

La Tanatología Vista desde un Enfoque Clínico en el Duelo por Muerte

Víctor Alberto Alers Serra, PsyD

<https://orcid.org/0000-0003-0673-3718>

Corresponding email address: valers@edpuniversitv.edu

Submitted: December 16, 2023

Revised: December 19, 2023

Accepted: December 22, 2023

Published: March 22, 2024

Resumen

La Tanatología es aún una disciplina médica desconocida por muchos. Sin embargo, su valiosa aportación en el manejo del duelo es indiscutible. Las intervenciones tanatológicas han demostrado su efectividad tanto desde un enfoque tradicional de acompañamiento como desde un enfoque clínico. Aun así, éste último es aún más desconocido, por lo que este artículo reflexivo pretende proveer una visión general sobre este enfoque clínico de la tanatología.

Palabras claves: tanatología; clínica; duelo

Abstract

Thanatology is still a medical discipline unknown to many. However, his valuable contribution to grief management is indisputable. Thanatological interventions have proven effective both from a traditional accompaniment approach and from a clinical approach. Even so, the latter is even more unknown, so this thoughtful article aims to provide an overview of this clinical approach to thanatology.

Keywords: thanatology; clinical; grief

Breve historia de la tanatología

A lo largo de la historia, la manera en que la sociedad aborda la muerte y el duelo ha variado considerablemente, y la tanatología ha evolucionado como respuesta a estas cambiantes perspectivas culturales y sociales. Las culturas antiguas tenían diversas creencias y rituales en torno a la muerte. Las prácticas funerarias variaban ampliamente según la civilización. En algunas culturas, como la egipcia, se creía en la vida después de la muerte y se realizaban elaborados rituales de momificación. Otras culturas, como la griega, tenían mitos y filosofías que abordaban la mortalidad y la existencia después de la muerte.

Durante la Edad Media, la muerte era una presencia constante debido a epidemias y conflictos. La Iglesia desempeñó un papel importante en la conceptualización de la vida después de la muerte, y las prácticas funerarias estaban fuertemente influenciadas por las creencias religiosas.

Con el Renacimiento, la perspectiva sobre la muerte y la vida después de ella comenzó a cambiar. Surgieron nuevas corrientes filosóficas y científicas que afectaron la manera en que la sociedad percibía la mortalidad. A medida que avanzaba la era moderna, la medicina y la ciencia influyeron en la forma en que las personas vivían y morían.

Élie Metchnikoff, un inmunólogo ruso y premio Nobel, hizo contribuciones significativas en los campos de la gerontología y la tanatología. Nacido en 1845, Metchnikoff desarrolló un interés en el estudio del envejecimiento y la muerte hacia el final de su vida. A fines del siglo XIX y principios del siglo XX, Metchnikoff llevó a

cabo extensas investigaciones sobre el sistema inmunológico y su papel en el proceso de envejecimiento (Achenbaum, 2017). Propuso la teoría de que el proceso de envejecimiento podría estar influenciado por la actividad de los fagocitos; glóbulos blancos que desempeñan un papel crucial en las respuestas inmunológicas al engullir y digerir partículas y células extrañas. Metchnikoff sugirió que la acumulación de sustancias tóxicas producidas por bacterias en los intestinos podría llevar al envejecimiento, y que potenciar la actividad de los fagocitos podría retrasar este proceso (Metchnikoff, 1905).

De acuerdo a Chochinov (2007), en el curso de sus investigaciones, Metchnikoff introdujo los términos "gerontología" y "tanatología" para describir el estudio científico del envejecimiento y la muerte, respectivamente. "Gerontología" proviene de las palabras griegas "geron" (anciano) y "logos" (estudio), mientras que "tanatología" se deriva de los términos griegos "thanatos" (muerte) y "logos" (estudio).

En esta línea médica es importante resaltar que los primeros instrumentos de medición de la ansiedad ante la muerte fueron los publicados por Collett y Lester (1969) y Templer (1970), por lo cual, la ansiedad ante la muerte es una de las líneas de investigación más fructíferas dentro de la tanatología (Kastenbaum, 1988) y se ha evaluado respecto del sexo, edad, enfermedades crónicas, depresión, religión, personalidad, entre otros (Limonero, 1996). Además, existen varias técnicas desarrolladas para medir la misma (Lester & Castromayor, 1993; Neimeyer, 1994).

Esto evidencia que el enfoque clínico de intervención tanatológica se ha ido desarrollando ya desde la década del 1960

ocupándose del estudio y la comprensión de la muerte y el proceso de morir desde un enfoque médico y psicológico.

