Duelo por pérdida de animales domésticos: una revisión Integrativa

Trabajo de grado para optar por el título de Psicólogo

Miguel Ángel Cifuentes Arango

Asesor

Ernesto de Jesús Solano León

Magíster en Psicología

Corporación Universitaria Lasallista

Facultad de Ciencias Sociales y Educación

Programa de Psicología

Caldas, Antioquia

2025

Agradecimiento

Quiero expresar mi agradecimiento al profesor Ernesto de Jesús Solano León, quien, con sus asesorías, me ayudó a culminar este trabajo a pesar de mis inseguridades y ansiedad.

También, quiero agradecer a la profesora Marisol Salas Aldana, que, durante toda la carrera, brindó un ejemplo de cómo ser un buen profesional.

Finalmente, quiero agradecer a la Corporación Universitaria Unilasallista, por abrir espacios de formación humana que me permiten ser quien hoy en día soy.

Resumen

El presente trabajo de grado tuvo como objetivo central construir una propuesta de concepto de trabajo para el duelo por pérdida de animales de compañía a partir de literatura científica tanto teórica como empírica publicada entre 2014 y 2024. Se propuso un diseño de revisión integrativa para poder vincular la evidencia disponible con una construcción conceptual. Para esto, en primer lugar, se exploró la antropología de el relacionamiento entre seres humanos y animales de compañía. En segundo lugar, se exploró la evidencia terapéutica reciente con respecto al tratamiento de esta clase específica de duelo. En tercer lugar, se realiza una construcción inicial del concepto con base en las particularidades e implicaciones para la práctica que tiene esta forma específica de duelo. Aparecen como elementos clave el antropomorfismo, o la atribución de características humanas al animal de compañía. También, la edad del poseedor del animal y la disponibilidad de la cultura para validar los sentimientos relacionados a la pérdida de un animal de compañía son factores que moldea fuertemente el cómo se constituye la experiencia de duelo. Por último, se concluye que realmente constituye un área de trabajo nueva que requiere pensarse de manera muy similar a otros duelos sin ser desvalorizada, y asumirse con la importancia de otras formas de duelo.

Palabras clave: Duelo, pérdida, muerte, animal de compañía, mascota, revisión integrativa.

Abstract

The present thesis had as its central objective the construction of a proposed working concept for grief following the loss of companion animals, based on both theoretical and empirical scientific literature published between 2014 and 2024. An integrative review design was proposed in order to link the available evidence with a conceptual construction. To do this, first, the anthropology of the relationship between human beings and companion animals was examined. Second, recent therapeutic evidence regarding the treatment of this specific type of grief was explored. Third, an initial construction of the concept was carried out based on the particularities and practical implications of this specific form of grief.

Key elements that emerge include anthropomorphism, or the attribution of human characteristics to the companion animal. Additionally, the owner's age and the extent to which the culture is willing to validate the feelings associated with the loss of a companion animal are factors that strongly shape how the grief experience is constituted. Finally, it is concluded that this truly represents a new area of work that requires being approached in a manner very similar to other types of grief, without being devalued, and treated with the same importance as other forms of bereavement.

Keywords: Grief, loss, death, companion animal, pet, integrative review.

Table de contenido

Introducción 6
Planteamiento del problema 8
Justificación 11
Objetivos 12
Objetivo general 12
Objetivos específicos 12
Alcance y limitaciones 13
Marco teórico 14
Metodología 21
Resultados 22
La relación entre ser humano y animales de compañía y ser humano y la muerte 22
Ser humano y animales de compañía 22
Abordaje de las especificidades del duelo por pérdida de animales de compañía en investigaciones originales 26
Propuesta de concepto de duelo por pérdida de animales de compañía 32
Conclusiones y recomendaciones 36
Referencias 38

Introducción

En los últimos años, la presencia de animales de compáñía viene teniendo uyn papel fundamental en los hogares, no solo en Colombia, sino, en todo el mundo. Según el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) el 67 % de los hogares en Colombia convive con al menos una mascota y Meléndez Samó (2014) comenta que existen más perros que bebés en el mundo.

Los animales de compañía vienen adquiriendo gran relevancia en los hogares, debido a que cumplen una función de regulación emocional, compañía y protección. Este vínculo entre un ser humano y un animal de compañía se ha caracterizado por la intimidad, el cuidado y la construcción de lazos emocionales significativos, sin que implique un beneficio o ganancia secundario, lo que ha llevado que muchos cuidadores consideren a sus animales de compañía como un miembro más de la familia.

Torres, C. M (2022), manifiesta que el reconocimiento de las mascotas como miembros de la familia posibilita una nueva dimensión para estudiar de una manera más profunda y precisa las dinámicas que se viven en el interior de estas.

En un estudio realizado por (Ipsos-Asi, 2010), Citado por Meléndez Samó (2014) se encontró que en Puerto Rico, el 60% de 250 personas, consideran su mascota parte de su familia y un 47% como mejor amigo.

Con esto, queda claro que los animales de compañía juegan un papel crucial en la vida del ser humano moderno, lo que implica que se desarrollen fuertes vínculos emocionales entre ambos, y, esto, a su vez, puede influir para que se dé un fenómeno de duelo con una carga emocional elevada.

Según dice (Torres, C. M, 2022), el tema del duelo por mascotas no es un tema del cual se oiga hablar mucho ya que este es visto como irrelevante, a pesar de que afecta y genera sufrimiento a las personas que lo padecen.

Por lo tanto, con este estudio se pretende formular un concepto sobre duelo por pérdida de animales de compañía que permita entender mejor el fenómeno parea brindar una mejor atención a las personas que pasan por este.

El tipo de investigación utilizado para este estudio es la revisión Integrativa que es entendida por (Broome, 1993), citado por Whittemore & Knafl (2005) como un tipo de revisión más amplio que el metaanálisis, las revisiones sistemáticas y las revisiones cualitativas. Este tipo de investigación busca construír conocimiento teórico, haciendo un análisis de la literatura existente.

Para esto se examinan investigaciones entre el 2014 y el 2024 que permitan adquirir información teórica y empírica, para luego, contextualizar que dice la teoría existente sobre la relación existente entre ser humano y animal de compañía, describir intervenciones que aborden la pérdida de animales de compañía, describir las características propias del duelo por pérdida de animales de compañía en los diferentes momentos evolutivos del ser humano y, y, finalmente describir las diferencias en la experiencia del duelo por animales de compañía dependiendo de factores psicológicos y socioculturales.

La búsuqeda de información se hace utilizando las siguientes bases de datos: Redalyc, SciELO, DOAJ.ORG, Scopus, Google scholar y Pub Med.

Al final, se dan algunas recomendaciones que permitan a los profesionales de la psicología abordar este tipo de problemática.

Planteamiento del problema

Los animales de compañía han ganado gran importancia en la constitución de los hogares colombianos durante los últimos años, según datos del Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) el 67 % de los hogares en Colombia convive con al menos una mascota, en Dogs Decoded (Child, 2010), citado por Meléndez Samó (2014), comenta que existen más perros que bebés en el mundo, otra evidencia de la importancia que vienen ganado los animales de compañía en nuestra sociedad es la gran importancia que se le da al rito fúnebre a las mascotas muertas. Veras & Soares (2016) dice que los servicios funerarios de animales de compañía son de los sectores que más beneficiaron al comercio fúnebre en 2011. Otro ejemplo que muestra la importancia que le estamos dando a las mascotas es el servicio "terapias energéticas" para mascotas que Guadarrama y Moreno (2019) dicen que hay en México.

Con esto, es claro que las mascotas se han ganado un lugar en la familia y se les reconoce como miembro de esta. Según dice Torres, C. M (2022), el reconocimiento de las mascotas como miembros de la familia posibilita una nueva dimensión para estudiar de una manera más profuda y precisa las dinámicas que se viven en el interior de estas.

El fallecimiento de estos miembros de la familia puede acarrear por lo anteriormente mencionado inestabilidad emocional y diversas problemáticas aparte de un trastorno de duelo prolongado. El duelo por pérdida de mascota también representa un impacto en la calidad de vida de sus dueños, como se evidencia en la investigación realizada por (Cartolin et al., 2020) en la cual se muestran las principales reacciones que pueden presentarse como: La sensación de tristeza/pena/nostalgia, seguida de dolor. Oros, B. & Vogel, K. (2005) encontró que la pérdida de mascotas suelen ser eventos estresores para los niños, sobre todo en los varones.

En marzo de 2022 salió un nuevo diagnóstico en el DSM-5 y el CIE-11 el cual consiste en la respuesta emocional aguda por la muerte de un ser querido, dicha respuesta de duelo se extiende por un periodo de 12 meses o más, y en niños de 6 meses o más y, claramente, supera lo esperado social o culturalmente, o según la religión que establece lo normal del duelo en cada contexto y causa una perturbación significa que impide la correcta funcionalidad del sujeto.

