



FACULTAD DE PSICOLOGIA Y CIENCIAS SOCIALES

Duelo por Muerte de Animales de Compañía

Una revisión sistemática sobre estrategias y recursos de afrontamiento

Estudiante: Valeria Soledad Baccaro

Legajo: 26913

Director/es: Dr. Marcos Diaz Videla

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Lic. en Psicología

2026

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 4-0 internacional que 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 en el RIUFLO (seleccionar una opción):

A partir del día de la fecha de aprobación del TFI: 23/6/2026

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

Lugar y fecha: CABA, Sede Pedernera, 26/5/2026

Firma y aclaración del autor:



Valeria Soledad Baccaro

“Dedicado a todas las personas que debieron atravesar el proceso de duelo por la muerte de un animal de compañía de forma silenciada y privada. Invisibilizando su dolor por temor a ser socialmente deslegitimados y trivializados en su sufrimiento”.

Agradecimientos

A mi familia, por estar siempre presentes acompañándome en este largo proceso e inculcarme la importancia de superarse a uno mismo. Particularmente a mi padre por enseñarme el valor del conocimiento y por estar en cada momento del camino.

A mis compañeras de facultad, que gracias a su apoyo la carrera se hizo mucho más liviana.

Al equipo docente de UFLO, que me ha permitido reafirmar mi pasión por esta hermosa profesión.

Y un especial agradecimiento a mi director Marcos, que con su infinita paciencia y amplio saber en la temática, cambio mi percepción sobre los animales de compañía y me invito a forjar un mayor vínculo con los míos y a validar ese amor.

Índice

Resumen.....	1
1. Introducción.....	3
1.1. Fundamentación.....	5
1.2. Pregunta de investigación y objetivos.....	9
2. Estado del arte.....	11
2.1 Síntomas.....	11
2.2 Intensidad y Estilo de Apego.....	14
2.3 Tipos de Perdidas.....	14
2.4 Eutanasia.....	15
2.5 Características Demográficas.....	17
2.5.1 Edad.....	17
2.5.2 Genero.....	18
2.5.3 Pareja y Grupo de Convivencia.....	18
2.5.4 Características de los Animales.....	19
2.6 Apoyo Veterinario.....	19
2.7 Vinculo Continuo.....	20
2.8 Crecimiento Postraumático.....	21
2.9 Espiritualidad y Religión.....	22
3. Marco Teórico.....	23
3.1 Apego Humano-Animal.....	23
3.2 Duelo.....	27

3.2.1 Duelo por Muerte de Animales de Compañía.....	30
3.2.1.1 Tipos de Perdidas.....	33
3.2.2 Factores Protectores y de Riesgo en el Duelo de Animales de Compañía.....	36
3.2.3 El Aislamiento y el Apoyo Social ante la Pérdida de Animales.....	39
3.2.4 El Significado de la Pérdida de Animales de Compañía.....	41
3.2.5 Espiritualidad, religión y Rituales Ligados al Luto por Animales.....	42
4. Método.....	46
5. Resultados.....	49
5.1 Identificación y Análisis de las Investigaciones Empíricas sobre Afrontamiento en Duelo por Muerte de Animales de Compañía.....	49
5.2 Reconocimiento y Descripción de las Múltiples Estrategias de Afrontamiento Implementadas por los Tutores en Luto.....	51
5.2.1 Tema 1: Estrategias de Afrontamiento Espontáneas Individuales.....	51
5.2.1.1 Aislamiento.....	53
5.2.1.2 Regulación Emocional Espontánea.....	54
5.2.1.3 Duelo Anticipado.....	56
5.2.1.4 Rutinas.....	58
5.2.1.5 Rituales de Entierro y Cremación.....	59
5.2.1.6 Vínculo Continuo y Conmemoración.....	62
5.2.1.7 Espiritualidad y Religiosidad.....	66
5.2.1.8 Crecimiento Postraumático.....	69
5.2.2 Tema 2: Estrategias de Afrontamiento Espontáneas Interpersonales.....	71
5.2.2.1 Apoyo Social.....	71

5.2.2.2 Relación con Otros Animales.....	73
5.2.3 Tema 3: Estrategias de Afrontamiento Terapéuticas o Profesionales.....	75
5.2.3.1 Apoyo del Equipo Veterinario.....	75
5.2.3.2 Grupos de Apoyo y Otros Abordajes Terapéuticos.....	77
5.3 Sintetizar las Estrategias de Afrontamiento más Útiles Implementadas por los Tutores en Luto para Realizar Recomendaciones sobre su Implementación.....	79
5.3.1 Anticiparse a la Pérdida.....	80
5.3.2 Contar con Información Veterinaria Clara y Sensibilidad del Profesional.....	80
5.3.3 Acompañar al Animal de Compañía Durante la Eutanasia.....	81
5.3.4 Buscar Apoyo Social.....	81
5.3.5 Expresar las Emociones.....	82
5.3.6 Ejercitar la Regulación Emocional.....	83
5.3.7 Realizar Rituales y Conmemoraciones Idiosincráticas.....	84
5.3.8 Promover la Espiritualidad.....	85
5.3.9 Considerar la Adopción de un Nuevo Animal de Compañía.....	87
6. Discusión.....	88
7. Implicancias, Limitaciones y Futuras Líneas de Investigación.....	96
7.1 Aportes y Contribuciones de la Investigación.....	97
7.2 Limitaciones de la Investigación.....	97
7.3 Líneas de Investigación Futuras.....	97
8. Conclusiones.....	100
9. Referencias.....	101
10. Apéndices.....	126

Duelo por la muerte de animales de compañía: una revisión sistemática sobre estrategias y recursos de afrontamiento.

Resumen

En las últimas décadas, los animales de compañía han adquirido un lugar cada vez más significativo dentro de las dinámicas familiares y en la vida afectiva de sus tutores. En este contexto, la pérdida de estos vínculos puede provocar procesos de duelo intensos y dolorosos, comparables con la pérdida de humanos significativos. Frecuentemente, este tipo de duelo carece de reconocimiento y legitimidad social. El duelo es un proceso natural de adaptación emocional frente a la pérdida de un ser querido y suele acompañarse con sentimientos de vacío, consciencia de la ausencia y emocionalidad penosa y angustiosa intensa y persistente. El duelo por muerte de animales de compañía presenta síntomas similares a los que se manifiestan en el duelo por humanos, sin embargo, suele caracterizarse por mayores sentimientos de soledad e invalidación social, además de la ausencia de rituales o conmemoraciones culturales de despedida. El objetivo del siguiente trabajo fue revisar y sintetizar las evidencias sobre la variedad y efectividad de las estrategias de afrontamiento llevadas a cabo por tutores en luto por la muerte de animales de compañía, para realizar recomendaciones para la elaboración particular de este tipo de duelo. Para ello, se realizó una revisión sistemática utilizando el método PRISMA, seleccionando una muestra de 58 estudios con fechas de publicación que oscilaban entre 1985 y 2026, siendo 35 estudios cuantitativos, 15 estudios cualitativos y 8 estudios mixtos. Los resultados obtenidos se organizaron en tres temas: (1) estrategias de afrontamiento espontáneas individuales, (2) estrategias de afrontamiento espontáneas interpersonales y, (3) estrategias de afrontamiento terapéuticas o profesionales. Además, se sintetizaron las estrategias de afrontamiento de acuerdo con su efectividad o utilidad referida, realizando recomendaciones para su implementación. Se destacó la importancia de reconocer el impacto psicológico de la pérdida de animales de compañía y de promover distintas estrategias de afrontamiento que favorezcan la adaptación al duelo, incluyendo validación, apoyo social efectivo y estilos singulares de expresiones de vínculo continuo, que favorezcan el crecimiento postraumático. Asimismo, se remarcó la necesidad de que los profesionales veterinarios y de salud mental incorporen a su práctica herramientas de acompañamiento y validación emocional para ofrecer un apoyo adecuado a los tutores en luto.

Palabras clave: animales de compañía, duelo, duelo por muerte de animales de compañía, estrategias de afrontamiento, familia multiespecie.

1. Introducción

Los seres humanos (*Homo Sapiens*) han vivido inmersos en la naturaleza por más del 99% de su existencia. Durante todo ese tiempo los demás animales (en adelante, animales) fueron considerados como semejantes, tanto mental como espiritualmente, pudiendo cooperar, competir, ser depredadores o depredados. En ese orden natural de cosas los humanos surgieron y evolucionaron (Serpell & Paul, 1994).

En cuestión de unos pocos miles de años, esta idea del respeto por los animales como iguales comenzó a ser reemplazada por nociones crecientemente antropocéntricas. Es decir, los humanos comenzaron a pensarse diferentes y superiores a los animales, con privilegios y derechos sobre ellos. En el mundo occidental fue la tradición judeocristiana la que formalizó los fundamentos para hacerlo (Ingold, 1994).

De este modo, los humanos han forjado relaciones muy diversas con los animales. Estas mayormente incluyen prácticas de explotación animal y propósitos instrumentales (e.g., vestimenta, testeo de productos, comida). Sin embargo, las relaciones establecidas con las mascotas o animales de compañía¹ se configuran como un fin en sí mismo. Es decir, el valor que otorgamos a los animales normalmente se basa en consideraciones económicas y prácticas, pero la importancia que damos a los animales de compañía es el resultado de la relación especial que compartimos con ellos (Mornement, 2018).

Los animales de compañía son entendidos por la Sociedad Americana para la Prevención de la Crueldad contra los Animales (ASPCA), como animales domesticados o criados en cautividad de cualquier especie, “cuyas necesidades físicas, emocionales,

¹ Entendiendo que el lenguaje ofrece un repertorio limitado de términos y este constreñimiento producido por los términos disponibles y por la evitación de ciertas etiquetas, denota y connota aspectos sobre la manera de hablar y pensar a los animales (Sealey & Charles, 2013), en este trabajo optamos por la utilización del término *animal de compañía* en lugar de mascota, así como custodio o tutor en lugar de dueño, para reflejar mejor la vinculación con estos animales, ubicándolos en un terreno familiar.

conductuales y sociales pueden satisfacerse fácilmente como compañeros en el hogar o en una estrecha relación diaria con los humanos” (ASPCA, 2025), y que tienen un valor emocional primordial para su compañero/cuidador humano.

Esta búsqueda de la adquisición de un animal de compañía puede deberse al deseo de extender la red de relaciones existentes, también la gran mayoría de los tutores conviven con ellos por amplios periodos de tiempo, fomentándose un vínculo estable a largo plazo (Rehn et al., 2014). Las relaciones entre animales y custodios se caracterizan típicamente por afecto, son relativamente duraderas y comúnmente incluyen un componente de cuidado. Así, existe cierta tendencia a la formación de un vínculo entre ambos, el cual se configura como un tipo de relación particular que incluye componentes afectivos y proximidad emocional (Díaz Videla, 2022). Además, un animal de compañía puede formar parte de las diversas etapas vitales y crecer a la par de esa persona desde su niñez hasta la adultez temprana (Turner, 2005).

El vínculo humano-animal genera un impacto positivo en el bienestar tanto físico como psicológico de sus tutores: Los animales de compañía actúan como reductores del estrés, mejoran el estado de ánimo y fomentan un sentido de conexión, convirtiéndose en contribuyentes a la calidad de vida en general. No obstante, este profundo apego emocional también significa que su pérdida puede desencadenar un proceso de duelo, que a menudo es ignorado o invalidado socialmente (Park et al., 2023).

A pesar de que el proceso de duelo es una experiencia universal con características y manifestaciones comunes, las reacciones personales de cada individuo pueden variar y ser distintas ante la pérdida de su animal de compañía. Esto se debe a que existen diversos significados que los tutores atribuyen a sus animales, así como los grados de angustia que se vivencia ante su pérdida (Boyraz & Bricker, 2011). De modo

que, la pérdida del animal de compañía para algunos será una situación sumamente estresante y dolorosa, mientras que para otros tendrá una limitada repercusión en sus vidas (McNicholas & Collis, 1995).

Sumado a lo anterior, no todos los procesos de duelo son igualmente reconocidos, lo que nos invita a considerar un fenómeno, cada vez más amplio en la sociedad contemporánea, que se relaciona con la creciente profundidad e importancia de los lazos que se forman entre humanos y animales. Así, en el caso del duelo por la pérdida de los animales de compañía, se hace necesario comprender el rol que ocupa ese animal para su tutor y su familia, además de evaluar las posibles consecuencias de su pérdida (Alves & Scorsolini-Comin, 2025).

1.1 Fundamentación

En las últimas décadas el número de hogares que cuenta con un animal de compañía, perro o gato, ha crecido firmemente en la cultura occidental (Sandøe et al., 2016).

Se estima que alrededor de 90 millones de hogares en Europa cuentan con algún tipo de animal de compañía y aproximadamente, 90,5 millones de hogares en Estados Unidos también (Martyn, 2023). En lo referente a Latinoamérica, en países como Argentina, México y Brasil, se considera que el 80% de los hogares posee al menos un animal de compañía, siendo los perros y gatos las opciones más frecuentes (GfK, 2016). Además, el 90% de esos individuos sostienen que su animal de compañía es parte de su familia, como un miembro más (Díaz Videla & Olarte, 2016).

Esto se asocia con otros cambios sociodemográficos dados hacia finales de SXX y principios de SXXI, ligados a orientaciones de vida más flexibles respecto de mandatos familiares tradicionales, la llamada crisis de los bebés (i.e., *baby bust* o declive de la natalidad), el aplazamiento sistemático del matrimonio y la paternidad, la

fertilidad sustitutiva, el surgimiento de formas alternativas de pareja y la paternidad fuera del matrimonio (Lesthaeghe, 2014).

El alejamiento de las expectativas intergeneracionales de paternidad ha permitido mayor libertad de elección para centrar la vida en la realización profesional u otros aspectos personales, así como en relaciones íntimas que no se basan en la reproducción biológica, dejando a los individuos con el deseo de criar de manera diferente, lo que favoreció la crianza con estrategias parentales hacia los animales de compañía (Volsche, 2018).

Este fenómeno emergente de crianza parental hacia animales se da en mayor medida en culturas que tienen:

- (1) Altas tasas de urbanización.
- (2) Decrecientes tasas de fertilidad total (i.e., nacimientos promedio por mujer).
- (3) Apoyo a orientaciones de vida más allá de la reproducción (Volsche et al., 2021).

Así, en grandes centros urbanos como Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA), se encontró un aumento de 9,3 puntos porcentuales en la tenencia de animales de compañía durante el periodo del 2003-2022. Se estimó que el 42% de los hogares tienen al menos un animal de compañía, con 28% de hogares con al menos un perro y 19% con al menos un gato (Dirección General de Estadística y Censos [DGEyC], 2023).

Y en paralelo, en CABA se estimó que habitan 490.000 perros de compañía y solo 397.600 niños menores de 10 años. La suma de perros y gatos de compañía da 858.000, lo cual duplica la cantidad de niños (Martos, 2023). En esta ciudad, el 60% de los custodios de perros indica considerar que sus perros son como hijos para ellos (Díaz Videla, 2022).

La creciente complejidad de las relaciones humano–animal revela que, si bien los animales suelen aportar beneficios emocionales, estos vínculos también pueden generar desafíos psicológicos. Aunque se reconoce que la convivencia con animales puede ayudar a aliviar el estrés, las particularidades de la relación pueden influir en la salud mental, especialmente cuando ocurre la pérdida, despertando sentimiento como ira, angustia y culpa, dando lugar a un proceso de duelo (Kogan, 2024).

El duelo por la muerte de animales de compañía es posiblemente el aspecto emocionalmente más costoso de la vinculación con animales. Los tutores frecuentemente lo anticipan como un evento que será traumático, y la intensidad del dolor asociado con la pérdida —en muchos casos— puede ser equiparable al de la muerte de un humano, aunque con menor reconocimiento social, lo que dificulta la elaboración del duelo (Díaz Videla, 2024; Ringach et al., 2023).

En tanto proceso universal y natural de adaptación emocional ante la pérdida de un ser querido, con consciencia de la pérdida y sentimientos de vacío (APA, 2022), el duelo por muerte de animales de compañía no ha sido reconocido clásicamente. Llegando incluso a interpretar sus manifestaciones como patológicas (Keddie, 1977). Si bien en la actualidad las actitudes hacia la vinculación con animales se han modificado y el duelo por muerte de animales cuenta con mayor reconocimiento, su legitimidad social aún se encuentra limitada dando como resultado que muchos tutores se queden sin un sistema de apoyo necesario y adecuado (Alves & Scorsolini-Comin, 2025; Cordaro, 2012).

Curiosamente, la incomprensión sobre el impacto emocional que provoca la pérdida de un animal de compañía, en ocasiones, también ocurre por parte de los profesionales, ya sea del campo de la salud animal como de la salud mental humana (Bussolari et al., 2018a). Respecto de los primeros, frecuentemente han tenido poca o

nula capacitación sobre cómo responder a los clientes angustiados o en duelo (Sharkin & Knox, 2003). Respecto de los profesionales del área de salud mental humana, en sus formaciones se le ha brindado poca relevancia a la vinculación humano-animal, lo cual suele conducirlos a subestimar el significado de esta pérdida (Meléndez Samó, 2014). Según Walsh (2009), el desentendimiento que suele generar el campo de la salud mental sobre este fenómeno ha conducido a los tutores en luto a un ocultamiento emocional para no ser criticados o clasificados bajo un diagnóstico psiquiátrico.

Además, la ausencia de rituales de despedida apropiados y las restricciones sociales impuestas hacia los animales, dificulta en el proceso de luto, inhibiendo la expresión de sentimientos y pensamientos relacionadas, dificultando la elaboración del duelo (Lavorgna & Hutton, 2019), incrementando el riesgo de desarrollar un trastorno por duelo prolongado (APA, 2022) en los tutores de perros y gatos. Este se caracteriza por síntomas depresivos, ansiosos y de estrés postraumático que no se ven disminuidos en intensidad con el paso del tiempo, y también se ha encontrado en casos de tutores en luto con dificultades en la elaboración de sus duelos (Adrian et al., 2009). El proceso de duelo por la pérdida de un animal de compañía no solo implica afrontar dicha pérdida, sino también reconocer el papel fundamental que cobran los rituales de despedida y homenaje, en donde se honra el rol del animal fallecido en la familia (Bowen, 2022).

Dados los incrementos en tenencia de animales de compañía, la mayor integración de estos en dinámicas y espacios sociales, y la intensidad emocional de la vinculación, adentrarse en la temática de su pérdida y el consiguiente proceso de duelo resulta necesario para los profesionales de salud mental (Ringach et al., 2023). Comprender los factores que contribuyen a la severidad del duelo y los recursos de afrontamiento más efectivos, pueden ayudar a mejorar las estrategias de apoyo para los tutores en luto (Díaz Videla, 2024).

Algunos mecanismos de afrontamiento pueden ser saludables y fomentar el crecimiento personal a partir de la experiencia, mientras que otros resultan desadaptativos para el tutor en luto. Parte de la investigación empírica sobre duelo por animales se ha centrado en explorar las estrategias de afrontamiento utilizadas por los tutores y la efectividad de estas (Park et al., 2021). Así, este trabajo se propone realizar una revisión sistemática sobre los recursos y estrategias de afrontamiento empleados por los tutores y su efectividad en la elaboración del duelo por muerte de animales de compañía.

1.2 Pregunta de Investigación y Objetivos

La pregunta de investigación se elaboró a partir de una discusión entre por la autora de la tesis y su director: ¿Qué evidencias científicas respaldan la efectividad de las estrategias y recursos de afrontamiento en la elaboración del duelo por muerte de animales de compañía?

A partir de esta, se determinó el siguiente objetivo general de investigación:

- Revisar y sintetizar las evidencias sobre la diversidad y efectividad de las estrategias de afrontamiento llevadas a cabo por tutores en luto por la muerte de animales de compañía, para realizar recomendaciones para la elaboración del duelo.

Esta investigación contó con los siguientes objetivos específicos:

- Identificar y analizar las investigaciones empíricas sobre afrontamiento en duelo por muerte de animales de compañía.
- Reconocer y describir las múltiples estrategias implementadas por los tutores en luto y sus efectos.
- Sintetizar las estrategias de afrontamiento más útiles implementadas por los tutores en luto para realizar recomendación sobre su implementación.

Así, el presente estudio propone una revisión sistemática de estudios empíricos para explorar las estrategias de afrontamiento utilizadas por los tutores, ante la pérdida de su animal de compañía, y la efectividad de estas.

2. Estado del Arte

El estudio del duelo por muerte de animales de compañía permitió identificar y describir la sintomatología desplegada por los tutores en luto, la cual puede resultar comparable en forma e intensidad a la expresada en el duelo por muerte de humanos. Sin embargo, los duelos por muerte de animales presentan particularidades como la práctica de la eutanasia, el escaso apoyo social y la ausencia de rituales sociales de luto; factores que pueden dificultar la adaptación a la pérdida.

En el proceso de elaboración de estos duelos, la anticipación y las circunstancias en torno a la muerte de los animales pueden resultar predictores del ajuste. También se destaca la importancia del apoyo del personal veterinario y las prácticas espirituales y de continuidad del vínculo para dar lugar a un crecimiento postraumático tras las pérdidas. A continuación, se presentan los resultados de los estudios sobre duelo por muerte de animales de compañía, agrupados de acuerdo con estas características y aspectos claves.

2.1 Síntomas

Los hallazgos de un creciente cuerpo de investigaciones empíricas indican que las reacciones emocionales, físicas y sociales de los tutores de animales en duelo son similares y pueden ser tan intensas como las que se presentan ante la pérdida de un vínculo significativo humano (Eckerd et al., 2016).

Los síntomas más evidentes informados por los tutores en duelo son el llanto, el decaimiento, experimentar una sensación de soledad y sentimientos de culpa (Wrobel & Dye, 2003). También son frecuentes manifestaciones de ansiedad y síntomas somáticos como la pérdida de sueño o apetito (Adams et al., 2000; King & Werner, 2012). Al entrevistar a 29 tutores en luto por la muerte de sus perros, un estudio registró síntomas como vómitos, mareos, inestabilidad emocional, estrés y reducción en la calidad de vida

física, psicológica y relacional (Tzivian et al., 2015). Adams et al. (2000) mostraron que el 30% de los tutores que habían perdido a sus animales recientemente atravesaban un proceso de duelo intenso que se caracterizaba también por manifestaciones físicas y emocionales como la pérdida de sueño o apetito, la sensación de que algo dentro de ellos había muerto o la pérdida de sentido.

