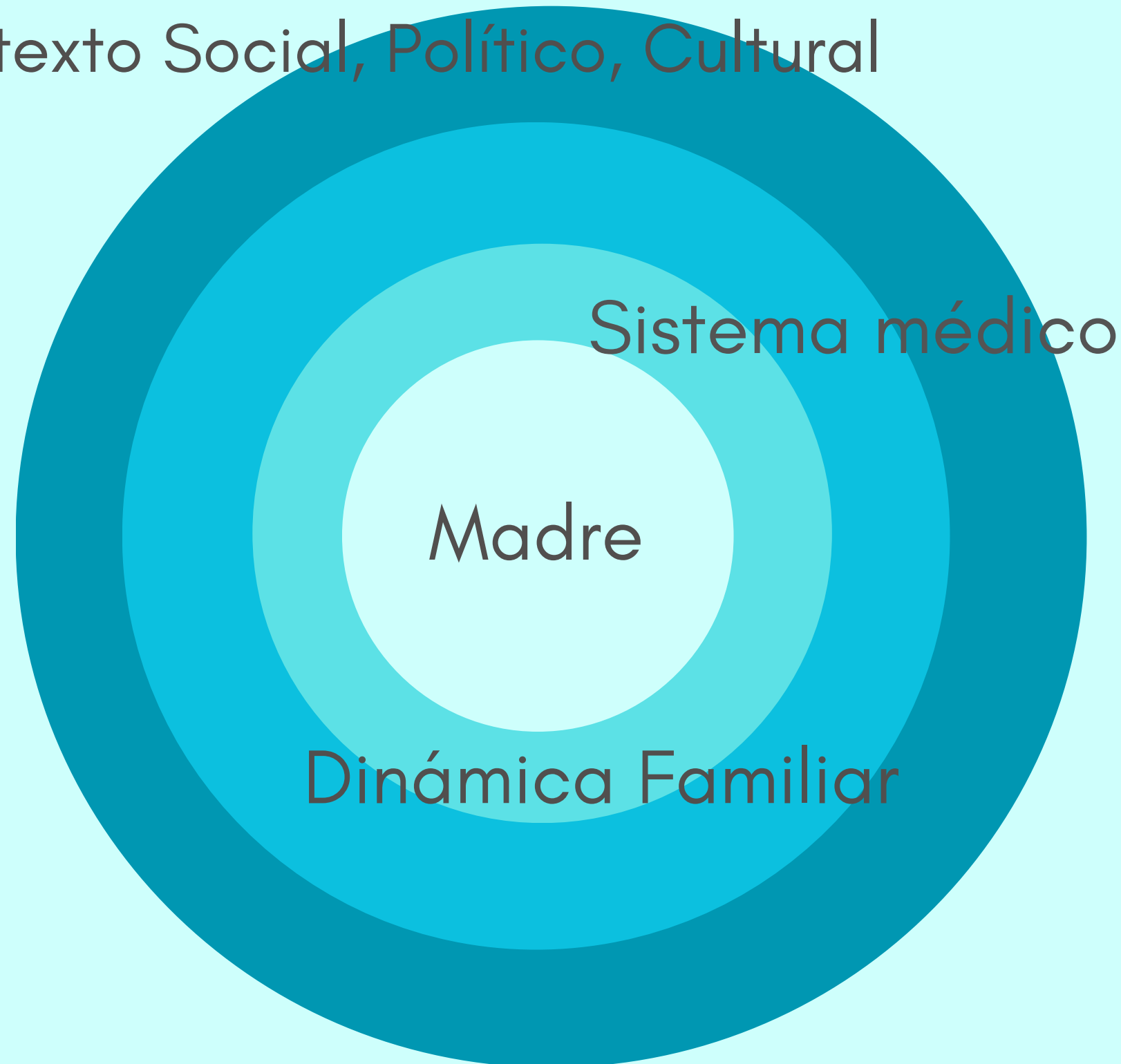


Van der Kolk, "El cuerpo lleva la cuenta"

Gran parte de la evolución del duelo estará marcado por el contexto que rodeó a la experiencia de pérdida

Modelo Ecosistémico

Contexto Social, Político, Cultural



Todas las experiencias de duelo se desarrollan en un contexto social y cultural específico, que las van dotando de significado.