En el trastorno por duelo prolongado en CIE-11 (Organización mundial de la Salud, 2021), no se ha incluido a las mascotas como desencadenante de un trastorno de duelo prolongado, teniendo en cuenta que también se presenta sintomatología muy similar en los casos de duelo por mascotas. Torres, C. M (2022) señala que el padecimiento se evidencia en estos casos porque en muchas familias, las mascotas son vistas como un miembro más de la familia, además, se ha demostrado el papel crucial que las mascotas tienen para brindar apoyo emocional en momentos de estrés, la reducción de la ansiedad, además de mejorar el bienestar psicológico de sus dueños.

Cada día se evidencia que el duelo por mascotas es una problemática social de relevancia para los trabajadores del área de la salud y esta problemática apenas se está estudiando, además, como dice Rodríguez Vega et al., (2002) La necesidad de hacer un diagnóstico diferencial entre duelo normal y duelo prolongado en personas que han sufrido una pérdida que resulta ser más una dificultad que una fuente de esclarecimiento, pues, los profesionales de la salud, como los y las enfermeras, no están lo mejor preparados para evaluar esta sintomatología y para derivar a otros profesionales de la salud como los psicólogos y psiquiatras, para darle un trato correcto.

Sharkin y Knox (2003), como citó Meléndez Samó (2014) manifiestan que es probable que las personas hoy en día quieran trabajar en psicoterapia el duelo por la pérdida de una mascota, con esto, la falta de recursos y habilidades especializadas relacionados al tema del duelo por pérdida de mascotas puede hacer que sea difícil para ellos ayudar de manera efectiva a las personas que están experimentando este tipo de dolor. La comprensión y el reconocimiento de esta problemática son esenciales para brindar el apoyo necesario a las personas que están atravesando este proceso difícil. Así, se puede decir que el poco abarque teórico que hay sobre el tema es también una problemática, ya que impide un mejor proceder por los profesionales.

Existe también un estigma social y una falta de comprensión en los procesos de duelo por mascotas, lo cual es otro problema ya que puede complicar el proceso de duelo y afectar negativamente la salud mental de los dolientes. Según dice (Torres, C. M, 2022) El tema del duelo por mascotas no es un tema del cual se oiga hablar mucho ya que este es visto como irrelevante, a pesar de que afecta y genera sufrimiento a las personas que lo padecen.

Según (Lundorff et al., 2017) hay una disparidad de criterios, instrumentos y perspectivas, ya que estudios al respecto muestras datos muy diversos. En un reciente metaanálisis a nivel mundial, se ha estimado que la prevalencia del duelo complicado es de un 9.8%.

Considerando lo anterior, se establecen las siguientes preguntas de investigación ¿Cómo debe estar compuesto un concepto de trabajo para el duelo por pérdida de animales de compañía que operativice la actividad de profesionales de la salud que atienden estas situaciones con prevalencia en aumento? y ¿Qué elementos de la literatura científica reflexiva y empírica publicada entre 2014 y 2024 contribuyen a esta conceptualización?

Justificación

En un estudio realizado en Antioquia – Colombia por Bonilla (2022), se encontró que el 86% de los participantes del estudio, dijo haber manifestado desajustes emocionales en su vida luego de la pérdida de un animal de compañía, por lo que se haya importante y relevante hacer esta investigación y contribuir al manejo de duelo en ámbitos clínicos y la concientización de las personas sobre el fenómeno del duelo por la pérdida de animales de compañía.

A nivel teórico, este estudio ayudará a generar conocimiento acerca del duelo en mascotas, con lo cual se podrán crear conocimientos que a su vez ayudarán a inventar estrategias para aminorar el impacto por la pérdida de un animal de compañía, este impacto, como propone Mancilla (2022), "puede ser tan significativo como la pérdida de un ser querido para el cuidador de este, trayendo consigo diferentes consecuencias a nivel psicológico, físico y social".

Se espera que esta investigación permita comprender la manera en cómo las personas se vinculan con sus animales de compañía y cómo esto influye en su proceso de duelo, permitiendo comprender la subjetividad de la persona que está pasando por duelo. También, se espera que se puedan crear herramientas con la presente investigación para ayudar a las personas que están en duelo por el fallecimiento de un animal de compañía, conocimientos que le ayuden a comprender el proceso por el cual están pasando, y así ayudar a la resolución del duelo de una manera exitosa y con menos repercusiones a nivel físico, emocional, psicológico y social.

También, se espera que los resultados de esta revisión Integrativa puedan ayudar a veterinarios, psicólogos, psiquiatras y demás profesionales del área de la salud a brindar un acompañamiento y una atención más adecuada para este fenómeno poco estudiado.

A nivel metodológico, esta investigación también nos permitirá conocer la manera en la que una persona experimenta el duelo por el fallecimiento de un animal de compañía y nos ayudará a esbozar un estado general del tema y a generar teoría parea entender este fenómeno.

Objetivos

Objetivo general

Elaborar un concepto sobre duelo por pérdida de animales de compañía a partir de literatura científica reflexiva y empírica publicada entre 2014 y 2024 que permita comprender a mayor profundidad este fenómeno e intervenir de manera adecuada.

Objetivos específicos

- Contextualizar que dice la teoría existente sobre la relación existente entre ser humano y animal de compañía.

- Describir intervenciones que aborden la pérdida de animales de compañía.

- Describir las características propias del duelo por pérdida de animales de compañía en los diferentes momentos evolutivos del ser humano.

- Describir diferencias en la experiencia del duelo por animales de compañía dependiendo de factores psicológicos y socioculturales.

Alcance y limitaciones

El alcance de la presente investigación es de tipo descriptivo, en el cual se busca establecer un concepto de trabajo para abordar el duelo por pérdida de mascotas desde la psicología, recogiendo información de estudios empíricos y teóricos que permitan contextualizarse del estado del arte de este fenómeno actual que muchas veces poco validado en nuestra sociedad contemporánea.

La principal limitación encontrada a la hora de la búsqueda de información es la falta de acceso a material gratuito que permita acceder a la mayor cantidad de información posible. Se recomienda democratizar el conocimiento. Otra limitación, fue, el tiempo para realizar la investigación.

Marco teórico

Como referente teórico de este trabajo, los dos conceptos que se deben esclarecer y clarificar para formar una base que permita comprender el duelo hacia animales de compañía son dos: en primer lugar, el concepto de animal de compañía; y, en segundo lugar, el concepto de duelo en psicología.

La relación que existe entre un animal y un ser humano en la cual se ven involucradas la función de intimidad y proximidad con sus cuidadores, recibiendo a su vez un tratamiento especial de cariño, cuidados y atención que garantizan su salud y en la cual no se ven involucradas la función de explotación es denominada relación de humano- animal de compañía o mascota.

En los últimos años, profesionales de la medicina veterinaria, han promovido la utilización del término 'animal de compañía' antes que 'mascota', para connotar el vínculo psicológico y la relación mutua (Díaz y Olarte, 2015), por lo tanto, el termino *animal de compañía* será el término utilizado para referirnos a este tipo de relación humano – animal.

Por su parte, el duelo es percibido por Cabodevilla (2007), como el estado afectivo de alta intensidad emocional causado por el fallecimiento de un ser querido. Cabodevilla (2007), señala que "Cada pérdida acarreará un duelo, y la intensidad del duelo no dependerá de la naturaleza del objeto perdido, sino del valor que se le atribuye, es decir, de la inversión afectiva invertida en la pérdida" (p. 2).

Para Freud, el duelo es, por lo general, la reacción a la pérdida de un ser amado o de una abstracción equivale nte, como, por ejemplo, la patria, la libertad, el ideal, etc. (Freud, 1917) Freud también manifestó que esta era la enfermedad psíquica más común y relató: "En ningún manicomio faltan los ejemplos, para los que vale análoga concepción, de la madre que enfermó a raíz de la pérdida de su hijo y ahora mece un leño en sus brazos, o de la novia desairada que desde hace años espera ataviada a su prometido". (Freud, 1894) citado por Battista, 2011. Freud, también comenta que la

pérdida más decisiva en la vida de un hombre era la pérdida de su propio padre, que era deseo y la cual era la base de todo duelo. (Battista, 2011).

En un texto contemporáneo a “Duelo y Melancolía”, Freud también manifiesta que en el fondo nadie cree en su propia muerte o lo que viene a ser lo mismo, en el inconsciente cada uno de nosotros está convencido de su propia inmortalidad” (Freud, 1915), citado por (Battista, 2011).

Para la psiquiatra y escritora suizo- estadounidense Kübler-Ross (2006), quien investigó el proceso de muerte en enfermos terminales, el duelo es un proceso natural. Y puede definirse como una respuesta emocional ante la pérdida de un ser querido. Kübler Ross (2006) define diferentes etapas que una persona puede experimentar mientras enfrenta la pérdida. Estas etapas son: negación, ira, negociación, depresión y aceptación.

