

El proceso de duelo de cristianos evangélicos y sus estrategias de enfrentamiento

Estudiante: Spizuoco, Julieta Aldana

Legajo: 29281

Director/es: Dr. Simkin, Hugo

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Licenciatura en Psicología

2025

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

RIUFLO - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del RIUFLO. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial - compartir igual 4-0 internacional y siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

Autorizo la publicación de la obra:

A partir del día de aprobación del TFI [X]

A partir de otra fecha, especificar: ... / ... / ...

Lugar y fecha: 1 de octubre de 2025, San Miguel, Buenos Aires.

Firma y aclaración del autor: Julieta Spizuoco



Índice

Resumen	5
Introducción	6
1. Delimitación del Objeto de Estudio	6
2. Planteo del Problema	7
3. Justificación	7
4. Objetivo General.....	8
5. Objetivos Específicos	8
6. Supuestos Básicos de Investigación.....	9
Estado del Arte	10
Marco Teórico	17
1. Duelo	17
2. Estrategias de afrontamiento	22
3. Psicología de la Religión y la Espiritualidad.....	28
4. Religión	30
5. Cristianismo Evangélico y Fe.....	33
Método.....	36
1. Diseño	36
2. Participantes.....	36
3. Técnicas de Recolección de Datos.....	37
4. Procedimiento.....	38
Resultados	39
1. Proceso de duelo.....	39

2. Estrategias de afrontamiento	42
3. Influencia de la fe y las creencias evangélicas en el duelo	44
Tabla 1	45
Discusión	48
Conclusión	53
Aportes y Contribuciones de la Investigación.....	55
Limitaciones de la Investigación	56
Líneas de Investigación Futuras.....	57
Propuestas de Intervención	58
Referencias	60
Anexos.....	67

Resumen

El Proceso de Duelo de Cristianos Evangélicos y sus Estrategias de Afrontamiento

El presente Trabajo Final Integrador tiene por objetivo comprender las características de los procesos de duelo atravesados por personas cristianas evangélicas, así como también entender cuáles son las estrategias de afrontamiento que se ponen en marcha.

Para ello, se llevó adelante un estudio empírico, cualitativo, con un diseño de teoría fundamentada. El instrumento de evaluación, además de administrar el consentimiento informado, ha sido la entrevista semidirigida. La población de estudio estuvo integrada por 12 hombres y mujeres, con edades comprendidas entre 22 y 69 años que practican el cristianismo evangélico, y que residen en las localidades de Ituzaingó, San Miguel y José C. Paz, provincia de Buenos Aires, Argentina.

La investigación ha sido enmarcada desde la Psicología de la Religión.

Entre los principales resultados, se encuentra que estas personas viven su proceso de duelo con tristeza, pero a su vez presentan resiliencia gracias a sus creencias y prácticas como la oración, la lectura bíblica, la escucha de canciones cristianas y la comunión con otros miembros de la iglesia, las cuales funcionan como estrategias de afrontamiento.

Palabras clave: Duelo - Estrategias de afrontamiento - Cristianos evangélicos
- Psicología de la religión

Introducción

1. Delimitación del Objeto de Estudio

Freud (1917) define al duelo como la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de un valor abstracto como la patria, la libertad, un ideal, etc. Es un proceso lento que avanza poco a poco, en el cual la libido que estaba puesta sobre las representaciones inconscientes del objeto perdido empieza a retirarse. Esta vivencia comienza cuando la realidad le pronuncia al yo que el objeto ya no existe más, por lo que este comenzará a desatar su ligazón con el objeto aniquilado.

Ante este suceso doloroso, se ponen en juego distintas estrategias de afrontamiento que permiten atravesar el mismo. Las mismas se definen como aquellos procesos cognitivos y conductuales que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo (Lazarus y Folkman, 1986).

En cuanto a las creencias religiosas, se entiende que no están conservadas únicamente a la pérdida y el dolor, pero debe destacarse que las personas suelen dirigirse a ellas en busca de ayuda y muchas de las estrategias religiosas parecen estar adaptadas para acompañar a las personas a atravesar momentos complicados (Lieberman, 2007).

Por lo tanto, la religión, al igual que el diálogo, es un ámbito que sirve al cuidado, protección y apoyo recíproco, intercambiando experiencias y sosteniéndose mutuamente en momentos difíciles. Asimismo, la participación en comunidades religiosas es una variable asociada a mejores estrategias de afrontamiento (Reyes y Parra, 2020). Esta investigación se limitará a estudiar los

procesos de duelo y las estrategias de afrontamiento utilizadas por personas cristianas evangélicas.

2. Planteo del Problema

La pregunta que guía esta investigación es: ¿Cómo atraviesan un proceso de duelo los cristianos evangélicos y qué estrategias de afrontamiento utilizan? Se pretende identificar las estrategias de afrontamiento que utilizan estas personas para atravesar dicho proceso doloroso.

El estudio consiste en la investigación de la experiencia del duelo en las personas creyentes en el cristianismo evangélico. Las estrategias de afrontamiento que estas personas utilizan en el duelo es un tema de interés público, por lo que merece que se realicen nuevas investigaciones para obtener resultados acerca de cómo influye la espiritualidad en la vivencia del duelo. Si bien existen diversas investigaciones que confirman que la espiritualidad y la religión constituyen una estrategia de afrontamiento al momento de atravesar un duelo, se encuentra un vacío sobre el tema específico del cristianismo evangélico, teniendo en cuenta la concepción que este grupo tiene sobre la muerte y las dificultades de la vida diaria.

3. Justificación

Si bien se cuenta con respaldo científico, existe la necesidad de generar aún más teoría del tema que se especifique en el cristianismo evangélico, ya que no se encuentran suficientes investigaciones que se centren en esta religión. Esto permitirá que se desarrollen más investigaciones sobre la diferencia entre el duelo atravesado por un creyente y un no creyente.

Se pretende contar con toda la información posible para responder a la pregunta de cómo ayudar a las personas a atravesar el duelo de una manera no patológica. Asimismo, se busca encontrar herramientas o estrategias de afrontamiento ante el duelo. De esta forma, el enfoque espiritual es un gran factor que puede ayudar ante dichas situaciones.

La investigación es viable, porque el duelo es una situación que atraviesa la mayoría de las personas y tiene una relación estrecha con las personas creyentes. Además, se cuenta con acceso a la muestra y recursos.

4. Objetivo General

Comprender las características de los procesos de duelo atravesados por personas cristianas evangélicas y explorar las estrategias de afrontamiento utilizadas por este grupo.

5. Objetivos Específicos

- Conocer el proceso subjetivo de duelo de cada participante de la muestra.
- Reconocer semejanzas y diferencias entre los procesos de duelo subjetivos de los participantes.
- Identificar las estrategias de afrontamiento con las que cuentan las personas cristianas evangélicas al momento de atravesar procesos de duelo.
- Comprender cómo influye la fe y sus creencias en los procesos de duelo.

6. Supuestos Básicos de Investigación

Las creencias y prácticas de los cristianos evangélicos constituyen estrategias de afrontamiento al momento de atravesar un proceso de duelo, aportando al bienestar psicológico a pesar del dolor causado por la pérdida.

Estado del Arte

Torres Narváez y Martínez Taboas (2022) estudiaron el afrontamiento religioso negativo y positivo con el objetivo de indagar sobre qué tipo de afrontamiento utilizan las personas ante la muerte de personas queridas y su relación con síntomas depresivos en Puerto Rico. Mediante un diseño no experimental de tipo correlacional, se reclutaron datos utilizando la Escala Breve de Afrontamiento Religioso (EBAR) de Pargament et al. (2000), y la Escala de Luchas Religiosas y Espirituales (ELRE) de Exline et al. (2014). La muestra fue conformada por 116 personas mayores de 21 años, de nacionalidad puertorriqueña y residentes de Puerto Rico, creyentes en la religión cristiana, quienes habían tenido una pérdida significativa de una persona querida, familiar o amistad cercana en los pasados 12 meses. Los participantes debieron completar también en su totalidad la planilla de datos socio-demográficos, la hoja de consentimiento, y el Cuestionario Sobre la Salud del Paciente (PHQ-8, por sus siglas en inglés).

En dicho estudio, se observó que los afrontamientos religiosos negativos (ARN) se correlacionaron de manera moderada con la presencia de sintomatología depresiva, mientras que los afrontamientos religiosos positivos (ARP) correlacionaron de manera baja y positiva con los mismos. Asimismo, se pudo ver que los hombres, ante pérdidas, utilizaban más los ARN que las mujeres.

En Colombia, Nuñez et al. (2022) llevaron adelante un estudio cuyo objetivo era analizar el acompañamiento religioso como herramienta de afrontamiento en los procesos de duelo a personas que perdieron uno o más seres queridos a causa del Coronavirus (Covid19), teniendo en cuenta que la pandemia generó cambios no solo en la forma de vivir, sino también la forma de morir. La misma se hizo con una

metodología cualitativa de alcance descriptivo, teniendo como muestra a ocho mujeres de distintas religiones, entre las cuales se encontraban la religión católica, la cristiana, la Bautista, la judía, la mormona, el avivamiento del espíritu Santo, la pentecostal y los testigos de Jehová.

A través de encuestas sociodemográficas y entrevistas semiestructuradas, se pudo observar que las prácticas religiosas como rituales, oraciones y ayunos les permitieron a estas mujeres sentir paz, bienestar, gozo y fortaleza, disminuyendo así los sentimientos de tristeza, soledad y dolor. Además, el acompañamiento realizado por sus líderes religiosos y hermanos en la fe les ayudaron a ser más resilientes para sobreponerse ante las pérdidas que estaban viviendo. Como conclusión, las autoras plantean que el acompañamiento religioso no sustituye los procesos psicológicos, sino que, por el contrario, genera un aporte significativo en la salud mental de los dolientes.

Beijleveld (2021) realizó una investigación cualitativa en España sobre la concepción del cristianismo evangélico y otras religiones acerca de la muerte y su manera de afrontarla, utilizando el marco teórico de la teoría fundamentada. Para poder evaluar los estilos de afrontamiento, empleó un análisis bibliográfico que trataba el tema seleccionado y se realizaron seis entrevistas semiestructuradas en las que los participantes contaron sus experiencias con el duelo. El criterio de inclusión para formar parte de la muestra consistía en ser líder de su religión. Sin embargo, al no ser posible esto y buscando la viabilidad de la investigación, se aceptó a personas practicantes con conocimiento de sus propias religiones. Como resultado, se encontró una relación muy significativa entre la espiritualidad y el afrontamiento en el duelo, mostrando que las respuestas de los entrevistados se

basaban en sus libros de referencia. Además, se demostró que sus creencias y el formar parte de una comunidad brindan apoyo para el afrontamiento del duelo.

Así también, se encuentra la investigación de Reis, Quintana y Nardino (2021), la cual tuvo como objetivo comprender el papel de la religiosidad y la espiritualidad en el proceso de duelo de padres cuyos hijos murieron de niños. Este estudio llevado a cabo en Brasil, se hizo con un diseño cualitativo, descriptivo y exploratorio. Fueron realizadas 11 entrevistas con padres que habían perdido a sus hijos niños en un intervalo de 4 meses a 1 año y 4 meses.

Los resultados mostraron que los padres atribuyeron la causa de la muerte a la voluntad de Dios, dándole así una razón a la pérdida. Partiendo de la aceptación de la vida después de la muerte, creían que sus hijos podrían estar vivos en otra dimensión, favoreciendo el sentimiento de esperanza en el reencuentro. Las relaciones con la fe variaron, ya que, mientras que algunas buscaron la religiosidad, otros cuestionaron sus creencias previas y otros se rebelaron contra Dios.