Cómo la sociedad concibe la muerte y el proceso de duelo.

Como se observa el rol de la mujer, la perinatalidad, los procesos reproductivos de la mujer, el ser madre, etc.

Todo va configurando el contexto que figura el tránsito del duelo.

Ser consciente ayuda a desnaturalizar y a deconstruir.

¿En qué contexto se vive el duelo perinatal?

- Tradición judeo cristiana.
- Paradigma biomédico (biometría)
- Evitación/Rechazo emociones "negativas". Recuperación rápida.
- Sociedad exitista: orientado al resultado, se omite la vivencia, el proceso.
- "Institución de la maternidad" (género, edad, relaciones intergeneracionales, etc)


Invisibilización
del Duelo Perinatal

Silencio y silenciamiento

Article

The Disenfranchisement of Perinatal Grief: How Silence, Silencing and Self-Censorship Complicate Bereavement (a Mixed Methods Study)

Paul Richard Cassidy^{1,2} 

OMEGA—Journal of Death and Dying
0(0) 1–23
© The Author(s) 2021
Article reuse guidelines:
sagepub.com/journals-permissions
DOI: 10.1177/00302228211050500
journals.sagepub.com/home/ome


Se exploran las dinámicas sociales que se manifiestan en la constricción del espacio social para la expresión del duelo. El estudio examina cómo estas dinámicas se hacen evidentes mediante

el silencio, el silenciamiento y la autocensura durante

las interacciones entre los dolientes y su entorno social y sanitario.

Cabe destacar que muy pocas mujeres experimentaron una completa desautorización del duelo, porque normalmente existe al menos una persona (a menudo la pareja) o un espacio donde recibir apoyo. Pero, por otra parte, casi siempre existe al menos una desautorización parcial, lo cual categoriza este tipo de muerte y duelo en una posición inferior a otras.

La eliminación de posibilidades para hablar, de ser escuchado y de reconocimiento de la pérdida tiene implicaciones importantes para el duelo, ya que, la falta de apoyo social es uno de los mayores predictores para complicaciones en el duelo y para el desarrollo de problemas de salud mental.

Con respecto al proceso de duelo, se puede entender que el silencio y el silenciamiento interfieren en procesos beneficios y normales del duelo, en particular, en la construcción de una nueva narrativa (dar sentido a la muerte) y en la configuración de la relación entre el doliente y el fallecido (continuidad del vínculo).

El contexto no solo configura al doliente, si no
que también a quien acompaña...

Cómo nos sentimos en relación al duelo?

Cómo concebimos la experiencia es lo que transmitimos
al otro sobre el proceso que está comenzando a vivir...

Lo que decimos y cómo lo
decimos influye, interviene en
la decisiones y en la vivencia
del proceso





SIN MARCO DE REFERENCIA, LO QUE SE PERCIBE DEL ENTORNO SE INTEGRA COMO REPERTERIO DE ACCIÓN



- Emociones y Memoria: Lo que tiene un significado emocional se recuerda.
- LA EMOCIÓN VA ANTES QUE LA COGNICIÓN Y LA CONDICIONA
- Disminución de la Racionalidad, Vulnerabilidad, dificultad de tomar decisiones

Mensajes enmarcadores:

¿qué digo y cómo lo digo?

Las primeras intervenciones son fundamentales para el proceso que comienza



La Madre

Transformaciones corporales, hormonales, cognitivas y psíquicas en la gestación.

- Transparencia psíquica:
- matresencia
- microquimerismo fetal

UNA MADRE QUE SE ESTABA PREPARANDO PARA UN FINAL DISTINTO Y QUE DEBE -DE UN MINUTO A OTRO- ACOMODARSE A LA AUSENCIA.