Este modelo fue presentado por primera vez en su libro “On Death and Dying" (Kübler Ross, 1969). La obra se basó en sus estudios y observaciones de pacientes terminales y su relación con la muerte y el morir. Aunque originalmente se centró en pacientes que enfrentaban su propia muerte, el modelo de las cinco etapas se ha ampliado para aplicarse a diversas formas de pérdida y duelo.

Para Elisabeth Kübler Ross, el duelo que cada persona atraviesa es tan propio como su propia vida, y, por lo tanto, no todo el mundo atraviesa todas ni lo hace en un orden prescrito.

Las fases del duelo descritas por Elizabeth Kübler Ross son 5: negación, ira, pacto/negociación, depresión y aceptación. La autora observó que estas fases duraban diferentes periodos de tiempo y se sucedían unas a otras, o que en ocasiones se solapaban (Miaja y Moral, 2013). (Kübler Ross, 2006) señala que “no entramos ni salimos de cada etapa concreta de una forma lineal. Podemos atravesar una, luego otra y retornar luego a la primera.”

La negación se presenta, por ejemplo, en el caso de una persona que se encuentra en cuidados paliativos, la negación se presenta como la imposibilidad de aceptar o reconocer válido

un diagnóstico, comúnmente atribuyendo la noticia de este a una equivocación de los médicos. (Miaja y Moral, 2013).

En el caso de estar pasando por el duelo de una mascota o un ser querido, la negación no se presenta de una manera tan literal, y sí de una manera más simbólica. (Kübler Ross, 2006)

La negación es un mecanismo de protección de la psique, ya que aceptar toda la realidad de manera inmediata sería "emocionalmente abrumador" (Kübler Ross, 2006).

Un ejemplo de la etapa de la ira podría ser el caso de una persona que se encuentra en cuidados paliativos, la ira se presenta en forma de rabia, envidia, resentimiento u hostilidad por haber perdido la salud. Esta rabia, envidia, resentimiento u hostilidad comunmente está dirigida hacia los médicos, aunque en muchos casos esta ira va dirigida contra sí mismo, con los demás "o hasta con Dios" Kübler Ross (2006)

En esta etapa se puede tener pensamientos tales como «¿Dónde está Dios? ¿Dónde está su amor? ¿Su poder? ¿Su compasión? ¿Es ésta realmente su voluntad?». Este sentimiento es dirigido a las personas que nos rodean y pudieron hacer algo o hacia nosotros mismos que es dirigido como sano o culpable, esta rabia en muchos casos puede ser dirigida hacia ella misma, provocando diversos tipos de conductas autolesivas (Miaja y Moral, 2013).

La ira a veces se puede manifestar como culpa. Esta misma ira, en muchos casos, es proporcional a la cantidad de amor hacia el objeto perdido (Kübler Ross, 2006)

La etapa de pacto o negociación por lo general va acompañada de culpas. Las personas que pasan por esta etapa comunmente se reconocen como personas comprometidas con la recuperación y el mejoramiento. (Kübler Ross, 2006)

También la negociación nos devuelve la esperanza de que podemos restaurar el equilibrio en medio del caos. Es posible que la persona pacte con el dolor o con Dios y se quede estancada en el pasado intentado escapar del dolor. La negociación o pacto puede ayudarnos a tramitar la

emoción generada por la pérdida, es decir, puede ser una estación intermedia que nos puede ayudar a nuestra psique el tiempo que necesita para recuperarse. (Kübler Ross, 2006).

Las personas, pueden, en muchos casos, pactar dar su vida a cambio de la vida de la otra persona. Cuando atravesamos la etapa de negociación, la mente cambia los acontecimientos pasados mientras la persona píensa todo lo que se podría haber hecho y no se hizo en su momento. (Kübler Ross, 2006).

Por otra parte, la etapa de la depresión se vive en muchos casos con una fuerte sensación de vacío interno y se puede dejar de asistir a los tratamientos y a citas médicas propias o de la persona moribunda (Miaja y Moral, 2013). (Kübler Ross, 2006) señala la importancia de sentir la tristeza propia de la etapa de la depresión para no desencadenar este en un cuadro más grave. Una vez que la persona se atreve a sentir la depresión, va explorando sus emociones asociadas a la pérdida.

Miaja y Moral (2013) explican que la etapa de la aceptación se vive dejando de buscar culpables y aceptando los desafíos y limitaciones relacionados a la pérdida.

Para Kübler Ross (2006) en la etapa de la aceptación, no nos agrada la pérdida, sino que, aprendemos a aceptar y a vivir con esta. La aceptación no consiste en que te guste una situación, se trata de hacer consciencia de lo que se ha perdido y aprender a vivir con la pérdida. La aceptación también es descrita por Kübler Ross (2006) como un proceso y no un punto final. A esta etapa se llega luego de dar nuevos significados a la situación que se vive.

La rabia, en esta etapa, va cambiando y se va convirtiendo en curiosidad. Se dan significados a la experiencia y en muchas ocasiones se emprenden acciones para significar la experiencia (Kübler Ross, 2006). Un síntoma de estar pasando por esta etapa es comenzar a tener más días estables que días marcados por la inestabilidad emocional. (Kübler Ross, 2006)

J. William Worden, psicólogo, miembro de la Asociación Americana de Psicología y co-investigador principal en el estudio del duelo Infantil en Harvard, también propuso una teoría sobre el duelo.

Para este autor, el duelo, más que un seguimiento de etapas (Como proponía Kübler Ross), es un tránsito a través de cuatro tareas por cumplir las cuales nos ayudan a restablecer el equilibrio y poder continuar de manera satisfactoria con nuestra vida. (Morales, 2020)

Worden teorizó sobre el duelo y cual explica que, en cualquier sociedad del mundo existe el deseo de recuperar un objeto perdido, o la creencia de la vida después de la muerte y de un lugar en el que uno se puede reencontrar con el objeto perdido. Sin embargo, la patología a causa del duelo (con síntomas como o dolores de cabeza, temblores, vértigo, palpitaciones y diversos síntomas gastrointestinales y otros síntomas somáticos) parece ser menos frecuente en las sociedades antes de la escritura (Worden, 2013).

Para este autor, el duelo acaba cuando se completan 4 tareas esenciales: 1) Aceptar la realidad de la pérdida; 2) Trabajar las emociones y el dolor; 3) Adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente y 4) Recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo.

Aceptar la realidad de la pérdida: La primera tarea del duelo es aceptar que el ser querido ha muerto y no volverá, además de aceptar que no habrá un reencuentro, al menos en esta vida. La negación se puede practicar en varios niveles y tomar varias formas; las más comunes son 1.1) Negar la realidad de la pérdida: En este tipo de negación aparece el fenómeno de la “momificación” que consiste en guardar objetos del ser fallecido o mantener su habitación intacta. 1.2) Negar el significado de la pérdida: En este tipo de negación, la persona puede desechar de todos los recuerdos que le hagan pensar en el ser querido fallecido y minimizar sus sentimientos. Este tipo de negación es opuesta a la negación de la realidad de la pérdida. 1.3) Negar que la muerte es irreversible: Una estrategia utilizada para negar la finitud de la muerte es el espiritismo. La esperanza de reunirse con la otra persona es un sentimiento normal en los primeros días o semanas después del evento. Sin embargo, no es anormal cuando esta esperanza de reunirse se extiende en

el tiempo. Es importante recalcar que la aceptación de la realidad de la pérdida no solo se da en un nivel intelectual, sino también emocional. (Worden, 2013).

Trabajar las emociones y el dolor de la pérdida: No todo el mundo experimenta dolor en la misma intensidad ante una pérdida. La negación de esta segunda tarea es evitar sentir el dolor. Las personas que atraviesan la pérdida pueden afrontar procesos de detención del pensamiento para evitar sentir la disforia que genera la perdida. Una manera de protegerse de los pensamientos desagradables es idealizar al muerto, evitar las cosas que le recuerdan a él y usar alcohol o drogas. Algunas personas también buscan una cura geográfica, viajando a otro lugar para buscar alivio ya que no entienden la necesidad de experimentar el dolor. (Worden, 2013).

Adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente: La muerte les confronta también con el cuestionamiento que supone adaptarse a su propio sentido de sí mismos. Según Morales (2020, pág. 3) “en esta etapa es común que la persona se sienta sin dirección o rumbo, cuestionado valores, creencias, educación y experiencias vividas, entre otras cosas”. El duelo puede suponer una regresión e intensa en la que las personas se perciben a sí mismas como inútiles, inútiles, inadecuadas, incapaces, infantiles, o en quiebra. Aunque muchas personas evitan tomar otros roles, lo normal es que la persona se adapte a su nuevo medio, desarrolle nuevas habilidades y encuentre un nuevo sentido de mundo. (Worden, 2013).

Recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo: Esta tarea no quiere decir “renunciar” al ser querido, sino darle su lugar en el mundo psicológico o simbolizar la pérdida para continuar viviendo en el mundo. Para muchas personas, esta tarea es la más difícil de cumplir, aunque es posible cumplirla. Queda reflejada cuando una chica dice: “existen otras personas a las que amar, y eso no significa que quiero menos a papá”. (Worden, 2013).

Para Worden, muchas de las enfermedades psiquiátricas que van a consulta son la expresión de un duelo patológico, dichas enfermedades incluyen en muchos casos estados de ansiedad, depresión, histeria e incluso más de un tipo de trastorno de personalidad. Para Worden, los conceptos de sano y patológicos que se utilizan para referirse a la curación de una herida física también aplican al duelo. (Worden, 2013).

Por otra parte, en el 2022 se ha incluido un nuevo diagnóstico en el DSM-5 llamado Trastorno por duelo prolongado, el cual consiste en una respuesta natural de duelo, pero persistente y profunda en el cual aparece una sintomatología de anormal duración (12 o más meses después de la pérdida de un ser querido) (American Psychiatric Association, 2022). Este trastorno presenta la siguiente sintomatología:

A. Muerte de un ser cercano al individuo. B. Desde la muerte, se presenta un anhelo persistente o preocupación intensa por el fallecido, casi todos los días, durante al menos 12 meses (en adultos) o 6 meses (en niños y adolescentes). C. Además, se presentan al menos tres de los siguientes síntomas, casi todos los días, durante al menos el último mes: Dificultad intensa para aceptar la muerte, sentimiento de incredulidad o entumecimiento emocional, evitación excesiva de recordatorios de la pérdida, deseo intenso de reunirse con el fallecido, sentimiento de que la vida no tiene sentido o está vacía sin el fallecido, dificultad para reinvertir en otras relaciones o actividades, soledad intensa o sensación de desolación, amargura o enojo intenso por la pérdida. D. El fenómeno causa malestar clínicamente significativo o deterioro en el funcionamiento social, ocupacional u otras áreas importantes. E. La duración y la intensidad de la reacción exceden lo esperado según las normas sociales, culturales o religiosas del individuo. F. Los síntomas no se explican mejor por otro trastorno mental (p. ej., Trastorno depresivo mayor, Trastorno de estrés postraumático). American Psychiatric Association, (2022).

Es importante, también, hacer una mención de los diagnósticos diferenciales relacionados. A continuación, se establecen dichos diagnósticos diferenciales. 1) trastorno de duelo prolongado se diferencia del episodio depresivo mayor, pues, los síntomas depresivos están enfocados en la pérdida. 2) También se diferencia del trastorno de estrés postraumático, pues, en el trastorno de estrés postraumático, los síntomas giran alrededor de un evento traumático y no alrededor de una pérdida. 3) Se diferencia de los trastornos de ansiedad en general y de los trastornos de adaptación, pues, los síntomas se enfocan más en preocupaciones futuras o en eventos estresores más allá de la pérdida de un ser querido. 4) Se diferencia de los trastornos psicóticos ya que, aunque se puedan presentar alteraciones en la sensopercepción (ejemplo: sentir la presencia de la persona fallecida), estas experiencias están aceptadas culturalmente, no son delirantes y son breves.

Metodología

El tipo de investigación utilizado para este estudio es la revisión Integrativa que es entendida por (Broome, 1993), citado por Whittemore & Knafl (2005) como un tipo de revisión más amplio que el metaanálisis, las revisiones sistemáticas y las revisiones cualitativas.

Este tipo de metodología involucra estudios experimentales y no experimentales para lograr una comprensión más amplia del fenómeno, también puede involucrar literatura empírica y teórica. (Broome, 1993), citado por Whittemore & Knafl (2005).

Para lograr el rigor metodológico pertinente para esta investigación, se siguieron varios pasos:

1. Se Definió el problema de Investigación y el propósito de esta: Se definen variables de interés y se determina el marco de muestreo.
2. Se hizo la búsqueda de literatura: para estos se utilizan las siguientes bases de datos: Redalyc, SciELO, DOAJ.ORG, Scopus, Google scholar y Pub Med.

Los términos utilizados para establecer la ecuación de búsuqeda fueron "Duelo" AND "Animales de Compañía", “Animais de companhia” AND "Luto", “duelo” AND "perdida de mascotas", "Luto" AND "animais de estimação", “perdida” AND "mascotas", "Luto" AND "animais de companhia", "Luto" AND "animais domésticos", "perda" AND "animais de estimação", “perda” AND "animais de companhia", “perda” AND "animais domésticos", “Pet Grief”, “Intervetion” y “Pet bereavement”

El tipo de literatura buscada fue literatura teórica y estudios empíricos relacionados a la conceptualización y la intervención del duelo por pérdida de animales de compañía. Se buscaron, en la literatura teórica, aquellos textos de orden reflexivo que permitieran establecer bases disciplinares para entender esta clase de duelo. Con respecto a los estudios empíricos se prefirieron aquellos artículos que presenten consideraciones sobre variables asociadas, propuestas de intervención o documenten intervenciones. Los idiomas elegidos para hacer la búsqueda de artículos fueron: español, portugués e inglés.

Resultados

La relación entre ser humano y animales de compañía y ser humano y la muerte

Ser humano y animales de compañía

La relación entre animales y humanos ha estado presente desde épocas ancestrales. La autora a partir de la cual se elaboró este apartado es Meléndez Samó (2014), que aborda de manera comprensiva la historia de la relación entre seres humanos y animales de compañía, y se retoman aquí sus argumentos y se irán comentando su relevancia para la construcción concepto de duelo por pérdida de animales de compañía.

Desde los tiempos más remotos de la existencia de la humanidad en la tierra, ya nuestros antepasados valoraban la conexión profunda entre personas y animales en términos de interdependencia mutua (domesticación), de espiritualidad, de mitologías, de tradiciones como el chamanismo y hasta en el tratamiento de enfermedades (Meléndez Samó, 2014). Incluso, en Puerto Rico y el Caribe se menciona que el perro fue una figura importante valorada durante la época pre-colombina, destacando que "fue un fiel colaborador" (Rodríguez, 2001, p. 96), citado por Meléndez Samó (2014 p.162).

Como ya mencionamos, desde los inicios de la humanidad, el *homo sapiens* ha dado un papel muy importante en su cosmovisión a los animales de compañía y animales en general, aunque, no es necesario que nos vayamos tan atrás en la historia para darnos cuenta de que seguimos valorando y seguimos teniendo una profunda conexión con el resto de los animales y en especial con los animales de compañía. Esto se refleja en los cuentos, las novelas, los refranes, las

historias, las reflexiones, las películas, los documentales y páginas en redes sociales que muestran el afecto que tienen los seres humanos por los animales (Meléndez Samó, 2014).

Existe también gran cantidad de películas que muestran la importancia de los animales para los seres humanos, “algunos ejemplos destacados lo son películas como Lassie, Marley and Me y Hachi: A Dog's Tale, reflexiones populares como “hasta que no hayas amado un animal, una parte de tu alma estará dormida” (Anatole France)” (Melendez - Samó, 2014, pág. 162).

A pesar de lo manifestado anteriormente, también se observa una desvalorización en la historia del conocimiento humano sobre los animales. Ejemplo de esto puede ser que, desde los conceptos de *psyché* y *logos*, la tradición platónica, aristotélica y cartesiana del dualismo mente-cuerpo se ha desvalorizado la vida animal y ha puesto en un pedestal la vida humana, dotándola de una importancia la cual no se atribuye a los animales (Meléndez Samó, 2014).

Según Freud, la herida narcisista biológica del ser humano, la cual consistía en sentirse algo separado del resto de los animales fue desmontada por Darwin al demostrar que también los seres humanos somos animales y que descendemos de un mismo linaje a partir de la evolución.

Según Meléndez Samó (2014), cuando desenterramos las raíces históricas-filosóficas de la psicología, se aprecia la no existencia de una relación de mutuo beneficio entre el ser humano y los animales, sino que se hace referencia a cada uno aparte del otro, y, en posiciones de dominación y subordinación.

En la actualidad, varios estudios han demostrado el papel benéfico que tiene el vínculo humano - animal de compañía a nivel de salud mental. Meléndez Samó (2014) recopila un conjunto de investigaciones actuales y evidencia empírica correlacional que demuestra una diferencia consistente entre ciertas condiciones de salud mental en personas que tienen y que no tienen animales de compañía. Algunas de las evidencias apuntan a una disminución de la presión sanguínea, la disminución de estrés y la ansiedad, el efecto en neurotransmisores y el aumento en la hormona oxitocina, la provisión de apoyo psicológico y social, la disminución de síntomas

depresivos, el mejoramiento de la autoestima y del estado de ánimo, el incremento del ejercicio físico y los sentimientos de negatividad ante el rechazo social, además del aumento de la interacción social.