Comparando las reacciones ante la pérdida de humanos y animales de compañía (i.e., perros y gatos) informadas por un grupo de 35 tutores, Rujoiu y Rojoiu (2014) destacaron las similitudes en ambos casos. Estos autores mostraron que la intensidad del duelo no mostraba diferencias por la especie del fallecido, sino que se asociaba directamente con la proximidad vincular con este. Es decir, el duelo ante la muerte de un animal de compañía podía representar una experiencia similar a la experiencia a la atravesada tras perder a un ser humano querido.

Black et al. (2020) compararon las conductas posteriores a los fallecimientos de seres queridos, entre personas que habían perdido a su pareja ($n = 486$), a sus perros o gatos ($n = 199$) y a sus hijos previo al nacimiento (i.e., pérdidas prenatales; $n = 226$). Los autores destacaron que tanto ante la pérdida de parejas románticas como de animales de compañía las personas tenían conductas similares ligadas a compartir recuerdos sobre el fallecido; algo que no sucedía en las pérdidas prenatales. Estas últimas, a su vez, compartían con la pérdida de animales, lo frecuente que puede resultar experimentar sentimientos de ilegitimidad o de privación de derechos de duelo.

El estudio de Adams et al. (2000) también reveló que más del 50% de los tutores entrevistados consideraba que la sociedad no considera la muerte de un animal de compañía como una pérdida digna de un proceso de duelo. Estos tutores en luto frecuentemente expresaban su necesidad de hablar sobre sus experiencias y que sus sentimientos sean reconocidos y aceptados por otros. Packman et al. (2014) mostraron

que una simple encuesta *online* podía cumplir el papel de un puente empático, proporcionando la oportunidad para que las personas expresaran sus sentimientos de manera segura.

También se encontraron diferencias en cuanto al reconocimiento que pueden recibir los tutores en luto ante la pérdida de animales según la especie. En una encuesta realizada por Dijk (2019) con 149 tutores de perros, gatos y otras especies, se evidenció que en el caso de perros había mayor reconocimiento social de la pérdida.

La falta de percepción de apoyo social por parte de los tutores en luto se asoció con mayor gravedad de los síntomas de duelo (Lavorgna & Hutton, 2019) y se correlacionó con respuestas emocionales problemáticas, como depresión, ansiedad o culpa (Packman et al., 2014).

Si bien el tiempo transcurrido desde la pérdida, tanto animal como humana tiende a asociarse con disminución de sintomatología de duelo (Cowling et al., 2020; Lykins, 2023; McCutcheon & Fleming, 2002), en algunos casos, el duelo puede enquistarse y presentar complicaciones (i.e., duelo complicado o prolongado).

Pocos estudios evaluaron específicamente el duelo prolongado ante la pérdida de animales de compañía, aunque los hallazgos disponibles sugieren que un pequeño grupo de tutores llegan a experimentar síntomas graves de depresión y/o ansiedad o estrés postraumático, que no disminuyen su severidad con el tiempo. Adrián et al. (2009) evaluaron 106 tutores que habían perdido un animal de compañía y encontraron que alrededor del 20% experimentaban manifestaciones significativas subclínicas de duelo (e.g. tristeza, sensación de vacío, añoranza y recuerdos intrusivos del animal fallecido), mientras que entre el 12% experimentaba una disfuncionalidad ligera, y poco menos del 5% un trastorno grave.

2.2 Intensidad y Estilo de Apego

La intensidad del vínculo del tutor hacia su animal es probablemente el elemento más estudiado y reconocido como predictor de la respuesta a la pérdida. Desde las primeras investigaciones en el tema se destacó la asociación entre el apego hacia el animal fallecido y la gravedad y duración del duelo (McCutcheon & Fleming, 2002; Wrobel & Dye, 2003). Así, múltiples investigaciones posteriores mostraron resultados consistentes, al correlacionar escalas que evalúan intensidad de apego o de cercanía emocional hacia el animal y escalas que evalúan intensidad de duelo (Cowling et al., 2020; Eckerd et al., 2016; King & Werner, 2012; Lavorgna et al., 2019; Packman et al., 2011).

Sin embargo, algunos trabajos destacaron que las reacciones de duelo no dependían solo de la intensidad del apego, sino también del tipo de apego (Field et al., 2009; Zilcha-Mano et al., 2011). Al igual que en el duelo frente a las pérdidas interpersonales, el estilo de apego (i.e., seguro, ansioso o evitativo) influye directamente en la respuesta a la separación o la pérdida, y es un predictor importante de la variabilidad en las respuestas (Field et al., 2009). Zilcha-Mano et al. (2011) mostraron que los tutores que puntuaban alto en la subescala de apego ansioso hacia sus animales tendían a incrementar sus reacciones emocionales frente su muerte, con mayor malestar, rumiación y sensación de pérdida de propósito. A su vez, los tutores con mayores puntajes en apego evitativo hacia los animales tendían a desactivar estas reacciones de duelo y a mostrarse relativamente indiferentes a la pérdida. Los estudios de Field et al. (2009) y Lykins et al. (2023) también evidenciaron que el estilo de apego ansioso resultaba predictor de duelos más severos.

2.3 Tipos de Pérdidas

Las investigaciones destacaron que el tipo de muerte no se asociaba consistentemente con factores de duelo (Cowling et al., 2020; Eckerd, 2016), como sí el grado de predictibilidad o anticipación de la muerte, el cual se ligaba directamente a menor sintomatología (Chur-Hansen, 2010; Planchon et al., 2002; Williams & Green, 2016), siendo la muerte súbita o inesperada asociada con mayor ira y culpa (Barnard-Nguyen et al., 2016; Uccheddu et al., 2019). Un estudio mostró que el 91% de los participantes indicó creer que será traumático o muy traumático el momento en que su perro muera, siendo este costo emocional uno de los aspectos más negativos de la relación con animales de compañía (Díaz Videla, 2022).

La investigación sobre el impacto de las pérdidas ambiguas (i.e., situación en la que la pérdida no está claramente definida o no puede resolverse completamente) en los tutores en luto es limitada y se suele centrar en las pérdidas debidas a desastres naturales (Hunt et al., 2008; Lowe et al., 2009; Travers et al., 2021). Al estudiar los efectos producidos tras el huracán Katrina en 65 tutores de animales, Hunt (2008) encontró que el abandono forzado del animal durante evacuaciones aumenta considerablemente el trauma agudo, y por lo tanto el riesgo de sufrir trastorno por estrés postraumático a largo plazo.

2.4 Eutanasia

El procedimiento de eutanasia es uno de los aspectos más explorados sobre el duelo de tutores de animales de compañía, considerado como un factor de estrés adicional (Bussolari et al., 2018b; Matte et al., 2021; Park & Royal, 2020; Reisbig et al., 2017; Tzivian et al., 2014; Wong et al., 2017). Existen numerosos estudios sobre el tema, con resultados mixtos respecto a su impacto en los tutores. Para algunos puede ser un consuelo frente al dolor de la pérdida, al saber que hicieron lo necesario para que el

animal no sufriera innecesariamente; mientras que, para otros, la eutanasia puede generar sentimientos de culpa y de remordimiento, por haberle dictado una “sentencia de muerte” al animal (McNicholas & Collis, 1995).

En una revisión sistemática de estudios, Park et al. (2021) destacaron que el procedimiento de eutanasia podía complicar la elaboración del duelo de acuerdo con las circunstancias en torno a las que se tomaba la decisión. Por ejemplo, los tutores experimentaban mayores sentimientos de culpa y arrepentimiento si la decisión de la eutanasia se tomaba a partir de que el procedimiento para salvarle la vida al animal tenía un costo económico demasiado elevado o inaccesible. También, si la decisión de la eutanasia no era unánime en la familia, podían generarse sentimientos de ira y resentimiento. Finalmente, las experiencias negativas con el equipo veterinario también impactan desfavorablemente en la experiencia de los tutores y el duelo.

Respecto de los impactos positivos de la eutanasia, se evidenció que los tutores que optaban por esta debido a una enfermedad crónica en sus animales (e.g., cáncer), mostraban una respuesta de duelo más adaptativa, con niveles más bajos de ira y culpa (Barnard-Nguyen et al., 2016). Incluso algunos tutores referían haber obtenido una sensación de fortalecimiento personal a través del proceso de eutanasia al sentirse que debieron ser fuertes o valientes por el bienestar de su compañero animal (Bussolari et al., 2017; Packman et al., 2016).

Ante complicaciones severas de salud, McCutcheon y Fleming (2002) encontraron incluso que los tutores cuyos animales habían muerto naturalmente experimentaban más angustia, aislamiento social y pérdida de control en comparación con los tutores que habían optado por eutanasia. Esto podía responder a la predictibilidad y participación que habían tenido algunas familias en los últimos momentos de vida del animal; mientras que los tutores de animales que habían muerto

de forma natural no sabían exactamente cuándo sucedería e, incluso, es posible que conservaran expectativas de una recuperación milagrosa. Por el contrario, las familias que optaban por la eutanasia a menudo contaban con un tiempo de preparación para la pérdida, el cual permite planificar los últimos momentos compartidos con el animal en un esfuerzo por demostrar amor y cuidado antes de la eutanasia (Tzivian et al., 2014). Asimismo, la mayoría de los tutores del estudio de Bussolari et al. (2018b), indicaron haber encontrado consuelo al saber que su decisión alivió a su animal, mientras que en el estudio de Tzivian et al. (2014), casi el 83% de los tutores de perros estaba seguro de que la elección de la eutanasia era por el bienestar de su animal.

En suma, el impacto de la eutanasia en la elaboración del duelo ha mostrado resultados mixtos. Incidiendo negativamente, con mayores sentimientos de culpa y remordimiento, cuando la decisión era ajena al animal (e.g., motivos económicos) o había dudas (McNicholas & Collis, 1995). Mientras que, cuando esta decisión se ligaba al alivio del sufrimiento del animal (Behler et al., 2020; Tzivian et al., 2014), fundamentalmente contando con buena orientación y apoyo veterinario (Cowling, 2020; Testoni et al., 2019), se evidenciaron mejores respuestas de duelo.

2.5 Características Demográficas

La literatura menciona algunas variables demográficas ligadas a los tutores que, en asociación con otros factores, podrían constituirse en un factor de riesgo, para ciertas personas, en determinadas circunstancias. Entre las variables demográficas más estudiadas se encuentran el género y la edad de los tutores en luto (Hunt & Padilla, 2006).

2.5.1 Edad

La relación entre la edad del tutor y la respuesta de duelo ha evidenciado resultados poco consistentes, considerándose una relación compleja y matizada

(Barnard-Nguyen et al., 2016; Park et al., 2021). Algunos estudios sugieren que los tutores jóvenes son más propensos a experimentar una respuesta intensa de duelo (Cowling et al., 2020; Díaz Videla, 2024), mientras otros indican que las personas mayores pueden ser más vulnerables a experimentarla (Uccheddu et al., 2019). En su revisión, Park et al. (2021) destacaron que la literatura sigue sin estar clara sobre el efecto de la edad en la respuesta de duelo, con hallazgos mixtos.

2.5.2 Género

Algunos estudios sugirieron que las mujeres reportaban respuestas de duelo más intensas que los hombres (Behler et al., 2020; Hunt & Padilla, 2006), mientras que otros estudios no encuentran diferencias significativas de acuerdo con el género del tutor (McCutcheon & Fleming, 2002).

De todas formas, la mayor parte de las investigaciones coinciden en que tanto hombres como mujeres sufren duelo por la pérdida de sus animales, aunque las mujeres son más propensas a expresarlo (Gosse, 1988; Planchon & Templer, 1996; Reynolds, 1999). Las investigaciones de Gosse y Barnes (1994) y Packman et al. (2016) también encontraron esto y explicaron las diferencias a partir de que las respuestas de duelo masculinas suelen estar enmascaradas por la mayor renuencia a expresar sus sentimientos.

2.5.3 Pareja y Grupo de Convivencia

Las comparaciones de acuerdo con la situación de pareja y grupo conviviente mostró que los tutores solteros y de hogares unipersonales mostraron síntomas más severos de duelo en comparación con aquellos que vivían con parejas o en hogares multipersonales (Davis et al., 2003; Field et al., 2009; McCutcheon & Fleming, 2002; Uccheddu et al., 2019).

Por ejemplo, Kimura et al. (2011) evaluaron las reacciones emocionales de un grupo de 11 tutores que en las últimas semanas habían perdido a sus animales de

compañía. Encontraron una correlación negativa entre la cantidad de humanos convivientes y la sintomatología depresiva. Para los autores, esto se debe en parte a que, a mayor cantidad de convivientes, mayor variabilidad en la decisión de adopción y distribución del cuidado del animal.

2.5.4 Características de los Animales

La especie animal (i.e., perro o gato) no se considera una variable relevante sobre intensidad del dolor del tutor (Eckerd et al., 2016; McCutcheon & Flemming, 2002), aun cuando la legitimidad social del duelo es mayor para perros que para otras especies (Dijk, 2019). La mayor edad del animal sí se asocia consistentemente con menor sintomatología de duelo (Díaz Videla, 2024; Testoni et al., 2019).

En el estudio de Tzivian et al. (2014), los tutores indicaron que la presencia de otros animales en la familia era considerada como una fuente de consuelo y alegría que ayudaba a mitigar el duelo. Sin embargo, no se observaron asociaciones entre la cantidad de animales en el hogar y la intensidad del duelo (Díaz Videla, 2024). De todas formas, la adquisición de un nuevo animal de compañía puede ayudar a los tutores a elaborar la pérdida (Park & Royal, 2020), ligándose a menores niveles de depresión en los tutores en luto (Brown & Symons, 2016).

2.6 Apoyo Veterinario

Los tutores tienden a destacar la importancia de la compasión, comprensión y confiabilidad del equipo veterinario —junto con la de familiares y amigos— para el afrontamiento de la pérdida de sus animales (Brown et al., 2023; Díaz Videla, 2024). Esto influye drásticamente en la toma de decisiones (e.g., de practicar eutanasia) y, posteriormente, en el manejo del duelo (Bussolari et al., 2018b). Morris (2012) y Fernandez-Mehler et al. (2013) identifican que, en la eutanasia, el equipo veterinario

puede aliviar la culpa y crear un espacio seguro para el duelo, permitiendo hablar sobre la pérdida.

Así, diversos trabajos destacaron la importancia de la orientación y el apoyo del personal veterinario para minimizar las experiencias negativas y mitigar la severidad del dolor ante la muerte de animales de compañía (Barnard-Nguyen et al., 2016; Matte et al., 2021; Rémillard et al., 2017).

2.7 Vínculo Continuo

Algunos trabajos estudiaron la búsqueda de conexión emocional con los animales fallecidos (i.e., vínculos continuos) por parte de los tutores en luto (Field et al., 2009; Packman et al., 2014). Habarth et al. (2017) mostraron que las puntuaciones más altas en apego hacia los animales y en intensidad de respuesta de duelo estaban asociadas con el uso de una mayor variedad de expresiones de vínculos continuos. Los autores especularon que el tener un mayor apego a un animal, implicaba pasar más tiempo junto a este y, por lo tanto, participar en una gama más amplia de actividades compartidas. Esto favorecería que los tutores en duelo pueden utilizar una mayor diversidad de estrategias para permanecer conectados con el animal después de la muerte.

Lykins et al. (2023) diferenciaron el impacto de los vínculos continuos de acuerdo con el estilo de apego. Los autores evaluaron a un grupo de 496 tutores que habían perdido a un animal de compañía en los últimos tres años. Mostraron que el estilo de apego ansioso era predictor de respuestas de duelo más severas, y que esta relación estaba parcialmente moderada por los vínculos continuos, mientras que el estilo de apego evitativo era un predictor de menor respuesta de duelo con independencia de las manifestaciones de vínculo continuo. Es decir, las personas con estilos de apego

ansioso, pero no evitativo, tienden a encontrar consuelo en los vínculos continuos con el animal.

En una reciente revisión sistemática de estudios sobre vínculos continuos con animales, Hughes y Lewis Harkin (2022) destacaron que, para muchos tutores en luto, estos pueden constituir un mecanismo de apoyo que permite moderar la intensidad del duelo y favorecer un crecimiento postraumático. Sin embargo, los autores también destacaron que, en ocasiones, los vínculos continuos pueden agravar e intensificar el duelo, y que esto sucede fundamentalmente cuando el duelo se percibe con falta de legitimidad por parte del entorno.

2.8 Crecimiento Postraumático

Diversos estudios mostraron que los tutores en luto también podían reconocer la presencia de emociones o comportamientos positivos después de la experiencia adversa (i.e., crecimiento postraumático). Por ejemplo, algunos tutores refirieron haberse encontrado más fuertes de lo que esperaban al decidir a favor de su animal de compañía a pesar de su propio dolor, o experimentar mayor cohesión y aprecio mutuo entre los miembros de la familia luego de la pérdida (Bussolari et al., 2017; Packman et al., 2016).

Algunos tutores en luto indicaron que las experiencias positivas de crecimiento postraumático también podían expresarse a partir de una mayor apreciación de la vida, un mayor sentido de fortaleza personal, un cambio de prioridades vitales o un enriquecimiento en la vida espiritual (Bussolari et al., 2017; Wong et al., 2017). Esta revalorización de la vida y los cambios en términos de espiritualidad podían orientar a las personas a involucrarse en causas ligadas al rescate y protección animal (Packman et al., 2016; Park & Jeong, 2022).

2.9 Espiritualidad y Religión

Algunos estudios destacaron la importancia del afrontamiento religioso y espiritual para favorecer la adaptación de los tutores ante la pérdida de sus animales (Lee, 2015; Lee & Surething 2013; Wong et al., 2017). Lo más frecuente es que la personas apliquen sus sistemas de creencias sobre la vida y muerte humanas a los animales de compañía (Davis et al., 2003). Por ejemplo, entendiendo que sus animales se encuentran en un lugar mejor, sin dolor o que volverán a reencontrarse con sus animales en otras vidas (Wong et al., 2017).

Algunos tutores también refirieron encontrar consuelo en la realización de rituales religiosos como rezar. Solo excepcionalmente los tutores en luto expresaron una asociación negativa entre la pérdida del animal y la religión (e.g., cuando el tutor se sentía castigado o abandonado por Dios; Tzivian et al., 2014; Wong et al., 2017).

Lee & Surething (2013) encontraron que la espiritualidad, entendida como un proceso personal de búsqueda de conexión y comprensión de la propia existencia, ayudaba a mitigar el impacto de la pérdida de los animales, al proporcionar un marco de adaptación para que los tutores puedan asimilar estas pérdidas en su narrativa de vida.

3. Marco Teórico

La proximidad emocional en el vínculo entre tutores y animales ha sido conceptualizada como un vínculo de apego. Esto se fundamentó en investigaciones sobre fenómenos cognitivo-conductuales dados en las interacciones con animales de compañía y en los estudios de los correlatos neuroendocrinos de estas interacciones (Díaz Videla, 2020). Además, la teoría del apego ha proporcionado una manera de comprender las manifestaciones emocionales (e.g., ira, ansiedad, depresión) desencadenadas a partir de la pérdida de la figura de apego. Así, la conceptualización del vínculo humano-animal como un vínculo de apego también se basó en las respuestas de los tutores ante la pérdida irreversible del vínculo con sus animales. Es decir, la amenaza a la accesibilidad a una figura de apego evoca respuestas de protesta y medidas para evitar la separación, y la pérdida permanente evoca luto y duelo (Sable, 2013).

Los síntomas del duelo por muerte de animales se asemejan estrechamente a los descritos en el DSM-5 para el duelo humano (Lee, 2020) aunque la sociedad suele invalidar el dolor de los tutores lo que puede dar lugar a un duelo complicado (Park et al., 2021). El apoyo social, dar sentido a la pérdida y la realización de rituales de luto pueden favorecer la elaboración del duelo por muerte de animales de compañía (Ringach et al., 2023).

3.1 Apego Humano-Animal

La Teoría del Apego se ha vuelto central para comprender diversos aspectos del vínculo humano-animal, así como la respuesta frente a la pérdida de estos (Sable, 1995, 2013).

Con frecuencia el término apego se utiliza en un sentido amplio, simplemente para dar cuenta de una cercanía o ligazón emocional general. Ahora bien, estrictamente, en psicología, se circunscribe a los desarrollos en torno a la reconocida Teoría del

Apego de Bowlby (1969), propuesta inicialmente para describir las relaciones entre los padres y los niños pequeños, así como el deseo de brindar protección y cuidados nutricios. De este modo, el apego queda definido como un sistema motivacional primario que brinda nutrición emocional, siendo así una característica, funciones o un tipo de vínculo que provee amor, seguridad y otros recursos no materiales que se vuelven necesarios para los individuos (Berkman & Glass, 2000).

Posteriormente, Ainsworth (1978) describió la existencia de distintos estilos posibles en los vínculos de apego. Cada uno se asocia con una serie de expectativas hacia los demás y con cómo las personas se ven a sí mismas. De este modo, se configura como un patrón duradero para formar y sostener relaciones a lo largo de la vida. El estilo de apego seguro se asocia con percepciones positivas y confianza en los demás y de sí mismo. Niños que cuentan con un cuidador afectivo y sensible, que intuitivamente lee sus necesidades y responde en consecuencia, tienden a desarrollar un estilo de apego seguro. Niños con cuidadores sin las habilidades cruciales para interpretar adecuadamente sus necesidades y responder en consecuencia tienden a desarrollar un apego inseguro. Este se subdividió en 3 subtipos:

- (1) Ansioso: evidenciado en niños incapaces de tolerar la ausencia del cuidador, el cual tiende a ser excesivamente protector y restringe la independencia del pequeño.
- (2) Evitativo: evidenciado en niños con autoestima pobre, escasas respuestas emocionales, poca diferenciación en el trato hacia extraños y hacia el cuidador, el cual tiende a desalentar el llanto y a fomentar la independencia y sobreadaptación del pequeño.