UNA MUJER QUE SE CONVIERTE EN MADRE, PERO SIN UN HIJO



La Madre

Biografía de esa mujer

Historia de esa pareja y familia

Historia de esa gestación y deseo de maternidad

Vivencia inicial de "la noticia"





IMPORTANTE ENTONCES...

SER CONSCIENTES DEL CONTEXTO EN EL QUE SE DESENVUELVE ESE DUELO

REFLEXIONAR Y TRABAJAR QUÉ ES LO QUE NOS OCURRE A NOSOTRO/AS AL ACOMPAÑAR UN DUELO

INDAGAR SI ESA MUJER HA TENIDO INSTANCIAS PARA HABLAR DE LO OCURRIDO.

INDAGAR SOBRE COMO FUE ATENDIDA ESA MUJER DURANTE LA PRIMERA NOTICIA Y EL PARTO DE ESE BEBÉ

INDAGAR SOBRE LA HISTORIA DE ESA GESTACIÓN

NO OLVIDAR QUE ESA MUJER ESTÁ VIVIENDO UN PUERPERIO



Duelo Perinatal

- La muerte cuando esperas la vida
- Inesperado, inimaginable
- El propio cuerpo puesto en juego
- La culpa
- No es solo la “pérdida” del bebé, sino también de todas las proyecciones que se hicieron de la vida junto a el/ella



¿Cuándo se empieza a construir la identidad como madre y la personalidad del hijx deseadx?

- Desde el momento que se hace un test de embarazo
- Dejar de tomar café/alcohol/ fumar
- Aviso amig@s/familia
- Seguimiento del embarazo
- Compra de cosas
- Arreglos/cambio en la casa
- Nombrarlo
- Posibles Licencias/prenatal
- Hablarle/ponerle música

TABÚ

'HE WAS A REAL BABY WITH BABY THINGS'

A Material Culture Analysis of Personhood, Parenthood and Pregnancy Loss

◆ LINDA L. LAYNE


Rensselaer Polytechnic Institute, New York

Construcción social del bebé esperadx: preguntas de la familia, vecinxs, amigxs, compra de regalos, baby shower, etc.

↓
MUERTE GESTACIONAL

La misma gente que va animando a esa madre en meterse al rol, luego actúan como si nada hubiera ocurrido.





¿qué se duela cuando se duela?
¿cuántos duelos caben en un duelo?

Con el duelo perinatal lo que pierdes es el futuro

la experiencia única y singular

La calidad de “hijo” o “hija” la da la vivencia de cada madre o padre, sujeta a todas sus particularidades biológicas, psicológicas, biográficas, socioculturales, espirituales.

No es posible establecer una edad gestacional mínima para hablar de hijo o hija.