Hoy en día, la relación humano – animal de compañía se viene estudiando desde algunas disciplinas como la antrozoología, caracterizada por investigar el vínculo humano – animal que se ha destacado desde los años 80 en investigar los efectos fisiológicos, psicológicos y sociales del vínculo e interacción entre los seres humanos y los animales (Meléndez Samó 2014).

En un estudio realizado por (Ipsos-Asi, 2010), Citado por Meléndez Samó (2014) se encontró que en Puerto Rico, el 60% de 250 personas, consideran su mascota parte de su familia y un 47% como mejor amigo.

Por su parte, Sharkin y Knox (2003), citado por Meléndez Samó (2014), argumentan que para la psicología el tema de la pérdida de una mascota pasa por desapercibido y parece ser irrelevante, insignificante o poco importante para tener un espacio en una revista de psicología. Incluso, se comenta que pocos científicos han estudiado la psicología de la relación humano-animal en sí misma.

Sharkin y Knox (2003), citado por Meléndez Samó (2014), señalan la posibilidad de que algunas personas quieran trabajar en psicoterapia el duelo por la pérdida de un animal de compañía. Los autores ponen en perspectiva el cuestionamiento de si se procedería de la misma manera como si fuera el duelo por una persona querida.

Fine, A. H. (2020), cita el estudio de Albuquerque et al. (2016), que demostró que los perros pueden identificar emociones tanto en humanos como en otros perros por medio de la información visual y auditiva que llega por medio de sus sentidos. Fine, A. H. (2020) también cita los estudios de (Kanat-Maymon, Antebi & Zilcha-Mano, 2016; Hall et al., 2017), en los que se demuestra que la tenencia de un animal de compañía puede contribuir al desarrollo de sentido vital y de una comprensión más profunda de uno mismo, es decir, contribuyen al *bienestar eudaimónico*. Estos autores también aclaran que, aunque existen diversos estudios que demuestran beneficios para la

salud por la tenencia de animales de compañía, algunos autores sostienen que los resultados no son concluyentes.

Kim, C. (2020), señala que los animales de compañía pueden ser un fuerte amortiguador para el estrés que viven las personas que experimentan falta de vivienda brindando beneficios como la reducción de soledad, el afecto incondicional, el sentido de propósito y responsabilidad, el sentido de identidad positivo y la estabilidad emocional.

Según Beck (1999), citado por Meléndez Samó, (2014), el término vínculo (bond) proviene de la asociación que se da entre una figura materna y/o paterna y los hijos y, para que sea considerado "vínculo" la relación debe ser mutua y significativa. Para este autor, el vínculo humano-animal (VHA) involucra interacciones entre las personas y sus animales de compañía que influyen significativamente en la salud de ambos.

Según Walsh (2009), citado por Meléndez Samó (2014), el desentendimiento de esta vivencia, no sólo por parte de otras personas, sino en ocasiones por parte del campo de la salud mental, ha llevado a personas a refugiarse de diferentes formas para no ser criticados o "clasificados" bajo un diagnóstico psiquiátrico.

Es importante preguntarse si es saludable atribuir características humanas a los animales (antropomorfismo) y cómo esto puede influir en el duelo ante la pérdida de un animal de compañía. El término antropomorfismo viene de *anthropos* (humano) y *morphe* (forma, apariencia). Este fenómeno es definido por (Mota-Rojas et al., 2021) como el acto de atribuir motivaciones, intenciones, características o emociones humanas a objetos inanimados o a animales no humanos. Según este autor, la tendencia a transferir este vínculo y apego a los animales no humanos puede favorecer o perjudicar su bienestar.

(Mota-Rojas et al., 2021) explica que las actitudes antropomorfizantes se acentuaron en el siglo XX. Urquiza-Haas y Kotrschal, citados por (Mota-Rojas et al., 2021) atribuyen esta actitud a la naturaleza biofílica, inherente a los seres humanos, es decir a la conexión implícita con otros animales, y, en términos más amplios, con la naturaleza en general.

Kaminski et al. (2019), citado por (Mota-Rojas et al., 2021), manifiesta que la relación ancestral entre humanos y perros, ha hecho que estos, desarrollen expresiones faciales parecidas a las humanas, lo cual permite que los perros muevan sus cejas para simular la expresión humana de tristeza. Esto puede influir para que los humanos antropomorficen a los perros.

Por otra parte, Díaz-Videla (2017), citado por (Mota-Rojas et al., 2021), propone que la tendencia a antropomorfizar los animales puede estar impulsada por varios factores: necesidad de control, soledad, satisfacción de necesidades sociales y apego emocional hacia compañeros no humanos.

Según Saucedo, K (2020), citado en (Mota-Rojas et al., 2021). Propone que, hoy en día, los animales de compañía pueden ser tratados como hijos o como amigos sustitutos, debido, tal vez, a la imposibilidad de procrear o la parentalidad electiva. Esto ha dado lugar a que en el mercado se encuentren numerosos accesorios, pañales, perfumes, esmaltes, etc; que no siempre responden a la naturaleza de estos animales, y, esto a su vez puede influír en la salud y el bienestar general del animal de compañía.

De esta manera, se establece una hipótesis, en donde a mayor nivel de antropomorfismo, mayor nivel de afecto hacia al animal de compañía, y, por ende, mayor nivel de dolor experimentado y mayor riesgo de convertirse en duelo complicado.

Abordaje de las especificidades del duelo por pérdida de animales de compañía en investigaciones originales

Una vez clarificadas algunas generalidades sobre los animales de compañía, la muerte y su relación con la experiencia humana, se puede identificar el duelo hacia animales de compañía como un problema de estudio psicológico. La experiencia del duelo ha sido investigada de una manera apenas incipiente cuando se trata de esta clase de duelo. El presente apartado resume

investigaciones recientes recopiladas en el volumen Pet Loss, Grief and Therapeutic Interventions: Practitioners navigating the human-animal bond hallado mediante la búsqueda en SCOPUS. Este texto es la única compilación que se encontró sobre duelo hacia mascotas y explora, principalmente, las relaciones entre ciclo de vida humano (edades y contextos) y su relación con el momento en que ocurre la pérdida al igual que implicaciones para la terapia. De este volumen se seleccionaron cinco capítulos.

La muerte de un animal de compañía debe entenderse teniendo en cuenta el momento vital de la persona que la atraviesa. Melson, G. F. (2020), manifiesta que los niños suelen tener una comprensión limitada de los conceptos clave de la muerte. Estos conceptos son: 1) Irreversibilidad: La idea de que la muerte no puede deshacerse. 2)No funcionalidad: El reconocimiento de que las funciones vitales cesan al morir (por ejemplo: El ritmo cardiaco). 3)Universalidad: Todo ser vivo, muere. 4) Causalidad: Comprender por qué los seres vivos mueren (por ejemplo: Accidente o vejez). En este mismo sentido, los niños pueden llegar a pensar que cuando una mascota muere, esta va a volver al cabo de un tiempo. Este autor también indica que a medida que los niños, a medida que crecen, pueden ir entendiendo la irreversibilidad y universalidad de la muerte, aunque pueden atribuir este fenómeno a causas mágicas o castigos. Solo alrededor de los 10 años es que el niño logra comprender de una manera biológica y definitiva el fenómeno de la muerte. Melson, G. F. (2020), en este capítulo también comenta que, para muchos niños, la muerte de un animal de compañía es su primer encuentro directo con la pérdida y el grado de intensidad del duelo depende de varios factores: El grado de vinculación afectiva con el animal de compañía, las circunstancias de la pérdida (por ejemplo: extravío, eutanasia o muerte súbita), la edad y madurez cognitiva del niño y el tipo de respuesta emocional de los padres.

Melson, G. F. (2020), expresa que cuando los adultos minimizan la pérdida o evitan hablar acerca de la muerte, el niño puede experimentar confusión, culpa o sensación de invalidación emocional. Por el contrario, si los padres reconocen el dolor del niño, y, además, lo acompañan de empatía y rituales simbólicos (por ejemplo: escribir una carta), el niño puede convertir su dolor en aprendizaje emocional y crecimiento.

Melson, G. F. (2020), recomienda usar un lenguaje claro, afectuoso y adaptado a la edad para ayudar al niño a comprender la pérdida y evitar caer en un duelo patológico. Este autor, también recomienda a los padres no reprimir sus emociones tras la pérdida, en cambio, sí recomiendan abordar este tema con sensibilidad y honestidad, pues los niños aprenden a manejar la tristeza, la culpa y la inpermanencia observando cómo lo hacen sus padres. Ofrecer espacios de expresión emocional, donde el niño pueda compartir recuerdos, hacer preguntas y expresar sus sentimientos sin censura, ayudan al niño a dar sentido y continuidad a la experiencia. También los rituales (por ejemplo: enterrar la mascota, plantar un árbol o crear un álbum de fotos) puede ayudar en este proceso.

