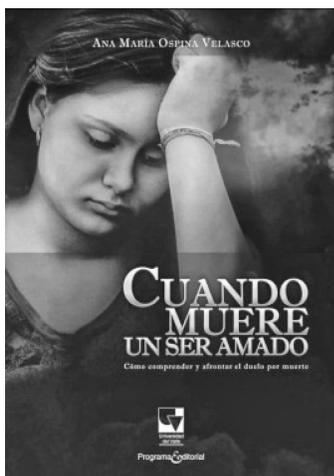


## RESEÑAS

Book reviews

### **Cuando muere un ser amado** **Cómo comprender y afrontar el duelo por muerte** **When a loved one dies. How to understand** **and cope with the process of mourning**

Ana María Ospina Velasco\*



Programa Editorial Universidad del Valle  
Colección Ciencias Sociales  
206 páginas  
ISBN: 978-958-765-107-2

El libro podría ubicarse en la denominada *nueva tanatología*, campo que no sólo busca acompañar en el proceso de muerte a los pacientes terminales

---

\* Trabajadora social y profesora titular jubilada de nuestra Escuela de Trabajo Social y Desarrollo Humano de la Universidad del Valle. Hizo estudios de posgrado en Administración Social en The London School of Economics and Political Science (La Escuela de Londres de Economía y Ciencias Políticas) y de Psicoanálisis en el Instituto Anna Freud en Londres y en el Instituto de Psicoanálisis de Cleveland, Ohio. Entre sus publicaciones se destacan investigaciones sobre temas como orientación grupal en procesos de duelo por viudez, intervención del trabajador social con pacientes terminales y sus familias, o grupos de apoyo y duelo anticipatorio del anciano como paciente terminal. Su amplia trayectoria psicoanalítica y tanatológica nos convoca hoy a ser partícipes de su nuevo libro, obra que se ubica en el área de la tanatología —campo de trabajo que la autora trae a la Escuela de Trabajo Social y Desarrollo Humano de la Universidad del Valle en el año 1982—.

y sus familias, sino que pretende que los seres humanos enfrentemos la muerte mediante una existencia cargada de sentido, optimismo y creatividad, como lo plantea Elizabeth Kübler Ross: “La muerte es sólo un paso más hacia la forma de vida en otra frecuencia”.

Desde el ámbito académico, una de las principales fortalezas del libro es ser producto de la investigación titulada “Orientación grupal a cónyuges sobrevivientes que tienen hijos en proceso de duelo”, realizada en el año 1993, en compañía de la profesora Alicia Tenorio. En esa ocasión, se trabajó con diez amas de casa entre los 25 y 40 años, residentes de barrios en estratos 2 y 3 de Cali, quienes tenían relaciones en convivencia con una duración de entre 2 y 18 años, y que cursaban su duelo por la muerte de sus esposos, ocasionadas de manera violenta en el 80% de los casos, dejando un total de 23 niños y adolescentes huérfanos.

El libro está organizado en seis capítulos que pueden leerse de manera corrida o, si el lector lo prefiere, independientemente, pues cada capítulo elabora el tema de manera completa, presentando al final del mismo la bibliografía utilizada. Recomiendo leer el libro completo, en primera instancia, porque comparto con Ospina la opinión de que en Colombia necesitamos modificar las actitudes sociales existentes de negación, indiferencia y pasividad frente a la muerte, cuando paradójicamente vivimos rodeados de muertos por diferentes causas. Pareciera que necesitamos con urgencia, como dice Susan Sontang, entender, sentir, afirmar, opinar y reconocer el dolor del otro.