Reyes y Parra (2020), llevaron adelante una investigación cuantitativa en Argentina sobre el duelo y los creyentes practicantes. Para esto, administraron el Inventario de Duelo Complicado (IDC) (Prigerson, 1995; Gamba-Collazos y Navia Arroyo, 2017), la Escala de Resiliencia (ER) (Wagnild y Young, 1993; versión argentina de Rodríguez et al., 2009), y la Escala de Esperanza de Hertz (HHS) (Herth, 1993; Arnau et al. 2007; Martínez, Cassaretto y Herth, 2012). Las unidades de análisis se conformaron por miembros de dos grupos religiosos practicantes y un grupo de creyentes no practicantes de religión que operó como grupo control. Se incluyeron personas de la religión budista con un rango etario de 18 a 70 años, y con 2 a 18 años de pérdida; además de personas de la religión evangelista con un

rango etario de 19 a 79 años y con 2 a 13 años de pérdida. En el grupo control se encontraban características similares a las demás muestras, siendo excluyente ser creyente pero no perteneciente a ningún culto específico.

En dicha investigación, las personas evangelistas mostraron menos dificultades para llevar a cabo sus tareas cotidianas en el proceso de duelo y menos pensamientos pesimistas, mientras que los budistas mostraron más resiliencia.

Por otro lado, Fernández Sepúlveda y Gómez Ospina (2020) realizaron en Colombia una investigación con el objetivo de identificar la función de las creencias religiosas en el estilo de afrontamiento del duelo por muerte de un ser querido en tres sujetos que practican una religión y tres sujetos que no lo hacen, utilizando una metodología cualitativa con enfoque fenomenológico, bajo el estudio de caso, así como también la técnica de entrevista semiestructurada que cuenta con un cuestionario base como instrumento para la recolección de datos. Los participantes eran sujetos que estaban atravesando un proceso de duelo, de los cuales tres de ellos practicaban una religión y otros tres no lo hacían.

Los autores se encontraron con que, para los practicantes religiosos, sus creencias religiosas representan un papel importante en su tramitación del duelo y que fue más sencillo regirse por su fe. Mientras que los participantes que no practican una religión participaron en rituales y ceremonias religiosas luego de la pérdida del ser querido, aunque afirman haberlo hecho por tradición y para acompañar al resto de los dolientes, y no porque esto reconforte el dolor de la pérdida. Sin embargo, se pudo evidenciar en los no practicantes el anhelo de encontrar creencias distintas a las instauradas por la religión, algunos adhiriéndose a prácticas más espirituales, como meditar, la búsqueda de sentido, de significado y

trascendencia, además de regirse por las leyes universales planteadas por el mundo científico.

Además de las investigaciones mencionadas, no se han encontrado otras que trataran el mismo tema que el presente estudio, por lo que se incluirán trabajos con temas similares.

Castillo-Zavaleta et al. (2023) realizaron una investigación en Perú con el objetivo de analizar el duelo en adultos oncológicos hospitalizados. El método elegido por los investigadores fue el cualitativo, descriptivo, y la muestra estuvo conformada por diez adultos según criterios de selección. Utilizaron la entrevista para la recolección de datos. En los resultados, notaron que las personas activan un afrontamiento interno tras el conocimiento de la enfermedad y buscan generar una nueva vida por el cáncer. Para lograr esto último, la religión y la espiritualidad cumplieron un rol importante, ya que les permitió tener esperanza, resignificar la experiencia y buscar un sentido a la vida, la enfermedad y la muerte.

En otra investigación, Farinha, et. al. (2022) se plantearon como objetivo identificar el uso de coping religioso/espiritual en los cuidadores informales de niños con leucemia linfocítica aguda. Este estudio fue realizado en Brasil, con un método cuantitativo, descriptivo y transversal, y se aplicó la Escala de Coping Religioso/Espiritual Breve (Panzini y Bandeira, 2005) para recolectar los datos. Con la participación de 30 cuidadores informales, se llegó a resultados que mostraban que estas personas presentaban un alto afrontamiento religioso positivo, el cual les permite hacer frente a la demanda de cuidados, relacionada al estado de salud del niño. Estos resultados refuerzan la posibilidad de utilizar la espiritualidad y/o la religiosidad como indicadores de bienestar físico y mental.

Por otro lado, Ramírez Jiménez et al. (2022) llevaron a cabo una investigación en México con el objetivo de analizar la relación entre el estrés percibido y la resiliencia, así como los efectos directos e indirectos y totales de espiritualidad y afrontamiento religioso mediante un modelo de mediación hipotetizado en personas con diabetes mellitus tipo 2 (DMT2). Se trató de un estudio transversal con un total de 216 participantes, de los cuales el 41.2% son hombres y el 58.8% mujeres, todos ellos entre los 30 a 78 años de edad. Para obtener la información, se utilizaron la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) (González y Landero, 2007), Escala de Espiritualidad (SS) (González, et al., 2017), Inventario de Estrategias de Afrontamiento Religioso (IEAR) (González-Rivera y Pagán-Torres, 2018) y el Cuestionario de Resiliencia (González, 2016) .

Los resultados mostraron que el afrontamiento religioso media la relación entre estrés y resiliencia al presentar un efecto indirecto significativo, mientras que la espiritualidad no es un predictor significativo en la asociación.

Por último, se menciona el estudio de Ángel Rojas et al. (2022), quienes tuvieron por objetivo comparar las estrategias de afrontamiento en personal de salud de Villavicencio y Bogotá en Colombia que atienden pacientes con y sin COVID-19. El diseño del mismo fue no experimental, con alcance descriptivo comparativo y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 14 hombres (33.3 %) y 46 mujeres (76.7 %). El instrumento utilizado para recolectar la información fue la Escala de Estrategias de Coping modificada (EEC-M) (Londoño et al., 2006).

A nivel descriptivo, se encontró que una de las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los profesionales de la salud fue la religión, además de la solución de problemas y la búsqueda de apoyo social, la evitación emocional y la

espera. Asimismo, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre las variables de atención a pacientes COVID y sexo en comparación con las estrategias de afrontamiento. Sin embargo, no hubo diferencias entre grupos por edad, ciudad y profesión. Se destaca que las estrategias que los profesionales de la salud utilizan para afrontar la atención de pacientes con y sin Covid varían dependiendo de los recursos personales, de la percepción del riesgo y de las causas que lo originan.

Marco Teórico

1. Duelo

El duelo es un sentimiento subjetivo que aparece tras una pérdida. La palabra proviene del latín, teniendo una doble acepción: “*dolus*”, que significa dolor; y “*duellum*”, que significa combate o guerra. Así, el concepto “*duelo*” alude tanto al dolor como a la lucha implícita que se da en el trabajo simbólico de hacer el duelo (Allegue y Carroll, 2005) . También es la respuesta humana natural que implica reacciones psicológicas ante una pérdida real o subjetiva (Oviedo Soto et al., 2009). Este proceso aparece inmediatamente después, o luego de unos meses de la pérdida. El mismo tiene un tiempo limitado y varía según cada persona. El trabajo psicológico del duelo implica deshacer los lazos afectivos con el ser querido que se ha ido, generando tristeza, menor productividad y una percepción negativa del mundo, quedando este vacío y pobre (Vargas Solano, 2003).

Flórez (2002) indica que el duelo no es un trastorno mental, sino que se trata de un un proceso doloroso e inesperado en respuesta a la muerte de un ser querido o de una pérdida significativa. El autor explica que el duelo refiere al estado de aflicción que aparece como consecuencia de la pérdida de un ser querido, aunque también puede darse ante otros tipos de pérdida, como los fracasos escolares, las situaciones de abandono: divorcio, separación, rechazo de los padres; los problemas familiares, los cambios de domicilio, los problemas económicos, la pérdida de empleo o el diagnóstico de una enfermedad grave o invalidante.

Ante estos factores estresantes, los sujetos pueden reaccionar de una manera desadaptativa, presentando síntomas característicos de la depresión mayor, como tristeza, llanto, desesperanza, impotencia, rabia y culpa, además de

disfunción importante a nivel social y laboral (Flórez, 2002). Respecto a esto, Neimeyer y Ramírez (2002) indican también que, durante el proceso de duelo, los sujetos suelen presentar síntomas depresivos, como sentimientos de culpa, pensamientos suicidas, desesperación, inquietud, ira incontrolada, síntomas físicos y la incapacidad de desarrollarse efectivamente en tareas cotidianas, como ir al trabajo, realizar tareas domésticas, etc.

El dolor causado por las pérdidas puede explicarse por el apego, el cual se da por la necesidad humana de protección y seguridad, haciendo de este una conducta con valor de supervivencia (Neimeyer y Ramírez, 2002). Es por esta razón que las conductas características de este fenómeno buscan mantener los lazos afectivos con las figuras de apego, haciendo que el riesgo a perderlos sea un peligro que provoca reacciones emocionales muy específicas. Si el peligro no desaparece, surge el rechazo, la apatía y el desespero (Neimeyer y Ramírez, 2002). Tal como explicaba Bowlby (1989), en dichas circunstancias se activan las conductas de apego más poderosas: aferrarse, llorar, y enfadarse. Cuando estas acciones son exitosas, se restablece el lazo, las actividades cesan y se alivian los estados de estrés y malestar.

Los conceptos de *duelo*, *luto* y *sentimiento de pérdida* suelen usarse como sinónimos, pero vale aclarar la diferencia entre ellos. El duelo es el sentimiento subjetivo que se da como reacción ante una pérdida, el cual incluye todos aquellos componentes psicológicos, psicosociales y asistenciales del fenómeno. En cambio, el luto es el proceso mediante el cual se resuelve el duelo, implica la expresión social de la conducta y las prácticas posteriores a la pérdida. Por esto, es preferible utilizar el concepto de luto para referirse a los aspectos y manifestaciones

socioculturales y socioreligiosas de los procesos psicológicos del duelo. Por otro lado, se encuentra el sentimiento de pérdida, el cual consiste en sentirse privado de alguien por causa de la muerte (Flórez, 2002).

Millán-González y Solano-Medina (2010) explican que los duelos marcan un hito muy importante en la vida de las personas por su carácter de pérdida definitiva y porque inciden en el reinicio de la línea biográfica. Los efectos del duelo pueden variar en el tiempo y reactivarse por otros duelos o pérdidas. Asimismo, los duelos atravesados en una etapa pueden influir en otras posteriores. Los autores afirman: “El impacto del duelo es siempre un proceso; lo importante no es solo el acontecimiento, sino la situación y la evolución. Por eso son decisivas las relaciones posteriores de duelo, el apoyo, las figuras sustitutivas, las pérdidas posteriores” (p. 13).

Flórez (2002) propone analizar el duelo desde distintas perspectivas. Desde la perspectiva psicológica, puede decirse que el no elaborar un duelo predispone al sujeto a tener dificultades en otros duelos, lo que puede desencadenar en una psicopatología. Desde la perspectiva biológica, se tiene en cuenta la alteración de los ritmos biológicos que se dan como consecuencia del duelo. Además, el sistema inmune también se ve alterado, disminuyendo la proliferación de leucocitos y deteriorando el funcionamiento de las células asesinas naturales. Con respecto a la perspectiva social y etológica-antropológica, se destaca la importancia de las manifestaciones sociales y antropológicas del duelo, ya que estas cumplen una triple función: permitir la expresión al nivel de la sociedad de esos procesos, ayudar en el proceso psicológico del duelo y comunicar el hecho a la comunidad.

Por otro lado, se encuentra la perspectiva psicosocial, desde la cual se considera que existen situaciones comunes que todos los seres humanos atraviesan, llevando a un duelo, son las llamadas transiciones o crisis psicosociales. Estas son la pérdida o separación de los padres, la pérdida del contacto con el medio del hogar familiar, ruptura matrimonial, el embarazo, el aborto, el nacimiento de un niño disminuido, la pérdida del trabajo, la pérdida de un progenitor, la emigración, la jubilación, la pérdida de las funciones físicas, el duelo por familiares o allegados, la pérdida del ambiente familiar por el ingreso en residencias de ancianos, la enfermedad o incapacidad en miembros propios de la familia (Flórez, 2002).