(3) Ambivalente: evidenciado en niños que manifiestan preocupación por la disponibilidad del cuidador y buscan su contacto, pero que, a la vez, se irritan y se muestran resistentes en su proximidad; su cuidador resulta inconsistente entre respuestas apropiadas y negligentes.

Desarrollos posteriores mostraron que otras relaciones establecidas en la vida adulta también podían configurarse como vínculos de apego. Basándose en las características descritas en los desarrollos sobre estilos de apego, Bartholomew y Horowitz (1991) propusieron cuatro criterios para considerar la presencia de un vínculo de apego (i.e., apego seguro) en un individuo:

- (1) Búsqueda de proximidad: muestra preferencia por estar cerca de una figura de apego en los momentos de necesidad o estrés.
- (2) Refugio seguro: obtiene alivio y consuelo a partir del contacto con su figura de apego.
- (3) Base segura: incrementa su sensación de seguridad y autoconfianza en torno a la figura de apego, esto le permite explorar más el mundo y desarrollarse.
- (4) Angustia ante la separación: manifiesta estrés y ansiedad frente a la ausencia de la figura de apego, con respuestas de protesta y medidas para evitar la separación cuando la accesibilidad a esta figura esté amenazada, y con respuestas de dolor y duelo, cuando la separación sea permanente.

Así, una figura de apego adulta puede ser un esposo, otro miembro de la familia, un amigo íntimo o bien un animal de compañía. Si bien inicialmente la aplicación de la Teoría del Apego al vínculo humano-animal generó polémicas, hoy ya no se encuentra

en discusión en el ámbito académico (Díaz Videla, 2022). Posiblemente, las evidencias más sólidas fueron las obtenidas a partir de las evaluaciones sobre las respuestas conductuales de los animales con sus tutores con el mismo método que usado para evaluar las respuestas de los niños con sus padres: Prueba de Situación Extraña (Ainsworth, 1969; Ainsworth & Bell, 1970). Este procedimiento fue adaptado para evaluar el apego de los animales y permitió describir comportamientos similares a los encontrados en las interacciones entre los niños y sus madres (Palmer & Custance, 2008; Prato-Previde et al., 2003; Topál et al., 1998).

Los resultados fueron hallados consistentemente en perros, y luego en gatos, aunque aún no es claro si estos apegos emocionales son particulares de estas dos especies, las cuales —a diferencia de otras— fueron sometidas a largos procesos de selección genética a través de la domesticación que los llevó a convertirse en los principales animales de compañía para los humanos (Hosey & Melfi, 2018). En lo que a perros respecta, el acuerdo generalizado fue que, en tanto los fenómenos comportamentales observados resultaban similares a los descritos en interacciones madre-hijo, el vínculo humano-perro resultaba análogo en cuanto a los comportamientos de apego (Díaz Videla, 2022).

Adicionalmente, se evidenció que los perros también podían funcionar como figuras de apego para sus custodios, cumpliendo las funciones de refugio y base segura para moderar las inseguridades de los humanos, favoreciendo la confianza y brindando alivio (Zilcha-Mano et al., 2011, 2012); y que los humanos podían desarrollar auténticas respuestas de duelo ante la separación permanente con sus animales (Adams et al., 2000; Wrobel & Dye, 2003).

Finalmente, el sustrato neuroendócrino del apego hacia otras especies, ligado a variaciones en oxitocina en ambos participantes, resultó ser el mismo que sustenta la

vinculación madre-cría (Nagasawa et al., 2015). Por eso, hoy existe sobrada evidencia respecto de la pertinencia del concepto de apego para los vínculos humano-animal.

3.2 Duelo

Una de las consecuencias del establecimiento de un vínculo de apego es la respuesta de duelo frente a su pérdida. Según Bowlby (1969), el duelo es la respuesta a la ruptura de un vínculo significativo, en el que existió una inversión afectiva en la relación, de modo que la intensidad del duelo será proporcional al grado de apego previamente establecido.

El duelo puede definirse como un proceso natural y de adaptación emocional que sigue a una pérdida de un ser querido, característicamente con consciencia de pérdida y sentimientos de vacío. También puede incluir desesperación, disforia y, ocasionalmente, dar lugar a expresiones emocionales excesivas en duración e intensidad (APA, 2022). Este proceso se configura como dinámico, complejo y multidimensional que incluye reacciones físicas, sociales, emocionales, cognitivas y conductuales (Stroebe et al., 2017).

La presencia de sintomatología depresiva como sentimientos de tristeza, insomnio y pérdida de apetito se considera parte de un proceso de *duelo normal*. Durante este, el afecto predominante es el sentimiento de vacío y pérdida, el cual se presenta en oleadas y suele disminuir con el tiempo. Eso diferencia al duelo de los trastornos depresivos, los que se caracterizan por un estado de ánimo deprimido muy persistente con incapacidad de experimentar felicidad o placer. Así, luego de pérdidas significativas, estas manifestaciones se entienden como componentes de un proceso funcional y, en cierta medida, esperable (APA, 2022), y no se suele diagnosticar un trastorno depresivo, ni requiere asistencia clínica.

Kübler-Ross (1993) planteó un modelo general de cinco fases que atraviesan las personas en duelo:

- (1) Negación: no se admite la pérdida y se la niega.
- (2) Ira: se experimenta enfado por no haber podido evitar la pérdida. Se buscan causas y culpabilidad.
- (3) Negociación: se analizan los pros y contras de la pérdida.
- (4) Dolor emocional: se experimentan tristeza y síntomas depresivos.
- (5) Aceptación: se asume que la pérdida es inevitable y se establece un nuevo equilibrio.

Este modelo continúa siendo ampliamente difundido, aunque los enfoques contemporáneos tienden a apartarse del modelo de estadio/fase. A diferencia de los modelos tradicionales, los más actuales tienden a destacar los patrones complejos y fluctuantes de la experiencia del duelo y se centran en los procesos cognitivos, emocionales e interpersonales que la persona pone en marcha en la adaptación a una pérdida significativa (Neimeyer, 2001; Stroebe & Schut, 1999).

La Teoría del Estrés y Afrontamiento de Lazarus y Folkman (1986) considera la pérdida de un vínculo significativo como un estresor que pondrá en marcha un conjunto de estrategias cognitivas, conductuales y emocionales en el individuo para afrontar la situación. El grado en que el evento se percibe como estresante o amenazante, no depende tanto de las características del estresor, como del balance entre la significación personal del evento y la valoración de los recursos de afrontamiento disponibles. La vulnerabilidad se refiere a la creencia de un individuo de que es “susceptible a daños, resultados negativos y desprotegido frente a peligros o infortunios imprevisibles” (Perrig-Chiello et al., 2016, p. 89).

Esto ha sido aplicado al estudio del vínculo humano-animal y la elaboración de sus duelos. Así, se entiende que la evaluación subjetiva de la pérdida que realiza el tutor del animal de compañía junto con su capacidad de afrontamiento determina su respuesta, en lugar de la pérdida en sí misma (Kogan et al., 2021; Reisbig et al., 2017).

Se reconoce que, luego de una pérdida, un grupo minoritario de personas experimentan dificultades de adaptación a largo plazo y un significativo deterioro en su funcionamiento general. Esta condición clínica ha recibido diferentes denominaciones (e.g., duelo patológico, no resuelto, crónico, complicado o prolongado) y se ha clasificado en diferentes tipos (e.g., inhibido o retrasado, traumático, enmascarado, entre otros). Desde los modelos dimensionales, la patología del duelo está más relacionada con la severidad y la duración de una reacción, o con la incapacidad de asimilar y dar sentido a la pérdida, que con la presencia o ausencia de manifestaciones específicas (Ringach et al., 2023).

La versión más reciente del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5-TR) incorporó dentro del capítulo de trastornos relacionados con traumas y factores de estrés, una nueva categoría diagnóstica denominada duelo prolongado. La angustia clínicamente significativa relacionada con un duelo agudo a veces puede diagnosticarse como un trastorno de adaptación (F42.2x), si se considera que las manifestaciones de este duelo resultan desproporcionadas con respecto a lo esperable, o si afecta gravemente el autocuidado y las relaciones interpersonales. Sin embargo, cuando los síntomas persisten por más de 12 meses en adultos o más de 6 meses en niños y adolescentes, el diagnóstico puede ser el de trastorno de duelo prolongado (F43.8). Este se caracteriza por síntomas casi todos los días ligado al anhelo intenso por el individuo fallecido y preocupaciones por pensamientos o recuerdos sobre el fallecido, sumados a alteración de la propia identidad, incredulidad a la muerte,

evitación de recordatorios, dolor emocional intenso, entumecimiento emocional, dificultad para reintegrarse en relaciones y actividades, pérdida de sentido y sentimientos de soledad intensa (APA, 2022). Esta forma de duelo puede evitar que el individuo retome sus actividades y relaciones habituales, provocando un deterioro significativo en el funcionamiento social, laboral u otras áreas importantes (Prigerson et al., 2009).

En términos descriptivos, la mayor reactividad y la prolongación de los síntomas ante pérdidas humanas se han asociado con diversos factores: muertes inesperadas, muertes violentas/no naturales, bajo nivel educativo, bajos ingresos, género femenino y estilo de apego ansioso (Buur et al., 2023). A su vez, diversas actitudes y significados culturales hacia la muerte influyen en la forma en que una persona interpreta la pérdida, así como en la forma en que responde a ella. Algunas culturas significan la muerte como un fenómeno natural y responden a ella con calma, incluso con alegría (Boyras & Bricker, 2011).

3.2.1 Duelo por Muerte de Animales de Compañía

Los síntomas del duelo por muerte de animales se asemejan estrechamente a los clasificados en el DSM-5 para el duelo humano (Lee, 2020). Sin embargo, el primero se caracteriza por sentimientos particularmente intensos de pérdida, soledad y falta de reconocimiento, ligados a que la sociedad suele invalidar el dolor de los tutores (Park et al., 2022). Las actitudes culturales hacia los animales en una sociedad determinada pueden tener influencia en el significado que la persona y su entorno atribuyen a su relación con los animales de compañía y, por consiguiente, su pérdida. Por ejemplo, en Japón se considera que los animales tienen espíritu al igual que los humanos, y se entierran con rituales similares a las ceremonias humanas (Kenney, 2004).

Una diferencia central entre el duelo por muerte de un humano y el desplegado por muerte de un animal de compañía, se liga al menor apoyo social percibido en el último caso (Behler et al., 2020; Gerwolls & Labott, 1994; Packman et al., 2011; Spain et al., 2019). Además, mientras que las pérdidas humanas están generalmente marcadas por rituales culturales de luto, la pérdida de animales no (Diaz Videla, 2022; Spain et al., 2019).

El duelo por la pérdida de un animal de compañía suele durar de seis meses a un año, o incluso continuar a lo largo de la vida del tutor (Gerwolls & Labott, 1994; Morales, 1997). Las respuestas al duelo pueden ser adaptativas (i.e., reacciones saludables y/o útiles) o desadaptativas (i.e., reacciones perjudiciales para el doliente). Mientras que la expresión de un duelo adaptativo puede incluir llorar de forma terapéutica y compartir sentimientos o recuerdos sobre el animal con otros, el duelo desadaptativo puede manifestarse como ira excesiva, pérdida de control o sentimientos de culpa (Hunt & Padilla, 2006).

La muerte de un animal puede parecer poco significativa para algunas personas, lo que invalida la respuesta emocional de duelo experimentada por los tutores en luto. Por lo tanto, el duelo derivado de la pérdida de un animal de compañía a menudo se considera duelo no reconocido, una respuesta emocional que no se manifiesta abiertamente por temor al juicio de los demás (Adams et al., 2000; Packman et al., 2012). La naturaleza marginada del duelo por la pérdida de un animal de compañía agrega una capa adicional al proceso de duelo, prolongando y profundizando las reacciones emocionales negativas internalizadas por los tutores en luto (Bussolari et al., 2018a; Kaufman & Kaufman, 2006).

Esto es considerado como una forma de la experiencia que Doka (1989) conceptualizó como disenfranchised grief: traducido como “duelo privado de derechos”,

“duelo desautorizado” o “duelo silenciado” (e.g., Díaz Videla, 2022; Fernández-Alcántara et al., 2017). Doka (1989, 2002) partió de considerar al duelo como un fenómeno universal influenciado por aspectos culturales y sociales, los cuales regulan y permiten las manifestaciones individuales y/o grupales de la experiencia de pérdida. Así, los rituales de luto validan la experiencia de la persona en duelo, creando actos públicos que brindan un reconocimiento social, facilitando el ajuste posterior. Así, cuando no hay reconocimiento social, la experiencia de pérdida no es legitimada como significativa, es patologizada o es trivializada. En este sentido, se enuncia que el duelo está privado de derechos (e.g., sin derecho a una licencia laboral) y carece de rituales estandarizados de luto.

Las restricciones sociales que prohíben la expresión del duelo se han asociado con consecuencias negativas para la salud mental y física (Bussolari et al., 2018a; Tzivian et al., 2015). En consecuencia, el duelo marginado puede resultar en conflictos interpersonales con familiares y amigos cercanos que no apoyan a los tutores durante su momento de dificultad (Donohue, 2005). Estos tutores pueden desarrollar depresión mayor y ansiedad, requiriendo tratamiento de profesionales de la salud (Bussolari et al., 2018a; Habarth et al., 2017).

Neimeyer y Jordan (2002) emplearon la expresión falla empática para explicar los procesos interpersonales que se expresan en un duelo no reconocido. En el contexto del duelo por la pérdida de animales de compañía, esta falla describe el fracaso de una persona o red de apoyo para comprender el significado y la experiencia de otra ante la pérdida de sus animales. En esos casos, aunque el medio no tenga la capacidad de proporcionar un buen nivel de empatía, los tutores en luto pueden obtenerlo a través de intervenciones terapéuticas o recursos comunitarios que servirán de puentes empáticos (Cordaro, 2012).

Los tutores en duelo que no se sienten cómodos expresando su duelo con otros en su vida diaria pueden experimentar soledad, vergüenza y rechazo social. Pero, también, se destaca que el duelo no reconocido puede ser autoimpuesto, ya que los tutores mismos pueden no percibir su duelo como apropiado, dado que sus emociones no encajan en su esquema interno de comportamiento aceptable (Erdman & Ruby, 2020). Morris (2012) describió encuentros entre veterinarios y tutores tras la muerte de un animal, en los cuales estos últimos a menudo minimizaban sus sentimientos de duelo mediante declaraciones como “esto es tan embarazoso” o “no puedo creer que esté llorando así”. El duelo marginado autoimpuesto puede impedir a los tutores hablar sobre su pérdida debido al miedo asociado con la percepción de que otros no entenderán su experiencia.

Afirmaciones como “era solo un gato” o “siempre puedes adoptar otro” suman al aislamiento y la angustia que experimentan muchas personas en duelo (Toray, 2004). Además, limitan las oportunidades para que la persona pueda experimentar cambios positivos, dado que el apoyo social y la validación de los demás juega un papel importante en el proceso de creación de nuevos significados y el crecimiento postraumático (Spain et al., 2019; Boyraz & Bricker, 2011; Wong et al., 2017).

3.2.1.1 Tipos de Pérdidas. Al igual que en el duelo ante un vínculo significativo humano, el efecto de la anticipación de la muerte imprime diferencias en el afrontamiento del duelo en función del tipo de muerte, en tanto anticipada o inesperada, repentina y/o trágica (Stroebe et al., 2006). Desde esta perspectiva las pérdidas repentinas e inesperadas pueden presentar mayores posibilidades y riesgos de producir efectos negativos en la salud física y mental de las personas en duelo (Barnard- Nguyen et al., 2016), que las pérdidas anticipadas o previsibles, que suelen comenzar con el diagnóstico de una enfermedad terminal e irreversible con anterioridad a la pérdida real,

otorgando un tiempo para prepararse y dando lugar a un duelo anticipado (Tzivian et al, 2014; Williams & Green, 2016).

Es evidente que las muertes inesperadas, de naturaleza traumática o trágica, son causantes de una mayor intensidad de sufrimiento. Las personas cuyo perro animal debido a un accidente (e.g., ante el impacto de un vehículo) tienden a experimentar un dolor más prolongado, más sentimientos de culpa, y en aquellos casos que el evento fue presenciado, pueden aparecer síntomas de estrés postraumático (Chur-Hansen, 2010; Planchon et al., 2002).

La muerte accidental del animal donde se involucra negligencia de un miembro de la familia agravada por la minimización puede generar serias tensiones en la dinámica familiar. La muerte causada por daño deliberado (e.g., envenenamiento intencional) es una pérdida especialmente desgarradora, más aún cuando sucede en el contexto de violencia intrafamiliar (Walsh, 2009).

Las respuestas ante la muerte por eutanasia también fueron estudiadas. Los sentimientos de culpa y remordimiento son una secuela común en los tutores que decidieron la eutanasia, al sentir que han traicionado, de alguna manera, el contrato de cuidado de sus animales a cargo. Eso ha sido denominado duelo por responsabilidad (Dawson, 2008). La incertidumbre que acompaña al proceso también podría generar complicaciones, al promover dudas y pensamientos rumiantes sobre si la decisión que tomaron fue correcta, si se realizó en el momento adecuado o si es lo que creen que su animal hubiera querido (Lagoni, 2011; Reisbig et al., 2017; Wong et al., 2017).

De todas formas, el impacto de la eutanasia en el duelo ha aportado evidencias mixtas. A diferencia de la muerte natural (i.e., muerte de animales ancianos o enfermos sin intervención humana), la eutanasia permite que las familias tengan cierto tiempo para prepararse para la pérdida e, incluso, despedirse (Tzivian et al., 2014). Por lo tanto,

el proceso de duelo puede comenzar antes de la muerte física, y esta respuesta emocional se denomina duelo anticipatorio (Williams & Green, 2016). Así, los tutores pueden planificar los últimos momentos compartidos con el animal, como consentirlo con golosinas o dormir juntos, como un esfuerzo por demostrar su amor y cuidado antes del procedimiento de eutanasia (Tzivian et al., 2014).

Se reconoce que las complicaciones seguidas a la eutanasia se relacionan directamente con los motivos que llevaron a tomar esta decisión. En situaciones donde el animal fue eutanasiado en un contexto de incertidumbre, desacuerdos entre los miembros de la familia, cuando el procedimiento para salvarle la vida era económicamente inviable o debido a problemas de comportamiento (e.g., ansiedad extrema o agresividad), los tutores tienden a experimentar mayores sentimientos de culpa y arrepentimiento (Chur-Hansen, 2010; Erdman et al., 2020; Ross & Baron-Sorensen, 2007).

Los tutores también desplegar una respuesta de duelo frente a pérdidas de sus animales no ligadas a la muerte. Esto puede dar en diversas circunstancias, como cuando los animales se pierden, deben ser abandonados forzosamente ante un desastre natural o cuando las personas deben entregar a sus animales para ingresar en un centro de cuidados (Boss, 2016; Duggleby et al., 2013). Cuando la pérdida es confusa, el no saber qué le ha sucedido al animal, puede ser extremadamente angustiante y tener un impacto perjudicial en la capacidad de recuperación. Esto ha sido denominado pérdida ambigua (Boss, 1999). Sin una resolución, los individuos en duelo quedan en un estado de limbo caracterizado por inmovilidad psicológica y sentimientos de aislamiento (Knight & Gitterman, 2019; Lenferink et al., 2017), pudiendo verse afectados de manera desproporcionada por la falta de apoyo y reconocimiento tras su pérdida, pudiendo experimentar simultáneamente sentimientos de esperanza, desesperación e

incertidumbre (Wayland et al., 2016) y dejándoles menos probabilidades de buscar apoyo para su duelo (Knight & Gitterman, 2019). En estos casos, la incertidumbre sobre destino del animal puede dar lugar a rumiaciones y generar conflicto entre los miembros de la familia en tanto algunos miembros siguen esperando que regrese, mientras que otros aceptan la pérdida como definitiva (Walsh, 2009). La pérdida ambigua de animales puede tener efectos duraderos y perjudiciales sobre la resiliencia de los dueños y sus comunidades (Hall et al., 2004; Travers et al., 2017).

Otra modalidad de pérdida, distinta a la muerte, es la llamada pérdida forzada. En esta, la separación es impuesta por fuerzas externas, lo cual la vuelve especialmente dolorosa. Por ejemplo, sucede cuando una persona mayor o dependiente, debe renunciar al vínculo con su animal de compañía al mudarse a una residencia que no admite animales. Esto puede dar lugar a un duelo intenso, con sentimientos de culpa y síntomas traumáticos, con marcado deterioro en el funcionamiento psicosocial (Lowe et al., 2009; Walsh, 2009). Desafortunadamente, los tutores que tienen más probabilidades de verse atrapados en este problema pertenecen a grupos vulnerables, como los adultos mayores, las mujeres víctimas de violencia de género y las personas en situación de calle (McNicholas & Collis, 1995).

3.2.2 Factores Protectores y de Riesgo en el Duelo de Animales de Compañía

Si bien no hay una manera fácil de perder a un ser querido, algunas circunstancias en torno a la pérdida pueden ser particularmente dolorosas y actuar como factor de riesgo (Barnard-Nguyen et al. 2016; Chur-Hansen, 2010; Tzivian et al., 2014; Williams & Green, 2016). Este grupo de factores también incluye los estresores adicionales que pueden aparecer asociados o en simultáneo con la pérdida, como dificultades económicas, tensiones familiares o sobrecarga del cuidador (Ringach et al., 2023).

La Teoría del Estrés y Afrontamiento (Lazarus & Folkman, 1986) brinda un marco que permite comprender la respuesta de las personas a la pérdida de un animal, así como también permite aclarar cómo se puede ayudar a los tutores en duelo a sobrellevar la pérdida (Boyratz y Bricker, 2011). Si bien no es posible cambiar el hecho de que un ser querido —humano o no— haya fallecido, como tampoco las circunstancias de su muerte, las estrategias de afrontamiento ante su pérdida sí son potencialmente modificables.