Por su estilo literario, la lectura del libro se hace amena y rápida. Está escrito en un lenguaje claro y sencillo que permite ser leído por cualquier persona “que se acerque al fenómeno de la muerte como realidad humana”, dice Ospina (2014:12). De manera expedita, Ospina trae la voz de las personas que ha acompañado en los procesos de orientación en duelo. Destaco también la precisa elección que hace la autora de las citas literarias que introducen cada capítulo. Otra de las características de las producciones escritas de Ana María Ospina Velasco, y que los lectores le agradecemos, es la de tomarse el trabajo de realizar un glosario de términos que facilitan la lectura y permiten mayor clarificación y profundización conceptual.

Este es un libro “hecho en casa”, desde las lógicas culturales y simbólicas de nuestros territorios. Ospina rescata de manera descriptiva las costumbres que se tenían en Cali de velar en casa toda la noche al muerto, rezar el rosario, tomar tinto por nueve noches seguidas, alrededor de los ramos enviados por los familiares y amigos, usar ropa negra por determinado tiempo y hacer visitas al cementerio.

Su principal aporte descansa en la rigurosidad conceptual que usa la autora para comprender el duelo por muerte, a partir de una fuerte fundamentación psicoanalítica y constructivista, articulando categorías que comúnmente en la literatura académica aparecen de manera fragmentada; por ejemplo, la relación que la autora establece entre la identidad y su reconstrucción ante la experiencia del duelo, el paralelo que establece entre el origen social del dolor humano y su reedición permanente ante cada pérdida vivida, y la relación dialógica de las diadas presencia y ausencia que se reviven en todo duelo. Las contribuciones del libro pueden organizarse en dos bloques: en el primero se ubican los aportes de los capítulos 1, 2 y 4, asociados con la comprensión del duelo en el adulto, en el niño y en la viudez; y en el segundo bloque se encuentran aquellas aportaciones de carácter más práctico, asociadas con los procesos de ayuda para el afrontamiento del duelo.

En el primer bloque de capítulos, la autora logra su propósito inicial, explicando *lo que sucede* psíquica, relacional y socialmente cuando una persona —ya sea adulto o niño— pierde a un ser amado por muerte. En su explicación detalla los efectos corporales, psicológicos y sociales que viven las personas en duelo. Para la autora el ser amado va más allá de la concepción de amor tradicional y romántico, puesto que incluye todo tipo de vínculo que se establece con un otro; incluso nos habla del duelo en aquellas relaciones que pueden estar conflictuadas o en aquellos vínculos que generan dependencia. Esto es útil para la comprensión de los procesos de separación cotidiana, pero también de situaciones especiales, como la migración, el secuestro, el divorcio o la adopción; ofrece una definición y clasificación sobre los tipos de pérdidas. En especial, nos invita a incursionar en la comprensión de las *pérdidas ambiguas*, aportadas por Pauline Boss, como aquellas pérdidas que convocan formas de relación

contradictorias entre la presencia y la ausencia física o simbólica de un ser querido. Llama la atención la conexión conceptual que hace la autora entre las experiencias de pérdidas evolutivas vividas en la niñez y el impacto del duelo por muerte en la adultez. Ospina plantea que, al parecer, de la entrada histórica al mundo depende nuestra sensación de dolor frente a las pérdidas actuales. Las reacciones tempranas ante la presencia y ausencia del adulto con quien satisfacemos nuestras necesidades de apego durante nuestros primeros años nos posibilitan ir realizando separaciones tolerables dentro de un límite de tiempo, e ir construyendo nuestra capacidad de añoranza y de expresión de sentimientos de dolor, tristeza y enojo, propios del duelo. Para el niño es un acontecimiento darse cuenta que puede *perder* y que puede *morir*, y como acontecimiento lo modifica, incorporando, como dice Savater, la conciencia de muerte —que nos hace humanos—. La muerte es universal —nos recuerda Ospina— mas no su significado, ni sus expresiones culturales, ni su forma de vivirla, lo cual depende de quiénes somos —de nuestra entrada al mundo—, de dónde venimos, de la época en la que vivimos, de lo que más se valora o rechaza socialmente, y de nuestra filosofía de vida. Hablando del duelo por muerte, Ana María Ospina Velasco nos va llevando por ese recorrido que debemos hacer para *seguir viviendo a pesar de la muerte* de ese alguien que hacía parte de nuestras vidas, nos invita a tener un papel *activo*, no a evadir, no a eludir, sino a vivir y enfrentar el duelo con todas las emociones, reacciones físicas, pensamientos y significados que lo acompañan; nos invita a seguirnos moviendo frente al dolor, buscando opciones de vida.