Siguiendo las etapas explicadas por Kubler Ross (1969, 1970, en Oviedo Soto et al., 2009), el proceso de duelo consiste en el pasaje a través de cinco momentos: El primero es la negación, etapa en la que los sujetos se encuentran en un estado de entumecimiento e incredulidad. Luego, le sigue la fase de enojo, que puede expresarse externamente al proyectarse en otras personas, o internamente, manifestándose como depresión. Después, se continúa con la negociación, que le sirve a la persona para ganar tiempo antes de aceptar la verdad de la situación, retrasando la responsabilidad necesaria para liberar emocionalmente las pérdidas. Seguida de esta etapa, aparece la depresión, en la que se dan sentimientos de desamparo, falta de esperanza e impotencia. Por último, llega la aceptación, que le permite al individuo vivir en el presente sin estar adherido al pasado.

Por otro lado, Allegue y Carroll (2005) proponen otras fases a través de las cuales se da el trabajo de duelo. La primera es la fase de impacto o aturdimiento, en la cual el sujeto experimenta sorpresa, desconcierto, negando la realidad de la

pérdida. En esta etapa, que puede durar desde horas hasta algunas semanas, el individuo actúa de manera automática, con adormecimiento, dando así lugar a la angustia intensa por la separación. Luego, se da la fase de depresión o duelo agudo, donde el sujeto se percata de la pérdida. En este momento, es normal que se hagan presentes recuerdos de vivencias compartidas con la persona fallecida. Además, esta fase se divide en distintas etapas: la de estado emocional intenso, que consiste en la presencia de tristeza, culpabilidad, insomnio, sentimientos de vacío, entre otros síntomas depresivos; la etapa de retraimiento social, que implica desinterés por las actividades habituales; y la identificación con el muerto. Dicha fase puede extenderse hasta un año. Por último, el sujeto experimenta la fase de recuperación, caracterizada por la aceptación de la pérdida, haciendo posible recordar al muerto sin sentir dolor y restablecer intereses, nuevos proyectos y actividades.

Asimismo, pueden identificarse distintos tipos de duelo. Según Allegue y Carroll (2005), se encuentra el duelo normal, que comprende la reacción esperable ante la pérdida, presentando un síndrome depresivo y espontáneamente regresivo. Este tipo de duelo no es un trastorno mental, por lo que no necesita de psicofarmacología, pero sí puede ser necesario el acompañamiento psicoterapéutico. Por el otro lado, existe el duelo complicado o patológico, en el que aparecen detenciones disfuncionales del proceso normal del duelo. En este cuadro, se pueden presentar síntomas como la culpa; los pensamientos de muerte, ya que la persona cree que debía haberse ido con la persona fallecida; preocupaciones mórbidas con sentimientos de inutilidad; enlentecimiento psicomotor marcado; deterioro funcional severo y prolongado; y experiencias alucinatorias.

A la vez, existen diferentes tipos de duelos complicados. El mismo puede ser retardado, atribuido a la negación prolongada de la realidad de la muerte; prolongado o crónico, en el cual los síntomas depresivos no disminuyen luego de seis meses o un año; intensificado o hipertrófico, el cual aparece cuando las estrategias de afrontamiento del sujeto son insuficientes; y el oculto, caracterizado por la presencia de síntomas somáticos (Allegue y Carroll, 2005).

En adición, Vargas Solano (2003) explica que puede ocurrir el “*duelo anticipado*”, el cual surge como una reacción emocional ante casos previsibles de muerte de seres queridos. Este tipo de duelo puede atenuar el choque emocional ante la pérdida, facilitando el duelo posterior, o puede estrechar el vínculo con el sujeto moribundo, haciendo que luego el dolor sea más intenso.

Por otro lado, también existe el duelo enmascarado, en el que la persona que sufrió una pérdida comienza a experimentar los síntomas que tenía el ser querido antes de morir. Por esto, algunos profesionales que reciben pacientes con síntomas somáticos preguntan sobre pérdidas recientes y acerca de la sintomatología de la persona fallecida (Neimeyer y Ramírez, 2002).

2. Estrategias de afrontamiento

Según Lazarus y Folkman (1984), las estrategias de afrontamiento son aquellos esfuerzos por manejar situaciones estresantes independientemente del resultado. Esto implica que ninguna estrategia es mejor que otra, y su eficiencia dependerá de sus efectos en el momento y a largo plazo. Por otro lado, Bedoya-

Lau, et. al. (2014) definen esta variable como la percepción general asociada a situaciones estresantes, las cuales derivan del afrontamiento a dicho estrés.

En este punto, es necesario traer la definición de “estrés”, el cual es, según Trucco (1998), el conjunto de procesos y respuestas fisiológicas, emocionales y conductuales que aparecen ante situaciones que son percibidas e interpretadas por el individuo como amenazantes o peligrosas, atentando contra su integridad biológica y/o psicológica. Se trata de la reacción de lucha (afrontamiento) o de huida del organismo como respuesta a una amenaza para la supervivencia o la autoestima personal. Es decir, se refiere a las consecuencias de las demandas que nos solicita el ambiente. Se puede identificar un tipo de estrés productivo o positivo (eu-estrés), que posibilita respuestas eficaces, potentes y facilitadoras de bienestar, y un estrés destructivo (diestrés) que se acompaña de sufrimiento, tensiones y escasa eficacia (Barrio et al., 2006).

Ante el estresor, el individuo reaccionará poniendo en marcha estrategias de afrontamiento. Dichas estrategias actúan como variables mediadoras entre el estrés percibido y sus consecuencias. Las mismas aparecen cuando la persona valora una situación como amenazante, poniendo en marcha acciones que pretenden hacer frente a dicha amenaza. Así, las estrategias de afrontamiento tienen como objetivo recuperar el equilibrio en las relaciones de la persona con su entorno. De esta manera, el afrontamiento sería el proceso a través del cual el sujeto intenta “manejar” la discrepancia entre las demandas que percibe de la situación y los recursos de los que dispone o cree disponer, y que lo lleva finalmente a la valoración de la situación como estresante (Arrogante, 2016).

Cuando la situación amenazante se presenta, primero, el sujeto analiza si se trata de un hecho positivo o negativo, así como también prevé las posibles consecuencias. A esto, se le llama valoración primaria. Luego, se da la valoración secundaria, en la cual se evalúan las capacidades que uno tiene para afrontar la situación, es decir, se evalúan las estrategias de afrontamiento con las que la persona cuenta (Valverde et al., 2003).

Los esfuerzos por afrontar una situación estresante pueden ser muy variados y no llevar necesariamente a una solución, sino que también pueden ayudar a la persona a cambiar su percepción acerca de la misma, a aceptarla con resignación y a escapar o evitarla (Arrogante, 2016).

Es necesario hablar también de los estilos de afrontamiento que definen la elección de las estrategias de afrontamiento a utilizar. Fernández Abascal (1997) indica la diferencia entre los conceptos “estilos de afrontamiento” y “estrategias de afrontamiento”.

Los estilos de afrontamiento se refieren a predisposiciones personales para hacer frente a las situaciones y son los responsables de las preferencias individuales en el uso de unos u otros tipos de estrategia de afrontamiento, así como de su estabilidad temporal y situacional. Mientras que las estrategias de afrontamiento son los procesos concretos que se utilizan en cada contexto y pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las condiciones desencadenantes (p.190).

De esta manera, aunque las estrategias de afrontamiento pueden ser variadas, cada persona seleccionará y pondrá en práctica las estrategias que se adecúen a su estilo. Por esto, Vazquez y Crespo (2000) explican que se pueden

encontrar distintos estilos de afrontamiento: por un lado, se encuentra el estilo evitativo, el cual puede ser efectivo a corto plazo. En contraposición, existe el estilo confrontativo, que consiste en tomar una acción directa ante cualquier problema, lo cual puede dar resultados efectivos ante situaciones amenazantes que se perpetúan en el tiempo.

Asimismo, Moos (1993) plantea un modelo multidimensional que enfatiza el enfoque y el método de afrontamiento. El enfoque del afrontamiento refiere a la orientación del individuo hacia el problema (acercamiento o evitación) y el método se refiere a los esfuerzos cognitivos y conductuales que los sujetos desempeñan para dominar o resolver los factores estresantes. Desde la perspectiva del enfoque, las personas pueden realizar esfuerzos activos para resolver los problemas y adaptarse a los factores estresantes (afrontamiento de acercamiento) o, por el contrario, intentar evitar el problema y concentrar los esfuerzos en manejar la emoción generada por el conflicto (afrontamiento de evitación). En cuanto al método, las personas pueden emplear esfuerzos cognitivos o conductuales para acercarse o evitar el factor estresante.

La combinación de estas dos dimensiones (enfoque y método) forma cuatro categorías de respuesta. Cada una de estas cuatro categorías incluye dos estrategias específicas diferentes: Afrontamiento de Acercamiento Cognitivo, el cual consiste en el análisis lógico y la reevaluación positiva; Afrontamiento de Acercamiento Conductual, en el cual se realiza una búsqueda de orientación y resolución de problemas; Afrontamiento de Evitación Cognitiva, que refiere a la aceptación de la situación o la resignación hacia esta; y Afrontamiento de Evitación Conductual, que implica la búsqueda de recompensas alternativas y la descarga emocional (Moos, 1993).

De esta manera, este modelo propone ocho estrategias de afrontamiento: el Análisis Lógico, que refiere a los intentos cognitivos de comprender y prepararse mentalmente para enfrentar un estresor y sus consecuencias; la Revalorización Positiva, la cual consiste en los intentos cognitivos de construir y reestructurar un problema en un sentido positivo mientras se acepta la realidad de una situación; la Búsqueda de Orientación y Apoyo, que trata de intentos conductuales de buscar información, apoyo y orientación; la Resolución de Problemas, que implica intentos conductuales de realizar acciones directas hacia el problema; la Evitación Cognitiva, en la que el individuo intenta evitar pensar en el problema de forma realista; la Aceptación o Resignación, es decir, aquellos intentos cognitivos de reaccionar al problema aceptándolo; la Búsqueda de Gratificaciones Alternativas, que incluye los intentos conductuales de involucrarse en actividades sustitutivas y crear nuevas fuentes de satisfacción; y la Descarga Emocional, que consiste en la reducción de la tensión expresando sentimientos negativos (Mikulic y Crespi, 2008).

Por otro lado, Pargament (2001) plantea que existe el afrontamiento religioso, ya que, en momentos de crisis, la religión puede estar íntimamente involucrada. Las prácticas religiosas se hacen presentes más frecuentemente durante situaciones estresantes, lo cual tiene sentido ya que la preocupación central de muchas religiones es la adversidad, el sufrimiento y el conflicto. A su vez, cada religión ofrece una forma particular de enfrentar las crisis. Es por esto que el autor afirma que cada persona tiene un reservorio de recursos religiosos, los cuales se ponen en marcha cuando se enfrentan a eventos estresantes.

Asimismo, Quinceno y Vinaccia (2009) afirman que la religión y la espiritualidad son variables moderadoras y amortiguadoras ante eventos traumáticos de la vida. La experiencia religiosa cobra mayor significado para las

personas cuando éstas atraviesan momentos de crisis, percibiendo que no tienen control sobre sus vidas o que su futuro es incierto. Es en este momento de vulnerabilidad y preocupación que la religión y la espiritualidad toman un rol importante, aportando al bienestar de los sujetos mediante prácticas de meditación, el uso de técnicas como la relajación y la imaginería, y el soporte de la comunidad religiosa, posibilitando estados de tranquilidad que favorecen los procesos cognitivos y la salud mental y física en las personas. Este aporte de la religión y la espiritualidad tiene efecto en tres aspectos: en la relación de la persona consigo mismo, con los demás y con el futuro. Es por esto, que dichas prácticas religiosas pueden ser empleadas como estrategias terapéuticas en procedimientos psicológicos multimodales.