A lo largo del siglo XX, especialmente a partir de la década de 1960, la tanatología como disciplina formal comenzó a tomar forma. Autores como Elisabeth Kübler-Ross contribuyeron significativamente con sus investigaciones sobre las etapas del duelo. La tanatología se volvió más reconocida como una rama de la psicología y la medicina dedicada al estudio del proceso de morir y al apoyo a los que enfrentan la pérdida.

A medida que la tanatología clínica evolucionaba, se integraron enfoques psicológicos y sociales para comprender mejor la complejidad del duelo. Los profesionales comenzaron a reconocer la importancia de abordar no solo los aspectos emocionales, sino también los sociales, culturales y espirituales del duelo. Se desarrollaron enfoques terapéuticos específicos, como la terapia de duelo, que se centraba en ayudar a los individuos a procesar y sobrellevar la pérdida.

A pesar de sus avances, la tanatología clínica ha enfrentado críticas y desafíos. Algunos argumentan que los modelos tradicionales, como el de Kübler-Ross, pueden simplificar en exceso la complejidad del duelo, pasando por alto la variabilidad individual en las respuestas ante la muerte. Además, se ha señalado la necesidad de abordar cuestiones éticas, como la medicalización del duelo y la sobre dependencia de los enfoques occidentales en contextos culturales diversos.

En el siglo XXI, la tanatología clínica continúa evolucionando para adaptarse a las cambiantes necesidades de la sociedad moderna. Se han desarrollado intervenciones terapéuticas más

especializadas y personalizadas, reconociendo la diversidad de experiencias de duelo. La incorporación de la tecnología también ha permitido la prestación de servicios de tanatología en línea, ampliando el acceso a la ayuda y el apoyo.

Tanatología Clínica

A diferencia de otros enfoques de la tanatología, la tanatología clínica se centra específicamente en el ámbito clínico de intervención, brindando apoyo emocional y psicológico a las personas que enfrentan la muerte, ya sea propia o de un ser querido y no sólo acompañamiento pasivo. Su objetivo principal es mejorar la calidad de vida de aquellos que enfrentan la muerte, así como facilitar un proceso de duelo saludable para los seres queridos. La muerte no solo afecta al individuo que está muriendo, sino que tiene un impacto significativo en quienes sufren la pérdida. La tanatología clínica reconoce esta interconexión y se esfuerza por proporcionar un apoyo holístico.

La muerte de un ser amado desencadena un proceso de duelo que afecta a cada individuo de manera única y particular. La tanatología clínica reconoce la importancia de brindar apoyo a las familias en duelo, ayudándolas a comprender y procesar sus emociones. La comunicación abierta y la empatía son elementos clave en este proceso, ya que permiten a los profesionales de esta disciplina establecer un vínculo con las familias y ofrecer un espacio seguro para expresar sus sentimientos; esto implica ayudarles a expresar sus sentimientos, miedos y preocupaciones, y proporcionarles un espacio seguro para procesar sus emociones.

Asimismo, la tanatología clínica trabaja en la prevención de complicaciones emocionales derivadas del duelo, como la depresión o el trastorno de estrés postraumático y proporciona herramientas y estrategias para afrontar el duelo de manera saludable puesto que es esencial para ayudar a las familias a adaptarse a la pérdida y encontrar un significado en la experiencia. Además, la tanatología clínica se enfoca en ayudar a las personas a transitar el proceso de duelo de manera saludable y adaptativa brindando herramientas para lidiar con el dolor, la tristeza y la pérdida, así como promover la resiliencia y la aceptación.

Algunos aspectos destacados de la importancia de la tanatología clínica incluyen el ayudar a prevenir y tratar problemas de salud mental relacionados con la muerte y el duelo, ya que el brindar apoyo durante estos momentos difíciles, se puede reducir el riesgo de complicaciones como la depresión, la ansiedad y el estrés postraumático. Además, la tanatología clínica se involucra en el proceso de enfermedades crónicas y terminales, brindando apoyo emocional y ayudando a las personas a encontrar significado y propósito en sus vidas, incluso en situaciones difíciles.

Por otro lado, la tanatología clínica también es relevante para los profesionales de la salud que se encuentran frecuentemente en situaciones donde deben lidiar con la muerte y el duelo ya que, al brindarles capacitación y apoyo, pueden ofrecer una atención más compasiva y empática a sus pacientes y a sus familias.