De la mano de autores como Neimeyer, Worden, Freud y Pangrazzi, nos invita a actuar frente a los desafíos que nos plantea esa experiencia; a tomar decisiones frente a la realidad que vivimos desde el momento de la muerte de ese ser querido. Una de esas decisiones es precisamente preservar en el tiempo la memoria de quien partió de nuestras vidas. En palabras de la autora, no implica “ni olvidar al muerto, ni matarlo en la vida emocional”, es por el contrario “otorgarle un lugar simbólico”, que deje espacio para otros. Esta postura constructivista sobre el duelo alude a considerar la modificación de los supuestos que orientan nuestras vidas a partir de las conversaciones con los otros para dar un sentido nuevo a la experiencia

de pérdida. Cambia nuestro modelo de mundo y se resignifica la vida reorientándola hacia nuevos sentidos a partir de lo vivido, por ejemplo, cuando “María funda una institución para niños con cáncer, después de que su hijito muriera de tal enfermedad”, dice la autora.

El duelo finaliza cuando se logra manejar el dolor, el recuerdo del otro, de tal manera que nos permite reconstruir y disfrutar los proyectos de vida y las relaciones con los otros, sin la centralidad del dolor por quien murió, porque “la muerte acaba con la vida, pero no con la relación” plantea claramente la autora. Aunque Ospina es firme en decirnos que no se pueden determinar parámetros para definir una evolución “normal” del duelo, ni en tiempo ni en manifestaciones, el duelo puede complicarse e implicar un alto contenido de sufrimiento humano. Respecto al duelo en niños, la autora expone el papel fundamental que tienen los adultos sustitutos en la elaboración del duelo, al requerirse estar afectivamente cercanos al niño, siendo capaces de recibir su dolor y satisfacer sus necesidades, en un ambiente de continuidad, preservando rutinas y espacio físico. Sin embargo, el duelo del niño se entrecruza con el duelo de la viudez, temas a los que la autora les dedica todo un capítulo a cada uno para explicar sus especificidades. Como lo explica Ospina, el proceso de duelo en la viudez es “muy doloroso y difícil de elaborar” por el peso que tiene en la identidad complementaria del cónyuge, por la intensidad de la relación, por los vínculos entretejidos y por la amenaza del sentido de la vida que acompaña al sobreviviente.

En los capítulos restantes, la autora detalla la intervención en duelo en el campo educativo y en la intervención grupal desde el trabajo social:

Desde el campo educativo, el principal aporte se ubica en el llamado que hace Ospina al Ministerio de Educación Nacional para que incluya en los lineamientos de las instituciones educativas, especialmente en los proyectos lúdico-pedagógicos de los jardines infantiles, la *preparación para las pérdidas en la infancia*. Ospina comparte esta intención con autores españoles como Concepció Poch y Olga Herrero (2003). Al respecto, sugiere incorporar a los currículos aspectos de carácter cognitivo, estético, socioafectivo, comunicativo y corporal, y ofrece recomendaciones y estrategias metodológicas construidas durante su experiencia para

promover la reflexión de los adultos que trabajan con niños y de los padres y madres de familia con menores de cinco años. Frente a la intervención grupal en duelo, y como resultado de la experiencia grupal investigativa vivida por ella y su colega, Ana María nos brinda herramientas teórico-metodológicas para intervenir socialmente en duelo a través de los grupos de apoyo.

Maritza Charry Higuera  
*Trabajadora Social*  
*Magíster en Intervención social*