La religión tiene efectos positivos en la salud mental de las personas, ya que el compromiso religioso está relacionado al bienestar, impactando positivamente en la vida de las personas, proveyendo consuelo, alegría, placer y sentido a las mismas; así como también las instituciones religiosas sirven de apoyo a las familias en momentos de dificultad (Del Río, 2010).

En el caso de los cristianos evangélicos, puede verse el afrontamiento religioso durante el proceso de duelo, ya este grupo de personas suelen apoyarse en la frase bíblica “Bienaventurados los que lloran, porque ellos recibirán consolación”. Esto implica que, durante el proceso doloroso, los sujetos reciben una esperanza especial de parte de Dios, quien les da una fortaleza que se define como inexplicable y suaviza el dolor. Así, ellos logran ver el sufrimiento como una experiencia de vida que les permite crecer y seguir adelante. Si bien en este tiempo se admite la tristeza y el llanto, también se da lugar a buscar refugio en Dios, a leer

la Biblia y a orar expresando los sentimientos de dolor con total sinceridad (Rota y Rota, 2022).

3. Psicología de la Religión y la Espiritualidad

La psicología de la religión y la espiritualidad es el campo cuyo objeto de estudio es el hombre en cuanto religioso, considerando sus motivaciones, deseos, experiencias, actitudes, etc., expresadas en sus conductas (Velasco et al., 1983, en Ávila, 2003). Se ocupa de la experiencia religiosa del hombre que se confiesa creyente, así como también se interesa en el fenómeno de la increencia o la indiferencia religiosa. Su pregunta es cómo y por qué determinados hombres llegan a ser creyentes, y cómo y por qué otros son indiferentes a esto o se consideran ateos (Ávila, 2003). Según VandenBos (2015), es el estudio empírico o académico de la experiencia espiritual o la religión organizada desde una perspectiva psicológica.

Los objetivos principales de la psicología de la religión son mejorar la comprensión científica de la espiritualidad y la religión y utilizar esa comprensión para beneficiar a la sociedad y mejorar la vida de las personas (Davis et al., 2023).

Del Río (2010) cuestiona la división que existe entre ciencia y religión, la cual se origina en la Edad Media cuando la ciencia aparece para derrocar las autoridades que regían la búsqueda del conocimiento en ese momento y darle otros propósitos más prácticos y utilitarios. Se explica que estas dos variables y la psicología son sistemas de creencias que intentan dar explicación a la experiencia humana, y que contienen normas y supuestos que regulan su actividad y las formas

en que nos relacionamos y nos acercamos al conocimiento. La autora critica esta reducción del estudio de lo humano en la psicología a la mente o al cuerpo o inclusive a la relación mente-cuerpo, ya que hacerlo es continuar desde el paradigma simplista que ha obviado la dimensión de lo espiritual en torno a la experiencia humana. Asimismo, James (2023) afirma que los psicólogos deberían interesarse por las tendencias religiosas del hombre como por cualquier otro hecho que constituye su estructura mental.

Con respecto a esto, relacionándolo específicamente con el cristianismo, Rota (2022) plantea que la ciencia de la salud mental y el cristianismo no deben ser antagonistas, ya que la primera busca descubrir y comprender los principios y leyes creados por Dios que hacen al funcionamiento de todo el ser humano.

A su vez, Pargament (1997) también hizo su aporte sobre dicha temática, mencionando la tensa relación que hay entre las comunidades psicológicas y las religiosas. Mientras que la religión ha sido acusada de dogmatismo, intolerancia, represión social y enfermedad mental; la psicología también ha sido acusada de egoísmo, arrogancia, elitismo y amoralidad. El autor propone que esta rivalidad puede deberse a que la psicología y la religión se han convertido en competidores, ya que la primera le ha quitado autoridad a la segunda, reemplazando la confesión por psicoterapia, la conversión por crecimiento personal, los pecados y virtudes por la ética, etc.

Sin embargo, tanto la psicología como la religión se ocupan de lo mismo: el sufrimiento del hombre y el control sobre aquello que no se puede controlar. La psicología plantea que los humanos tienen recursos que no conocen, los cuales pueden ayudarlos a enfrentar situaciones estresantes; mientras que la religión

plantea que el control que tiene el individuo es limitado, por lo que necesita buscar una ayuda que va más allá de sí mismo. Si bien cada parte expone una solución distinta, ambas buscan ayudar a las personas a tomar control sobre eventos estresantes, por lo que unirlos puede dar resultados valiosos para mejorar la calidad de vida de los sujetos (Pargament, 2001).

4. Religión

Para entender el concepto de religión, Ávila (2003) explica que esta se preocupa de Dios, las divinidades, los seres sobrenaturales y las fuerzas trascendentes. La religión se distingue por su función específica en la vida del hombre, influyendo en la manera en que las personas enfrentan los problemas últimos de la vida. Se trata del “conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad, de sentimientos de veneración y temor hacia ella, de normas morales para la conducta individual y social y de prácticas rituales, principalmente la oración y el sacrificio para darle culto” (Real Academia Española).

Por otro lado, James (2023) sostiene que el concepto “*religión*” es complejo, teniendo distintos significados válidos. Para realizar sus estudios, él la define como el conjunto de sentimientos, actos y experiencias del hombre en su soledad, en la medida en que se esfuerzan por mantener una relación con lo que consideran su divinidad. Esta relación puede ser moral, física o ritual.

Pargament (2001) explica que, si bien hubo un declive de la religiosidad en este mundo industrializado, los cultos, los eventos evangelísticos y los levantamientos religiosos aún existen. Además, existen indicadores que muestran

que, para muchos individuos, la religión es un factor fundamental en sus vidas, por lo que puede decirse que la misma se encuentra lejos de la extinción.

Acerca de la divinidad, se denomina como "*Dios/a*" a algo más grande que lo individual y material, algo que trasciende lo personal, algo a lo cual las personas desean acceder y conocer. Asimismo, existen culturas y espiritualidades que no antropomorfizan a su divinidad, sino que veneran su conexión con aquello que los trasciende, con el universo (Del Río, 2010). Según James (2023), el concepto "*divinidad*" refiere a aquella realidad primaria a la que el individuo se siente impulsado a responder solemnemente, sin juramentos ni bromas.

En cuanto a la vivencia religiosa, es una realidad psíquica compleja en la que se integran sentimientos, actitudes y razones. La articulación de esta realidad supone dos niveles: uno pre-racional, más intuitivo y emotivo, y un segundo momento en el que se articulan los contenidos de esta experiencia de forma razonable y se ratifica con una forma de vida. La complejidad de la vivencia religiosa hace que la expresión de la misma sólo se pueda hacer a través de distintos lenguajes simbólicos que se encarnan en realidades culturales diferentes (Ávila, 2003).

La religión puede compararse con la medicina, ya que su uso apropiado conduce a la salud, y por el contrario, el uso imprudente puede perjudicar al individuo. Una religión mal orientada o manipulada puede acarrear estupidez y conducir a la desdicha, pero una religión sanamente vivida y orientada logra apuntalar la vida humana en sus componentes fundamentales. Sin embargo, la religión puede servir de soporte para las personas en momentos de dificultad, vacío y sinsentido (Lévano, 2016).

Sobre esto, James (2023) diferencia dos tipos de religiosidad: una de mentalidad sana y otra enfermiza. La religiosidad de mentalidad sana implica la adopción de creencias religiosas que traen felicidad al hombre. Las personas que practican este tipo de religiosidad, suelen rechazar todo aquello que genera infelicidad considerándolo malo y vil. Se apoyan en el sentido de la bondad de la vida a pesar de las dificultades diarias y en su relación cercana con su divinidad. Así, el temperamento de mentalidad sana es incapaz de sufrir de manera prolongada y tiende a presentar una percepción optimista. Este tipo de religiosidad lleva a la persona a desentenderse de los aspectos negativos del mundo, negándose a aceptarlos o a darles demasiada importancia.

De esta manera, el autor define a la mentalidad sana como la tendencia a contemplar todas las cosas y encontrarlas buenas. A su vez, esta mentalidad tiene dos variantes: la involuntaria, que implica que una persona sea directamente feliz con las cosas; y la voluntaria, que consiste en seleccionar un aspecto de las cosas y rechazar otro, tomando lo bueno como lo esencial e ignorando lo malo (James, 2023).

En cuanto a la religiosidad enfermiza, James (2023) afirma que se trata del punto de vista radicalmente opuesto al que se acaba de mencionar, donde se maximiza el mal y los puntos negativos de la vida son la esencia. Las personas con este tipo de religiosidad no logran liberarse rápidamente de su conciencia del mal, ya que consideran que este mal requiere un remedio sobrenatural. En estos casos, puede aparecer la melancolía, la cual consiste en la presencia de angustia, ansiedad, inquietud, miedo, aversión y/o aburrimiento. El individuo puede someterse

o rebelarse, autoacusación o culpar a poderes externos por lo que le sucede, y puede ser atormentado por el enigma de la razón de su sufrimiento.

Entre algunas de las ventajas que brinda la religión, se encuentra el menor temor a la muerte, ya que, tal como afirma Godoy (2022), tanto las personas religiosas como los creyentes en una vida espiritual, presentan prácticas y rituales más o menos organizados o institucionalizados donde se conservan la creencia en una vida más allá de la muerte o en una persistencia o supervivencia del ser. Así, contar con fe y realizar prácticas religiosas dan una correlación negativa con el temor a morir.

5. Cristianismo Evangélico y Fe

El cristianismo evangélico se caracteriza por basar sus creencias únicamente en las escrituras bíblicas, incluyendo los evangelios. Asimismo, se basa en la doctrina de la salvación por gracia, es decir que, a pesar de que el ser humano es pecador, puede tener una vida eterna en el cielo gracias al sacrificio de Jesús al morir en la cruz. La idea fundamental que diferencia a los evangélicos de otras religiones es la creencia de la trinidad, haciendo referencia a la existencia de un único Dios formado por Padre (Dios), Hijo (Jesús) y Espíritu Santo (Beijleveld, 2021).

Dicha salvación por gracia implica un acto de fe, el cual consiste en renunciar al hábito de confiar en la fuerza propia, fuerza que no tiene el poder de salvar al ser humano de la muerte y del infierno, para entregarse a Dios (James, 2023). Es a través de la fe que los cristianos delegan toda verdad en Dios, dándole toda

autoridad y poder sobre sus vidas, más allá de todo deseo y razonamiento. Tener fe implica creer en que todas las promesas que Dios dio son verdaderas y se cumplirán, teniendo así seguridad total sobre la vida de uno. Depositar la fe en un Dios de amor, fiel y todopoderoso es un factor de ayuda, sostén y fortaleza, un factor de resistencia, resiliencia y restitución para las personas que sufren (Rota, 2022).

En cuanto a la concepción de la muerte de este grupo, debe mencionarse que la misma no fue creada en principio por Dios, sino que apareció como consecuencia del pecado de Adán y Eva, el cual reconocen como el pecado original (Godoy, 2022). Sin embargo, Jesucristo, el Hijo de Dios, vino a la tierra para morir en la cruz y así dar una esperanza de redimir al ser humano de este pecado original, probando el amor que Dios tiene por los hombres pecadores, porque, “si cuando éramos enemigos fuimos reconciliados con Dios mediante la muerte de su Hijo, con mucha más razón una vez reconciliados, seremos salvados por su vida” (Romanos 5.8) (Smith Soares, 1918, en Godoy, 2022).