Partiendo del modelo de estrés (Lazarus & Folkman 1986) y un modelo de proceso dual (Stroebe & Schut, 1999), Stroebe et al. (2006) propusieron un modelo que permite integrar múltiples factores para comprender la respuesta de duelo de una persona. Este enfoque permite describir los factores predictores y los mecanismos que median la respuesta individual de duelo. Se denominan factores protectores a aquellos recursos que podrían contribuir al desarrollo adaptativo, mientras que los factores de riesgo remite a aquellas variables que incrementan la vulnerabilidad respecto a la pérdida o disminuyen la adaptación al duelo. Se describen así tres grandes grupos de factores:

(1) Factores relacionados con el estresor: centrados en las circunstancias en las que se produjo la pérdida, así como posibles estresores adicionales.

(2) Factores interpersonales: incluyendo intensidad y el estilo de apego, disponibilidad de apoyo social y profesional, dinámicas familiares, factores culturales, etc.

(3) Factores intrapersonales: considerando variables demográficas (e.g., edad y género), experiencias previas y aspectos de la personalidad. En un sentido amplio, también incluye las creencias y suposiciones centrales sobre el mundo y sobre sí mismo, los recursos como la resiliencia y las vulnerabilidades.

En el primer grupo, entre los factores protectores se destacan predictibilidad de la muerte (Chur-Hansen, 2010; Planchon et al., 2002; Williams & Green, 2016), mientras que entre los factores de riesgo se destacan haber desarrollado un apego intenso de estilo ansioso (Field et al., 2009; Zilcha-Mano et al., 2011). Para el segundo grupo, entre los factores protectores se destacan la presencia de grupos de apoyo (Dunn et al., 2005; Turner, 1997; Weisman, 1991) o el uso de entorno virtuales ligados al luto (MacKay et al., 2016; McEwen & Scheaffer, 2013); y entre los factores de riesgo se destacan estar solteros y vivir en hogares unipersonales (Davis et al., 2003; Field et al., 2009; McCutcheon & Fleming, 2002; Uccheddu et al., 2019), así como no poder disponer de licencia laboral (Kemp et al., 2016; Messam & Hart, 2019). Finalmente, para el tercer grupo, entre los factores protectores destaca la religiosidad (Davis et al., 2003) y el haber realizado un duelo anticipatorio (Clukey; 2008; Rando, 2000; Spitznagel et al., 2020). Entre los factores de riesgo se destaca padecer una enfermedad crónica (Messam & Hart, 2019).

La Teoría Familiar Sistémica (e.g., Bowen, 1978; Minuchin, 1977) también ha sido aplicada para comprender la respuesta de duelo frente a la muerte de animales de compañía. Desde esta perspectiva, la integración de un animal a la familia implicó una modificación en su estructura y sus reglas en interacción con el animal, dando lugar a un nuevo sistema familiar, con una nueva estabilidad, que solo tendrá sentido en tanto el animal esté presente (Díaz Videla, 2015; Díaz Videla y Ceberio, 2019). Así, el impacto generado por la muerte, pérdida o enfermedad de los animales dará lugar a una crisis o desequilibrio en el sistema. A partir de allí, se sucederán intentos de los demás miembros para reestablecer el equilibrio perdido (Leow, 2018; Walsh, 2009).

Frente a una crisis, es frecuente que el sistema familiar flexibilice sus fronteras, permitiendo el ingreso de profesionales y otras personas que ayuden a recuperar el

equilibrio (Pittman, 1990). Así, los humanos pueden buscar contacto con otros que tuvieran experiencias similares, lo cual ayuda a validar su experiencia, o con profesionales, a quienes se les confían aspectos íntimos de la familia. La actitud ante la crisis será determinante: si se la considera como una amenaza hacia la familia, ligándola a peligrosidad y falta de afecto familiar, dará lugar a un afrontamiento negativo; si la considera como un proceso natural que permite acercarse a los otros e invita al cambio, favorecerá afrontamientos positivos y crecimiento familiar (Gimeno Collado, 1999).

Esto se liga al concepto de crecimiento postraumático, el cual se define como la experiencia de cambio positivo que se produce como resultado de la lucha contra crisis vitales difíciles, incluyendo el duelo. Puede manifestarse de diversas maneras, incluyendo una mayor apreciación de la vida en general, relaciones interpersonales más significativas, una mayor sensación de fortaleza personal, un cambio de prioridades y una vida existencial y espiritual más plena (Tedeschi & Calhoun, 2004). En este proceso se destaca la importancia de la regulación cognitiva adaptativa de las emociones en la mitigación del dolor por separación y la promoción del crecimiento postraumático tras la pérdida (Park & Jeong, 2022).

3.2.3 El Aislamiento y el Apoyo Social ante la Pérdida de Animales

El aislamiento es un mecanismo de afrontamiento comúnmente disfuncional utilizado por los tutores de animales en duelo. Se define como la tendencia a incrementar la distancia social o evitar el contacto social. Aunque el aislamiento puede ser una elección de los tutores, frecuentemente se trata de una reacción a la percepción de un entorno con bajo apoyo social o una protección ante el temor a no ser entendidos al compartir su dolor (McCutcheon & Fleming, 2002; Park & Royal 2020; Wong et al., 2017). En esos casos, los tutores pueden intentar implementar estrategias

autocompasivas de atención y cuidado dirigidas a sí mismos para compensar la falta de apoyo social (Bussolari et al., 2018a).

Contar con relaciones de apoyo con otros a las que acudir en situaciones de estrés (i.e., apoyo social), es considerado un factor protector que permite afrontar de mejor forma eventos estresantes como la pérdida de un vínculo significativo (Cordaro, 2012). Utilizar el apoyo social de familiares y amigos se considera un mecanismo de afrontamiento saludable que mitiga la angustia, previene el desarrollo de una respuesta de duelo complicada (Reisbig et al., 2017; Tzivian et al., 2014) y se liga a mejor evolución (Park et al., 2021).

El apoyo social, también puede facilitar la creación de lazos comunitarios y redes entre tutores en luto (Packman et al., 2011). Los sistemas de apoyo para tutores pueden incluir familiares y amigos, pero también pueden extenderse a veterinarios, psicólogos, grupos coordinados por facilitadores, etc. (Park et al., 2021). La validación y normalización de la experiencia de duelo ante la pérdida de los animales permite a los guardianes percibir sus sentimientos como algo común y esperable, generando sensación de alivio (Dunn et al., 2005; Ringach et al., 2013).

El apoyo social es esencial para prevenir el desarrollo de un duelo complicado y puede ayudar a mejorar la calidad de vida y promover un crecimiento positivo tras la pérdida de un animal de compañía (Packman et al., 2014; 2017; Bussolari et al., 2017; Tzivian et al., 2015). Por ejemplo, se observó que los tutores que reciben apoyo veterinario tienen menor probabilidad de experimentar un duelo complicado y son más propensos a adquirir otro animal, permanecer en la misma clínica y recomendarla a otros clientes potenciales (Ormerod, 2008).

Para aquellos que no tienen otro animal en el hogar, adquirir uno nuevo puede ofrecer consuelo psicológico y ayudar a los tutores a afrontar su pérdida (Clements et

al., 2003; McKinney, 2019; Wong et al., 2017). La compañía de otros animales puede ser beneficiosa durante el proceso de duelo, ya que algunos tutores pueden encontrar propósito al cuidar de otra vida. Los tutores en luto que tienen más de un animal a menudo encuentran consuelo al cuidar de los demás animales que aún viven (Wong et al., 2017). La pérdida puede hacer que los tutores valoren aún más el tiempo que les queda con sus animales restantes (Packman et al., 2014). Después de la eutanasia, los animales restantes se perciben como una fuente de consuelo y alegría, y un apoyo emocional significativo (Tzivian et al., 2014).

3.2.4 El Significado de la Pérdida de Animales de Compañía

Entre las variables que tienen relevancia en la modulación de la respuesta a la pérdida se destacan el significado personal atribuido al vínculo con el animal, la centralidad de la pérdida para la propia identidad y las experiencias de pérdidas previas. La perspectiva constructivista enfatiza la singularidad de la respuesta de una persona ante una pérdida, destacando las creencias y suposiciones centrales de cada sujeto en luto (Ringach et al., 2023).

Desde este enfoque, el duelo es un proceso de reconstrucción de significado que se produce frente una pérdida significativa que desafía la propia identidad y narrativa (Neimeyer et al., 2010). La intensidad del duelo que sigue a la pérdida de un animal puede estar determinada tanto por la importancia como por el rol de este en la narrativa del tutor, y el grado en que la experiencia de pérdida es consistente con las estructuras de significado del tutor previas a la pérdida (Boyras & Bricker, 2011).

Evidentemente, no todas las personas que se encuentran con la experiencia de pérdida experimentan una invalidación de sus estructuras de significado y, por lo tanto, no emprenderán una búsqueda de significado cuando enfrentan una pérdida. Sin

embargo, cuando aparecen dificultades para otorgarle sentido a la pérdida, esto resulta en un impacto marcadamente negativo el duelo (Kogan et al., 2021).

Las investigaciones respaldan que el sentido de vida se configura como un mediador entre el bienestar y la resiliencia tras la adversidad (Kaftanski & Hanson, 2022; APA, 2023). Las personas que poseen un fuerte propósito muestran mejores resultados de salud mental, mayor funcionamiento cognitivo y menos estrés (Sutin, 2023). En el ámbito de las pérdidas interpersonales, se reconoce que dar sentido y encontrar un significado positivo a esa adversidad son dos procesos que impactan positivamente en el ajuste posterior a la pérdida. Las personas desean crear significado para los eventos negativos y, como tal, esa estrategia de afrontamiento es un componente importante del duelo saludable (Neimeyer et al., 2010).

De este modo, la construcción de sentido puede desempeñar un papel crítico en el afrontamiento de la pérdida de un animal de compañía. Desde este enfoque la logoterapia desarrollada por Viktor Frankl, que anima a los individuos a descubrir propósito en el sufrimiento y transformar el dolor en crecimiento (Frankl & Winslade, 2017) ha sido propuesta para el abordaje de duelo por muerte de animales de compañía (Chin, 2025).

3.2.5 Espiritualidad, Religión y Rituales Ligados al Luto por Animales

El dolor experimentado durante el duelo puede generar con frecuencia una “crisis de significado”, en la que la persona en luto busca entender y dar sentido a su pérdida (Lee, 2016). Los tutores también pueden recurrir a la religión como forma de afrontamiento durante el duelo. La creencia en una vida después de la muerte para los animales fomenta la resiliencia durante el proceso de duelo (Testoni et al., 2017). Los tutores encuentran alivio al pensar que su animal ahora está libre de dolor y en un mejor lugar (Davis et al., 2003).

Los tutores que practican alguna religión tienden a incorporar a su animal en sus rituales y creencias religiosas, incluyendo la búsqueda del cuidado de Dios para el alma de su animal (Lee, 2016). Aunque las escrituras bíblicas pueden no ofrecer ejemplos directos sobre el duelo por animales, los líderes religiosos pueden desempeñar un papel dentro del sistema de apoyo del tutor en luto. Estos líderes pueden atender a los miembros de su congregación en duelo y legitimar su pérdida al reconocer la muerte de un animal de compañía durante sermones y servicios (Rossell, 2005).

En la cultura occidental, no existen servicios funerarios reconocidos o estandarizados para lamentar la pérdida de animales de compañía (Brown, 2006; Chur-Hansen, 2010). La falta de procedimientos memoriales estandarizados puede dejar a los dueños sin expectativas claras sobre cómo continuar con la vida tras la muerte de sus animales, afectando negativamente el proceso de duelo. Además, como las prácticas tradicionales de duelo ayudan a establecer un “derecho a llorar” (Doka, 2002), la ausencia de estos rituales puede contribuir a sentimientos de duelo desautorizado en los tutores (Park et al., 2021).

Aunque los rituales potencialmente contribuyen a afrontar la pérdida al ayudar a organizar la vida psicológica del doliente (Bayard, 2018; Bowen, 2022), puede existir un desafío evidente para ritualizar y expresar el duelo por muerte de animales de compañía.

En cuanto a los rituales formales de luto como los servicios funerarios y entierros, si bien no están respaldados socialmente, muchos tutores que realizan un entierro o encuentran formas personales de conmemorar a su animal, refieren beneficiarse de un estado mental positivo (Tzivian et al., 2014). Los cementerios para animales, si bien aún son poco comunes, cada vez son más parecidos a los de humanos

y ofrecen un lugar físico donde las personas pueden conectarse y recordar a su querido animal (Bardina, 2017).

Schuurman y Redmalm (2019) y Tourigny (2020) identificaron los cementerios también podían funcionar como un medio para expresar deseos y luto en lápidas dedicadas a los animales fallecidos, similar a los cementerios humanos, así como cambios en las modalidades funerarias a medida que evolucionaban las relaciones humano-animal socialmente.

La cremación también demostró ser una forma de ritualizar la pérdida, al igual que el propio proceso de buscar este servicio, como un modo de encontrar un lugar para el dolor, de conocer a los proveedores de este tipo de servicios para encontrar apoyo, y un espacio para hablar sobre su pérdida (Chur-Hansen, 2011; Rennard et al., 2019; Wojtaś et al., 2022). Algunos servicios crematorios de animales ya no se limitan a ofrecer un procedimiento, sino que incluye aspectos de ritual, brindando también la entrega de un recuerdo para el tutor a modo de urna o relicario, una placa o una planta (Chur-Hansen, 2010). Frecuentemente los tutores, a modo de ritual secular, para honrar a su animal, eligen enterrar o esparcir las cenizas del animal fallecido en algún lugar significativo de la vida compartida (Davis et al, 2003).

Las familias que deciden enterrar a sus animales o esparcir sus cenizas suelen hacerlo en su patio trasero, bajo un árbol conmemorativo o en un lugar al que puedan visitar cuando lo deseen (Davis et al., 2003; Tzivian et al., 2014).

Finalmente, algunas prácticas conmemorativas pueden dar lugar a un mantenimiento de conexión con el animal fallecido. El vínculo continuo (continuing bond) se refiere al conjunto de esfuerzos conscientes que realiza una persona por mantener una conexión emocional con un ser querido fallecido (Field et al., 1999). Entre las expresiones de vínculos continuos más comunes utilizados por los tutores de

animales en luto se incluyen mirar fotos, recordar momentos compartidos, hablar con el animal fallecido o escribirle una carta, y conservar sus pertenencias (e.g., correa, manta; Field, 2008; Habarth et al., 2017; Packman et al., 2011). Si bien se destaca la utilidad de esta forma de conexión con el animal fallecido para adaptarse a la pérdida, se reconoce que sentimientos como el arrepentimiento y la culpa pueden afectar el desarrollo de vínculos continuos (Carmack & Packman, 2011; Packman et al., 2012) y que algunas circunstancias, como cuando ha pasado muy poco tiempo desde que murió el animal, los lazos continuos pueden asociarse con angustia (Davis et al., 2003), destacando la singularidad de la experiencia.

4. Método

Esta revisión siguió los criterios conocidos como Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA; Page et al., 2021), los cuales proveen una estructura transparente para informar revisiones sistemáticas.

Inicialmente, se llevó a cabo una revisión previa de artículos, durante el mes de septiembre de 2025, buscando el genérico “Pet grief”. En esta búsqueda se observó que la terminología presentaba variaciones entre los diferentes estudios. Se creó, entonces, la siguiente estrategia de búsqueda: (grief OR bereavement OR mourning OR death) AND (pet OR companion animal OR dog OR cat). Los términos en español fueron “duelo”, o “luto”, en asociación con “mascota”, “animal de compañía”, “perro” o “gato”.

Investigaciones originales publicadas con revisión de pares fueron buscadas sistemáticamente empleando las bases de datos PubMed (Public MEDLINE), CORE Connecting Repositories, PsycINFO, Lilacs y el motor de búsqueda de Scholar Google en diciembre de 2025. De esta última base, solo los 100 primeros resultados fueron analizados. También se realizó un seguimiento de las citas de los estudios incluidos.

No se aplicaron restricciones en el rango de fechas de publicación de los artículos para garantizar la inclusión de toda la literatura relevante. Se focalizó en animales domésticos, considerando relaciones emocionales, específicamente con perros y gatos, en tanto la literatura no incluye muchos estudios sobre el duelo sobre otro tipo de animales de compañía (Alves & Scorsolini-Comin, 2025). La síntesis se centró en la investigación primaria revisada por pares, en lugar de revisiones bibliográficas o fuentes secundarias, para mejorar la fiabilidad de la inclusión de hallazgos precisos. Los estudios fueron seleccionados para su revisión según criterios claros de inclusión y exclusión (ver Tabla 1).

Tabla 1.

Criterios de inclusión y exclusión para la selección de estudios.

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Trabajos publicados en español o inglés	Trabajos no publicados en español o inglés
Estudios empíricos que se enfocaban en la muerte de animales de compañía (i.e., perros y gatos).	Ensayos, revisiones o estudios empíricos que se enfocaban en interacciones humano-animal mientras que el animal estaba vivo, o bien solamente en otras especies más allá de perros y gatos.
Estudios que consideraban estrategias, abordajes o recursos de afrontamiento de los tutores en luto por muerte de sus animales de compañía	Estudios que solamente describían la sintomatología o la experiencia del duelo, sin evaluar efectividad o utilidad de acciones para aliviar síntomas

Para seleccionar los estudios se llevó a cabo un proceso de lectura de títulos y resúmenes a partir de los criterios de inclusión y exclusión, seguida de la pertinencia de cada trabajo de acuerdo con la pregunta de investigación. Es decir, solo se procedió a la descarga, almacenamiento y lectura completa de trabajos que en su resumen hicieran alguna referencia a las experiencias de los tutores de animales respecto de la efectividad de estrategias y formas de apoyo espontáneas ante su duelo, así como de intervenciones terapéuticas.

Finalmente se realizó una evaluación bibliográfica (Apéndice A). Se utilizó un sistema de puntuación bibliográfica basado en la propuesta de Hawker et al. (2002), aplicado por Hughes y Lewis Harkin (2022) a la temática de duelo por muerte de animales (Apéndice B). Este marco de evaluación permite puntuar la literatura en un rango desde 9 (*Muy deficiente*) hasta 36 puntos (*Muy buena*). Este proceso de puntuación proporcionó una clara indicación de las fortalezas y debilidades de cada estudio, proporcionando así claridad y rigor en el proceso de evaluación de la calidad. El puntaje de corte se estableció por debajo de 27 puntos. Dos artículos fueron rechazados a partir de su calidad metodológica (Clements et al., 2003, 15 puntos;

Quackenbush & Glickman, 1984, 23 puntos; aunque se utilizaron en discusión), mientras que el resto se incluyó en la revisión. Los artículos de Carmack y Packman (2011) y Packman et al. (2011) desarrollaron la misma investigación, por lo que se contabilizaron como un único estudio y se presentaron conjuntamente. Esto dio lugar a 56 estudios empíricos originales. Dado que el proceso de análisis se extendió hasta abril de 2026, en ese mes se emprendió una nueva búsqueda limitada solo a los primeros meses del año, identificando dos artículos más, que también fueron incorporados. Así, el total de artículos incorporados en resultados fue de 58.

Se elaboró un diagrama de flujo durante el proceso de búsqueda y selección de estudios para esta revisión, con los siguientes pasos: remoción de referencias duplicadas, lectura de títulos y resúmenes, aplicación de criterios de inclusión y exclusión, lectura completa de los trabajos, incorporación de referencias adicionales, evaluación bibliográfica y obtención del conjunto de estudios seleccionados para el análisis (Apéndice C).

El conjunto de referencias fue consignado en una tabla de Microsoft Office Excel®, incorporando autores, país de la muestra, año de publicación, muestra, tipo de estudio y resultados principales (Apéndice D).

Debido a la heterogeneidad metodológica, un metaanálisis no habría sido posible. Las evidencias fueron analizadas y los resultados se presentan utilizando estadística descriptiva, así como un resumen narrativo. Los conceptos similares fueron agrupados temáticamente para luego ser discutidos con la literatura más relevante sobre la temática.

5. Resultados

5.1 Identificación y Análisis de las Investigaciones Empíricas sobre Afrontamiento en Duelo por Muerte de Animales de Compañía.

En Apéndice D se presenta un resumen detallado de los 58 estudios seleccionados e incluidos en esta revisión sistemática. Las fechas de publicación de estos oscilaron entre 1985 y 2026 (ver figura 1), siendo 35 estudios cuantitativos (i.e., descriptivos, correlacionales y cuasi experimentales), 15 estudios cualitativos (i.e., entrevistas, registros de llamadas a una línea de apoyo, comentarios en foros y elogios fúnebres) y 8 estudios mixtos. Los estudios se realizaron en varios países del mundo, pero principalmente en Estados Unidos con un 40%, seguido de Canadá con un 19%. El porcentaje restante corresponde a una menor cantidad de estudios repartidos en distintos países, en los que se incluyen: Australia, Reino Unido, China, Israel, Japón, Corea, entre otros.

La mayor parte de los estudios (90%), se centró en una muestra de adultos en luto, en edades que rondaban los 18 años a 79 años, por otro lado, solo un 5% consideró niños y adolescentes.

Cuando se informó el género, la mayoría de los participantes fueron mujeres adultas. Esto resulta frecuente en los estudios sobre interacciones humano-animal y se considera que refleja una menor predisposición masculina hacia la participación en investigaciones con implicación emocional, así como también características diferenciales en la vinculación con animales de compañía (ver figura 2).

Un 42% de los estudios se centraron únicamente en la muerte de perros y/o gatos domésticos, mientras que 2 estudios se centraron solo en la muerte de perros, no se registran estudios relacionados únicamente con la muerte de gatos. Sumado a lo anterior, un 36% de estudios adicionaron otros animales a la muestra, además de perros

y gatos, como aves, conejos, cobayas, reptiles y caballos. Los artículos restantes no especifican el tipo de animales seleccionados para el estudio.

En lo relacionado con el tiempo transcurrido desde la muerte del animal de compañía hasta la toma de la muestra, la gran mayoría de los estudios que, si explicitaban esa información, daban cuenta de un periodo de no menos a un año.

Figura 1.

Cantidad de publicaciones por año del total de los estudios.