EL AMOR NO SE MIDE EN

SEMANAS

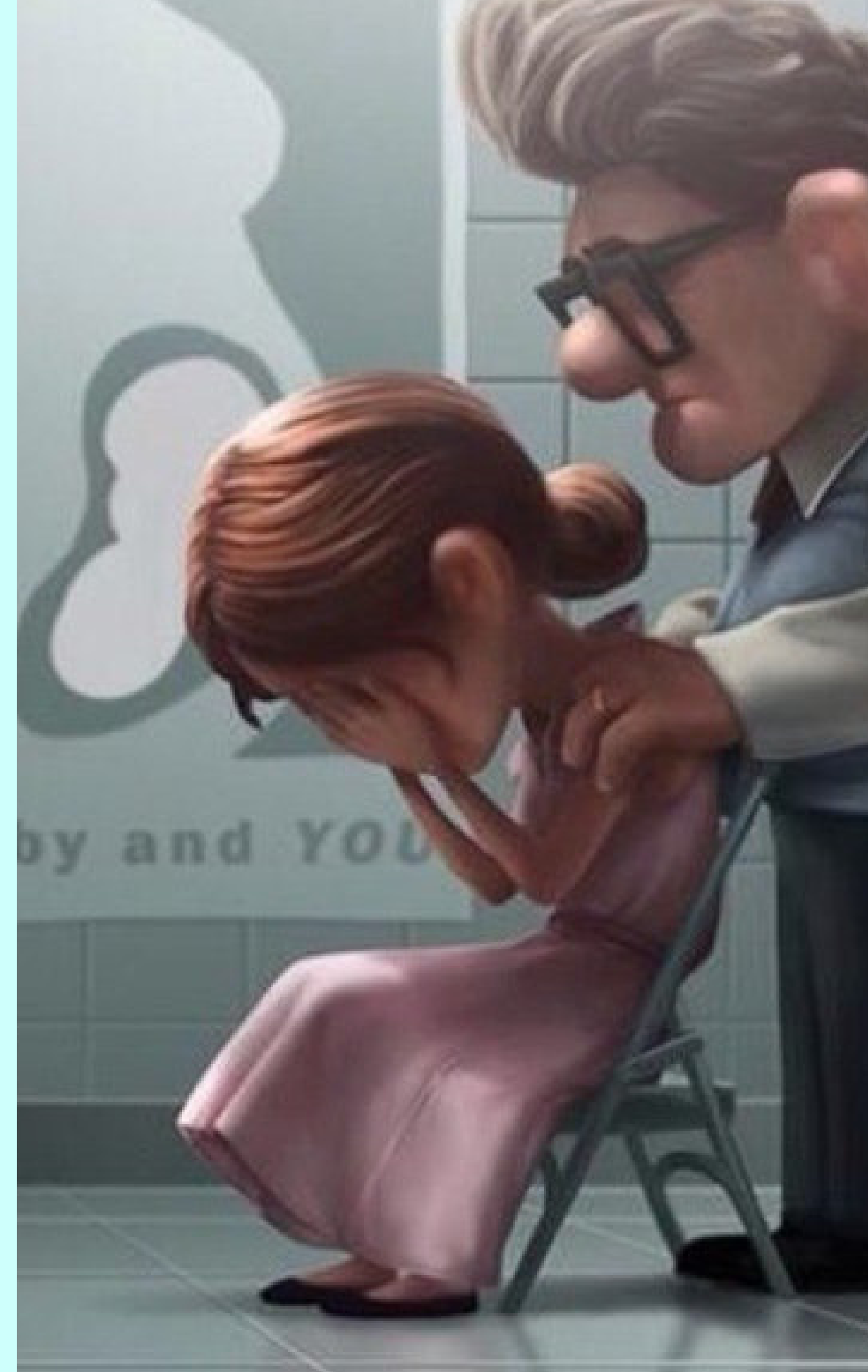
EL DOLOR TAMPOCO

Muerte Gestacional Temprana

La más invisibilizada y minimizada:
observar el contexto de esta gestación. Deseo de maternidad o
larga búsqueda de esa gestación.

- Vínculo como predictor del duelo (como construcción subjetiva, también como un cuerpo que se preparaba para recibir a ese hij@)
- si no hubo un vínculo inmediato, dolor por no haber acogido de buena forma a ese hij@.

Atención con las vías de resolución: muchas veces desde el paradigma médico se suele intervenir de forma precipitada, no dando el tiempo al cuerpo, a la mente y a las emociones de ir decantando lo sucedido.



Manejo expectante:

"Mi pareja estuvo conmigo y pude ver y tener en mis manos a mi hija, recogerla y llorarla. Evidentemente su forma estaba muy degradada, pero para mí fue hermosa. No era un "residuo sanitario" que yo quisiera tirar a la basura, como normalmente se hace en muchos hospitales. Era mi hija y yo quería darle un trato digno, aunque estuviera muerta y degradada. Así era y así la aceptaba. Así agradecía poder verla y despedirla. He de decir que para mí fue una experiencia empoderante. Mientras recogía su cuerpo, la bolsa gestacional y otros tejidos, pensaba en todas aquellas mujeres que habrían pasado por lo mismo y en todas aquellas que a la misma vez que yo estaban en ese momento pariendo a sus bebés muertos. Sentí una conexión que estaba por encima de mí, algo que nos unía a todas a través de los tiempos, algo que me dio mucha fuerza. Pensé también que no todas habrían podido decidir, pensé que no todas habrían sido respetadas. Por eso las mujeres nos tenemos que contar, para que unas nos demos fuerzas a las otras".