Según lo que plantea Beijleveld (2021) en su estudio, los evangélicos hablan con normalidad de la muerte, refiriendo que es algo inevitable. Sostienen que la corta vida en la Tierra tiene un propósito, pero lo que realmente importa es la vida eterna que le sigue a la vida terrenal. Una vez que la vida terrenal se acaba, el espíritu de una persona puede tener dos destinos definitivos: el cielo, si es que se arrepintió de sus pecados mientras vivía en la Tierra, aceptando a Jesús como salvador; o el infierno, si esto no se hizo. Cuando un ser querido muere sin haber decidido aceptar a Jesús, es más doloroso, pero a su vez sirve como ejemplo para que los evangélicos sigan adelante con sus creencias. De esta forma, las personas

que se basan en sus creencias muestran mayores niveles de esperanza a pesar de sus duelos.

Además, la creencia en la promesa de la resurrección también da esperanza al pasar por un duelo, ya que tienen la seguridad de que ese no es el final (Cardozo Cardenas, 2019).

Método

1. Diseño

Se realizó una investigación cualitativa con el diseño de teoría fundamentada ya que se pretende generar teoría sobre el proceso de duelo atravesado por cristianos evangélicos y las estrategias de afrontamiento utilizadas por este grupo mediante la comparación y análisis de los datos brindados por los participantes. Este diseño permite el descubrimiento de una teoría basada en las experiencias compartidas por los participantes, comprendiendo en profundidad y de manera holística el fenómeno a estudiar gracias a la inmersión necesaria para la recolección de datos. A su vez, los procedimientos sistemáticos de codificación abierta, axial y selectiva incrementan la credibilidad de los resultados, los cuales son relevantes por haberse construido a partir de las experiencias expresadas por los miembros de la muestra.

2. Participantes

La muestra está constituida por 12 personas cristianas evangélicas. Todos ellos se encuentran entre los 22 y 69 años de edad. Entre los participantes, hay nueve miembros de la Iglesia Bautista de Ituzaingó Norte, aunque no todos viven en esta localidad, sino que algunos de los miembros son de San Miguel y José C. Paz, Buenos Aires, Argentina. Los tres participantes restantes son residentes de José C. Paz y se congregan en iglesias de este municipio y en Malvinas Argentinas.

Todos los participantes pertenecen a la clase media y tienen el secundario terminado. Seis de ellos tienen, además, un título universitario o terciario, mientras que otros cinco se encuentran transitando estudios superiores.

En cuanto a su estado civil, siete de ellos son casados, dos son solteros y tres, divorciados.

Con respecto a su ocupación, siete participantes son empleados, cuatro son trabajadores independientes y uno es jubilado.

Los criterios de inclusión considerados para constituir la muestra fueron: ser mayor de 18 años, ser miembro de una iglesia local evangélica, haber tenido una pérdida significativa hace más de 1 año y tener una participación activa en la iglesia, porque esto confirma que tienen un fuerte compromiso con sus creencias.

A su vez, los criterios de exclusión fueron: estar recibiendo un tratamiento por duelo patológico, haber experimentado un evento traumático asociado a la pérdida, ser miembro de una iglesia cristiana pero con denominación distinta a la evangélica.

Cabe destacar que cada uno de los participantes de esta investigación fue informado sobre el objetivo de la misma, detallando en qué consistiría su participación y entregándoles un consentimiento informado, el cual fue firmado por los mismos.

3. Técnicas de Recolección de Datos

Se utilizó una entrevista semidirigida, con las cuales los entrevistados tuvieron la oportunidad de expresarse libremente, permitiendo conocer a profundidad cada testimonio. En las mismas, se abordó la última pérdida vivenciada por cada participante.

4. Procedimiento

La recolección de datos se realizó mediante entrevistas semidirigidas e individuales a cada participante en sus residencias. Cada uno de ellos firmó un consentimiento informado autorizando el uso de la información brindada para la realización de esta investigación. En estas entrevistas, se tomó nota de todo lo que el participante relataba para que luego esta información fuese analizada, comparada con los datos de los demás participantes y categorizada. Cada entrevista tuvo una duración aproximada de treinta minutos. Las respuestas brindadas fueron orientadas al último proceso de duelo vivido por cada sujeto.

Para analizar esta información, se utilizó una codificación abierta en primer lugar, identificando en cada pregunta conceptos centrales, etiquetándolos con un código y estableciendo categorías; luego, se usó la codificación axial, buscando relacionar las categorías en torno a un eje central; y, por último, con la codificación selectiva, se realizó una integración para formar una teoría.

Resultados

Antes de analizar los resultados, es necesario recordar los datos demográficos de los participantes de la muestra: se trata de doce personas entre los 22 y los 69 años de edad, entre las cuales seis tienen un nivel educativo superior completo, cinco cuentan con un nivel educativo superior incompleto, y uno de ellos tiene un nivel educativo secundario completo. Con respecto a su ocupación, siete participantes son empleados, cuatro son trabajadores independientes y uno es jubilado. Por último, en cuanto a su estado civil, se encuentran siete participantes casados, dos solteros y tres divorciados.

1. Proceso de duelo

Entre los participantes, se encuentran cuatro cuya pérdida fue de su madre, otros tres perdieron a su padre, y los cinco restantes perdieron a su abuelo o abuela. Todos ellos comparten haber tenido una buena relación con los fallecidos. Si bien algunos muestran un vínculo más fuerte, como el entrevistado n°4 quien se refiere a su abuelo diciendo: “Era como un papá, era una relación muy cercana”; hay otros quienes comentan que su relación no era tan cercana, pero sí era agradable y positiva, como el Entrevistado n° 3, quien dice: “nos llevábamos bien, no muy íntimos pero era una buena relación”.

En ambos casos, todos los participantes muestran haber reaccionado con tristeza y llanto ante la noticia del fallecimiento de estas personas. Como lo menciona la entrevistada n°5: “Me puse bastante mal, ya me lo esperaba porque estaba internada, sabíamos que en cualquier momento iba a suceder, pero no es lo

mismo que cuando pasa. Yo estaba trabajando y me senté y me puse a llorar, me puse triste”. Asimismo, el entrevistado n°12 dice: “Lloré, sentí angustia, pero veía que no iba para ningún lado (...). No quería que se muriera”.

Sin embargo, la mayoría dice haber sentido, además de tristeza, alivio, porque se había terminado el sufrimiento y la agonía de sus seres queridos. Muchos de ellos comparten que no soportaban ver a sus familiares en ese estado de dolor, y que la muerte le dio fin a ese sufrimiento. Cabe destacar que estas personas lograron tener ese alivio porque todas tienen la seguridad de que las personas fallecidas aceptaron a Jesús antes de partir, por lo que descansan en la promesa de que ellos ahora están en el cielo, en la presencia de Dios. La entrevistada n°1 dice acerca de la muerte de su madre: “Sentí alivio por ella y por mí, por su sufrimiento, porque ver la agonía de alguien a quien querés genera impotencia, y ella clamaba a Dios que se la lleve. Sentí paz porque estaba con Dios”. De la misma manera, la entrevistada n°8 afirma: “Sentí tranquilidad porque estaba con el Señor y no iba a sufrir más”. Por lo tanto, puede decirse que, aquellas personas que pierden a un ser querido que haya manifestado con anterioridad haber aceptado a Jesús como salvador, sienten paz al momento de su muerte, porque tienen la seguridad de que estas personas se encuentran, a partir de ese instante, en el cielo, disfrutando de la presencia de Dios. Tal como comparte la entrevistada n°9: “Sentí una paz que sobrepasa tu entendimiento (...), sentí que estaba en el cielo y que esto no era un final, sino un hasta pronto”.

Los siguientes días a la pérdida, todos los participantes muestran haber sentido tristeza, angustia y haber llorado. Muchos dicen que extrañan lo que era cotidiano con estas personas, como recibir un mensaje cada día, compartir las fiestas y cumpleaños, visitas, etc. La entrevistada n°5 comenta: “Me costó mucho,

estuve bastante angustiada, no lo superé rápido. La soñaba mucho todo el tiempo, no tenía hambre, siempre lloraba”. Esto coincide con lo compartido por la entrevistada n°10: “No hay un tiempo para el duelo, y sentí que tenía que vivirlo así, y si quería llorar, lloraba, si no quería comer, no comía; si no lo pasaba, iba a recaer todo eso después”. Aquí, ella se refiere a que entendía la necesidad de atravesar su duelo sanamente, algo que comparten otros entrevistados. Por lo tanto, la mayor parte de la muestra se permitió estar triste y llorar cuando fue necesario para superar el duelo de la mejor manera posible. Sin embargo, como lo menciona la entrevistada n°7: “Supe lo que es extrañar. (...). Agarran momentos de tristeza pero por extrañar, no por donde está él”. Si bien este grupo de personas extrañan a sus seres queridos, no olvidan aquello que les da alivio: que, al haber conocido a Jesús y haberlo aceptado, ellos están en el cielo.

Una parte de la muestra dice haber sentido agradecimiento hacia Dios durante el proceso de duelo, por haberles permitido disfrutar de una buena relación con sus seres queridos y por la salvación de estas personas. Por ejemplo, la entrevistada n°8 menciona: “Le agradecí a Dios porque me permitió vivir muchos años con ellos, me hicieron conocer al Señor, fueron padres ejemplares para mí, y creo que fueron excelentes abuelos”. Asimismo, el entrevistado n°3 dice: “Mi vida siguió bien, muy agradecido a Dios porque él aceptó a Jesús y por la obra de Dios”.

En cuanto a sus vidas cotidianas, la mayoría dice que la pérdida no les generó cambios en sus rutinas, únicamente apareció la tristeza. Algunos mencionan traer recuerdos sobre lo vivido con estas personas, como la entrevistada n°1: “Recuperé historias de vida y agradecí a Dios por haberme dado el privilegio de tener a mis viejos”. A su vez, una menor parte de la muestra muestra haber traído a su mente lamentos por lo no hecho o lo no vivido, como el entrevistado n°12: “Me

hubiera encantado que mi papá viera a mis hijos terminar el secundario, manejar, recibirse, siento que a él le podía mostrar mis logros porque se alegraba por mí”; o la entrevistada n°2: “uno siempre piensa en lo que no hizo o dijo”.

2. Estrategias de afrontamiento

Entendiendo a las estrategias de afrontamiento como aquellos esfuerzos por manejar situaciones estresantes independientemente del resultado (Lazarus y Folkman, 1984), pueden encontrarse en estas personas distintas estrategias empleadas con la finalidad de superar la situación de duelo. Entre los 12 participantes, se encuentran 9 personas que recurrieron a familiares o amigos cercanos en busca de apoyo y contención. A su vez, hubieron 9 sujetos que acudieron a otros miembros de la iglesia, quienes también conformaron una red de apoyo fundamental para cada uno de ellos. Por ejemplo, la entrevistada n°2 dice: “La iglesia fue de mucho apoyo, todos los hermanos me ayudaron un montón. Lo veía en un mensaje, una palabra, un abrazo. Si ellos no hubieran estado, hubiese sido peor”. De la misma manera, se encuentra la entrevistada n°7, quien comparte: “en el velorio había más gente de la iglesia, que estaban ahí para ayudar, que de mi familia”.

También se encuentra una minoría que optó por realizar actividades para distraerse y olvidarse por un tiempo del dolor, como la entrevistada n°7, quien menciona: “Yo soy más de hacer, así que me ocupé de mi mamá, de cerrar las cuentas, yo necesito hacer algo”. Sin embargo, ninguno de ellos evitó la tristeza y sus manifestaciones, logrando atravesar el duelo de manera adecuada.