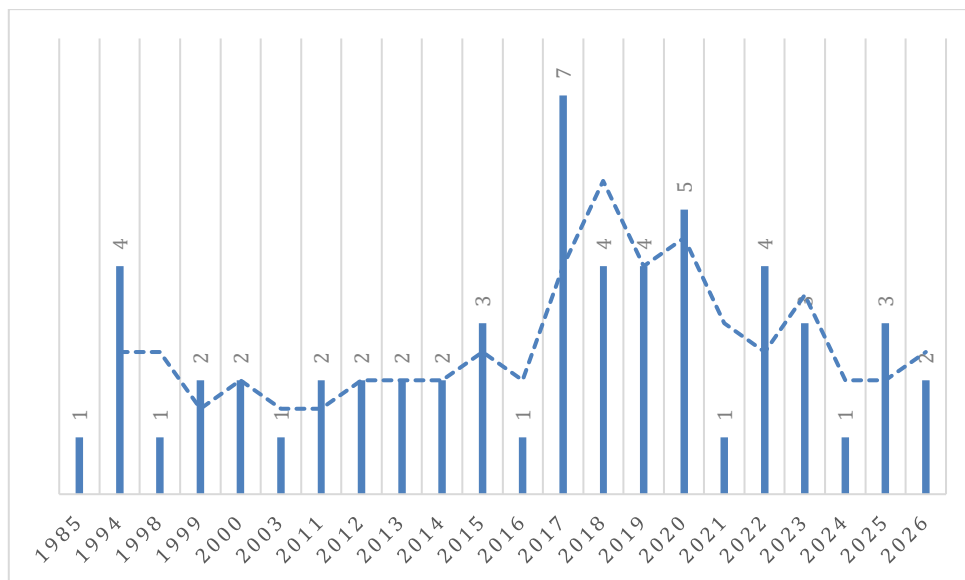
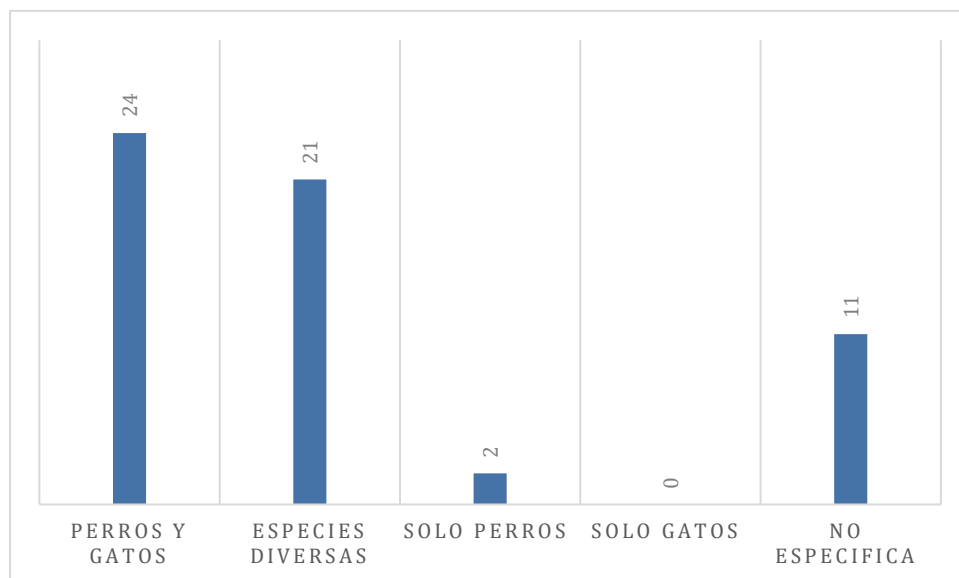


Figura 2.

Cantidad y tipo de especie de animales de compañía del total de los estudios.



5.2 Reconocimiento y Descripción de las Múltiples Estrategias de Afrontamiento Implementadas por los Tutores en Luto.

Para el análisis de los resultados se realizó una agrupación temática de los datos extraídos de los diferentes estudios con el fin de facilitar una síntesis de afrontamientos efectivos y posterior discusión. Para esto, se aplicó un razonamiento inductivo y raíz de los resultados de cada estudio, se buscó crear diferentes categorías temáticas.

Inicialmente se construyeron unidades de registro para cada investigación.

Sucesivamente, se identificaron aquellos temas recurrentes a lo largo de los artículos (e.g., apoyo terapéutico como estrategia de afrontamiento). Después, se buscó crear vínculos directos con las unidades de registros que se repetían en los estudios (e.g., apoyo terapéutico + grupos de apoyo). Finalmente, se identificaron vínculos más indirectos con el fin de incluir el resto de las unidades de registro dentro de las agrupaciones creadas previamente (e.g., aislamiento + estrategias de regulación emocional espontánea + racionalizaciones).

Las unidades de registro agrupadas según la estrategia de afrontamiento fueron categorizadas de acuerdo con su realización de manera individual o interpersonal y, en este último caso, de acuerdo con su espontaneidad o guía por profesionales (ver Tabla 2). Así, los resultados se presentan en tres temas incluyendo diversas categorías de estrategias de afrontamiento:

- Tema 1: Estrategias de afrontamiento espontáneas individuales. Incluyendo aislamiento, regulación emocional espontánea, duelo anticipado, rutinas, rituales de entierro y cremación, vínculo continuo y conmemoraciones, espiritualidad y religiosidad, y crecimiento postraumático.
- Tema 2: Estrategias de afrontamiento espontáneas interpersonales. Incluyendo apoyo social y relación con otros animales.

- Tema 3: Estrategias de afrontamiento terapéuticas o profesionales.

Incluyendo apoyo del equipo veterinario, y grupos de apoyo y otros abordajes terapéuticos.

Tabla 2.

Resumen de los temas incluidos en la literatura sobre tipos de estrategias de afrontamiento.

Artículo	Tema Espontáneas individuales	1: Tema 2: Espontáneas interpersonales	Tema 3: Terapéuticas profesionales
Stewart et al. (1985)		x	
Gerwolls & Labott (1994)		x	
Gosse & Barnes (1994)		x	
Stallones (1994)			x
Stutts (1994)		x	
Jarolmen (1998)	x		
Adams et al. (1999)	x	x	x
Stefan (1999)	x	x	
Adams et al. (2000)	x	x	x
Baydak (2000)	x		x
Davis et al. (2003)	x	x	x
Carmark & Packman (2011) / Packman et al. (2011)	x		
Chur-Hansen et al. (2011)	x		
King & Werner (2012)		x	
Packman et al. (2012)	x	x	x
Crossley (2013)		x	
Fernández-Mehler et al. (2013)			x
Lee & Surething (2013)	x		
Packman et al. (2014)	x	x	
Tzivian et al. (2014)	x	x	
Brown & Symons (2015)		x	
Lee (2015)	x		
Tzivian et al. (2015)		x	
Packman et al. (2016)	x		
Bussolari et al. (2017)	x		
Dickinson & Hoffmann (2017)	x		x
Habarth et al. (2017)	x		
Reisbig et al. (2017)	x		x
Rémillard et al. (2017)	x		x
Testoni et al. (2017)	x		
Wong et al. (2017)	x	x	

Bussolari et al. (2018)	x		
Green et al. (2018)	x		
Laing & Maylea (2018)			x
Reilly (2018)		x	x
Adrian & Stitt (2019)			x
McKinney (2019)	x	x	
Rennard et al. (2019)	x		
Spain et al. (2019)	x		
Behler et al. (2020)		x	
Brkljačić et al. (2020)	x		
Cowling et al. (2020)		x	
Park & Royal (2020)	x	x	x
Schmidt et al. (2020)	x		
Wilson et al. (2021)	x		x
Kogan et al. (2022)	x		x
Leonhardt-Parr & Rumble (2022)			x
Park & Jeong (2022)	x		
Wojtaś et al. (2022)	x		
Kogan et al. (2023)	x		x
Lykins et al. (2023)	x		
Brown et al. (2023)	x	x	
Díaz Videla (2024)	x	x	x
García (2025)	x		
Mao (2025)	x		x
Wu & Song (2025)	x	x	
Kim & Park (2026)			x
Xiong et al. (2026)	x		

5.2.1 Tema 1: Estrategias de Afrontamiento Espontáneas Individuales

5.2.1.1 Aislamiento. El mayor distanciamiento emocional y aislamiento social son síntomas de duelo asociados con la pérdida de un animal de compañía (Rémillard et al., 2017) y frecuentemente los tutores en luto suelen optar por llorar su pérdida en privado (Davis et al., 2003). En el estudio de Park y Royal (2020) la mayor parte de los participantes (74.7%) indicó haber realizado su duelo de manera privada, y este fue el mecanismo de afrontamiento señalado con más frecuencia.

Spain et al. (2019) mostraron que la mayoría de los encuestados se sentían algo aislados socialmente tras la muerte de sus animales. Volverse selectivos respecto de con quién compartir su luto, es una de las formas de evitar la experiencia del duelo

deslegitimado. Así, muchas tutoras indicaron una disminución marcada de sus interacciones sociales durante el luto (Wilson et al., 2021). Tutores en luto en hogares unipersonales o en pareja, pero sin niños en el hogar, mostraron incluso mayor tendencia al aislamiento social (Gosse & Barnes, 1994).

Algunos tutores indicaron estrategias de afrontamiento evitativas, como la búsqueda de aislamiento social, incluyendo ausencia laboral o no atender el teléfono luego de la pérdida (Reisbig et al., 2017). Llamativamente, resulta frecuente que los tutores en luto eviten buscar apoyo de otras personas y profesionales por temor a que sus experiencias no sean comprendidas o validadas; pero, justamente, esta tendencia a la evitación de otros durante el luto puede dar lugar a un duelo silenciado y autoimpuesto (Wong et al., 2017).

En el estudio de Brown et al. (2023) con adultos mayores tutores en luto, mientras el 31.6% indicó que habían sido cuidados respecto a dónde expresar su duelo en tanto se sentían inseguros respecto a si recibirían reconocimiento y apoyo, el 68.4% indicó que su duelo había sido bien reconocido y apoyado.

Esta estrategia de afrontamiento mediante la evitación y el aislamiento también se expresa en el rechazo a volver a adoptar a otro animal. Sin embargo, la resolución exitosa del duelo parece requerir que la persona doliente avance más allá de esta etapa, de modo que pueda volver a estar dispuesta a asumir el riesgo de establecer cercanía con otro (Gerwolls & Labott, 1994).

5.2.1.2 Regulación Emocional Espontánea. Algunos trabajos se focalizaron en evaluar el impacto de distintas estrategias de regulación emocional, calificándolas como adaptativas (e.g., autocompasión, toma de perspectiva, reenfoque positivo y aceptación) o desadaptativas (e.g., rumiación, catastrofización y culpabilizar a otros).

El empleo de estrategias cognitivas adaptativas de regulación emocional (e.g., cambiar el foco a una dirección más positiva, resignificar la experiencia, aceptar, encontrar sentido) por parte de los tutores en luto, favorece la relación entre el apego hacia los animales fallecidos y el crecimiento postraumático, y reduce el dolor de separación (Park & Jeong, 2022). Así, se encontró una correlación entre las estrategias adaptativas de regulación emocional espontánea, como el reenfoque positivo, la aceptación y la puesta en perspectiva, con duelos menos intensos y mayor bienestar emocional (Green et al., 2018).

Contrariamente, cuando el empleo de estrategias desadaptativas (e.g., rumiar, culparse, negar, quedarse atrapado en el dolor) debilita la relación entre el apego y el crecimiento postraumático, intensificando el dolor de la pérdida (Park & Jeong, 2022). Estrategias desadaptativas de regulación emocional espontáneas, incluyendo rumiación, catastrofización y culpar a otros, también se asociaron con mayor sintomatología de duelo, ira, trauma y afecto negativo. La supresión emocional y la reevaluación cognitiva —teóricamente consideradas como desadaptativa y adaptativa respectivamente— no mostraron asociaciones consistentes con síntomas de duelo (Green et al., 2018).

Las estrategias basadas en racionalización también resultan comunes entre tutores en luto, aunque no parecen ser efectivas para evitar síntomas de duelo. Con frecuencia, los tutores podían optar por racionalizaciones ligadas a haber hecho lo correcto o lo mejor para todos los implicados (Adams, 1999). Aun así, muchos indicaban que sin importar cuánto racionalizaran situaciones (e.g., eutanasia), continuaban sintiendo culpa al respecto (Baydak, 2000).

La autocompasión (i.e., atención y cuidado dirigido a uno mismo) se asocia con sintomatología de duelo menos intensa, menor frecuencia de interacciones sociales despectivas o negativas, y un mejor funcionamiento psicosocial. La relación entre las

restricciones sociales y la depresión puede depender del grado de autocompasión que muestre una persona. Es decir, se observó que cuando los tutores en luto se sienten sin apoyo de los demás, la autocompasión puede mitigar los efectos de la falta de apoyo sobre los síntomas depresivos. Además, la autocompasión se asoció con mayor implicación en expresiones de vínculo continuo. Es posible que los tutores en luto con mayor autocompasión participen más en conductas autocompasivas debido a una mayor disposición a asumir riesgos y atender sus síntomas de angustia mediante esfuerzos de autocalma (Bussolari et al., 2018).

Algunos tutores podían apelar a procesos cognitivos como intentar justificar la muerte de los animales, rumiar sobre detalles en torno a la muerte, culpa y deliberadamente evitar pensar en el animal. Esto se daba en mayor medida cuando los tutores consideraban que el apoyo veterinario había sido inadecuado (Adams et al., 2000). En contextos de falta de reconocimiento social y de bajo vínculo continuo, la rumiación deliberada (i.e., focalización repetitiva y pasiva en un evento estresante y sus consecuencias) se ligó a peores parámetros de duelo. Ahora bien, en contextos de reconocimiento social y alto vínculo continuo, la rumiación deliberada se ligó a mejor elaboración de duelo. Esto es, cuando el duelo es comprendido por el entorno social y existe apoyo, además de mantener vínculos continuos, la rumiación deliberada puede centrarse en reflexiones y evaluaciones positivas sobre la aceptación de la pérdida y reconocer el crecimiento personal, favoreciendo el afrontamiento (Wu & Song, 2025).

5.2.1.3 Duelo Anticipado. Los tutores que lograron anticipar el fallecimiento de su animal de compañía, como puede ser debido a una enfermedad terminal, experimentaron su proceso de duelo con una menor intensidad y duración, en comparación con tutores en luto por muertes inesperadas (Jarolmen, 1998). Así, factores como la mayor edad del animal se asociaron con menor sintomatología, mientras

que las muertes inesperadas, y más aún las accidentales, se ligaron a más síntomas (Díaz Videla, 2024).

Algunos tutores refirieron que el conocimiento anticipado sobre la muerte de sus animales les permitía tiempo para disfrutar con estos y la posibilidad de empezar a elaborar el duelo (Stefan, 1999). Parte de las acciones de afrontamiento que los tutores expresan en el duelo anticipado, se relacionan con atesorar y disfrutar la mayor cantidad de tiempo posible con su animal de compañía, enfatizando en la atención plena y focalizándose en las experiencias positivas vividas, en lugar de centrarse en emociones negativas (Mao, 2025).

La anticipación de la muerte de los animales incluye preparaciones mentales como conductuales. En el estudio de Tzivian et al. (2014), el 86,2% de los tutores en luto señalaron que habían tenido suficiente tiempo para prepararse para la muerte de sus perros. Los autores identificaron dos categorías de actividades desplegadas por los tutores antes de la eutanasia: (1) actividades físicamente relacionadas con el perro, y (2) actividades indirectamente relacionadas con él. El primer grupo incluía conductas como darle al perro una comida sabrosa que le gustaba, bañarlo, llevarlo a la cama de los tutores para pasar la última noche, acariciarlo y besarlo. El segundo grupo incluía conductas que no implicaban contacto físico con el perro, como escribirle cartas y hacerle dibujos, especialmente en familias con niños.

El 41 % de los tutores desearía hablar sobre las opciones de cuidados y procedimientos ligados al eventual fallecimiento de sus animales cuando estos padecen una enfermedad terminal, antes de su fallecimiento (Kogan et al., 2023). Así, la anticipación de la muerte del animal se asoció con evaluaciones más positivas de la muerte del animal, lo que sugiere que un proceso de adaptación se inició previo a la muerte (Brkljačić et al., 2020).

Además, se observó que el duelo anticipado habilita y es favorecido por el apoyo emocional temprano, lo cual promueve el afrontamiento de la pérdida posterior y previene el desarrollo posterior de duelo prolongado (Mao, 2025).

5.2.1.4 Rutinas. Las rutinas diarias también pueden ser utilizadas como estrategias de afrontamiento. En ocasiones, los tutores pueden intentar continuarlas para mantener cierta estructura o bien, cuando las rutinas previas al fallecimiento estaban sobrecargadas de cuidados intensivos, pueden incluso sentir alivio de retomar rutinas más normales.

Una reacción general en las familias tras la pérdida de sus animales fueron los sentimientos en torno al vacío generado por la ausencia de estos animales en los hábitos diarios, incluyendo las conductas ligadas a su cuidado (Tzivian et al., 2014). A muchos tutores les resultó difícil no encontrar a sus animales en los lugares donde solían estar. Estas personas experimentaban todas las características de un duelo y podían incluso indicar que la vida había perdido su sentido para ellos (Adams et al., 2000). Recientemente, se mostró que la interacción con dispositivos multisensoriales personalizables que fomentan vínculos continuos permite a los tutores en luto desarrollar acciones repetidas que se relacionan con sus rutinas previas con sus animales, como ubicar este dispositivo donde los gatos solían dormir, o acariciarlos y apretarlos suavemente al regresar al hogar o antes de irse a dormir. Estas interacciones no reemplazan al animal, pero crean nuevos puntos de contacto ritualizados que vuelven a la pérdida presente en la rutina, de maneras manejables y reconfortantes (Xiong et al., 2026).

En el estudio de Wilson et al. (2021) con un grupo de tutoras en luto mayores a 55 años, se identificaron cambios en la rutina diaria tras la pérdida de su animal de compañía incluyendo la pérdida de su rol como cuidadoras. Cuidar de un animal

proporciona un sentido de propósito, a la vez que mantiene una relación de compañía. Este trabajo satisface necesidades de relación, las cuales tienen un efecto particularmente positivo en el bienestar de los adultos mayores que pueden carecer de acceso o participación en redes sociales humanas. No se trata solo de animales como receptores de cuidados, sino también como animales brindando cuidado a sus humanos.

En el estudio de Kogan et al. (2022) el 44% indicó haberse tomado algo de licencia laboral luego de la muerte de sus animales. El 22% indicó que no aplicaba y el 34% no haberlo hecho. De estos últimos, el 42% indicó que le hubiera gustado haberlo hecho (Kogan et al., 2022). En el estudio de Stefan (1999), las tutoras en luto indicaron que realizar un ritual como tomarse licencia las había ayudado a lidiar con el duelo.

Aunque la mayoría de los tutores tiende a verse afectada por la muerte de sus animales, esto no suele impedir que mantengan sus actividades diarias regulares como ir a trabajar, comer, dormir, hacer las compras u ocuparse de sus hijos. Incluso la mayoría indicaba que, aunque se sentían contrariados, se sentían optimistas respecto de su capacidad para recuperarse y retomar las actividades cotidianas (Adams et al., 2000).

En tanto algunos tutores habían pasado la última fase de vida del animal brindándole cuidados intensivos, la posibilidad de retomar una rutina más normal ayudaba a lidiar con el dolor. Este cambio de rutina permite contrarrestar parte del cansancio y angustia que acompañaba la rutina de cuidados intensivos y la espera ante la muerte (Stefan, 1999).

5.2.1.5 Rituales de Entierro y Cremación. Los tutores en luto suelen rituales comunes para humanos, en tanto en la cultura occidental, no existen servicios funerarios reconocidos ni estandarizados para lamentar la pérdida de animales de compañía (Chur-Hansen, 2010; Davis et al., 2003). Las prácticas ritualizadas tradicionales en torno duelo

ayudan a establecer su legitimidad, y la ausencia de estos rituales puede contribuir a la sensación de privación de derechos que experimentan los tutores en luto.

A diferencia de los protocolos que rodean la muerte de las personas, la muerte de un animal no exige un conjunto de procedimientos estandarizados por parte del veterinario. Este contexto puede interpretarse como que socialmente la muerte del animal es insignificante, lo cual, a su vez, influye en el proceso de duelo (Adams, 1999). En contraposición, la mayoría de los tutores en luto optan por realizar un entierro o encuentran maneras de conmemorar a sus animales experimentando un mayor consuelo y beneficiándose de un estado mental positivo (Davis et al., 2003; McKinney, 2019; Tzivian et al., 2014). En el estudio de Dickinson y Hoffmann (2017) el 37% optó por el entierro en un cementerio para animales o en un lugar especial y el 61% cremó a su animal de compañía, generalmente conservando las cenizas en una urna en el hogar.

Los rituales y conmemoraciones pueden ayudar con el manejo del duelo, particularmente cuando los servicios permiten que las emociones se expresen en un entorno de apoyo. Los tutores tienden a indicar que la realización de rituales y conmemoraciones los ayuda a mostrar de manera tangible que sus animales habían vivido y habían sido importantes en sus vidas (Baydak, 2000).

Las familias que deciden enterrar a sus animales o esparcir sus cenizas a menudo lo hacen en su patio trasero, bajo un árbol conmemorativo o en un lugar que puedan volver (Davis et al., 2003; Kogan et al., 2022; Tzivian et al., 2014). En el estudio de Wojtaś et al. (2022) la mayor parte de los tutores en luto expresaron que preferirían enterrar a sus animales en un jardín en sus propias casas si fuera posible, manifestando su deseo de estar cerca y poder visitar la tumba de sus animales. Los rituales funerarios (e.g., visitar tumba, lugar de esparcimiento de cenizas, rezar, colocar flores, etc.) fueron la segunda opción elegida por los tutores en luto como útil y disponible para el

afrontamiento de la pérdida (47.9%), muy por encima de los servicios funerarios como cementerios (29.7%; Díaz Videla, 2024).