Conclusión

La tanatología ha recorrido un largo camino desde sus raíces en las creencias antiguas hasta convertirse en una disciplina

multidisciplinaria y especializada en la comprensión y el tratamiento del duelo. A través de su evolución, ha desafiado percepciones culturales y sociales sobre la muerte, proporcionando herramientas para abordarla de manera más saludable y compasiva desde un enfoque clínico.

Aunque enfrenta desafíos y críticas, la tanatología sigue siendo esencial en el panorama de la salud mental, brindando apoyo a aquellos que enfrentan la inevitable realidad de la mortalidad ya que, al comprender la muerte, podemos abrazar la vida de manera más plena, encontrando consuelo y significado en la inevitable realidad de nuestra existencia.

Referencias

- Achenbaum, W. A. (2015). A history of ageism since 1969. *Generations Journal*, 39(3), 10-16.
<http://biblioteca.uprc.edu:2048/login?url=https://www.proquest.com/scholarly-journals/history-ageism-since-1969/docview/1750054672/se-2>
- Achenbaum, W. A. (2017). Looking backward while gazing ahead: An historian of aging reflects on time's borders. *Societies*, 7(2), 9.
<https://doi.org/10.3390/soc7020009>
- Attig, T. (2004). *The Depth of Grief: Bereavement, self-disintegration, and the wisdom of pain*. University of Chicago Press.
- Breitbart, W., & Poppito, S. (2014). *Individual meaning-centered psychotherapy for patients with advanced cancer: A treatment manual*. Oxford University Press.
- Buckman, R. (1992). Breaking bad news: why is it still so difficult? *British Medical Journal*, 304(6841), 886-887.

- Chochinov, H. M. (2002). Dignity-conserving care- A new model for palliative care: helping the patient feel valued. *JAMA*, 287(17), 2253-2260.
- Chochinov, H. M. (2007). Dignity in care: Time to take action. *Journal of Pain and Symptom Management*, 33(6), 658-662.
- Chochinov, H. M. (2007). The five research C's. *Palliative & Supportive Care*, 5(3), 203-5. <http://biblioteca.uprc.edu:2048/login?url=https://www.proquest.com/scholarly-journals/five-research-cs/docview/214842659/se-2>
- Collett-Lester, D. (1969). The fear of death end the fear of dying. *J Psychol.*, 72(2), 179–181.
- Feigelman, W., Jordan, J. R., & Gorman, B. S. (2011). *How they died: Confronting suicide, accident, and violent death*. Routledge.
- Kissane, D. W., Zaider, T. I., Li, Y., Hichenberg, S., & Schuler, T. A. (2019). Unmet needs among family caregivers of patients with cancer: Associations and challenges. *Journal of Clinical Oncology*, 37(31), 2821-2831.
- Kastenbaum, R. (1988) "Exit with thunder," pp. 34-46 in S. Reinharz and G. D. Rowles (eds.) *Qualitative Gerontology*. New York: Springer.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. Routledge.
- Lester, D., & Castromayor, I. (1993). The construct validity of Templer's Death Anxiety Scale in Filipino students. *The Journal of Social Psychology*, 133(1), 113–114. <https://doi.org/10.1080/00224545.1993.9712125>
- Limonero, J.T. (1996). El fenómeno de la muerte en la investigación de las emociones. *Rev Psicol Gen Aplic.*,49, 249-65.
- Metchnikoff, E. (1905). *The nature of man: Studies in optimistic philosophy*. G.P. Putnam's Sons: New York, NY, USA.
- Neimeyer, R. A. (2000). Searching for the meaning of meaning: Grief therapy and the process of reconstruction. *Death Studies*, 24(6), 541-558.
- Neimeyer, R. A. (Ed.). (1994). *Death anxiety handbook: Research, instrumentation, and application*. Taylor & Francis.
- Resett, S., Kenserbaum, M., & Pablo González Caino. (2021). Validación preliminar de la Escala de Ansiedad ante la Muerte de Templer en una muestra argentina. [Preliminary validation of Templer's Death Anxiety Scale in an argentinean sample] *Psykhé*, 30(1)<https://doi.org/10.7764/psykhe.2018.21923>
- Templer, D. I. (1970). The construction and validation of a death anxiety scale. *Journal of General Psychology*, 82(2), 165–177. <https://doi.org/10.1080/00221309.1970.9920634>
- Worden, J. W. (2009). *Grief counseling and grief therapy: A Handbook for the mental health practitioner*. Springer Publishing Company.