Por otro lado, puede verse que la relación de cada una de estas personas con Dios funcionó como estrategia de afrontamiento, ya que todos buscaron refugiarse en Él, encontrando así consuelo y paz. Sobre esto, el entrevistado n°4 dice: “En Dios encontré un refugio, calma y paz”.

La mayoría de los participantes comparten haber orado más de lo habitual durante este tiempo de duelo. Algunos de ellos agradecían a Dios a pesar de la tristeza, como la entrevistado n°11: “Lo primero que hice fue agradecerle (a Dios) porque le dio la oportunidad de ser salva, y por lo que fue para mí”. Otros, oraban a Dios preguntándole el por qué de su sufrimiento, como el entrevistado n°6: “Al principio le preguntaba por qué, seguí con mi relación con Dios igual, aunque lo cuestionaba”. De todas formas, todos ellos buscaban a Dios a través de sus oraciones, con el propósito de encontrar respuestas y consuelo.

Asimismo, siete participantes mencionan que encontraron consuelo a través de pasajes bíblicos. Entre los pasajes bíblicos compartidos por los entrevistados, se encuentran mensajes de protección de parte de Dios, como el Salmo 23, el cual para la entrevistada n°1 representa lo siguiente: “Habla de cómo Dios te hace pasar por todos los estados y siempre está ahí”. También hay pasajes bíblicos que hablan sobre promesas de Dios, trayendo esperanza a las personas, como por ejemplo, Filipenses 1:6, el cual le recuerda a la entrevistada n°11 lo siguiente: “Para Dios las cosas no son porque sí, sino que él tiene todo planeado”.

A su vez, hay una parte de la muestra que encontró un mensaje de parte de Dios para ellos en canciones cristianas de adoración. El entrevistado n°4 comparte sobre esto: “Cuando escuchaba canciones cristianas sentía que estaban todas hechas para mí”. Entre las canciones que mencionan los entrevistados, hay

canciones que hablan sobre la presencia de Dios en los momentos de dificultad, sobre su control sobre todas las situaciones, o sobre el futuro esperanzador que les espera en el cielo junto con él y con sus seres queridos.

De esta manera, la relación con Dios a través de la oración, la lectura de la Biblia y de la escucha de canciones cristianas, así como también la relación con otros miembros de la iglesia, constituyen estrategias de afrontamiento que les permiten a estas personas atravesar el duelo de manera adaptativa, disminuyendo la desesperanza y aportando seguridad y paz.

3. Influencia de la fe y las creencias evangélicas en el duelo

Las creencias en la existencia de una vida eterna en el cielo, en el cielo como un lugar libre de sufrimiento en el que se disfruta de la presencia de Dios, en un reencuentro con esas personas, en la protección de Dios durante el momento de dificultad, y en el propósito de Dios en la vida de cada persona, el cual le da sentido a la vida a pesar del dolor, influyen en el proceso de duelo disminuyendo la desesperación y promoviendo la esperanza.

Todos los participantes de la muestra manifiestan tener esperanza a pesar del dolor causado por la pérdida de sus seres queridos. La mayoría expresa que la persona fallecida había aceptado a Jesús como salvador antes de su muerte, por lo que confían en la promesa de que estas personas están en el cielo junto con Dios, disfrutando de una vida sin sufrimiento, en contraste con lo vivido en sus últimos días de vida. Un ejemplo de esto se observa en el entrevistado n°4, quien dice sobre su abuelo: "Fue mucha angustia pero a la vez fue aliviante porque sabía que estaba en un lugar mejor, que ya no estaba sufriendo".

De la misma manera, el hecho de pensar en que volverán a encontrarse con estas personas cuando vayan al cielo también trae esperanza y consuelo. Respecto a esto, encontramos como ejemplos el comentario de la entrevistada n°11: “la esperanza fue clave, sabía que no era el final y la voy a volver a ver. Yo tengo certeza de que la voy a volver a ver”; o el del entrevistado n°6, quien al preguntarle si encontró esperanza y/o consuelo respondió: “Sí, de volverla a ver. La certeza de que está en un lugar mejor y que la volveré a ver da una paz que las personas que no conocen a Dios no tienen”.

Sin embargo, este no es el único punto en el que este grupo encuentra esperanza, sino que también recuerdan que Dios tiene un propósito en sus vidas, lo que los motiva a seguir adelante a pesar de las dificultades. Esto es lo que comparte la entrevistada n°1: “También me da esperanza saber que Dios tiene un propósito para mí, porque después de cada pérdida yo entendía por qué Dios hacía lo que hacía”; asimismo, el entrevistado n°12 dice: “Nunca perdí la esperanza en el propósito de Dios en mi vida, en la vida de mis hijos, en lo laboral y pastoral. A medida que pasan los años, empezás a pensar más cómo va a ser la eternidad, la casa en el cielo, etc. La muerte de mi papá no fue algo que terminara con la esperanza”.

Tabla 1

Sistematización de resultados

Categoría de análisis	Subcategoría	Resultados
Proceso de duelo	Relación con el fallecido	Todos tenían una relación positiva con la persona fallecida,

		algunos con un vínculo más cercano.
	Reacción inmediata	Tristeza y llanto ante la noticia de muerte.
	Alivio y paz	La mayoría de los participantes sintió alivio por el fin del sufrimiento de sus seres queridos y por la creencia en su estadía en el cielo.
	Días posteriores	Sentían tristeza, angustia, experimentaron llanto, en algunos casos lamentos, y extrañaban lo cotidiano con esa persona.
	Agradecimiento	Algunos manifestaron agradecimiento a Dios por lo vivido con la persona y por su salvación.
	Cambio en la rutina	El dolor por la pérdida no afectó la manera de vivir de los sufrientes.
Estrategias de afrontamiento	Búsqueda de apoyo social	Los participantes buscaron apoyo y contención en amigos y familiares, pero principalmente en otros miembros de la iglesia.
	Distracción	Una minoría buscó actividades de distracción para evadir temporalmente el dolor, aunque luego se permitían momentos para manifestar su tristeza.
	Oración	La práctica de la oración aumentó durante el proceso de duelo, hablando con Dios para expresarle su dolor, para hacerle preguntas y, en algunos casos, para agradecerle.
	Lectura bíblica	Encontraban pasajes bíblicos que servían de consuelo, ya que les recordaban la presencia de Dios en su dificultad y las promesas que traen esperanza.

	Música cristiana	Algunos consideran que Dios les hablaba a través de canciones, recordando su presencia y su control sobre la dificultad y el futuro esperanzador que les espera.
Influencia de la fe y las creencias evangélicas en el duelo	Esperanza en la vida eterna	La creencia en la vida eterna en el cielo disminuye la desesperanza, ya que los sufrientes piensan que la persona fallecida está disfrutando de la presencia de Dios y confían en que se reencontrarán.
	Vida con propósito	Los participantes creen que tienen un propósito que cumplir en esta vida, lo que los motiva a seguir adelante a pesar de las dificultades.

Discusión

Torres Narváez y Martínez Toboas (2022) mostraron en su estudio una relación moderada entre el afrontamiento religioso negativo (ARN), los cuales se asocian a sentimientos de culpa, pensamientos sobre el castigo divino y enojo hacia Dios, con síntomas depresivos durante el proceso de duelo. Asimismo, se observó que, si las personas presentan un afrontamiento religioso positivo (ARP), caracterizado por buscar consuelo en Dios y ver la muerte y la pérdida desde una perspectiva diferente, tendían a mostrar menos síntomas depresivos. Estos datos coinciden con los resultados obtenidos en este estudio, ya que puede verse que el ARP permite disminuir la desesperación, la desesperanza y la angustia. A pesar de la tristeza y el llanto como producto de la pérdida, la mayor parte de la muestra expresa sentir tranquilidad y paz al pensar en que sus seres queridos se encuentran en el cielo junto con Dios, contando con la esperanza de que volverán a verlos. Esto sugiere que la creencia en la salvación y en el destino celestial funcionan como factor protector, disminuyendo el sufrimiento.

En cuanto al ARP, Farinha (2022) plantea que este permite a las personas hacer frente a demandas exigentes, así como también explica que la religiosidad y la espiritualidad funcionan como indicadores de bienestar físico y mental, lo cual puede comprobarse con este trabajo. Los cristianos evangélicos muestran haber podido hacer frente a la pérdida, lo cual implica una situación estresante para la mayoría, y esto fue posible en gran parte gracias a la esperanza en Dios y en sus promesas de salvación y bienestar. Su espiritualidad, reflejada en su relación con Dios, facilitó el tránsito por el proceso de duelo, contando con Él y con sus hermanos en la fe como fuentes de apoyo.

Además, debe tenerse en cuenta lo propuesto por Ramírez Jiménez et al. (2022), quien dice que el afrontamiento religioso media la relación entre el estrés percibido y la resiliencia. Al igual que en este trabajo, puede verse la relevancia del afrontamiento religioso frente a situaciones adversas. La forma en que los creyentes afrontan las situaciones estresantes influye en la capacidad de recuperarse y adaptarse a la nueva realidad en la que ya no está la persona fallecida. También, Ángel Rojas et al. (2022) sugiere que la religión constituye una estrategia de afrontamiento que facilita afrontar situaciones estresantes, lo cual coincide con lo encontrado aquí, entendiendo que el conjunto de creencias de este grupo y su fe fueron factores significativos que les permitieron a los creyentes enfrentar su proceso de duelo y terminarlo de una forma sana y adaptativa.

De la misma manera, Nuñez et al. (2022) exponen que los rituales religiosos como la oración y el ayuno les permiten a las personas sentir paz, bienestar, gozo y fortaleza, disminuyendo así la tristeza y el dolor. Además, el acompañamiento de líderes religiosos y demás miembros de la comunidad religiosa sirvieron de apoyo para los sujetos que se encontraban en sufrimiento. Por lo tanto, tal como se mostró en el presente trabajo, se plantea que el acompañamiento religioso aporta significativamente al proceso de duelo, llevando consuelo, paz y esperanza. Esto mismo puede verse en los resultados presentados anteriormente, ya que los entrevistados expresan haberse aferrado a la oración y a la lectura de la Biblia, encontrando en ello un refugio; así como también la mayoría recurrió a miembros de su iglesia como constituyentes de una red de apoyo que los sostuviera durante el momento doloroso.

En adición, se encuentra el estudio realizado por Beijleveld (2021), quien plantea que existe una relación significativa entre la espiritualidad y el afrontamiento

en el duelo. Dicho trabajo explica que las personas se basan en sus libros de referencia, en sus creencias y en el apoyo aportado por su comunidad religiosa para afrontar la muerte y el proceso de duelo. Según los resultados obtenidos en esta investigación, los sujetos acuden a su libro de referencia, la Biblia, para recordar las promesas de Dios de protección, de control sobre situaciones estresantes y de un futuro en su presencia, lo que les permite tener un duelo adaptativo, sosteniéndose por la esperanza en su cumplimiento.

En cuanto a la creencia en la vida después de la muerte, se encuentra lo propuesto por Reis et al. (2021), quien expone que el pensar en una vida en otra dimensión después de la muerte favorece el sentimiento de esperanza. Esto coincide con lo comentado por los entrevistados de esta investigación, quienes explican que, de no ser por la creencia en que la persona fallecida que aceptó a Jesús como salvador antes de morir está en el cielo actualmente, ellos no podrían encontrar paz. El hecho de pensar en un reencuentro futuro y en que el ser querido fallecido hoy vive en un lugar mejor despojado de sufrimiento trae consuelo a quienes quedaron con vida. Además, los autores del estudio mencionado comparten que algunas personas, tras la pérdida, buscaron refugio en sus religiones, mientras que otras cuestionaron sus creencias y hasta se rebelaron contra Dios. Si bien en este trabajo se pudo ver que algunos participantes le cuestionaban a Dios el por qué de su dolor, ninguno de ellos decidió abandonar sus creencias, sino que por el contrario, la búsqueda de respuestas en Dios fortaleció su relación, disminuyendo así la tristeza y desesperación.