Melson, G. F. (2020), recomienda, a su vez, a los terapeutas utilizar cuentos o narrativas que aborden el tema de la pérdida, utilizando el juego simbólico para facilitar la expresión emocional, además de utilizar recursos expresivos como la elaboración de cartas, rituales simbólicos de homenaje y actividades para recordar momentos positivos con la mascota y recomiendan también evitar mensajes de sustitución inmediata (por ejemplo: “compremos otro perro”), pues el proceso de duelo requiere tiempo, expresión y significado.

Uttley, C. M. (2020), manifiesta que para algunos adolescentes, la relación con sus animales de compañía es una de las relaciones más sinceras y seguras de su vida. En medio de las transformaciones, los animales de compañía suelen representar una fuente estable de apoyo, aceptación incondicional y afecto, elementos estos muy importantes en este periodo vital, debido a la presión social, autocrítica e inseguridades que viven los adolescentes. Por lo tanto, la pérdida de un animal de compañía puede traer consecuencias devastadoras a nivel académico, social y emocional. Este autor también cita las investigaciones de (Erdman, 2005; Kogan & Erdman, 2016) en las cuales se ha demostrado que los adolescentes que poseen animales de compañía presentan menores niveles de soledad, presentan una mayor autoestima y presentan también una mayor capacidad para manejar el estrés.

Uttley, C. M. (2020), comenta que, la pérdida, también, puede reactivar experiencias previas de duelo o abandono, especialmente en jóvenes que han sufrido separaciones familiares, mudanzas o rupturas afectivas, y, para muchos adolescentes, la pérdida de un animal de compañía

puede simbolizar la pérdida de una parte del hogar, la infancia o la inocencia. Este autor también comenta que, para muchos adolescentes, la pérdida de un animal de compañía, puede ser su primer contacto con la muerte, mientras que otros pueden haber enfrentado pérdidas anteriormente. En este segundo caso, se puede facilitar o complicar el duelo, dependiendo del nivel de elaboración de las anteriores pérdidas. En algunas culturas en las que para los varones expresar las emociones suele representar debilidad, los mismos tienden a reprimir más sus emociones relacionadas al duelo, mientras que las chicas suelen buscar más apoyo social.

Uttley, C. M. (2020), recomienda a terapeutas ayudar a los adolescentes a explorar el significado simbólico que tenía el animal de compañía en la vida del joven además de brindarle herramientas de expresión emocional como el dibujo, el ritual simbólico, la escritura y la música que ayuden la elaboración de la pérdida, brindando siempre un espacio de empatía y validación emocional, evitando minimizar el sentimiento de pérdida para promover la significación de la pérdida de un animal de compañía como un punto de crecimiento emocional. Este autor también expresa que el caso de la eutanasia, muchos adolescentes se enfrentan con sentimientos contradictorios, percibiéndolo como un acto compasivo, pero también como una traición. En muchos casos, los adolescentes pueden sentirse responsables, incluso si la decisión fue tomada por los padres o el veterinario. Por ello, se vuelve particularmente beneficioso que el adulto explique al adolescente que la eutanasia es un acto de amor y liberación del sufrimiento, y que no se hace por egoísmo.

Volsche, S. (2020), manifiesta que durante la adultez inicial, los jóvenes pueden experimentar múltiples transiciones, tales como: salir del hogar familiar, comenzar una nueva carrera, establecer nuevas relaciones y definir metas personales. Este autor comenta que cuando se pierde un animal de compañía en esta etapa del ciclo vital puede ser vivido como algo complejo ya que los jóvenes se encuentran afrontando desafíos propios de la independencia y la construcción de la identidad. También, comenta que, durante la adultez inicial, los animales de compañía suelen representar la primera relación significativa de cuidado independiente, asumiendo por primera vez en la vida la responsabilidad total del cuidado de otro ser vivo y haciéndose cargo de su alimentación, salud y bienestar.

Volsche, S. (2020) también comenta que tener un animal de compañía en la adultez inicial puede ayudar a mitigar la inseguridad y la soledad que acompañan la transición hacia la vida adulta. La mascota se convierte entonces en un puente afectivo entre la infancia y la adultez, por lo tanto, la pérdida de un animal de compañía en esta etapa del ciclo vital puede representar un quiebre identitario: No solo se pierde al animal de compañía, sino también una parte de la historia personal y del sentido de estabilidad que ofrecía.

Volsche, S. (2020) Identifica que la alta movilidad y las transiciones frecuentes (por ejemplo, las mudanzas, cambios de estudios o empleos y las relaciones inestables) propias de la adultez inicial pueden dificultar el mantenimiento de rutinas definidas y redes de apoyo emocional; también identifica que el limitado acceso a apoyo social y familiar (por ejemplo, vivir lejos de la familia de origen) pueden hacer que el joven adulto carezca de apoyo presencial durante la pérdida; manifiesta también que estar pasando por un duelo puede interferir en el área académica y laboral, dificultando la concentración en estos espacios, esto a su vez puede generar conflictos entre las necesidades emocionales y las demandas del entorno.

Volsche, S. (2020), comenta que los adultos jóvenes pueden llegar a negar o a minimizar la experiencia de pérdida por intentar seguir con sus rutinas, o, inclusive, pueden llegar a mantenerse ocupados para evitar enfrentar los sentimientos que produce la pérdida y recomienda para los servicios de consejería en las Universidades brindar atención con protocolos de duelo por pérdida de animales de compañía, ofreciendo grupos de apoyo y asesorías individuales.

Bibbo, J. (2020), dice que, para muchos adultos mayores, un animal de compañía puede representar un miembro central de la familia, una fuente constante de propósito, un estímulo para permanecer activo físicamente, y, sobre todo, una figura que brinda afecto, presencia y seguridad emocional. Para este autor, perder a un animal de compañía en la adultez tardía puede tener un gran impacto en la rutina general de la persona. Este autor cita el estudio de Krause-Parello (2012), el cual muestra que los adultos mayores que conviven con animales de compañía experimentan menor estrés, mayor bienestar emocional, una reducción del aislamiento social y practican más actividad física.

Bibbo, J. (2020), manifiesta que para los adultos mayores que han perdido sus conyugues, los animales de compañía se pueden convertir en confidentes y la pérdida de un animal de compañía en el ciclo vital de la adultez avanzada puede causar un grave impacto en la salud física y emocional del adulto mayor, ya que los animales de compañía muchas veces son la única fuente de compañía. Este autor, también comenta que la reducción de redes de apoyo en la adultez mayor puede hacer que el duelo se viva en solitario lo que puede afectar la elaboración de este. También, la pérdida de un animal de compañía puede hacer que algunos adultos mayores se vean afectados profundamente en su motivación y salud física, ya que al ser el animal de compañía un estímulo para caminar, levantarse o mantener hábitos saludables, la pérdida de este puede hacer que se eliminen las rutinas tan necesarias en este periodo vital.

Bibbo, J. (2020), manifiesta que, en la adultez mayor, se pueden presentar algunas barreras a nivel cultural y socioeconómico, por ejemplo, la incapacidad para pagar los servicios veterinarios, los procesos de cremación o entierro y la falta de apoyo emocional formal. Las limitaciones económicas pueden generar vergüenza o culpa, acompañada de pensamientos como "Si hubiera pagado el veterinario, seguiría vivo". Para la intervención del duelo en adultos mayores, se recomienda facilitar las redes de conexión con apoyo comunitario para evitar el aislamiento. Este autor manifiesta que muchos adultos mayores se benefician de adoptar un nuevo animal de compañía, mientras que otros, sienten que no pueden iniciar otro vínculo o temen no poder cuidar a su animal de compañía si su salud empeora.

Gore, M., Allen, E., & Bishop, G. (2020) dice que los veterinarios son educados en ciencia médica, anatomía, farmacología, fisiología y diagnóstico clínico, pero que rara vez adquieren conocimientos en comunicación empática, acompañamiento durante el final de la vida, manejo de duelo en clientes y autocuidado emocional como profesional. Debido a esto, muchos veterinarios se pueden ver enfrentados a estrés crónico, burnout y compasión fatigada. Este autor también manifiesta que muchos clientes pueden llegar a ver a sus profesionales como un experto, el cual tiene las respuestas correctaconfidente o incluso un "salvador" del que esperan una cura milagrosa. Es muy importante que el veterinario no olvide nunca sus alcances y límites profesionales y balancee entre las necesidades emocionales de sus clientes y su propio bienestar psicológico.

Gore, M., Allen, E., & Bishop, G. (2020), manifiesta que los veterinarios, a diferencia de los médicos humanos, pueden realizar varias eutanasias a la semana y esto se puede relacionar con: compasión fatigada, dolor emocional acumulado, desgaste profesional, síntomas de duelo y riesgo aumentado de ansiedad y depresión.