Los participantes describieron que los entierros de los animales tendían a incluir aspectos de ceremonia significativa, por ejemplo, colocando junto al animal alguna de sus pertenencias (Reisbig et al., 2017). En el estudio de Tzivian et al. (2014) en Israel, se vio que algunas familias guardaban luto durante siete días después del entierro, siguiendo el período tradicional judío de duelo llamado Shivá.

En algunos contextos, como Quezon, Filipinas, las prácticas funerarias como la cremación no suelen utilizarse debido a la falta de instalaciones y centros que pudieran brindar dichos servicios, por lo que la mayoría de los tutores entierran a sus animales después de su muerte (García, 2025).

El entierro es uno de los rituales culturales más importantes del duelo. Los tutores de perros que realizaron este ritual mencionaron muchos detalles pequeños y parecían estar más tranquilos que aquellos que no enterraron a su perro. El 24% de estos mencionó la cremación realizada por el veterinario, y algunos explicaron las razones de esta elección, por ejemplo, no pudieron retirar el cuerpo de la clínica debido a su peso (Tzivian et al., 2014). En situaciones donde los animales no pueden ser enterrados (e.g., tamaño o barreras logísticas) los tutores suelen optar por crematorios, servicios que tienden a ofrecer un recuerdo para los tutores en luto, como una urna o un relicario (Davis et al., 2003). La mayoría indica haber optado por cremación y que les devolvieran las cenizas, conservándolas (Kogan et al., 2022).

Se observó que personas de todas las edades, sexos y composiciones familiares pueden solicitar cremación de sus animales, no pudiendo establecerse un perfil de cliente de este tipo de servicios. Los animales cremados suelen ser perros y gatos, con diversidad en los tiempos de tenencia y causas de defunción (Chur-Hansen et al., 2011).

En ocasiones, el servicio es solicitado por motivos prácticos, como las dificultades físicas o emocionales para manejar el cuerpo del animal, así como prohibiciones regionales para entierros domésticos. Otras motivaciones más emocionales fueron conservar los restos del animal cerca de la familia (e.g., pudiendo transportarlo ante mudanzas) o la intención de sortear la prohibición de entierros conjuntos: algunos tutores indicaron conversar las cenizas para que sean enterradas con ellos cuando mueran (Chur-Hansen et al., 2011).

Los proveedores de servicios de cremación destacaron la fuerte conexión emocional de los tutores en luto con estos animales y que los tutores solían estar sumamente angustiados, por lo que suelen estar preparados para mostrar una actitud compasiva y brindar apoyo, aunque sin formación específica para esto. También, mencionaron la importancia para los tutores de contar con un ritual similar al que se le da a los humanos para ayudarlos a procesar su pérdida. Si bien no es frecuente que estos servicios incluyan velorios, los tutores en luto suelen realizar rituales, incluyendo reuniones, en torno a las cenizas (Chur-Hansen et al., 2011).

La contratación de servicios funerarios requiere de información previa para los tutores y transparencia durante el proceso. En el estudio de Adams (1999), el 52% de los participantes refirió no haber sido informado sobre las opciones de entierro y cremación para sus animales. La información inadecuada sobre los distintos rituales relacionados con la muerte de animales, como la cremación, hizo que los participantes se sintieran enojados y desconfiados. En ese estudio, además, más de la mitad de los tutores indicó haber sentido preocupación por el manejo de los restos del animal y temor a enfrentarse al cuerpo (Adams et al., 2000).

5.2.1.6 Vínculo Continuo y Conmemoraciones. Los vínculos continuos son los esfuerzos por mantener una conexión emocional con un ser querido fallecido, y la

mayor parte de los tutores en luto continúa manteniendo relaciones significativas con sus animales fallecidos. Los tutores en luto pueden valerse de una diversidad de expresiones de vínculo continuo, como evocar recuerdos afectuosos, recuerdos de viejas historias, el uso de pertenencias del animal fallecido y hablarle, realizadas por el 80% de tutores recientemente en luto (Habarth et al., 2017). Esta implicación en expresiones de vínculo continuo es similar a la empleada en lutos humanos. También incluyen publicar en redes sociales, mostrar fotografías o crear un álbum de fotos, tomar una huella de la pata o conservar un mechón de pelo, hablar con el animal o sentir que se reunirán, obtener un recipiente especial para las cenizas y usar el collar como objeto de recuerdo (Kogan et al., 2022).

Las expresiones de vínculos continuos más frecuentes fueron evocar buenos recuerdos (85%), conservar o usar pertenencias (79%), rememorar con otros (79%) y lecciones aprendidas y/o influencias positivas (76%). Además, el 58% manifestó haber pensado en reencontrarse con sus animales, el 52% soñó con ellos, el 48% sintió su presencia y el 48% se sintió atraído por lugares asociados con el difunto. El 39% también mencionó intentar honrar los ideales o deseos del difunto, crear monumentos conmemorativos y la presencia de imágenes o sonidos relacionados con él. Lo menos mencionado fue la influencia de los animales fallecidos en las decisiones cotidianas (18%; Carmack & Packman, 2011; Packman et al., 2011, 2014). Habarth et al. (2017) también destacaron las prácticas de mirar fotos, evocar recuerdos, hablar con el difunto, conservar sus pertenencias (e.g., correa, manta) y escribir cartas a los animales fallecidos. Los homenajes basados en donaciones u obras benéficas también son considerados formas de vínculos continuos (Packman et al., 2014; Reisbig et al., 2017).

En el estudio de Dickinson y Hoffmann (2017) las prácticas más comunes realizadas para honrar a los animales fallecidos fueron colocar una lápida o un texto en

la tumba (15,6%), exhibir fotografías del animal (13.6%), publicación de memorial online (6.2%), exhibición de la urna con objetos del animal (4.7%), no realizar acciones y mantener duelo en privado (4.4%), hablar con el animal u orar por él (4.3%), obituario enviado a allegados (3.9%) y jardín conmemorativo (e.g., plantar un árbol o un rosal; 3,3 %).

La mayoría realiza experiencias significativas de vínculo continuo con frecuencia, aunque lo significativo de las experiencias de vínculo continuo no radica en su cantidad o frecuencia, sino en su grado de adaptación a la experiencia singular del tutor. Por eso, es importante que las personas en duelo no se vean cargadas con la expectativa de que deberían desarrollar vínculos continuos. Dichos vínculos pueden surgir y modificarse con el tiempo, y son únicos para cada persona (Packman et al., 2012).

Otras expresiones también incluyen leer textos sobre la pérdida de animales de compañía, plantar un árbol, escribir cartas, tributos, imprimir fotos o implicarse en causas comunitarias son actividades conmemorativas que también suelen usarse tras la muerte de los animales (McKinney, 2019; Rémillard et al., 2017).

Los elogios fúnebres hacia animales también son usados, y resultan similares en estructura y contenido a los destinados a humanos: realizan cumplidos al fallecido, y describen recuerdos entrañables y momentos felices compartidos. Esto favorece que los tutores obtengan validación mientras fomentan el recuerdo del vínculo con el animal (Rennard et al., 2019).

Si bien las expresiones de vínculo continuo son experimentadas de manera más bien reconfortante, también pueden experimentarse de manera angustiosa, incluso al mismo tiempo (Habarth et al., 2017; Packman et al., 2011). Algunas circunstancias,

como cuando ha transcurrido muy poco tiempo desde la muerte, la continuidad de los vínculos puede asociarse con angustia (Davis et al., 2003).

Para tutores recientemente en luto, la mayor variedad de expresiones de vínculo continuo se asocia con mayores puntajes de apego y de síntomas de duelo (Habarth et al., 2017). Para los tutores en luto, suele permanecer la cualidad traumática de la muerte, la sensación de falta de apoyo social, reflexiones sobre el significado de la vida, el duelo continuo como una forma de mantener el apego, y la integración del animal fallecido como un vínculo continuo (Stefan, 1999).

Un mayor apego ansioso predice un duelo más severo, una relación parcialmente moderada por las expresiones de vínculo continuo. El apego evitativo predice un duelo menos severo, independientemente de las expresiones de vínculos continuos (Lykins et al., 2023).

Adicionalmente, muchos tutores en luto expresan un intenso deseo de preservar recuerdos de sus animales, pero escaso apoyo para establecimiento de vínculos continuos. En esos casos, los dispositivos personalizables de interacción multisensorial pueden fomentar el establecimiento de vínculos continuos para estos tutores en luto, ayudando a canalizar emociones complejas hacia una forma de alivio y conexión no verbal (Xiong et al., 2026).

Un grupo de tutoras en luto expresó que las expresiones de vínculo continuo tenían mayormente un impacto positivo en la elaboración del duelo, pero estas prácticas podían resultar muy variables entre tutoras (Wilson et al., 2021). Si estas expresiones daban lugar a mejor ajuste y menos síntomas, dependían del grado en que eran percibidas como reconfortantes antes que angustiantes (Carmack & Packman, 2011; Packman et al., 2011, 2014). El impacto de estas expresiones puede variar entre

personas, así como también, variar en el tiempo en una misma persona (Kogan et al., 2022)

Niños y adolescentes tutores en luto también utilizan expresiones de vínculos continuos y tienden a considerarlas más bien reconfortantes. Estos jóvenes tutores identificaron específicamente como angustiantes los recordatorios intrusivos sobre sus animales. Expresiones con conductas más externas como conservar las pertenencias de sus animales fallecidos o hablar con el animal fallecido podían ser tanto angustiante como reconfortante, y podían ligarse a dificultades en la aceptación de la separación física de la figura de apego. Otras expresiones más internalizadas, las cuales promueven una mayor internalización o representación simbólica de la relación (e.g., recuerdos entrañables, recordar reminiscente) pueden ser más beneficiosa para ellos. Las formas más internalizadas y maduras se vuelven las más frecuentes a mayor edad de los chicos, dejando las otras formas de lado (Schmidt et al., 2020).

5.2.1.7 Espiritualidad y Religiosidad. El dolor experimentado durante el duelo a menudo puede resultar en una crisis de significado donde la persona en luto busca dar sentido a su pérdida (Lee, 2015). Los tutores en luto pueden recurrir a la religión u orientaciones espirituales o metafísicas para sobrellevar la situación (Lee y Surething, 2013; McKinney, 2019). Por un lado, a partir de prácticas espirituales desarrolladas por el tutor, como adaptando sus creencias religiosas o desplegando rituales con sentido espiritual. Por otro lado, atribuyendo espiritualidad al animal de compañía, considerando que este sabía que su vida estaba por terminar y expresándolo con conductas indicativas de despedida o apareciéndose en sueños (McKinney, 2019).

Los rituales religiosos tras la muerte de los animales, incluyendo oraciones para el más allá, pueden dar consuelo a los tutores en luto. Por ejemplo, las mujeres israelíes pueden manifestar su duelo vistiendo ropa negra, sin maquillaje y evitando el contacto

social con amigos. Los tutores en luto que siguen la fe judía pueden celebrar *Shiva* por su perro después del procedimiento de eutanasia (Tzivian et al., 2014).

En el estudio de Wong et al. (2017) los tutores en luto que creían en el budismo mostraron una mayor capacidad de manejo de sus emociones durante el proceso de duelo. Los budistas creen que el ritual budista de recitación (*chanting*) aporta paz a los fallecidos y que los animales de compañía son potencialmente elegibles para un mejor renacimiento y salvación.

En el estudio de Kogan et al. (2022), el 17% de los tutores indicó que sus creencias religiosas/espirituales habían influido en la forma en la que habían conmemorado a sus animales. Muchos tutores explicaron que creen que volverán a ver a sus animales y que seguirán sintiendo una conexión con ellos.

En un estudio, el 51% indicó haber rezado por el animal o enviarle algún tipo de bendiciones luego de su muerte y el 29% indicó seguir en contacto con el animal. Si bien lo primero era mayor para los participantes religiosos, lo segundo no cambiaba de acuerdo con la religiosidad (Davis et al., 2003). En el estudio de Park y Royal (2020) solo el 12.4% de los participantes refirió haber rezado o haber buscado alivio en la fe.

Las investigaciones destacan que el uso de la religión para lidiar con eventos críticos (i.e., afrontamiento religioso) puede ser tanto positivo como negativo (e.g., creer que Dios lo ha abandonado o que lo está castigando). De todas formas, el afrontamiento religioso negativo se encontró más bien infrecuente; correlaciona con tristeza (Lee, 2015) y se encontró que funciona como un predictor potente del sufrimiento por la pérdida, incluso más que neurotismo y apego hacia los animales, los cuales también funcionaban como predictores (Lee & Surething, 2013).

Muchos tutores en luto utilizaban estrategias de afrontamiento religioso como rezar (72.1%), y estas incluyen oraciones ligadas al bienestar del animal después de la

vida y en el eventual reencuentro con ellos, siendo infrecuente. Tanto la espiritualidad como la religiosidad tendían a mitigar el dolor, pero solo la primera tenía un valor predictivo sobre este sufrimiento (Lee & Surething, 2013).

La mayoría de los tutores en luto creen que sus animales están ahora en un lugar mejor y que se reencontrarán con ellos (Lee, 2015) y la creencia en la vida de los animales después de la muerte brinda consuelo, alivio y promueve la resiliencia durante el proceso de duelo (Testoni et al., 2017). Los tutores en luto encuentran alivio al saber que su animal ahora está libre de dolor y en un lugar mejor (Davis et al., 2003; Lee, 2015). Si bien esta era más frecuente entre personas que practicaban religiones, también podía estar presente en personas no religiosas (Davis et al., 2003).

La representación de la muerte como aniquilación (i.e., negación de cualquier forma de vida después de la muerte) se asocia con síntomas fisiológicos y cognitivos depresivos, siendo un factor de riesgo para respuestas de duelo más extremas. Poco más de la mitad de los tutores en luto creen en alguna forma de vida después de la muerte para sus animales (Testoni et al., 2017).

Los tutores en luto que creen en el llamado puente arcoíris —un lugar alternativo del cielo donde los amantes de los animales y los animales fallecidos se reencuentran, y donde muchos animales fallecidos serán transformados en un estado saludable para correr y jugar felices juntos, sin preocupaciones por la enfermedad, la comida, el agua o el sol— indican mayor consuelo al creer que volverán a conectar con sus animales en la otra vida. Quienes sostienen esta creencia, la cual no pertenece formalmente a ninguna religión, pero está muy difundida desde fines de siglo XX, tienden a experimentar una mayor sensación de consuelo (McKinney, 2019; Wong et al., 2017).

Para muchos tutores en luto, el considerar que había llegado el momento adecuado para la muerte del animal era la clave para afrontarla. Estos tutores trasladan la toma de decisiones al destino abstracto, o incluso a una autoridad superior, casi divina, que establece el momento preciso para la muerte del animal. Por el contrario, si no parecía ser el momento adecuado, los tutores tienden a tener dificultades para explicar por qué había sucedido. Cuando el fallecimiento se ligaba al proceso de eutanasia, esta decisión era el estadio inicial del afrontamiento de la pérdida. La creencia de que todo ser vivo tiene un momento correcto para morir y que los tutores simplemente ayudaron a completar este plan, parece reducir los sentimientos de culpa ligados a la decisión de eutanasia (McKinney, 2019).

5.2.1.8 Crecimiento Postraumático. La muerte de un animal de compañía amado puede ser un punto de inflexión que modifica la perspectiva sobre la vida. Muchas personas logran trascender el dolor y convertir la crisis en una oportunidad, encontrando sentido en la pérdida (Packman et al., 2014). El crecimiento postraumático se relaciona con los cambios positivos que surgen en una persona o grupo, luego de haber experimentado una crisis vital o acontecimiento desafiante. Park y Jeong (2022) mostraron que el mayor apego hacia los animales se ligaba con mayor tristeza y dolor tras la pérdida, pero que estos mayores parámetros, a su vez, se ligaban con la posibilidad de un mayor crecimiento postraumático al emplear estrategias cognitivas adaptativas de regulación emocional.

Las formas más frecuentes de crecimiento postraumático implicaban modificaciones en la relación con otros humanos (19%) y animales (17%), la valoración de la vida (12%) y la fortaleza personal (12%; Packman et al., 2016). Estas formas de crecimiento se manifiestan con particularidades en las distintas culturas. Como medidas de crecimiento, la relación con otros fue el tema más prominente en EEUU y la

fortaleza personal lo fue en China. La espiritualidad fue importante en EEUU y Canadá, mientras que la valoración de la vida fue importante en Japón, China y Canadá. Las relaciones con animales y los vínculos continuos fueron importantes temas en todos los grupos (Bussolari et al., 2017).

El crecimiento postraumático se asoció con menor somatización y deterioro funcional, pero no se relacionó con síntomas de depresión o ansiedad. Por lo tanto, el grado en que los tutores recientemente en duelo encontraron significado en la pérdida se asoció con menos dificultades con el dolor físico (i.e., somatización) o dificultades en el funcionamiento diario (Habarth et al., 2017).

Los tutores en luto que desplegaban expresiones de vínculo continuo tenían mayor tendencia a experimentar un crecimiento posterior a la pérdida, pero solo en la medida en la que estas expresiones estaban acompañadas con sentimientos de consuelo y alivio. Quienes tenían expresiones de vínculo continuo con sensaciones angustiosas tenían más dolor y sintomatología de duelo (Carmack & Packman, 2011; Packman et al., 2011). Así, no se encontraron relaciones entre la cantidad neta o el tipo de conmemoraciones y el crecimiento postraumático (Spain et al., 2019).

Es decir, el crecimiento postraumático correlaciona con el grado de alivio derivado de las expresiones de vínculo continuo. Así, los tutores que identifican algo valioso al afrontar la pérdida, también tienden a experimentar consuelo y alivio al buscar conexión con el animal fallecido. Menor crecimiento postraumático se asocia a la experiencia angustiosa del vínculo continuo, mayor severidad del duelo y mayores restricciones sociales en su expresión y validación (Habarth et al., 2017).

El duelo desautorizado se asocia negativamente con crecimiento postraumático cuando los síntomas de duelo son intensos. Este crecimiento parece depender en parte del apoyo social del entorno. Los tutores con niveles de duelo desautorizado más bajos

experimentaban menos crecimiento que aquellos con más duelo desautorizado, apoyando la idea de que el crecimiento postraumático requiere cierto desafío hacia el sistema de creencias. Los participantes que experimentaron un nivel bajo de intensidad del duelo y poca marginación tienden a conservar sus creencias preexistentes y aceptar la pérdida sin crecimiento personal. Los participantes con un nivel bajo de intensidad del duelo, pero altos niveles de marginación logran un crecimiento moderado (Spain et al., 2019).

5.2.2 Tema 2: Estrategias de Afrontamiento Espontáneas Interpersonales

5.2.2.1 Apoyo Social. El nivel de entendimiento percibido por los tutores por parte del entorno, así como el apoyo familiar y social en general, favorecen la elaboración del duelo, disminuyendo sintomatología y pudiendo prevenir el desarrollo de una respuesta de duelo complicada (Behler et al., 2020; Crossley, 2013; Gosse & Barnes, 1994; Packman et al., 2014; Stutts, 1994). Esto fomenta una mejor calidad de vida (Stefan, 1999; Tzivian et al., 2015) y un crecimiento positivo después de la pérdida del animal de compañía (Bussolari et al., 2017; Packman et al., 2017; Wong et al., 2017).

El apoyo social realiza una importante contribución a la predicción del proceso y resultados relacionados con el duelo de animales de compañía. Este apoyo correlaciona negativamente con angustia, depresión, ansiedad y síntomas somáticos, así como con apego ansioso y evitativo, los cuales, a su vez, correlacionan positivamente con esas variables sintomáticas de peor ajuste al duelo (King & Werner, 2012).

Muchos tutores en luto también indican que les resultó útil poder hablar sobre su experiencia con la muerte de sus animales con otras personas. A menudo se mencionó que la familia fue de gran ayuda en este sentido, aunque no en todos los casos (Davis et al., 2003). Las principales fuentes de apoyo referidas por los tutores en luto eran sus

parejas y otros animales, refiriendo menor apoyo de médicos, consejeros espirituales y veterinarios (Packman et al., 2012). Los tutores en luto indican que haber encontrado un sistema de apoyo donde poder hablar y desahogarse les había ayudado a enfrentar el duelo (Reilly, 2018).

Aun pequeños gestos de empatía tienden a ser aceptados con profunda gratitud por los tutores en luto. Muchos de estos no se sentían libres de hablar sobre su situación porque temían que recibir apoyo emocional. En algunos casos, evitaban hablar con ciertas personas sobre el trauma emocional que estaban atravesando (Tzivian et al., 2014). La tendencia a justificar el duelo puede asociarse a la necesidad de reafirmar que el duelo es legítimo, lo cual dificulta su elaboración (McKinney, 2019). Así, los tutores habían aprendido a no compartir su luto con personas que resultaban invalidantes (Packman et al., 2014).

En el estudio de Adams et al. (2000) más de la mitad de los tutores en luto consideraba que la sociedad no considera la muerte de un animal como digna de un duelo. En otro estudio de este mismo grupo de investigadores, se observó que los tutores en luto afrontaban la falta de apoyo de dos maneras: cediendo a la presión externa para seguir adelante sin permitir que la muerte de su animal de compañía alterara su vida, o intentando minimizar esa presión externa hablando sobre sus sentimientos con personas que los apoyaban, como un familiar, un amigo o el veterinario (Adams et al., 1999).

Park y Royal (2020) identificaron que la búsqueda de apoyo en familiares y amigos fue el mecanismo de afrontamiento saludable más frecuente (58.2%). En Díaz Videla (2024), el recurso de afrontamiento más importante destacado fue el apoyo derivado de familiares y amigos, al igual que en el estudio de Brown et al. (2023),

donde el 68.4% de los tutores en luto indicó que su duelo había sido reconocido y apoyado por familiares y amigos.

5.2.2.2 Relación con Otros Animales. La compañía de otros animales puede ser beneficiosa durante el duelo, ya que algunos tutores pueden encontrarle un propósito al cuidar de otra vida. Así, algunos tutores en luto pueden referir consuelo en el cuidado de sus animales restantes (Tzivian et al., 2014; Wong et al., 2017), e inclusive, comenzar a sentir un mayor aprecio por el tiempo que les queda con estos (Packman et al., 2014).