La importancia de las creencias religiosas durante el duelo también es expuesta por Fernández Sepúlveda y Gómez Ospina (2020), quienes estudiaron cómo atravesaban este proceso un grupo de practicantes religiosos comparándolos

con personas no creyentes. Los autores explican que, para quienes practican una religión, es más fácil superar la situación gracias a su fe; mientras que aquellos que no son practicantes, durante el momento doloroso, tienden a buscar creencias ya instauradas por alguna religión en las cuales apoyarse, adhiriéndose a prácticas como la meditación, la búsqueda de sentido, etc. Así, puede evidenciarse la necesidad de creer en algo que trasciende esta vida y este mundo, ya que el enfocarse en esto disminuye la desesperanza. Esto mismo es lo que se manifiesta en el presente estudio: las personas se refugian en sus creencias en la vida después de la muerte y en la protección de alguien superior a la humanidad para encontrar consuelo en medio del dolor, siendo las creencias religiosas un pilar importante para los sujetos sufrientes.

Reyes y Parra (2020) describieron el duelo atravesado por personas cristianas evangélicas, destacando que este grupo no tuvo tantas dificultades para continuar con su vida cotidiana tras la muerte de sus seres queridos, así como tampoco presentaban pensamientos pesimistas. De la misma manera, la muestra de este estudio expresa no haber tenido cambios en su vida cotidiana, logrando seguir con sus tareas diarias sin ninguna dificultad. Además, los pensamientos de este grupo eran en su gran mayoría pensamientos optimistas, como por ejemplo, imaginar a la persona con Dios, pensar en un reencuentro futuro, etc. Sin embargo, algunos participantes sí mostraron haber tenido pensamientos de lamentación por lo no hecho, pero esto no excluía pensamientos positivos.

Por otro lado, Catillo-Zavaleta et al. (2023) proponen que la religión y la espiritualidad juegan un rol importante para encontrar esperanza, resignificar la experiencia y buscar sentido a la vida y la muerte. Tal como expresaron los participantes de esta investigación, su creencia en la vida después de la muerte

permite darle un significado distinto a la pérdida: no se trata de una despedida definitiva si la persona fallecida era salva, sino que se trata de un “hasta pronto”. Además, si la persona que partió era salva, la muerte no significa un final, sino un nuevo comienzo en el cielo, un lugar mejor en el que ya no se experimenta ningún tipo de sufrimiento. Además, los creyentes confían en que hay un propósito en esta vida, que trasciende cualquier sufrimiento del presente. Los cristianos evangélicos siguen adelante pensando en que Dios tiene un propósito para ellos en esta vida, lo que da esperanza a pesar del dolor. Por lo tanto, los resultados de ambas investigaciones coinciden al plantear que la religión permite resignificar la vida y la muerte, así como también facilita el encontrar un sentido.

Conclusión

Los cristianos evangélicos atraviesan sus procesos de duelo experimentando tristeza, nostalgia, llanto, y en algunos casos, presentando pensamientos pesimistas cargados de lamentos, pero, a la vez, presentan una resiliencia causada por la fe basada en sus creencias. El creer en un cielo, en la salvación, en un Dios que protege y tiene todo bajo control, en un Dios que escucha sus oraciones y que tiene un propósito para sus vidas, facilita el proceso doloroso en el que se encuentran, aportando esperanza y consuelo.

En el presente estudio, se encuentra una muestra que confía en que la persona fallecida había aceptado a Jesús como su salvador antes de morir. Algunos tienen más certeza sobre esto que otros, pero todos se habían asegurado de que la persona escuchara acerca de la salvación por medio de Jesús antes de morir, y todos ellos pudieron comprobar que sus seres queridos habían hecho dicha oración. Esto hace que, si bien se presentan los síntomas esperables durante el trabajo de duelo, esto es acompañado de alivio: los creyentes sienten alivio porque su ser querido ya no está sufriendo, sino que se encuentra en el cielo en presencia de Dios.

Con respecto a las estrategias de afrontamiento utilizadas por este grupo para hacer frente al dolor, se presentan las prácticas religiosas como la oración, la lectura de la Biblia y la escucha de canciones cristianas cumpliendo un rol relevante durante el duelo. Mediante la oración, las personas pueden expresar su malestar a Dios, encontrando en esto una vía de descarga emocional, aunque también tienen la oportunidad de agradecerle por lo bueno, dándole un enfoque optimista a la situación dolorosa. Al leer la Biblia, recuerdan las promesas de bienestar que Dios

les da, trayendo esperanza y tranquilidad por la certeza de que el sufrimiento será superado. Asimismo, las canciones cristianas funcionan como recordatorios de estas promesas. Tanto la Biblia como las canciones cristianas son consideradas mensajes de parte de Dios, dándoles a entender a los sujetos que no están atravesando solos ese momento adverso. De esta manera, la fe en Dios, en su salvación y en su protección operan como estrategias de afrontamiento durante el proceso que termina de manera adaptativa en la aceptación de la nueva realidad.

Por último, se destaca la influencia de la fe y las creencias evangélicas en el proceso de duelo. La esperanza de este grupo de personas, quienes, a pesar de su dolor, encuentran sentido a su vida en el propósito que Dios tiene para ellos, se debe a la confianza en la existencia de algo mayor. Su propósito y la ayuda de Dios para cumplirlo los motiva a seguir adelante a pesar del dolor que causa el perder a un ser querido, aportando significativamente al bienestar psicológico. Además, la confianza en un reencuentro en el futuro también trae consuelo. Pensar en esto permite resignificar la muerte, enfocándose en que no se trata de una despedida definitiva, sino de una separación momentánea que tendrá su final el día que todos se encuentren en el cielo.

Aportes y Contribuciones de la Investigación

Los resultados de esta investigación dan un nuevo enfoque a las estrategias de afrontamiento empleadas durante el proceso de duelo, centrándose específicamente en las creencias cristianas evangélicas y sus prácticas. El presente estudio respalda la relación con Dios a través de la oración, la lectura bíblica y la escucha de canciones cristianas y la confianza en sus promesas como estrategias de afrontamiento para atravesar los procesos dolorosos ante pérdidas.

Además, se ha podido identificar más específicamente qué elementos particulares de la fe evangélica operan como fuentes de alivio y paz, como la certeza en la salvación, en el destino celestial, y en la protección constante de Dios. Asimismo, se planteó la oración, la lectura de la Biblia, la escucha de música cristiana y el apoyo en miembros de la iglesia como estrategias específicas que les permiten a las personas atravesar con mayor facilidad el proceso de duelo.

Teniendo en cuenta que estas estrategias de afrontamiento religioso disminuyen el sufrimiento y permiten tener un duelo adaptativo, puede decirse que, para este grupo de cristianos evangélicos, el afrontamiento religioso es positivo, mitigando los pensamientos de culpa, resentimiento hacia Dios o percepción de la pérdida como un castigo divino.

Este conocimiento resultará útil para aquellos profesionales que acompañen a consultantes cristianos evangélicos durante un duelo, ya que pueden considerarse sus prácticas religiosas como estrategias de afrontamiento adaptativas que les permitirán obtener alivio y mantener la esperanza durante este proceso.

Limitaciones de la Investigación

El presente trabajo ha encontrado algunas limitaciones. Una de ellas es el tamaño pequeño de la muestra que no permite representar a toda la población de cristianos evangélicos. En la muestra de esta investigación, se han considerado los testimonios de doce cristianos, de los cuales la mayoría se congrega en la misma iglesia, por lo que no se ha tenido una visión ampliada hacia otras iglesias con distintas denominaciones dentro de la misma religión evangélica.

Asimismo, se destaca la escasez de investigaciones que aborden la temática específica. Si bien se encuentran investigaciones que trabajan sobre las diversas religiones y los procesos de duelo, no se encuentran suficientes estudios sobre el cristianismo evangélico, lo que limita la comparación de los resultados de este trabajo con estudios anteriores.

Líneas de Investigación Futuras

Sobre esta temática, se pueden realizar diversas investigaciones futuras. Además de realizar más estudios sobre el tema del presente trabajo, ya que no se encuentra una cantidad suficiente de los mismos, se puede investigar sobre la fe como estrategia de afrontamiento en otras situaciones estresantes para el ser humano, como ante enfermedades terminales, estrés, ansiedad, divorcios, etc.

Asimismo, podría investigarse con una metodología cualitativa el proceso de duelo de personas cristianas evangélicas que hayan perdido a seres queridos que no hayan aceptado a Jesús como salvador de sus vidas, teniendo dudas de su estadía en el cielo. Este punto podría alterar el proceso de duelo descrito en este trabajo, ya que no tendrían alivio por la creencia en que la persona fallecida está en el cielo y no contarían con la esperanza en un reencuentro.

Propuestas de Intervención

Considerando a la oración, la lectura bíblica y la música cristiana como prácticas que disminuyen la desesperanza y que aportan consuelo y alivio, los psicoterapeutas que trabajan con consultantes cristianos evangélicos pueden proponer estas acciones como fuentes de alivio, utilizando las creencias a favor de su bienestar mental. A partir de esto, podría desarrollarse un modelo de intervención individual que integre principios de la psicología con los principios bíblicos en los que se apoya este grupo de creyentes.

A su vez, pueden aplicarse técnicas conocidas combinadas con estas creencias que proveen alivio. Por ejemplo, podría ponerse en práctica la técnica de imaginería, haciendo que el consultante imagine a su ser querido en el cielo, disfrutando de una vida mejor que la que tuvo en la tierra. El trabajo con estas imágenes podría dar lugar al consuelo, disminuyendo la desesperación. De la misma manera, la persona podría imaginar su reencuentro con la persona fallecida, favoreciendo los sentimientos de esperanza.

Además, teniendo en cuenta que la muerte puede implicar el pasaje a un lugar mejor, mediante la Terapia Cognitiva Conductual podría trabajarse en la resignificación de la pérdida, poniendo el foco en el hecho de una nueva vida en el cielo para la persona que partió.

También podría trabajarse en el propósito que Dios tiene en esa persona, haciendo preguntas que orienten al consultante a identificar ese propósito y a encontrar pequeñas acciones que le permitan empezar a cumplirlo. Enfocarse en un propósito que trasciende esta vida aumenta la esperanza y da razones para seguir adelante a pesar del dolor generado por la pérdida.

Por otro lado, al tener en cuenta que el apoyo de otras personas creyentes es de ayuda para aquellos que sufren, sería útil desarrollar una Terapia Grupal, en la que se encuentren sujetos cristianos evangélicos, que compartan la misma fe, y que se encuentren atravesando un duelo. En estos encuentros se podría conformar una nueva red de apoyo para estas personas, teniendo también un lugar en el que se sentirán escuchados, comprendidos y acompañados.

Por último, se propone la capacitación de líderes de iglesias, enseñándoles sobre las características de un proceso de duelo y los efectos positivos de las prácticas de la oración, lectura bíblica y escucha de música cristiana, para que ellos tengan herramientas para acompañar a las personas que sufren por la pérdida de un ser querido. Debe considerarse que es a los líderes a quienes las personas suelen recurrir en busca de apoyo, e incluso consejos, por lo que tener conocimiento sobre la psicología del proceso que están atravesando permitiría hacer intervenciones más acertadas.