Fournier, A. K., & Mustful, B. (2020), manifiesta que, muchos profesionales de la ayuda (por ejemplo, los psicólogos, trabajadores sociales, consejeros, terapeutas, orientadores escolares, capellanes) tienen un rol fundamental en el acompañamiento del duelo, sin embargo, el duelo por pérdida de mascotas sigue siendo un duelo poco reconocido, incluso dentro de los espacios clínicos y educativos, razón por la cual muchos profesionales no se sienten capacitados para abordar este tema y algunos tienden incluso a subestimarlo o restarle importancia. Esto contribuye a que las personas que pasan por el duelo de un animal de compañía experimenten un duelo desautorizado.

Fournier, A. K., & Mustful, B. (2020) Identifica varios desafíos para los profesionales de la ayuda, entre esos desafíos se encuentran: 1) Falta de formación formal, 2) dificultad para empatizar con la pérdida de un animal de compañía, 3) mitos culturales relacionados a la falta de relevancia que tiene la pérdida de un animal de compañía. El autor recalca que no se trata de olvidar al animal de compañía, sino de integrar su pérdida de manera saludable. Para este autor, el objetivo no es olvidar al animal, sino integrar su memoria de manera saludable.

Propuesta de concepto de duelo por pérdida de animales de compañía

El duelo es entendido por Cabodevilla (2007), como el estado afectivo de alta intensidad emocional causado por el fallecimiento de un ser querido. Cabodevilla (2007), señala que “Cada pérdida acarreará un duelo, y la intensidad del duelo no dependerá de la naturaleza del objeto perdido, sino del valor que se le atribuye, es decir, de la inversión afectiva invertida en la pérdida” (p. 2). Teniendo en cuenta esto, debemos reconocer que un animal de compañía puede considerarse “un ser querido” y que el valor que se le atribuye a este puede verse manifestado en fenómenos como el antropomorfismo y el considerarlo un miembro más de la familia, cosas que no

necesariamente son algo “negativo”, pero que sí influyen directamente en la reacción emocional ante la pérdida de un animal de compañía.

Hoy en día, los veterinarios, han intentado proponer la utilización del concepto de *animal de compañía* en lugar de *mascota*, para hacer énfasis en el vínculo psicológico que encarna este tipo de relación mutua (Díaz y Olarte, 2015). Por esto, se hace importante poner en tela de juicio no solo la utilización del término *mascota*, sino también, promover la concepción de mutuo beneficio que implica la tenencia responsable de un animal de compañía, evitando los malos tratos y promoviendo los derechos de estos.

La relación que existe entre un animal y un ser humano en la cual se ven involucradas la función de intimidad y proximidad con sus cuidadores, y en la que se reciben a su vez un tratamiento especial de cariño, cuidados y atención que garantizan su salud y en la cual no se ven involucradas la función de explotación es denominada relación de humano- animal de compañía.

Una conclusión a la que se llega con este trabajo es que no existen diferencias a nivel de tratamiento o conceptualización entre un duelo derivado por la pérdida de un animal de compañía y un duelo por la pérdida de otro ser querido. Algo que sí varía es el grado de importancia que profesionales y familiares de las personas que han perdido un animal de compañía dan a este fenómeno.

El duelo patológico por pérdida de animales de compañía debe ser diagnosticado bajo los mismos criterios del DSM 5-TR para el trastorno por duelo prolongado. Los tratamientos psicológicos para un duelo por pérdida de animal de compañía (seas este patológico o no) deben promover la elaboración de la perdida y promover la validación de las emociones asociadas a este fenómeno.

Cabe aclarar, también, que, existen diversos factores que pueden intervenir para que un duelo no se elabore de manera sana y se vuelva patológico. Estos factores muchas veces son una

combinación entre una cultura que valida poco los sentimientos asociados a la pérdida de un animal de compañía, el nivel de afecto desarrollado hacia el animal de compañía, la profesión, el momento evolutivo por el que la persona está pasando y factores sociales como la pobreza, la falta de acceso a una vivienda o a servicios de salud, entre otros...

Cabe aclarar que cuando hablamos de pérdida, no necesariamente estamos hablando de muerte. La pérdida de animales de compañía se puede dar por diversos motivos y no solo por la muerte. Entre los motivos más comunes están la muerte, la entrega del animal de compañía, cuando el animal escapa de casa, las catástrofes naturales, la eutanasia, etc...

Con lo anteriormente mencionado, la vivencia de la pérdida de un animal de compañía debe ser abordada por profesionales de la psicología como un asunto de alta importancia, en el cual se pierde a un ser querido con el cual se compartía una relación de afecto mutuo y en el cual estaban involucrados sentimientos profundos de conexión emocional.

Para intervenir este tipo de duelo desde la psicología, se debe evitar minimizar el evento y se debe validar el estado emocional, reconociéndolo como un suceso de alta relevancia y el cual merece ser tratado con profunda empatía y respeto, reconociendo que los animales de compañía pueden tener un papel importante a nivel emocional en sus cuidadores.

Se llega también a la conclusión, que, debe ser reemplazado el concepto de “dueño” o “amo” por “cuidador” para hacer un uso del lenguaje que permita hacer referencia a la relación de mutuo beneficio que existe entre el ser humano y un animal de compañía.

Para las familias y los veterinarios, puede ser especialmente difícil la pérdida de animales de compañía por accidentes, envenenamientos o agresiones, por lo que se recomienda dar especial atención en estos casos.

Vale la pena poner sobre la mesa el fenómeno llamado *duelo desautorizado (disenfranchised grief),* que se da cuando el entorno subestima la pérdida y la considera algo de menor importancia, este concepto fue propuesto por (Doka, 2002), citado en Volsche, S. (2020).

Escribir cartas, plantar árboles y hacer rituales pueden ser herramientas que ayuden a transitar el proceso de duelo por pérdda de animales de compañía. Es muy importante para los profesionales de la salud mental intervenir de una manera empática y validadora, y buscar educarse en este tema, ya que es un tema que muchas veces puede ser visto como irrelevante o insignificante, a pesar de sus efectos a nivel emocional y comportamental.

También, se recomienda a los profesionales de la salud animal entrenarse en primeros auxilios psicológicos, ya que, muchas veces pueden ser las primeras personas en estar en contacto con la experiencia de duelo y es importante brindar una atención inmediata a las emociones de los clientes en esos primeros momentos tras la pérdida.

También, se hace importante mencionar un fenómeno relacionado a los profesionales de la salud animal es la *fatiga por compasión,* un fenómeno que se da cuando estos profesionales se involucran tanto emocionalmente con su trabajo que se olvidan de su autocuidado y entran en *burnout*.

Conclusiones y recomendaciones

En este trabajo se propuso crear un concepto de trabajo, el cual permitiera comprender de mejor manera el duelo por la pérdida de un animal de compañía, que permitiera también brindar una atención psicológica adecuada a este fenómeno que muchas veces es visto como irrelevante o carente de importancia.

También, como objetivos específicos, se propuso contextualizar que dice la teoría existente sobre la relación existente entre ser humano y animal de compañía, describir intervenciones que aborden la pérdida de animales de compañía, describir las características propias del duelo por pérdida de animales de compañía en los diferentes momentos evolutivos del ser humano y describir diferencias en la experiencia del duelo por animales de compañía dependiendo de factores psicológicos y socioculturales.

Los objetivos fueron alcanzados con éxito y esto, además de permitir elaborar un concepto de duelo por pérdida de animales de compañía, permitió también elaborar algunas recomendaciones sobre posibles herramientas terapéuticas que pueden ser utilizadas para tratar el duelo.

También, durante la elaboración de esta investigación, se generaron algunas interrogantes al respecto, por ejemplo: ¿Será que el antropomorfismo está relacionado directamente con el nivel de afectación emocional durante el duelo? Por, eso, se evidencia que es un tema sumamente pertinente para futuras investigaciones, ya que no existen investigaciones que relacionen estos dos conceptos.

Se contó con ciertas limitaciones, entre las cuales se encuentra el tiempo para realizar la investigación y la limitación para acceder a material que permitiera continuar con la investigación.

Como recomendaciones, propone a los profesionales de la salud tener una actitud empática acerca del duelo generado por la pérdida de animales de compañía, validando siempre las emociones relacionadas a este fenómeno y evitando minimizar el dolor que el mismo puede

generar, ya que, como se ha descrito en este texto, la pérdida de un animal de compañía puede ser, en muchos casos, incluso más dolorosa que la pérdida de un familiar humano, ya que el animal de compañía puede brindar en muchos casos un acompañamiento incondicional que los humanos no pueden dar.