Sin embargo, se encontraron resultados mixtos al respecto. Por ejemplo, Stutt (1994) reportó que el grupo de tutores en luto que no tenía otros animales presentó mayor sintomatología depresiva, mientras que Gosse y Barnes (1994) no observaron diferencias significativas en la respuesta al duelo en hogares con otros animales y con ninguno. Gerwolls y Labott (1994) mostraron que la presencia de otros animales preexistentes en la familia no tenía impacto en el ajuste, pero adoptar un nuevo animal sí mejoraba el ajuste al duelo.

Para quienes no tienen otro animal en el hogar, adoptar uno nuevo puede ofrecer consuelo psicológico y ayudar a sobrellevar la pérdida (McKinney, 2019; Wong et al., 2017). En muchas ocasiones, el consuelo que brinda un nuevo animal de compañía genera efectos beneficiosos sobre el estado de ánimo del hogar y es implementado como mecanismo de afrontamiento (Gerwolls & Labott, 1994). Un tercio de los tutores en luto referían haber adoptado un nuevo animal de compañía como mecanismo de afrontamiento al duelo (32.1%; Park & Royal, 2020). Aquellos con más relaciones íntimas tenían menor probabilidad de adquirir un nuevo animal a los seis meses (Gerwolls & Labott, 1994) y a mayor edad del tutor en luto, mayor resistencia a adoptar un nuevo animal (Stewart et al., 1985).

En Adams et al. (1999), el 32% obtuvo un nuevo animal en las siguientes tres semanas a la muerte del predecesor. Esta adquisición no funciona como una búsqueda de reemplazo sino más bien como una adición nueva a la familia (Davis et al., 2003). Adoptar un nuevo animal aliviaba el dolor, aunque no disminuía el apego ni modificaba el lugar que el animal fallecido había tenido en sus vidas. Los tutores en luto no se desentendían del animal fallecido, sino que se enfrentaban con su capacidad de volver a amar a alguien mientras conservaban el amor por el animal fallecido (Stefan, 1999).

En el de Wilson et al. (2021), mujeres mayores en luto que vivían solas evidenciaron que adoptar un nuevo animal de compañía las había ayudado a superar el duelo, aportando beneficios a su actividad cotidiana teniendo nuevas demandas y cuidados que las mantenían activas y de mejor ánimo.

Los tutores en luto que adquirieron un nuevo animal después de su pérdida tenían menores puntajes en inventarios de depresión (Brown & Symons, 2015). Sin embargo, mientras que algunos tutores pueden planear tener otro animal cuando sea el momento adecuado, otros pueden no sentirse listos para otro animal, ya que pueden temer tener que soportar la experiencia emocional de perder un animal nuevamente (Tzivian et al., 2014). El dolor emocional frecuentemente se traducía en el rechazo ante la idea de adoptar un nuevo animal (Baydak, 2000).

Si bien los tutores en luto suelen indicar que la pérdida de sus animales había dejado un vacío en sus vidas y la de sus familias y que parte de la recuperación había incluido adoptar un nuevo animal; solían interpretar la sugerencia de adoptar un nuevo animal como parte de la insensibilidad cultural que rodea la muerte de los animales de compañía (McKinney, 2019).

5.2.3 Tema 3: Estrategias de Afrontamiento Terapéuticas o Profesionales

5.2.3.1 Apoyo del Equipo Veterinario. Los tutores en luto expresaban intensos sentimientos hacia los médicos veterinarios que habían asistido a sus animales en torno a sus muertes, tanto positivos como negativos (Baydak, 2000). El 81 % de los tutores indicó que el veterinario fue la principal fuente de información sobre las opciones relativas al destino de los restos de sus animales, y el 33% lo señaló como la persona de referencia para hablar sobre la pérdida. Los veterinarios desempeñan un papel importante al informar a sus clientes sobre cuestiones relacionadas con la eutanasia y el manejo de los restos, y al acompañarlos durante el proceso de duelo (Fernández-Mehler et al., 2013).

Los tutores en luto refieren frecuentemente que el apoyo y la atención brindados por los profesionales y el personal veterinario han sido un elemento importante para prepararse y afrontar la pérdida de sus animales. Además, señalan que los veterinarios fueron de gran ayuda al proporcionar actualizaciones constantes e información clara, así como apoyo y tranquilidad (Reisbig et al., 2017). Los tutores que indicaban que los veterinarios habían sido sensibles con ellos, tendían a indicar que habían brindado la mejor atención posible a sus animales (Baydak, 2000).

Los tutores esperan que los equipos veterinarios estén informados sobre las opciones locales de cuidado del cuerpo tras el fallecimiento y la conmemoración, y que estén dispuestos a hablar sobre el final de la vida de sus animales, incluso antes del fallecimiento (Kogan et al., 2023).

En el estudio de Kogan et al. (2022) el 70% de los tutores indicó estar satisfecho con el trato y apoyo brindado por los médicos veterinarios. En el estudio de Díaz Videla (2024), se destacó la alta disponibilidad del apoyo de médicos veterinarios (75%), pero,

sin embargo, su utilidad fue clasificada como muy inferior (48.6%), incluso por debajo de la información online (49.7%) y el acompañamiento psicológico (66.3%).

El accionar veterinario resulta muy influyente en la experiencia de la pérdida, y las muestras de respeto por el animal y el reconocimiento de su individualidad brindaba alivio a muchos tutores. Además, estos destacaban la importancia de la sensibilidad de los médicos veterinarios (Davis et al., 2003). Recibir apoyo (e.g., una tarjeta, un recuerdo, una llamada telefónica) del personal veterinario tras el fallecimiento de un animal de compañía puede ayudar en el proceso de duelo (Tzivian et al., 2014).

Casi todos los tutores en luto consideran que los veterinarios deberían proporcionar apoyo emocional luego de la muerte de los animales, pero menos del 40% indicó que haber tenido la posibilidad de dialogar con el veterinario luego de la muerte del animal había sido importante para ellos. Además, 40% indicó que les hubiera gustado recibir un llamado telefónico de la veterinaria posteriormente (Adams et al., 2000).

Algunos factores ligados a los veterinarios también podían generar confusión, sentimientos de inadecuación y frustración. Estos eran la contradicción en los roles que asume el veterinario (i.e., promover la salud / poner fin a la vida), la cuestión de la eutanasia, y la naturaleza limitada del apoyo verbal a los clientes en torno al momento de la muerte. El mayor obstáculo con el que los participantes tuvieron que lidiar estaba relacionado con la yuxtaposición entre sus sentimientos sinceros hacia sus animales y el clima cultural en torno a la muerte de animales dentro de la clínica veterinaria. Por un lado, los participantes se sentían tristes cuando su animal moría; sin embargo, el mensaje que se transmitía era que deberían ser capaces de afrontarlo (Adams, 1999).

El 94% de quienes optaron por eutanasia para sus animales estuvieron presentes durante la práctica, indicando haber sentido la obligación de hacerlo en tanto retribución a la lealtad del animal, al que consideraban un miembro de la familia. Las razones más

frecuentes para no permanecer en la eutanasia fueron la creencia de que sería demasiado angustiante ver el animal morir, que eran muy jóvenes en ese momento y que no les fue permitido por los veterinarios. No estar presentes podía asociarse a sentimientos de culpa (Dickinson & Hoffmann, 2017). Adrian y Stitt (2019) encontraron que presenciar la eutanasia de los animales no mostraba diferencias en puntajes de duelo complicado ni estrés postraumático para los tutores, aunque sí menor arrepentimiento (Adrian & Stitt, 2019).

Los tutores en luto también indicaban que el accionar de los médicos veterinarios había tenido un impacto en el grado de culpa ligado a la decisión de practicar eutanasia. Los tutores tienden a apreciar la comunicación clara, pero también valoran conservar cierta capacidad de decisión con respecto al fallecimiento de sus animales (Reilly, 2018).

Alrededor del 90% de tutores que eutanasiaron a sus animales indicó elevada conformidad con el trabajo del veterinario, que este había mostrado compasión hacia el animal y hacia el tutor, y que tenía buenas habilidades de comunicación. El 98% de los tutores que recibió recomendación de eutanasia por parte del veterinario consideró que esta había sido la recomendación correcta. El 21% indicó que en la clínica veterinaria o servicio de cremación le recomendaron alguna forma de apoyo terapéutico para duelo (Dickinson & Hoffmann, 2017).

5.2.3.2 Grupos de Apoyo y Otros Abordajes Terapéuticos. Los tutores en luto pueden estar buscando la oportunidad para compartir detalles íntimos sobre sus animales y los abordajes terapéuticos, lógicamente, se configuran como un recurso de afrontamiento que brinda validación y apoyo. Esto se vuelve particularmente necesario para aquellos tutores con duelo privado de derechos (Packman et al., 2014).

Los tutores en luto que buscan apoyo psicoterapéutico lo hacen considerando que este ofrecerá un espacio seguro, donde su pérdida será comprendida y validada (Leonhardt-Parr & Rumble, 2022). Estos tutores una probabilidad mayor de presentar síntomas depresivos altos en comparación con aquellos que no buscan apoyo terapéutico. Quienes buscaban este apoyo profesional se diferenciaban también por haber tenido más cambios negativos en sus vidas, mayor probabilidad de haber perdido un perro, habían convivido por más tiempo con sus animales fallecidos y estaban más apegados a estos (Stallones, 1994).

Contar cronológicamente la historia del animal y de su muerte puede ayudar a lidiar con el duelo (Rémillard et al., 2017) y esto también se puede realizar en otros formatos de abordaje terapéutico, como es el caso de los grupos de apoyo. En el estudio de Díaz Videla (2024) el recurso de afrontamiento considerado menos disponible pero que los tutores en luto creían que sería de mucha ayuda eran los grupos de acompañamiento del duelo. Sin embargo, esto puede deberse simplemente a la falta de experiencias o conocimiento sobre el tema.

Baydak (2000) desarrolló un programa de grupos de apoyo de tres encuentros estructurados para favorecer la elaboración del duelo por muerte de animales de compañía. El 89% de los asistentes a grupos de duelo indicó que esto los había ayudado a aceptar y procesar la pérdida. La participación brindaba alivio, y ayudaba a afrontar el duelo al sentirse comprendidos y escuchados, validando sus sentimientos. El 72% indicó que asistir a los grupos había favorecido la idea de que en el futuro volvieran a adoptar. Todos indicaron que la información allí brindada debería darse de manera generalizada, cuestionaron a los veterinarios por no informar sobre grupos de apoyo y los recomendaron.

Los grupos tienden a facilitar la expresión emocional, la validación del duelo, las prácticas de conmemoración y el desarrollo de mecanismos de afrontamiento, mientras fomentan rituales compartidos e identidad colectiva. A su vez, enfrentan el riesgo mantener a los tutores en un estado de luto permanente (i.e., duelo obligatorio) si no cuentan con un afrontamiento dinámico que equilibre el afrontamiento orientado a la pérdida y también orientado a la recuperación (Kim & Park, 2026).

Los tutores más vulnerables en luto (e.g., geográficamente aislados, que sufren un dolor extremo, una pérdida ambigua) pueden beneficiarse especialmente de las opciones de grupos de apoyo en línea y/o líneas telefónicas de apoyo por la pérdida de animales, ya que estas opciones no requieren contacto cara a cara y pueden percibirse como menos intimidantes (Rémillard et al., 2017). El apoyo emocional también puede ser brindado mediante plataformas de apoyo digital, las cuales se adecúan a la etapa que esté atravesando el tutor, incluso desde el duelo anticipado (Mao, 2025).

Pese a su potencial utilidad, estos abordajes no son empleados con frecuencia por los tutores en luto. En el estudio de Laing y Maylea (2018) los tutores no identificaron de forma consistente la necesidad de asesoramiento de salud mental sobre duelo y pérdida de animales (Laing & Maylea, 2018). En el trabajo de Park y Royal (2020) solo el 0.9% de los tutores en luto refirió haber participado de grupos de apoyo, tanto de forma personal como virtual; y en Wilson et al. (2021) la ayuda terapéutica formal y los grupos de apoyo no fueron solicitados por ninguna participante.

5.3 Sintetizar las Estrategias de Afrontamiento más Útiles Implementadas por los Tutores en Luto para Realizar Recomendación sobre su Implementación

Se analizó la efectividad de las diversas estrategias de afrontamiento implementadas por tutores en proceso de duelo, elaborándose una síntesis de aquellas áreas de afrontamiento percibidas como más beneficiosas, con el propósito de presentar recomendaciones específicas para su adecuada implementación.

5.3.1 *Anticiparse a la Pérdida*

El reconocimiento anticipado de la muerte del animal es un factor valorado positivamente por los tutores en luto. Esto permite pasar tiempo con el animal y comenzar a elaborar el duelo anticipado, lo cual resulta de gran ayuda para los tutores (Stefan, 1999). La anticipación del fallecimiento del animal se asocia con evaluaciones más positivas de la muerte del animal, permitiendo iniciar un proceso de adaptación previo al fallecimiento (Brkljačić et al., 2020).

A su vez, el apoyo emocional temprano se refuerza con el duelo anticipado, lo cual favorece el afrontamiento de la pérdida posterior y previene el desarrollo posterior de duelo prolongado (Mao, 2025).

Recomendación: favorecer el reconocimiento anticipado de la proximidad de la muerte del animal y habilitar espacios de preparación emocional previa al fallecimiento. Por ejemplo, favoreciendo la expresión de emociones, pensamientos y preocupaciones anticipadas, y compartiendo tiempo significativo con el animal.

5.3.2 *Contar con Información Veterinaria Clara y Sensibilidad del Profesional*

Las interacciones con el personal veterinario son referidas por los tutores con el potencial de aliviar o de empeorar la experiencia de pérdida y duelo (Rémillard et al., 2017). Los tutores destacan la importancia de la información constante y clara médicos y personal veterinario en general, para prepararse para la pérdida, así como para sentirse apoyados y tranquilos (Reisbig et al., 2017). Los tutores no solo destacaban la utilidad de la comunicación clara de los veterinarios, sino también contar con la posibilidad de participar en la toma de decisiones y los procedimientos involucrados, y que se les conceda tiempo para reflexionar sobre las decisiones (Davis et al., 2003).

Los veterinarios que brindan apoyo validan y normalizan las reacciones emocionales de los tutores, contribuyen a sobrellevar mejor el fallecimiento (Adams et

al., 2000). A su vez, los tutores que indicaban que los veterinarios son más sensibles con ellos, tienden a indicar que estos brindan la mejor atención posible a sus animales (Baydak, 2000).

Recomendación: promover una comunicación clara, empática y participativa con personal veterinario, que incluya información constante sobre el estado del animal, validación de las emociones de los tutores y espacios para reflexionar y participar en la toma de decisiones.

5.3.3. Acompañar al Animal de Compañía Durante la Eutanasia

Asistir al procedimiento de eutanasia de un animal no mostró tener un impacto significativo en si el duelo se detiene o se prolonga, pero no presenciarla se asocia con más arrepentimientos sobre el procedimiento, por lo que presenciarla puede representar un inicio propicio para el proceso de duelo (Adrian & Stitt, 2019). Estar presentes con el animal durante la eutanasia evitaba el surgimiento de sentimientos de culpa posteriores por no haber acompañado al animal en ese momento (Dickinson & Hoffmann, 2017).

Recomendación: ofrecer a los tutores la posibilidad de permanecer junto al animal durante el procedimiento de eutanasia, brindándoles un espacio privado, información y contención emocional.

5.3.4 Buscar Apoyo Social

El recurso de afrontamiento más importante destacado por los tutores en luto es el apoyo derivado de familiares y amigos (Brown et al., 2023; Díaz Videla, 2024), el cual correlaciona con todas las dimensiones de calidad de vida (i.e., física, psicológica, relacional y ambiental). Así resulta particularmente efectivo en presencia de estresores como la muerte de animales de compañía, cuando la calidad de vida se encuentra

disminuida (Tzivian et al., 2015). Este apoyo también reduce los sentimientos de duelo y culpa tras la muerte de animales de compañía (Behler et al., 2020; Cowling et al., 2020)

Recomendación: alentar y favorecer el acceso de los tutores en luto a redes de apoyo familiares, sociales y comunitarias, promoviendo interacciones donde puedan sentirse validados y emocionalmente sostenidos.

5.3.5 Expresar las Emociones

Compartir información sobre la pérdida permite a los tutores explorar sus emociones y procesar su experiencia, normalizándola (Packman et al., 2014). Los tutores indican que haber encontrado un sistema de apoyo donde poder hablar y desahogarse les había ayudado a enfrentar el duelo (Reilly, 2018).

Los grupos de apoyo para tutores en luto facilitan la expresión emocional, la validación del duelo, las prácticas de conmemoración y el desarrollo de mecanismos de afrontamiento, a la vez que fomentan rituales compartidos e identidad colectiva (Kim & Park, 2026). Los participantes se benefician de la oportunidad de expresar sus emociones abiertamente, de que su dolor sea validado y de recibir apoyo emocional del facilitador y de otros tutores en luto. Los participantes también se benefician de la oportunidad de ofrecer apoyo emocional a otros miembros del grupo. El intercambio mutuo de sentimientos y experiencias refuerza la validez del duelo que todos experimentaban por la pérdida de sus animales (Baydak, 2000). Estos abordajes requieren equilibrar las estrategias orientadas al duelo con las orientadas a la recuperación para evitar el riesgo de mantener a los tutores en estado de luto si no (Kim & Park, 2026).

Otras formas de expresión en solitario también resultan de utilidad. Por ejemplo, los tutores en luto que realizan ejercicios de escritura en torno a la pérdida indican que

esto les permite aliviar el dolor a la vez que les posibilita continuar comprometiéndose con el animal mientras procesan la experiencia (Stefan, 1999). En este sentido, la redacción de elogios fúnebres puede mitigar el duelo no reconocido, fomentando una expresión emocional al tiempo que validándola (Rennard et al., 2019).

Recomendación: facilitar espacios seguros de expresión emocional, individuales (e.g., ejercicios de escritura o elogios fúnebres) o grupales (e.g., grupos de apoyo), que permitan compartir sus experiencias, validar sus emociones y elaborar activamente la pérdida.

5.3.6 Ejercitar la Regulación Emocional

Las estrategias cognitivas adaptativas de regulación emocional (e.g., cambiar el foco a una dirección más positiva, resignificar la experiencia, aceptar, encontrar sentido) por parte de los tutores en luto, favorece la relación entre el apego hacia sus animales fallecidos y el crecimiento postraumático, y reduce el dolor de separación (Park & Jeong, 2022). Las estrategias de aceptación, puesta en perspectiva y reenfoque positivo, así como la evitación de la rumiación, catastrofización y culpabilización a otros, resultan efectivas para favorecer el bienestar emocional y disminuir síntomas de duelo intenso (Green et al., 2018).

Sin embargo, también se reconoce que la rumiación deliberada puede favorecer la elaboración del duelo en contextos de reconocimiento social de la pérdida y vínculos continuos intensos; contrariamente, pueden dificultarla en contextos de deslegitimación social y bajos vínculos continuos (Wu & Song, 2025).

Finalmente, las prácticas de autocompasión pueden ser muy efectivas para amortiguar el efecto de la falta de apoyo social frente al luto en la sintomatología depresiva (Bussolari et al., 2018).

Recomendación: ejercitar estrategias adaptativas de regulación emocional, como la aceptación, la resignificación positiva, la autocompasión y la puesta en perspectiva, evitando estilos de afrontamiento basados en catastrofización, culpabilización y rumiación persistente en contextos de deslegitimación social.

5.3.7 Realizar Rituales y Conmemoraciones Idiosincráticas

Las prácticas funerarias, como realizar entierros son referidas como un mecanismo de afrontamiento efectivo por los tutores en luto (García, 2025). Los rituales de cremación y entierros de animales de compañía pueden aportar alivio y ayudar a dar un cierre para los tutores en luto, una función similar a la que tienen en torno al fallecimiento de humanos (Chur-Hansen et al., 2011)

Los homenajes conmemorativos son mencionados por los tutores como un recurso que los ayuda a afrontar la pérdida (Rémillard et al., 2017). Estos suelen ser diversos entre tutores, quienes indican que mayormente les resultan de utilidad en la elaboración del duelo (Wilson et al., 2021). Pueden basarse en guardar las pertenencias del animal, plantar vegetación o pensar activamente en los buenos momentos y no en su fallecimiento, y aportar recuerdos y sentimientos felices (Davis et al., 2003).

La mayor parte de los tutores en luto indica que las expresiones de vínculo continuo les resultan más reconfortantes que angustiantes (Kogan et al., 2022), pero se reconoce que los esfuerzos por mantener una conexión con el animal fallecido pueden generar tanto alivio como angustia, dependiendo de características subjetivas y contextuales del tutor en luto. Experimentar alivio y consuelo en el vínculo continuo correlaciona con crecimiento postraumático (Habarth et al., 2017). Las expresiones de vínculo continuo, fundamentalmente las más internalizadas, suelen ser reconfortantes para niños y adolescentes (Schmidt et al., 2020).

Las expresiones de vínculo continuo pueden disminuir la sintomatología y propiciar el crecimiento postraumático, pero esta relación está moderada por la sensación de consuelo experimentada. Es decir, el vínculo continuo puede favorecer el ajuste psicológico ante el duelo siempre que sus expresiones sean percibidas con sensación de alivio y consuelo (Carmack & Packman, 2011; Packman et al., 2011). En este sentido, los dispositivos personalizables de interacción multisensorial resultan prometedores, en tanto pueden fomentar el establecimiento de vínculos continuos para tutores en luto (Xiong et al., 2026)

De todas formas, la cantidad y el tipo de conmemoraciones no se relacionan con el crecimiento postraumático (Spain et al., 2019). Prescribir la realización de expresiones de vínculo continuo puede generar experiencias no necesariamente resulten útiles o reconfortantes. Es importante enfatizar que encontrar formas de mantenerse conectado con el animal difunto puede surgir de manera natural como parte de la experiencia humana del duelo. La experiencia de cada persona es única. Para algunos, los vínculos continuos pueden desarrollarse con el tiempo, mientras que para otros pueden aparecer inmediatamente después de la muerte (Packman et al., 2012). Las personas con mayor apego ansioso (y no con apego evitativo) encuentran mayor consuelo al mantener vínculos continuos con su animal fallecido (Lykins et al., 2023).