Lola Pavón. "Pérdidas y duelos clandestinos. Manejo expectante en la muerte de mi primera hija"

Duelo por anomalía congénita limitantes con la vida

- Luego del diagnóstico, estado de shock: incredulidad, negación, rabia, tristeza o desilusión por el hij@ deseado.
- Culpa/ sentimiento de fracaso por no haber gestado un hijo sano.
- Miedo ante el fallecimiento del hij@, su aspecto físico, al tipo de vida que podrá tener y los cuidados especiales que necesitará.
- Miedo a sus propias reacciones emocionales, como desear la muerte del bebé
- Ambivalencia en el vínculo

Para considerar...

POCO TIEMPO
PARA TOMAR
LA DECISIÓN

OBJECCIÓN DE
CONSCIENCIA

POSIBILIDAD DE
PREPARAR EL
PARTO

Segundo y Tercer Trimestre

Mayor sorpresa del diagnóstico

El parto y encuentro como
momentos claves para posterior
evolución
(trauma v/s facilitador)



Muerte Neonatal

- Duelo por el hij@ san@
- Duelo anticipatorio:
ambivalencia en el vínculo
- Agotamiento físico y
emocional
- Sensación de haber
quedado "fuera del mundo"



Duelo por un gemel@/melliz@

A los padres a menudo se les negará el "permiso" de las profesionales de la salud, familiares y amigos para expresar este dolor.

-El duelo se puede retrasar durante meses o años o puede causar una incapacidad para vincularse con el (los) sobreviviente(s).

-Sentimientos contradictorios de alegría y dolor en simultáneo



Familia en Duelo

El duelo afecta al sistema familiar completo



El padre en el duelo

- Son el apoyo fundamental de la pareja, sin embargo ellos no expresan su dolor.
- Se espera que sostengan.
- No se sienten apoyados por los profesionales ni por el entorno en general.
- Tratan de afrontar distrayéndose, mirando al futuro, más que ellas.
- Echan de menos más apoyo.



El padre en el duelo

- Los estudios cuantitativos indican menos intensidad y duración de malestar psicológico en ellos que en sus parejas. Más probabilidad de conductas compensatorias como consumo de alcohol
- Los estudios cualitativos apuntan a que sienten que su rol debe ser de apoyo y que esto pone su propio duelo en segundo lugar. Muchos hombres sienten que no son vistos en su dolor



“ Es habitual escuchar a las parejas/padres quejarse de que los profesionales les piden que se ocupen de trámites burocráticos en los momentos previos, durante o inmediatamente después del parto. Esto imposibilita el apoyo mutuo entre la pareja, aumenta los sentimientos de soledad de la madre y reduce el tiempo que el padre/pareja puede pasar con su pareja y hijo/a durante unos momentos de ritual muy importante y irrepetibles. Se recomienda esperar hasta después del parto y el contacto post mortem para tratar temas administrativos.”

Cassidy (2018). “Atención al parto en casos de muerte intrauterina en el segundo y tercer trimestre: Aspectos psicosociales y clínicos de la atención hospitalaria (Documento de consulta*)

“Los hombres no lloran, pero los padres sí”

(...)Al poco de llegar, pasé a una sala donde mi mujer estaba llorando y me hicieron sentarme para escuchar la frase más dolorosa que había oído “no hay latido”. En ese momento se me paró el mundo y como “los hombres no lloran”, intenté hacerme el fuerte para poder consolar, apoyar, no sé cómo llamarlo o describirlo, pero mi mujer me necesitaba. Y yo como era un hombre, no lloraba. Sólo cuando me quedaba sólo o ya no podía más y ella no me veía.(...)

