San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

BIENVENIDOS

- Memoria Viva -

Escuela de duelo
Grupo de apoyo

San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

Programa de Acompañamiento al Duelo

- Memoria Viva -

San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

Ana María Cortés

Magíster en Psicología

Marcela Rodríguez

Artista plástica

- Memoria Viva -

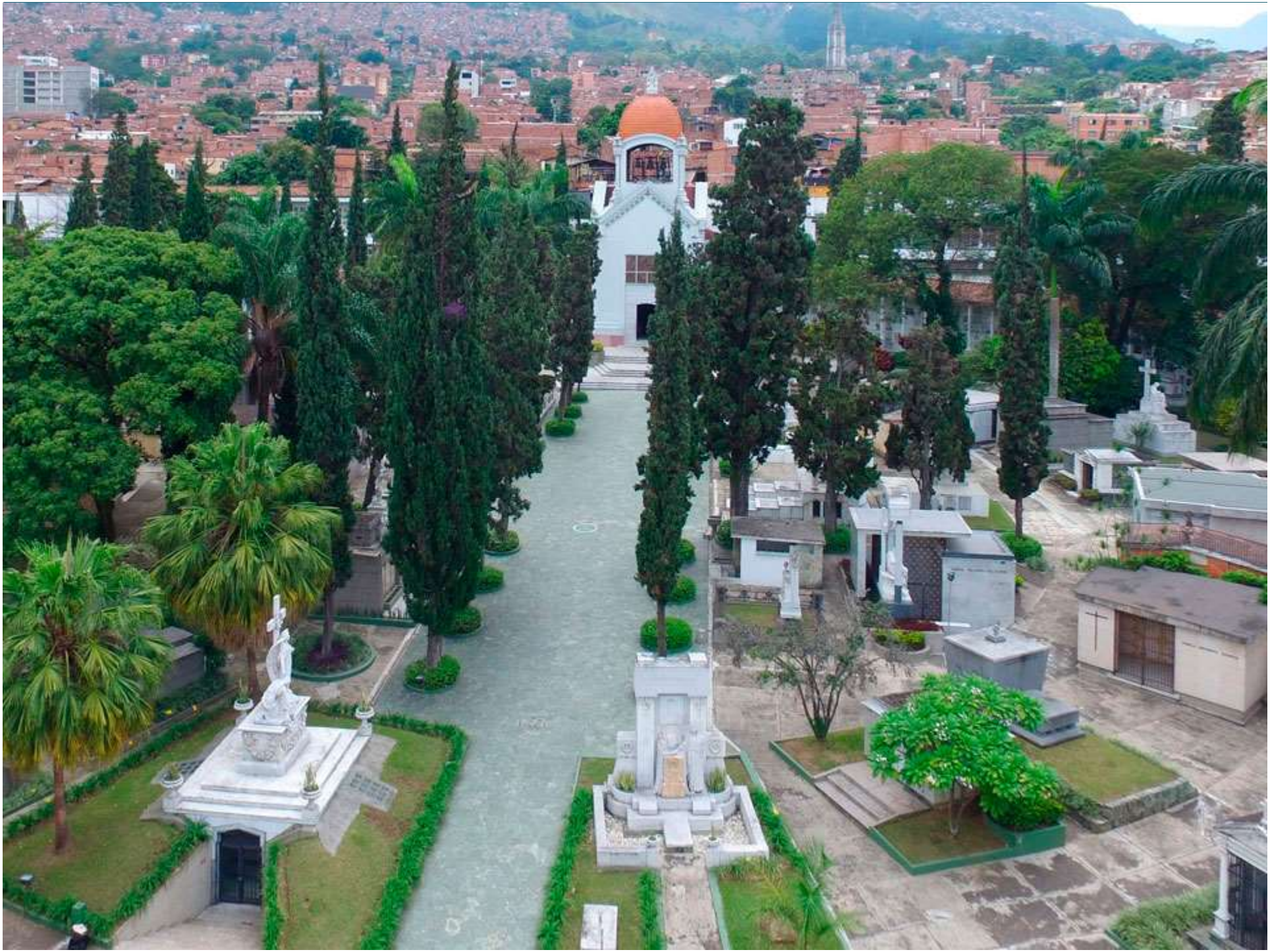

ADMINISTRACION
ESCALERAS
2° PISO
CREMATORIO
PATIO DE
SAN PEDRO
IGLESIA

Derrotero

- ¿Qué es el duelo?
- Tipos de duelo, etapas y tareas
- Reacciones normales en el duelo:

  Físicas, cognitivas o mentales, comportamentales, emocionales

San Pedro
CEMENTERIO MUSEO



-Memoria Viva-

¿Qué es el duelo?



La palabra “duelo” proviene del término en latín ***dolus***, que significa dolor, y se refiere a la reacción normal que ocurre ante la muerte de un ser querido o una pérdida significativa, de algo real o imaginado.