También, se recomienda a los profesionales de la salud animal y demás profesionales que puedan estar implicados en la recepción de casos de duelo por pérdida de animales de compañía, educarse en primeros auxilios psicológicos para evitar así el fenómeno de duelo desautorizado que consiste en la invalidación de las emociones asociadas al duelo por pérdida de animales de compañía. También, se considera necesario, brindar políticas en el ambiente de trabajo de los profesionales de la salud animal que promuevan la validación de los estados de malestar que se pueden vivir en estos ambientes laborales que muchas veces son agotadores emocionalmente por la cantidad de pérdidas de animales de compañía que se pueden dar, y, con esto, combinado la carga laboral tan elevada que puede llevar a los profesionales al burnout.

Referencias

American Psychiatric Association. (2022). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5ª ed., texto revisado; DSM-5-TR). American Psychiatric Publishing.

Battista, A. (2011). El problema del duelo. Desde el Jardín de Freud, (11), 17–30.

Behler, A. M., Green, J., & Joy-Gaba, J. (2020). "We lost a member of the family": Predictors of the grief experience surrounding the loss of a pet. Human–Animal Interaction Bulletin, 10.1079/hai.2020.0017

Bernal, R. L., & Avendaño, B. L. (2018). Diseño y análisis psicométrico del inventario IPDP para evaluar el proceso de duelo patológico en adultos. Diversitas: Perspectivas en Psicología, 14(1), 121–136. https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2018.0001.09

Bibbo, J. (2020). Pet loss in older adulthood. En L. Kogan & P. Erdman (Eds.), Pet loss, grief, and therapeutic interventions (pp. 70–84). Routledge.

Bonilla Hernández, A. (2022). Proceso de duelo frente a la pérdida de un animal de compañía.

Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. Anales del Sistema Sanitario de Navarra, 30(Supl. 3), 163–176. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600012

Cartolin, X., Herrera, P., León, D., & Falcón, N. (2020). Impacto emocional asociado a la pérdida de un animal de compañía. Revista de Investigaciones Veterinarias del Perú, 31(2), e17837. https://doi.org/10.15381/rivep.v31i2.17837

Clasificación Internacional de Enfermedades, undécima revisión (CIE-11). (2019/2021). Organización Mundial de la Salud.

Davey, N., & Salazar, R. (2019). Duelo frente a la pérdida de una mascota en veterinarios de Lima Metropolitana [Tesis de grado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. http://hdl.handle.net/10757/633466

Díaz Videla, M., & Olarte, M. A. (2016). Animales de compañía, personalidad humana y los beneficios percibidos por los custodios. Psiencia. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica, 8(2).

Figueroa, L. (2021). El arte en los procesos de duelo como estrategia psicoterapéutica en la resiliencia y resignificación de la pérdida de una mascota. http://hdl.handle.net/11371/4573

Fine, A. H. (2020). The eternal bond: Understanding the importance of the human–animal bond and its impact on pet loss. En L. Kogan & P. Erdman (Eds.), Pet loss, grief, and therapeutic interventions (pp. 5–18). Routledge.

Fournier, A. K., & Mustful, B. (2020). Loss and grief in animal-care agents. En L. Kogan & P. Erdman (Eds.), Pet loss, grief, and therapeutic interventions (pp. 99–123). Routledge.

Freud, S. (1917). Duelo y melancolía. Obras completas (Vol. 14, pp. 235–255).

Gamo Medina, E., & Pazos Pezzi, P. (2009). El duelo y las etapas de la vida. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 29(2), 455–469.

Gore, M., Allen, E., & Bishop, G. (2020). Helping veterinary professionals with grief and loss. En L. Kogan & P. Erdman (Eds.), Pet loss, grief, and therapeutic interventions (pp. 87–98). Routledge.

Guadarrama Olivera, R., & Moreno Carranco, M. (2019). Espacios culturales alternativos: la Roma-Condesa en la Ciudad de México. Alteridades, 29(58), 73–85. https://doi.org/10.24275/uam/izt/dcsh/alteridades/2019v29n58/Guadarrama

Holguín García, S. J., & Pasos Pérez, Y. A. (2021). Proceso de duelo en adultos que han sufrido la pérdida de sus mascotas en la ciudad de Medellín durante el periodo 2017–2019.

Kogan, L., & Erdman, P. (Eds.). (2016). Pet loss, grief, and therapeutic interventions. Routledge.

Kubler-Ross, E. (2006). Sobre el duelo y el dolor (40.ª ed.). Ediciones Luciérnaga.

Kübler-Ross, E. (1969). On death and dying. Macmillan.

López-Cepero, J., García-Martínez, J., Martos-Montes, R., & Rivera, F. (2023). Duelo por animales de compañía: Intensidad, variables moderadoras y efectos sobre la salud de voluntarios de entidades protectoras españolas.

Lundorff, M., Holmgren, H., Zachariae, R., Farver-Vestergaard, I., & O'Connor, M. (2017). Prevalence of prolonged grief disorder in adult bereavement: A systematic review and meta-analysis. Journal of Affective Disorders, 212, 138–149.

Mancilla Henríquez, F. (2022). Pedacito mío: Kit para acompañar el proceso de duelo ante la pérdida de un animal de compañía.

Meléndez Samó, L. M. (2014). El vínculo humano-animal y sus implicaciones para la psicología en Puerto Rico. Revista Puertorriqueña de Psicología, 25(2), 160–182. https://www.redalyc.org/pdf/2332/233245622002.pdf

Melson, G. F. (2020). Children's experiences of pet loss and separation: A child development framework. En L. Kogan & P. Erdman (Eds.), Pet loss, grief, and therapeutic interventions (pp. 21–34). Routledge.

Minera, E. A. C. (s. f.). Efecto del abordaje psicoterapéutico ante el duelo de una mascota en adultos jóvenes del Centro Veterinario Animal Care de Chimaltenango.

Miaja Ávila, M., & Moral de la Rubia, J. (2013). El significado psicológico de las cinco fases del duelo propuestas por Kübler-Ross mediante las redes semánticas naturales. Psicooncología, 10(1), 109–130. https://doi.org/10.5209/rev_PSIC.2013.v10.41951

Molina Valencia, M., & Vélez Pabón, S. (2023). El duelo por mascota: Experiencia y vivencia de los adultos ante la pérdida de su amigo de cuatro patas [Trabajo de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. https://hdl.handle.net/20.500.12494/53757

Morales, G. (2020, 26 de junio). Las cuatro tareas del duelo: de William Worden. https://centrohumanista.edu.mx/biblioteca/files/original/afe6c9d603ba7977226cbff7cd5fb414.pdf

Mota-Rojas, D., Mariti, C., Zdeinert, A., Riggio, G., Mora-Medina, P., del Mar Reyes, A., Gazzano, A., Domínguez-Oliva, A., Lezama-García, K., José-Pérez, N., & Hernández-Ávalos, I. (2021). Anthropomorphism and Its Adverse Effects on the Distress and Welfare of Companion Animals. Animals, 11(11), 3263. https://doi.org/10.3390/ani11113263

Organización Mundial de la Salud. (2022). Clasificación Internacional de Enfermedades (11.ª revisión). https://icd.who.int/es

Oros, L. B., & Vogel, G. (2005). Eventos que generan estrés en la infancia: diferencias por sexo y edad. Enfoques, 17(1), 85–101. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=25917106

Rodríguez Vega, B., & Fernández Liria, A. (2002). Intervenciones sobre problemas relacionados con el duelo para profesionales de Atención Primaria (II): Intervenciones desde Atención Primaria de Salud. Medifam, 12(4), 60–72.

Suarez Prieto, J. (2023). Afectaciones emocionales que puede causar la pérdida de una mascota en adultos jóvenes entre 18 y 22 años de la localidad de Kennedy [Trabajo de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. https://hdl.handle.net/20.500.12494/53291

Torres, C. M. (2022). Manejo del duelo por la pérdida de mascotas en jóvenes adultos.

Uttley, C. M. (2020). Adolescence, pet loss, grief, and therapeutic interventions. En L. Kogan & P. Erdman (Eds.), Pet loss, grief, and therapeutic interventions (pp. 35–54). Routledge.

Veras, L., & Coelho Soares, J. (2016). Aqui se jaz, aqui se paga: a mercantilización da morte. Psicologia & Sociedade, 28(2), 226–236.

Volsche, S. (2020). Pet parents and the loss of attachment. En L. Kogan & P. Erdman (Eds.), Pet loss, grief, and therapeutic interventions (pp. 55–69). Routledge.

Trujillo Bonilla, L., S., (2023). *Licencia remunerada por luto debido a la muerte de un animal de compañía en Colombia*. Universidad Libre. https://hdl.handle.net/10901/25855

Whittemore, R., & Knafl, K. (2005). The integrative review: Updated methodology. Journal of Advanced Nursing, 52(5), 546–553. https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x

World Organisation for Animal Health. (2021). Terrestrial Animal Health Code, Chapter 7.1: Introduction to the recommendations for animal welfare. OIE.

Worden, J. W. (2013). El tratamiento del duelo: Asesoramiento psicológico y terapia (2.ª ed.). Ediciones Paidós.