Alguna frase tenía que escuchar de: ayúdala, cuídala, estate pendiente de ella... Y muchas veces pensaba “¿y yo? ¿Qué pasa conmigo? ¡Yo también he perdido a mi hijo!”. Sabía que ella lo estaba pasando peor que yo, su cuerpo se había preparado para criar a un bebé que había vivido con ella 39 semanas, y ese bebé ya no estaba con nosotros, se había marchado antes de tiempo. Pero me sentía muy incomprendido, como si la gente no se diese cuenta que yo también me había preparado para cuidar a un bebé, para ser un padre molón... Y ese bebé que había muerto ¡TAMBIÉN ERA MI HIJO! Había leído muchísimo para ser un buen padre, un padre presente en la crianza de su hijo, pero mi bebé amado ya no estaba. Lo peor de todo es que para gran parte de este mundo ni siquiera ha existido, no me dejaron registrarle.(...)

Fueron un montón de sentimientos juntos, que son difíciles de explicar, de asimilar, de afrontar... Si los hombres no lloran, yo esos días dejé de ser un HOMBRE. Junto a mi mujer lloré mucho, al principio varias veces al día, luego una o dos veces cada día, lloré durante mucho tiempo, pero poco a poco lo iba haciendo menos y había veces que me sentía mal por eso, pensaba que “¿cómo podía dejar de llorar por mi hijo?” no le quería olvidar, le amé durante el tiempo que estuvo con nosotros dentro de su madre y le sigo queriendo, y estoy seguro que siempre le amaré. Todavía lloro su pérdida, y la seguiré llorando toda mi vida.(...)

El duelo en lo/as hermano/as

Los padres, agobiados en su duelo pueden no darse cuenta de los efectos de la muerte en sus otros hijos.

Doble duelo de los hijos: pérdida del hermano esperado y la de sus padres como eran antes

Atención a sus reacciones emocionales.

Los cambios observados con más frecuencia en la relación padres-hijo, son alteraciones en los patrones de sueño, mala interacción social, regresión en el control de esfínteres y cambios en los patrones de la alimentación.

Como dar la noticia y acompañar a los hermanos es una parte de las preocupaciones de los padres

NO MENTIR
PONER NOMBRE A LOS SENTIMIENTOS
PERMITIR LA EXPRESIÓN EMOCIONAL Y FAVORECER QUE EL NIÑO/A COMPARTA LOS ESPACIOS Y MOMENTOS DE DESPEDIDA Y RECUERDO CON LA FAMILIA

Los niños, como los adultos, en caso de muerte tienen el derecho de estar informados de lo que les sucede a sus seres queridos, a tomar parte activa del proceso y a que se fomenten todas las actuaciones pertinentes para que su duelo sea elaborado de forma adecuada. Nadie puede quitarles ese derecho, aunque según la edad podamos abordarlo de una forma o de otra.

Rosa Jové, "Niños y adolescentes en duelo"