Referencias

- Allegue, E., & Carroll, R. (2005). *Clases de semiología y clínica psiquiátrica*. Cátedra de Clínica Psiquiátrica del Instituto Superior de Formación de Postgrado de la Asociación de Psiquiatras Argentinos (APSA).
- Ángel Rojas, Y. A., Suarez Puerto, T. A., Vásquez Matallana, E. A., Mena Moncada, E. P., Organista Restrepo, N. A., Rodríguez Cano, C. C., Roza Sánchez, M. M., & Moreno Méndez, J. H. (2022). Estrategias de afrontamiento en personal de la salud que atienden pacientes COVID y no COVID en dos ciudades de Colombia. *Diversitas*, 18(2). <https://doi.org/10.15332/22563067.8179>
- Arrogante, Ó. (2016). Estrategias de afrontamiento al estrés laboral en Enfermería. *Metas enferm*, 71-76.
- Ávila, A. (2003). La psicología de la religión. *Estella: Verbo Divino*.
- Barrio, J. A., García, M. R., Ruiz, I., & Arce, A. (2006). El estrés como respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37-48. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>
- Bedoya-Lau, F. N., Matos, L. J., & Zelaya, E. C. (2014). Niveles de estrés académico, manifestaciones psicósomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 77(4), 262-270. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972014000400009&script=sci_abstract
- Beijleveld, L. (2021). *La muerte, la vida después de la muerte y el duelo. Análisis desde la perspectiva del Islam, el Cristianismo evangélico y los Testigos de*

Jehová. [Trabajo Final de Grado] Dipòsit Digital de la Universitat de Barcelona. <https://hdl.handle.net/2445/180110>

Bowlby, J. (1989). *Aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Paidós.

Castillo-Zavaleta, S. E., Chávez-Cerna, D. N., Huertas–Angulo, F., León-Alayo, M. L., & Valverde-Meza, C. (2023). Proceso de duelo en pacientes adultos diagnosticados con cáncer. *Revista Ene de Enfermería*, v. 17, n. 1.

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2023000100009&lng=es&tlng=es

Davis, E. B., Worthington Jr., E. L., Schnitker, S. A., Glowiak, K. J., Lemke, A. W., & Hamilton, C. (2023). Integrating Positive Psychology and the Psychology of Religion and Spirituality: Transcending Coexistence. En E. B. Davis, E. L. Worthington Jr. & S. A. Schnitker (Eds.). *Handbook of Positive Psychology, Religion, and Spirituality to Potentiate Coevolution* (pp. 3-20). Springer.

Del Río, M. S. (2010). *Supuestos, explicaciones y sistemas de creencias: Ciencia, religión y psicología*. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 21(1), 85-112.

Exline, J. J., Pargament, K. I., Grubbs, J. B., & Yali, A. M. (2014). *The religious and spiritualstruggles scale: Development And Initial Validation*. *Psychology of Religion and Spirituality*, 6(3),208–222. <https://doi.org/10.1037/a0036465>

Farinha, F. T., Araújo, C. F. P., Mucherone, P. V. V., Batista, N. T., & Trettene, A. dos S.. (2022). Influência da religiosidade/espiritualidade em cuidadores informais de crianças com leucemia. *Revista Bioética*, 30(4), 892–899. <https://doi.org/10.1590/1983-80422022304579PT>

- Fernández-Abascal, E.G. (1997). Estilos y Estrategias de Afrontamiento. En E.G. Fernández-Abascal, F. Palmero, M. Chóliz y F. Martínez (Eds.), *Cuaderno de Prácticas de Motivación y Emoción*. Pirámide.
- Fernández Sepúlveda, C. A., & Gómez Ospina, Y. (2020). *La función de las creencias religiosas en el estilo de afrontamiento del duelo por muerte de un ser querido, en tres sujetos que practican una religión y tres sujetos que no practican una religión*. [Trabajo Final de Grado] Corporación Universitaria Minuto de Dios. <https://hdl.handle.net/10656/15165>
- Flórez, S. D. (2002). Duelo. *Anales del sistema sanitario de Navarra*, 25, 77-85.
- Freud, S. (1917). Duelo y melancolía. En S. Freud, *Contribución a la historia del movimiento psicoanalítico. Trabajos sobre metapsicología y otras obras* (pp. 235-255). Amorrortu.
- Gamba-Collazos, H.A., & Navia Arroyo, C.E. (2017). Adaptación del Inventario de Duelo Complicado en población colombiana. *Revista Colombiana de Psicología*, 26, 15-30.
- Godoy, M. (2022). *Miedo a la muerte en profesionales médicos*. [Trabajo Final Doctoral, Universidad de Flores] Repositorio Institucional de la Universidad de Flores. <https://hdl.handle.net/20.500.14340/873>
- González, M., & Landero, R. (2007). Factor Structure of the Perceived Stress Scale (PSS) in a Sample from Mexico. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(1), 199-206.

González, N. I. (2016). Resiliencia y personalidad en niños y adolescentes. *Cómo desarrollarse en tiempos de crisis* (2.a ed.). Universidad Autónoma del Estado de México.

González-Rivera, J., Quintero-Jiménez, N., Veray-Alicea, J., & Rosario-Rodríguez, A. (2017). Adaptación y validación de la Escala de Espiritualidad de Delaney en una muestra de adultos puertorriqueños. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(1), 296-320.

González-Rivera, J., & Pagán-Torres, O. (2018). Desarrollo y validación de un instrumento para medir estrategias de afrontamiento religioso. *Evaluar*, 18(1), 70-86. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar>

James, W. (2023). *Variedades de la experiencia religiosa: un estudio de la naturaleza humana*. Trotta.

Lazarus, R., y Folkman, S. (1984). Stress appraisal and coping. *Springer*.

Lévano, A. C. S. (2016). Acerca de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Revista Educa UMCH*, (07), 06-27.

Liberman, D. (2007). *Es Hora de Hablar de Duelo. Del Dolor de la Muerte al Amor a la Vida*. Editorial Atlántida.

Londoño, N., Henao, G., Puerta, I., Posada, S., Arango, D. y Aguirre, D.(2006). Propiedades psicométricas y validación de la escala de estrategias de coping modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. *Universitas Psicológica*, 5(2), 327-349. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64750210>

- Martínez, P.; Cassaretto, M. & Herth, K. (2014). Propiedades psicométricas de la Escala de Esperanza de Herth en español. *RIDEP*, 33(1), 127-147.
- Mikulic, I. M., & Crespi, M. C. (2008). *Adaptación y validación del Inventario de Respuestas de Afrontamiento de Moos (CRI-A) para adultos*. Anuario de investigaciones, 15.
- Millán-González, R., & Solano-Medina, N. (2010). Duelo, duelo patológico y terapia interpersonal. *Revista colombiana de psiquiatría*, 39(2), 375-388.
- Moos, R.H. (1993). *Coping Responses Inventory: CRI Adult Form. Professional Manual*. Odessa: Psychological Assessment Resources.
- Narvaez, M. A. T., & Martínez-Taboas, A. (2022). Afrontamiento religioso negativo y positivo ante la muerte de personas queridas y su relación con síntomas depresivos. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 33(2), 272-286.
- Neimeyer, R. A., & Ramírez, Y. G. (2002). *Aprender de la pérdida: una guía para afrontar el duelo*. Paidós.
- Núñez González, L. M., Sanabria García, K. P., & Manrique Hernández, Y. (2022). Acompañamiento religioso en el afrontamiento de duelo por Covid 19. *Repositorio Institucional Universidad Cooperativa de Colombia*.
<https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/47146>
- Oviedo Soto, S. J., Parra Falcón, F. M., & Marquina Volcanes, M. (2009). La muerte y el duelo. *Enfermería global*, (15).

- Panzini, R.G. y Bandeira, D.R. (2005). Escala de coping religioso-espiritual (Escala CRE): elaboração e validação de construto. *Psicologia em Estudo*.
<https://doi.org/10.1590/S1413-73722005000300019>
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56, 519-543. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(200004\)56:4%3C519::AID-JCLP6%3](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(200004)56:4%3C519::AID-JCLP6%3)
- Pargament, K. I. (2001). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford press.
- Quiceno, J. M., & Vinaccia, S. (2009). La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 5(2), 321-336. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982009000200009&lng=en&tlng=es.
- Real Academia Española. *Definición de "Religión"*. Recuperado el 27 de febrero de 2025. <https://dle.rae.es/religi%C3%B3n>
- Reis, C. G. D. C. D., Quintana, A. M., & Nardino, F. (2021). Religiosidad y Espiritualidad en el Proceso de Duelo de Padres cuyos Hijos Murieron. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 21(1), 136-155.
- Reyes, F. y Parra, A. (2020). El duelo complicado y su relación con la resiliencia y la esperanza en religiosos practicantes. *Psocial*, 6(2), 38-49.

- Rodríguez, M., Pereyra, M., Gil, E., Jofrè, M., De Bortoli, M. y Labiano, M. L. (2009).
Propiedades psicométricas de la escala de resiliencia versión argentina.
Evaluar, 9, 72-82.
- Rota, D. y Rota, E. (2022). *Salud mental y fe*. e625.com
- Trucco M. (1998). *Promoción de la salud mental en el ámbito laboral*. Organización
Panamericana de la Salud.
- Valverde, C. V., López, M. C. y Ring, J. M. (2003). Estrategias de afrontamiento.
Medicina clínica en psiquiatría y psicología, 425-436.
- VandenBos, G. R. (Ed.). (2015). *APA dictionary of psychology* (2nd ed.). American
Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14646-000>
- Vargas Solano, R. E. (2003). *Duelo y pérdida*. *Medicina Legal de Costa Rica*, 20(2),
47-52.

Anexos

Las preguntas realizadas en las entrevistas fueron las siguientes:

Datos sociodemográficos:

- Edad, nivel educativo, estado civil y ocupación.

Proceso de duelo:

- ¿Cuál fue la última pérdida que ha tenido? ¿Qué vínculo tenía con el fallecido?
- ¿Cómo se sintió y en qué pensó al momento de enterarse de esta pérdida?
- ¿De qué manera afectó este suceso a su vida? ¿Qué actividades cotidianas se vieron afectadas y cómo?
- ¿Cómo vivió las siguientes semanas?

Estrategias de afrontamiento:

- ¿Cuáles fueron sus fuentes de apoyo en ese momento difícil? ¿De qué manera recibiste ese apoyo?
- ¿Cómo fue su relación con Dios durante ese proceso de duelo? ¿Y con los demás miembros de su iglesia?
- ¿Hubo pasajes bíblicos, canciones o enseñanzas que le sirvieron de consuelo?

Influencia de la fe y las creencias evangélicas en el proceso de duelo:

- ¿Considera que logró seguir adelante a pesar de esta dificultad? ¿Cómo?
- ¿Logró encontrar consuelo y/o esperanza? ¿Cómo?

Consentimiento informado presentado a los entrevistados:



FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Me ha sido explicado que los miembros de la Facultad de de UFLO Universidad, desean conocer

Es por esta razón que se está realizando un trabajo de investigación cuya finalidad es conocer e indagar sobre

Mi participación en la investigación consiste en responder con sinceridad a la administración de los cuestionarios que se me entregarán en el marco de la investigación.

La participación es voluntaria y en cualquier momento puedo dejar sin efecto la presente autorización, retirándome del presente acto.

Se me ha dicho que mis respuestas u opiniones serán confidenciales y sólo de conocimiento para el equipo de investigación, resguardando mi privacidad y los resultados no serán ligados a mi información que se coloca al pie del presente consentimiento.

Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad y que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas preservándose siempre mi identidad, conforme a la ley 25.326.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que en caso de que tenga alguna pregunta acerca del estudio o sobre mis derechos a participar en el mismo, puedo contactar a la Secretaría de Investigación y Desarrollo UFLO, a sinvestydes@uflo.edu.ar.

Habiendo comprendido lo que se me ha explicado, acepto participar en este trabajo de investigación.

Firma:

Firma Profesional Informante:

Aclaración:

Aclaración:

DNI:

DNI:

Fecha:

Protocolo N°:

Arq. Ruth Fische
Rectora
UFLO