El duelo es un proceso activo, dinámico, particular y multidimensional

San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

Tipos de duelo

- Fallecimiento de un ser querido
- Pérdida de un estatus: divorcio, jubilación, adultez
- Ideales: salud, familia, patria
- Objetos
- Mascotas
- Cambio de residencia, colegio, país

San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

Manifestaciones más comunes durante el duelo

- Sensaciones físicas
- Emocionales
- Cognitivas
- Comportamentales



RESPUESTAS FÍSICAS

- Sensación de vacío en el estómago
- Opresión en el pecho y la garganta
- Mucha sensibilidad al ruido
- Debilidad muscular y cansancio
- Falta de aire o aliento
- Sequedad de boca
- Trastornos del apetito

RESPUESTAS EMOCIONALES

- Tristeza, ira, frustración
- Culpa y remordimiento
- Ansiedad
- Sensación de soledad, abandono
- Indiferencia o apatía
- Desamparo, añoranza
- Alivio y sensación de libertad

RESPUESTAS MENTALES

- Incredulidad y/o confusión
- Preocupación constante y persistente
- Alucinaciones visuales o auditivas
- Dificultades de atención, memoria y concentración

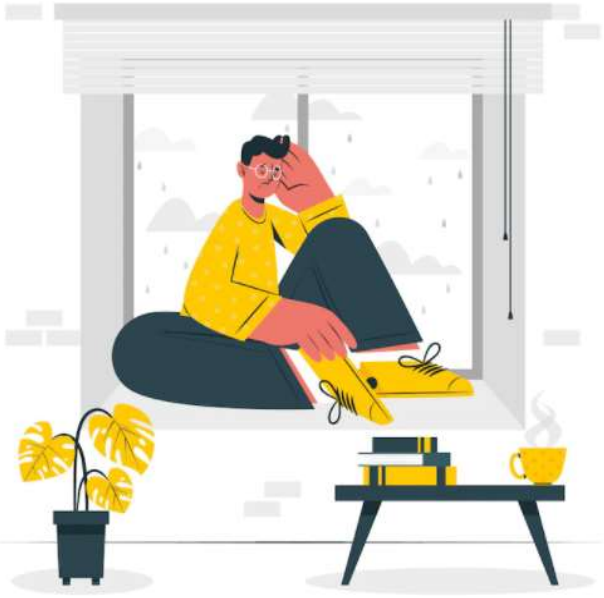
RESPUESTAS CONDUCTUALES

- Trastornos del sueño y la alimentación
- Retraimiento o aislamiento
- Soñar con la persona fallecida
- Suspirar, llorar
- Hiperactividad y agitación

-Memoria Viva-

Fases del duelo
Elisabeth Kübler-Ross

- Fase de negación
- Fase de ira
- Fase de negociación
- Fase de depresión
- Fase de aceptación



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -

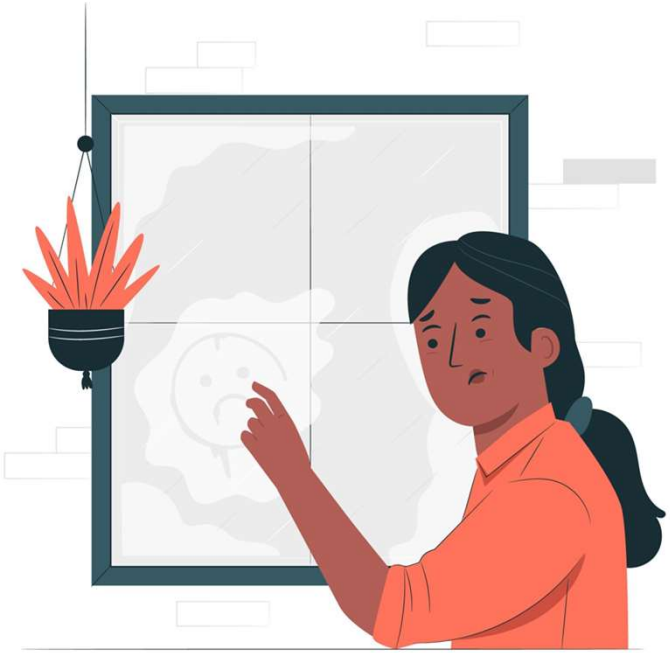
Elaboración del duelo: tareas



-Memoria Viva-

Tareas de duelo

William Worden



- Aceptar la realidad de la pérdida
- Trabajar las emociones y sentimientos
- Adaptarse al medio en el que lo perdido ya no está
- Reubicar emocionalmente lo perdido y continuar viviendo.

San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -

www.cementeriosanpedro.org.co

Facebook e Instagram:

Cementerio Museo San Pedro

Whatsapp: 3218703675



San Pedro

CEMENTERIO MUSEO

-Memoria Viva-

Referencias

Díaz Seoane, P., (2016). Hablemos de duelo. Manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes, Madrid, España: Fundación Mario Losantos del Campo

Kubler Ross, E. (2016). La Muerte un amanecer. Editorial Planeta Mexicana

Worden, J. W., Aparicio, Á., & Barberán, G. S. (2013). El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia. Barcelona: Paidós.

San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -

¡Gracias!

San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

San Pedro

CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -