CESFAM San Juan

Coquimbo

Protocolo de intervención en crisis no normativas

Muerte no Esperada de un familiar

Introducción

La muerte inesperada, es cuando no existen síntomas precedentes o , en casos de existir éstos, ocurren pocos segundos antes de que la muerte sobrevenga, y sin causa traumática que la explique

La muerte es una separación, una experiencia de desprendimiento tanto para el que muere como para los que quedamos vivos. Morir no es sólo perder el cuerpo, es algo más profundo y doloroso, que implica siempre la posibilidad de un aprendizaje. Morir es aprender a despedirse y lo curioso es que el hombre sabe desde niño que la muerte ocupa un lugar en su vida y en cierto modo se prepara para ese acontecer, pero la muerte, por mejor dispuesto que se esté hacia ella, siempre sorprende.

Contexto

Cuando fallece un ser querido de manera inesperada se altera el equilibrio del sistema familiar y la consiguiente adaptación a la pérdida supone una reorganización, a corto y a largo plazo, en la que las etapas de duelo familiar e individual se influyen recíprocamente.

En numerosas ocasiones, la muerte de un ser querido provoca una importante crisis vital tanto en el plano individual como en el familiar. Uno de los aspectos más seriamente afectados es la identidad de la familia y la de sus integrantes. La recuperación de la crisis requiere un proceso de trasformación que incorpore la pérdida sufrida y que sirva de puente para acceder a una nueva identidad.

Repercusiones personales y familiares

La muerte inesperada de un familiar provoca dolor tanto físico, que mucha gente experimenta, como el dolor emocional y conductual asociado. Es necesario conocer y trabajar este dolor o se manifestará mediante síntomas u otras formas de conducta disfuncional (idealizando al fallecido, tomando drogas, alcohol...)

Los miembros de la familia han de expresar, compartir y admitir una gama amplia de sentimientos que afloran, sean los que sean, y contenerlos en el ámbito familiar. Esto es muy difícil ya que implica que otra persona de la misma familia puede tener diferentes sentimientos, o experimentar éstos con diferente intensidad. Aceptar a otro que esté en otra fase requiere una gran flexibilidad y tolerancia, implica comprender y aceptar mutuamente la expresión de sentimientos complejos presentes en las relaciones familiares como ira, decepción, desamparo, alivio y culpa. Cuando las emociones van cambiando y desarrollándose en tiempo largo y, para cada uno, diferente, puede ser

dificultosa una evolución. El lograr compartir, admitir y permitir la expresión de emoción favorece el crecimiento.

La evolución dependerá de los tipos de familias y duelos:

• **Familia con límites flexibles.** (Duelo familiar adaptativo)

El sistema familiar tolera las emociones positivas y negativas desencadenadas con la pérdida, existe intimidad entre sus miembros, se comparte el malestar y se comparten consuelo y cuidados mutuos. En estas familias, los roles serán flexibles, según las necesidades de cada miembro, en cada momento.

• **Familia con límites rígidos.** (Duelo familiar des adaptativo) Modelos de respuesta familiar evitativos. Se mantendrá un silencio acerca del fallecimiento, se evitarán las relaciones íntimas dentro de la familia para impedir el malestar, se aislarán de los compromisos sociales y de las relaciones públicas; se fomentará el "secreto familiar" (sobre todo si la muerte fue por suicidio, SIDA...) y se potenciará la intelectualización de la experiencia emocional.

• **Familia con límites porosos.** (Duelo familiar des adaptativo). Presentan dificultad para tolerar las diferencias (todos deben sentir lo mismo y con la misma intensidad). No está permitida la vivencia individual. En esta situación hay dificultades para contener la emoción del otro lo que puede suponer inundarse emocionalmente con facilidad y ello generar situaciones complejas.

Manejo de la crisis

La labor del equipo de salud es trabajar el duelo con la familia ayudando a que la persona y su familia construyan una nueva identidad que deje espacio para afirmar la pérdida y para crear un relato de su historia compartida con el fallecido.

El profesional que reciba al familiar realizará una intervención en crisis con el primer apoyo psicológico, contenida la crisis inicial por la persona que reciba al usuario, se debe iniciar la intervención y manejo diferido de la crisis, donde se realizará visita domiciliaria integral.