herramientas prácticas

el mapa no es el territorio

Lactancia en duelo

POSIBLES
FORMAS DE
GESTIÓN DE
LA LECHE

Inhibición

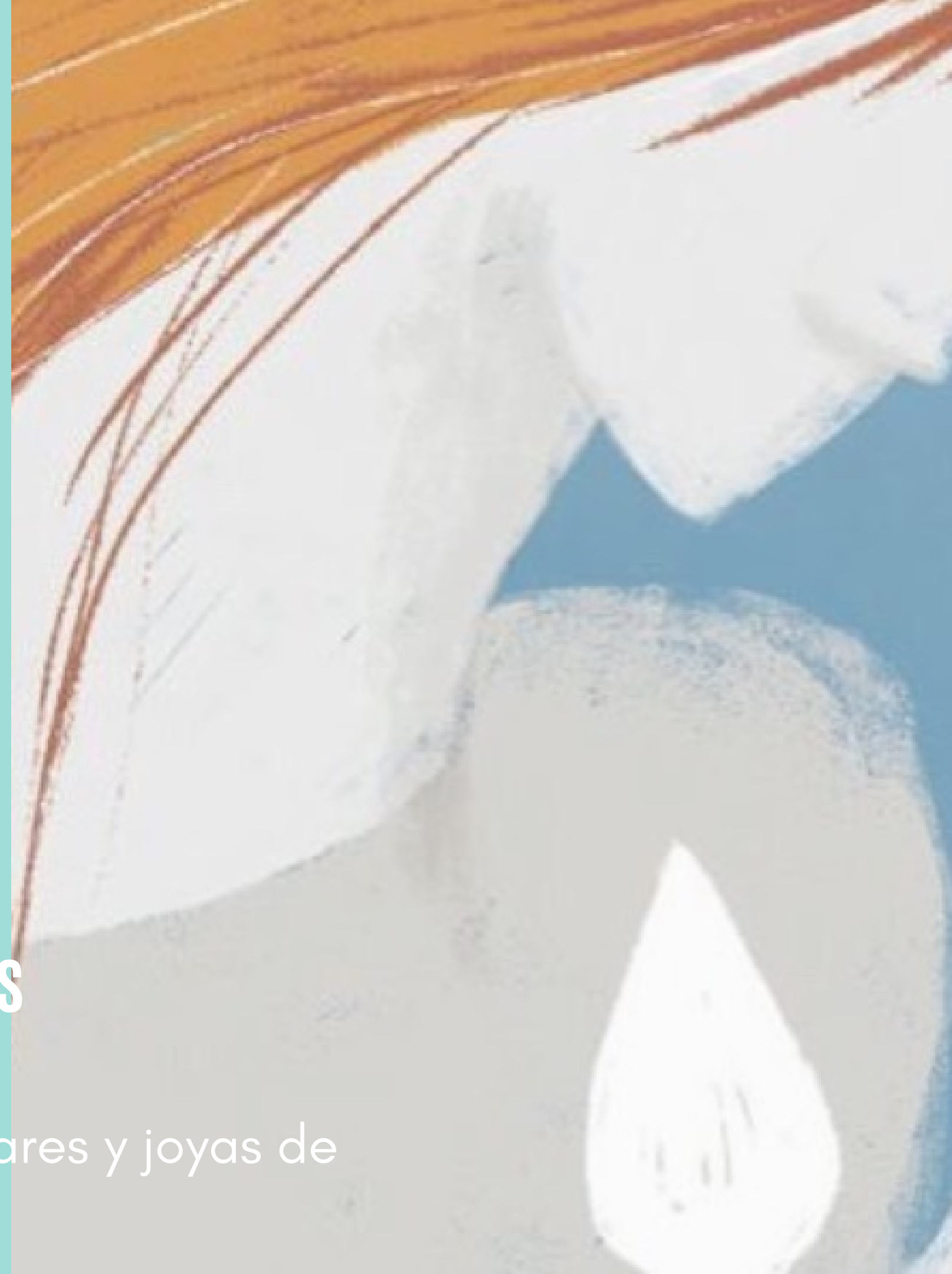
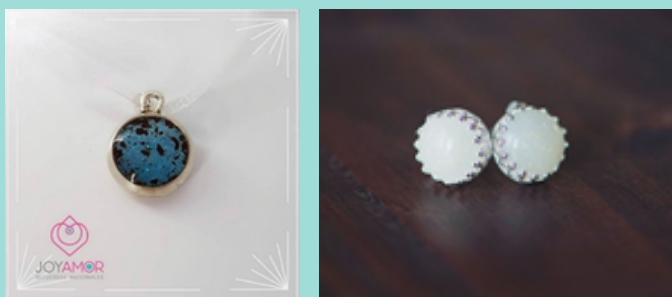
Fisiológica / natural
Farmacológica

Donación

A un banco de leche

Lactancia a hermanos mayores

*También se pueden hacer collares y joyas de
leche materna*





Posparto en duelo

[...“el discurso no solo describe estados internos ya existentes en el sujeto, sino que es una actividad o performance a través de la cual el sujeto mismo actúa constituyéndose...

↳ Dar espacio para la narración:

- Desautorización del duelo
- Integrar la experiencia
- Construir una nueva identidad

quién falleció? cómo falleció? cómo se los dijeron? hubo o no despedida? qué ha pasado desde entonces? preguntar ayuda en la construcción del relato

↳ Validar las emociones asociadas a la experiencia

Emociones que acompañan el duelo

tristeza

rabia

culpa



vacío

incomprensión

envidia

¿Qué pasa si doy riendo suelta a las emociones?
¿Si salto al vacío, dejaré de caer?

Como el río no somos, estamos siendo

Ritos en el duelo perinatal

Los ritos en el duelo facilitan ir **aceptando e integrando la realidad de la pérdida.**

Este es un aspecto vital en el duelo perinatal ya que no se han tenido vivencias con el bebé fuera del vientre materno, y muchas veces ni siquiera se ha visto el cuerpo tras el parto.



Ritualización: lo concreto.

- SOY UNA MADRE/ PADRE?
- Los **objetos** pueden ayudar a mediar este problema: ellos representan para esos padres a ese bebé o esa ma/paternidad "intangible".
- Físicamente: objetos y bebés poseen atributos similares (pequeño, suave) y pueden ser tomados, abrazados, guardados, cuidado, limpiado, mostrado a otros, etc.
- ESE BEBÉ EXISTIÓ
- Nombrarse Y SENTIRSE padres

Rituales como símbolo de inmortalidad: para poder ser recordado, privado y públicamente. Al principio los rituales suelen ser más públicos y luego volverse más privados



Ritos en muerte de l@s hij@s.

Importancia expresada en:

- Ayudan a los padres a mantener una sensación de lazos continuos con el hijx que falleció.
- Lxs fallecidxs continúan siendo reconocidos como un familiar queridx.
- Ayudan a sobrellevar el duelo ofreciendo un sentido de control y poder
- Les proveen de un medio para el crecimiento post traumático a través de la oportunidad de honrar y conmemorar al niñx.
- El ritual debe ser significativo para lxs padres en duelo, permitiendo que ellxs agreguen un nuevo sentido a la experiencia y/o reconstruyan el significado previo a la luz de las profundas circunstancias en las que actualmente se encuentran.
- Tensión externa de "seguir adelante"

Cajas de Recuerdo

Le da un lugar a ese hijx, lo hace concreto para lxs padres y la familia

Permite conexión

¿Cuándo accedo yo a “conectarme”?
Devolver el control a la madre



”

¿qué incorporar?

Lo que pueda hacer “real” a ese bebé.

Sentido para los padres

Puede sugerírsele a la madre, o a los y/o familia que elijan una cajita de su gusto y la decoren.

La familia también puede colaborar en incorporar elementos que ellos pensaron/ hicieron/ compraron para ese bebé

La cajita puede ir creciendo en tamaño, incorporando elementos que vayan usando para recordar a ese hijx.

Fotografías posteriores



otras formas...



Del dolor al amor

- Resignificación
- Pareciera que estuvieran adheridos, y que uno evoca al otro
- Cuando dejo de llorar, dejo de recordar a mi hijx
- Lograr ver “la belleza colateral” y los aprendizajes de la experiencia... NO ES INMEDIATO



En vez de apartar, de “dejar atrás” la experiencia, se trata de profundizar en la comprensión de esa breve vida. Pensar en el espacio de tiempo en el que se acompañaron para encontrar el valor y el regalo que ese bebé le trajo y ofreció al mundo y honrar esa vida en plenitud aunque fuera breve.

El duelo no es olvidar, sino recrear una nueva relación



¿qué se pone en juego con el duelo?

oportunidad terapéutica