Recomendación: respetar y facilitar la realización de rituales, homenajes y formas personales de mantener vínculos continuos con el animal fallecido, siempre que estas experiencias resulten reconfortantes y significativas para el tutor, evitando prescribir prácticas estandarizadas.

5.3.8 Promover la Espiritualidad

La religión del tutor puede ayudar a aceptar la pérdida y el dejar ir al animal fallecido, aunque se reconoce que su utilidad es relativa (Davis et al., 2003), pudiendo

incluso presentar tanto aspectos positivos como negativos para el afrontamiento (Lee, 2015).

La espiritualidad y la religiosidad pueden ayudar a mitigar el dolor, pero únicamente la primera tiende a ser efectiva, mientras que la segunda no especifica de qué manera se utiliza la religión para afrontar la adversidad. El afrontamiento religioso positivo se relaciona débilmente con menor angustia, pero el afrontamiento religioso negativo es un predictor muy potente de mayor sintomatología de duelo (Lee & Surething, 2013).

La creencia en alguna forma de vida después de la muerte para los animales favorece la elaboración del duelo (Testoni et al., 2017). Los tutores con creencias acerca de la vida de sus animales después de la muerte experimentan mayor sensación de consuelo. Estas creencias pueden estar arraigadas en el budismo o bien estar menos sistematizadas y ser más informales como el puente del arco iris (Wong et al., 2017). Independientemente de cómo los tutores en luto imaginan que el espíritu o la energía de su animal fallecido sigue vivo, la sensación de que algún aspecto vital del animal continúa presente resulta muy reconfortante (Baydak, 2000). Con el tiempo, los tutores en luto pueden transformar el sentido de la pérdida y afrontarla a través de los vínculos continuos como las expectativas de reencontrarse con sus animales y las lecciones aprendidas (Bussolari et al., 2017).

Esta creencia en una vida después de la muerte ayuda a los tutores en luto a aceptar o procesar su duelo, aunque no los protege de experimentar un duelo intenso desde el comienzo, ni reduce el riesgo de quedar devastado por la muerte del animal (Davis et al., 2003).

Adicionalmente, la creencia de que el animal falleció en el momento correcto sea que incluya la voluntad de fuerzas superiores o la decisión de eutanasia, también favorece la aceptación y elaboración de la pérdida (McKinney, 2019).

Recomendación: promover y validar las creencias espirituales que resulten reconfortantes para los tutores en luto, especialmente aquellas orientadas a la búsqueda de sentido, continuidad del vínculo y aceptación de la pérdida.

5.3.9 Considerar la Adopción de un Nuevo Animal de Compañía

Si bien los tutores en luto pueden expresar resistencia a adoptar un nuevo animal, al hacerlo, suelen reconocer que este fue de ayuda para elaborar el duelo (Davis et al., 2003). La adopción de un nuevo animal de compañía resulta beneficiosa, tanto por calmar la sensación de vacío emocional y familiar, como por el apoyo brindado por el nuevo animal (McKinney, 2019). Adoptar un nuevo animal se asocia con menores puntajes de depresión, lo que sugiere que esto puede tener un impacto positivo en el ajuste emocional y afrontamiento de la pérdida (Brown & Symons, 2015).

Sin embargo, la sugerencia de adopción debe realizarse con mucho cuidado en tanto suele ser interpretada como insensibilidad y falta de apoyo (McKinney, 2019).

Recomendación: abordar la posibilidad de adoptar un nuevo animal con sensibilidad y sin ningún tipo de presión, permitiendo que la decisión surja de manera genuina y voluntaria cuando el tutor en luto lo crea conveniente.

6. Discusión

La experiencia de perder un animal de compañía es marcadamente similar a la de perder a una relación humana significativa. Niveles similares de desesperación, ira, culpa, aislamiento social, pérdida de control, rumiación, despersonalización, somatizaciones y ansiedad se presentan durante esa pérdida (Gerwolls & Labott, 1994). Estas similitudes son de ayuda para comprender mejor la experiencia de los tutores en luto, sin embargo, también tiene particularidades tales como el proceso de eutanasia o la falta de rituales y conmemoraciones esperados. Sumado a lo anterior, si los tutores consideraban que sus animales de compañía eran sus mejores amigos o como hijos, es esperable que tengan grados más elevados de duelo, que si solo se consideraban como buenos compañeros o no se llegó a consolidar un vínculo estrecho (Cowling et al., 2020).

Generalmente, los tutores en luto suelen enfrentarse a la trivialización de su dolor, ya que la muerte de un animal de compañía no es considerada merecedora de la misma respuesta emocional ni del mismo tiempo de duelo que la pérdida de una persona (McKinney, 2019). La falta de comprensión a la que se enfrentan los tutores puede provocar una baja en su búsqueda de apoyo, tanto en su círculo cercano y afectivo, como en los profesionales para lograr hacerle frente a su sufrimiento.

El proceso de revisión sistemática de los diversos estudios arrojó que existen ciertas estrategias de afrontamiento por el duelo de un animal de compañía que los tutores emplean, algunas surgen de forma espontánea y otras requieren de abordajes dirigidos, a cargo de profesionales. A su vez, las estrategias de afrontamiento espontáneas se dividen en estrategias individuales y estrategias interpersonales.

Estrategias de afrontamiento espontáneas individuales, como el aislamiento social, pueden ser utilizadas por los tutores en luto. Esta estrategia logra constituirse

tanto como una elección personal de los tutores o como una respuesta conductual frente a la vivencia de un duelo silenciado (Park & Royal, 2020). Cuando surge la descalificación o subestimación de la importancia del vínculo con sus animales fallecidos, puede traer como consecuencia que se intensifique ese aislamiento, justo en un momento en el que el apoyo social resulta fundamental, llevando al tutor a reprimir su dolor y desarrollar sentimientos de culpa y vergüenza.

En contraparte, la estrategia de regulación emocional espontánea, con una orientación autocompasiva, tiene el potencial de brindar apoyo a los tutores en luto. La autocompasión podría estar asociada con una mayor implicación en estrategias de afrontamiento de auto-consuelo, como implicarse en expresiones de vínculos continuos.

Continuando con las estrategias de afrontamiento individuales, los vínculos continuos son ampliamente implementados por los tutores en luto, ya que la conexión emocional puede sostenerse a través de expresiones como los recuerdos agradables, fotos, rituales o conmemoraciones, elogios fúnebres, entre otros.

Los vínculos continuos y significativos que los tutores, tanto adultos como niños y/o adolescentes, mantienen con sus animales de compañía fallecidos son una forma de afrontar la pérdida y expresar lo que sienten (Rémillard et al., 2017). Además, crear o participar de rituales o memoriales brinda consuelo y resultan reconfortantes en el proceso de duelo, fomentando una conexión con su animal. Solo cuando estas expresiones se experimentan con esa sensación de alivio es que favorecen el ajuste y mejoran la adaptación psicosocial del tutor en luto.

No obstante, en algunas ocasiones los tutores pueden sentirse inseguros de compartir o contar sus experiencias de vínculo continuo por temor a ser juzgadas negativamente o considerados como “locos” (Packman et al., 2012). Es por ello, que resulta necesario crear entornos de validación y de escucha segura para poder compartir

sus vivencias y sentimientos, narrar sus experiencias. En este sentido, que el entorno aliente tener conversaciones sobre la percepción de la presencia del animal fallecido mediante preguntas abiertas y empáticas, puede ayudar a normalizar estas experiencias y favorecer que los tutores en luto se sientan seguros para compartir sus historias.

Las experiencias de vínculo continuo son únicas y particulares para cada tutor y pueden variar en su intensidad, duración y efecto emocional. Mientras algunas estrategias resultan reconfortantes para ciertos tutores, para otros ofrecen poco alivio, por lo que deben comprenderse de manera individualizada como formas de afrontamiento afectivo (Habarth et al., 2017).

Otro tipo de estrategias de afrontamiento espontánea se da movida por el deseo de conmemorar a los animales de compañía, ya que la memoria de los mismos persiste y la relación construida por muchos años no desaparece con su pérdida. Implementar rituales y conmemoraciones a los animales de compañía es muy importante para los tutores en luto, esto produce cambios en las prioridades, aceptación y reevaluación de las relaciones (Wojtaś et al., 2022). Mediante estos rituales, los lazos de apego pueden reelaborarse para transformar al animal en una representación interna basada en el significado, la memoria o la conexión emocional (Podrazik et al., 2000).

Debido a esto, es necesario animar a los tutores a crear una forma de honrar y decir “gracias” a su animal fallecido, por ejemplo, plantar un árbol en un lugar especial, armar un altar en su honor, conservar su juguete favorito o una pintura de su huella, entre otros. Estas expresiones y la forma que toman también resultan muy personal y únicas para cada tutor, además, este tipo de actividades están fuertemente relacionado con otra estrategia de afrontamiento que es el crecimiento postraumático.

Los tutores que lograron experimentar crecimiento postraumático identificaron algo valioso al enfrentar su pérdida. Ese valor ligado a la creación de sentido puede ser

un elemento crítico en su concepción del mundo luego de una pérdida importante (Habarth et al., 2017).

Ligado a los antedicho, la espiritualidad, como estrategia de afrontamiento individual mitigó, en pequeña medida, la influencia del sufrimiento por duelo a través de vías cognitivas y emocionales (Lee & Surething, 2013). En el plano cognitivo, la espiritualidad refleja un sistema de creencias existenciales altamente personalizado y enriquecedor. Como resultado, proporciona a los tutores en duelo un marco adaptativo para integrar la pérdida en su narrativa de vida. Dado que la espiritualidad también implica experiencias trascendentes, como la conexión con lo divino, puede contrarrestar el estrés asociado a la pérdida de un animal de compañía al introducir emociones positivas en la experiencia. '

Que los tutores en luto consigan incorporar emociones positivas en una situación difícil como es el duelo, es fundamental para el mantenimiento del bienestar físico y mental. En consecuencia, la espiritualidad se ha vinculado con la emocionalidad positiva y el optimismo. Algo diferente ocurre con la religiosidad, la cual puede traer consecuencias positivas como servir de estrategia de afrontamiento religioso o, de forma menos frecuente, negativas como creer que Dios lo ha abandonado o que lo está castigando.

Sumado a lo anterior, la creencia en la vida después de la muerte para los animales puede favorecer la elaboración del duelo, mientras que la creencia en su muerte como aniquilación se asocia con síntomas depresivos (Testoni et al., 2017). El sostener esta creencia resulta reconfortante y merece el respeto de los profesionales.

Finalmente, las muertes repentinas e inesperadas conllevan mayores posibilidades y riesgos de producir efectos negativos en la salud física y mental de los tutores en duelo. Esto contrasta con las pérdidas anticipadas o previsibles, que suelen

comenzar con el diagnóstico de una enfermedad terminal e irreversible otorgando un tiempo para prepararse para la pérdida y dando lugar a un duelo anticipado (Díaz Videla, 2024). Contar con información pronóstica sólida y expectativas realistas ante la enfermedad de los animales, ayudará en la elaboración del duelo al momento de afrontar la pérdida.

El apoyo socialmente reconocido durante el período de duelo es esencial, ya que protege el bienestar físico y mental que necesitan los tutores en luto para mantener su independencia y calidad de vida. Esto nos lleva a mencionar las estrategias de afrontamiento espontáneas interpersonales, en donde es clave invitar a los tutores en luto a buscar contextos de apoyo —por ejemplo, grupos de apoyo por la pérdida de animales, salas de chat en línea sobre esa temática y líneas telefónicas de ayuda— realizar estas acciones facilitará que reciban el tipo de apoyo que merecen (Packman et al., 2012). Los grupos de apoyo fomentarán a desarrollar nuevas habilidades de afrontamiento y, quizás lo más importante, normalizar su duelo, para que sepan que no están solos.

Las plataformas online de apoyo grupal de duelo muestran una tendencia persistente hacia el afrontamiento centrado en la pérdida. Esta asimetría proviene de la fuerte motivación para buscar validación del duelo, que se margina sistemáticamente en contextos presenciales. En este sentido, los grupos de apoyo en línea no son meros espacios para la recuperación emocional, sino escenarios de lucha simbólica, donde la legitimidad del duelo por la pérdida de un animal se refuerza continuamente mediante la afirmación colectiva.

Por último, lo que consiste en las estrategias de afrontamiento guiadas por profesionales, el equipo veterinario suele aparecer como la primera línea de apoyo emocional ante la pérdida de un animal de compañía. Este apoyo proviene de todos los

que participan activamente en el equipo, incluidos veterinarios, técnicos, recepcionistas y otros integrantes del personal.

El mismo se transmite a través de la capacidad del equipo para hacer que los tutores se sientan cómodos cuando expresan su dolor (e.g., "No necesita disculparse por llorar"), el reconocimiento de la profundidad de la relación humano-animal (e.g., "Puedo ver que lo quiere mucho"), y mediante palabras de consuelo (e.g., "Parece que esto es muy doloroso para usted") y gestos (e.g., garantizar privacidad en el consultorio durante la eutanasia, escuchar atentamente) (Adams et al., 2000). Sumado a lo anterior, la interacción del tutor y el personal veterinario durante procesos críticos, como la eutanasia, puede aliviar o agravar su experiencia de duelo.

Sucede muchas veces que el equipo veterinario no cuenta con ciertas habilidades necesarias para brindar un buen apoyo informativo y emocional, ya que no suele formar parte de la formación profesional y del personal veterinario. De igual manera, estos profesionales tienden a aprender estas habilidades en la práctica, a través de experiencias individuales. No obstante, adicionar a la formación conocimientos sobre el duelo de animales de compañía, las consecuencias que producen en los tutores, y maneras de apoyar y contener, resultarían beneficiosas para ambas partes.

Otra categoría de profesionales que apareció en la revisión y se suma a las estrategias de afrontamiento guiadas son, los abordajes terapéuticos en salud mental, los mismos deben brindar validación y apoyo. Esto se vuelve particularmente necesario para aquellos tutores que experimentan un duelo privado de derechos (Packman et al., 2014). Trabajar con tutores en luto, implica que los profesionales de salud mental puedan validar el sentido de sus pérdidas, acompañar en este difícil proceso e implementar las estrategias de afrontamiento que mejor se adapten a cada caso.

Aunque el estudio de Quackenbus y Glickman (1984) no fue incluido por no alcanzar el puntaje mínimo de calidad, presenta una propuesta pionera de acompañamiento del duelo por pérdida animal de compañía. El abordaje, aplicado a 138 tutores en luto mediante consejería breve, incluía identificación de problemas, apoyo social durante la crisis y asistencia en la adaptación a cambios cotidianos y sociales. Los resultados mostraron una resolución satisfactoria del duelo.

Así mismo, el estudio de Clements et al. (2003) que fue igualmente excluido por su puntaje de calidad, formula intervenciones terapéuticas relevantes para el duelo por pérdida animal de compañía. Los autores destacan la importancia de validar y normalizar el dolor del tutor, evitando minimizar la pérdida, y de brindar apoyo y psicoeducación sobre el proceso de duelo. Las intervenciones se orientan a favorecer la aceptación de la pérdida, la adaptación a los cambios y la reinversión en la vida, incluyendo estrategias simbólicas como escribir cartas, crear memoriales o realizar donaciones en nombre del animal.

En la misma línea, narrar historias sobre el animal de compañía y las circunstancias de su muerte puede ser una estrategia útil en el acompañamiento del duelo, ya que permite a los tutores construir una descripción cronológica de su experiencia y favorecer la elaboración de la pérdida. En un contexto de escucha y validación, preguntas abiertas y respetuosas pueden facilitar que las personas compartan aspectos significativos de la vida de su animal.

Asimismo, dado que la religión y la espiritualidad pueden ocupar un lugar central en la adaptación a la pérdida, los profesionales también pueden ayudar a los tutores a construir narrativas basadas en sus creencias espirituales, promoviendo fuentes adicionales de apoyo y formas de afrontamiento más adaptativas (Rémillard et al., 2017).

No existen fórmulas correctas y universales para elaborar el duelo, cada tutor es único y vivencia su dolor de una forma particular. Es por ello, que destacamos la importancia de reconocer y validar las elecciones individuales, siendo todas las alternativas igualmente legítimas para expresar el propio duelo.

7. Implicancias, Limitaciones y Futuras Líneas de Investigación

7.1 Aportes y Contribuciones de la Investigación

Se considera como aporte de esta revisión sistemática el mostrar, a través de la evidencia de todas las investigaciones científicas recopiladas, como el duelo por el fallecimiento de un animal de compañía merece tener un lugar de mayor impacto y relevancia. Además, como este duelo debe ser legitimado y apoyado por los demás, y no, como generalmente sucede, silenciado y trivializado.

Se señalan ciertas estrategias útiles, en donde su implementación demostró tener un buen resultado para el afrontamiento del proceso de duelo, entre ellas se mencionan estrategias espontaneas individuales como anticipar la pérdida del animal de compañía, ejercitar la regulación emocional y realizar rituales y conmemoraciones; estrategias espontaneas interpersonales como el apoyo social y el contar con información clara por parte del equipo veterinario; y abordajes terapéuticos a través de grupos de apoyo, ya sean presenciales o virtuales, y el acompañamiento de profesionales de la salud mental.

Destacamos que cuando un tutor experimenta un duelo intenso y solitario, los grupos de apoyo de tutores en luto, coordinados por consejeros en duelo —preferentemente especializados en pérdida de animales—, pueden ayudar a construir una red social para quienes atraviesan este proceso, y facilitar el acceso a psicoeducación y al desarrollo de pensamientos más adaptativos para afrontar el duelo, la culpa, y fomentar la conexión de amor con su animal, a través de, por ejemplo, vínculos continuos.

Siguiendo con esta línea, instamos a los profesionales de la salud a considerar la magnitud y el significado potencial de la experiencia de la pérdida de un animal de compañía. A trabajar para identificar posibles limitaciones sociales en el proceso de duelo, como trivializaciones y menosprecios. Además, de tener en cuenta que, si bien no

todas las estrategias de afrontamiento señaladas pueden ser universalmente validas o reconfortantes, es parte de la labor profesional, el individualizar cada experiencia de duelo, y sus posibles intervenciones.

7.2 Limitaciones de la Investigación

En esta revisión sistemática se presentaron ciertas limitaciones a la hora de identificar y analizar los estudios empíricos. Una de ellas es que, la gran mayoría de las investigaciones estaban centradas en muestras de tutores que habían perdido perros o gatos, dejando en un menor número las demás especies de animales de compañía, como pueden ser aves, caballos, roedores, entre otros.

En lo referente a los países de donde se recopilaron los estudios, resaltamos que un elevado número proviene de EEUU y Canadá, dejando el resto distribuidos en variados países, Latinoamérica solo presento un único estudio, en Argentina. Esta notable diferencia de investigaciones en cada país resulta limitante, ya que se cuenta con muy poca información empírica sobre cómo se experimenta el duelo por animales de compañía en esas poblaciones y que estrategias de afrontamiento son las predilectas.

Otra limitación observada es que la mayoría de las muestras fueron tomadas a mujeres adultas, esto puede deberse a que las mujeres tienen un estilo de duelo más abierto que los hombres, y son más propensas a participar de estudios sobre el duelo.

Finalmente, solo tres estudios se centraron en tomar muestras y abordar el duelo en tutores niños y/o adolescentes en luto, el resto fue de adultos. Esta población es particularmente vulnerable, ya que la pérdida de un animal de compañía puede ser su primer acercamiento a la muerte y al posterior proceso de duelo.

7.3 Líneas de Investigación Futuras

A partir de los resultados arrojados de esta revisión sistemática, se sugieren ciertos aspectos relevantes que deberían seguir siendo estudiados. Por un lado, los tutores en luto

no se inclinaban hacia la búsqueda de servicios terapéuticos formales, por el contrario, prefieren emplear estrategias de afrontamiento espontáneas, tanto individuales como interpersonales. Una posibilidad de esta elección es que estos tutores prefieren recursos de aprendizaje y apoyo de forma independiente. Otra es la falta de apoyo de calidad por parte de profesionales en lo que respecta al duelo por la pérdida de animales de compañía, o bien, que quienes sufren esta pérdida no esperen que los profesionales, sobre todo de salud mental, le brinden apoyo debido a la naturaleza negativa de su duelo.

Sin embargo, los tutores se animan a hablar y compartir sus experiencias de duelo, si se encuentran en el espacio seguro y de apoyo emocional, en donde no se sientan juzgados, y se permita el hablar con total libertad y franqueza.

Debido a esto, pueden proponerse varios programas para los tutores en duelo. En primer lugar, el apoyo psicológico de los veterinarios, así como la explicación de la situación a los familiares y amigos del tutor en luto, podrían formar parte del rol veterinario. En paralelo, la implementación de los diversos abordajes terapéuticos por parte de profesionales de la salud mental. Por ejemplo, los profesionales podrían proponer un programa para tutores en duelo que incluya el abordaje del estrés, la promoción de conductas saludables y el apoyo individual o grupal.

No obstante, para que este tipo de apoyos o intervenciones sean exitosos, en primera medida debe reconocerse la necesidad de desarrollar programas formativos y cursos de capacitación profesional continua, tanto para veterinarios como para profesionales de la salud mental. En donde se aborden temas como el duelo de animales de compañía, sus características particulares como la eutanasia, y las prácticas conmemorativas, rituales y expresión de vínculos continuos, en torno a homenajear y mantener vivo el recuerdo de del animal.

Por otro lado, otro ámbito en donde sucede la falta de reconocimiento es el laboral, ya que los animales de compañía no son contemplados como familiares, según las disposiciones legales y laborales, por lo que rara vez se ofrece tiempo para el duelo por su pérdida. Dado que cada vez más lugares de trabajo se esfuerzan por ser más amigables con los animales de compañía, se recomienda incluir el tiempo para el duelo por la pérdida de animales como beneficios para empleados.

Retomando una de las limitaciones expuestas, las diferencias de género en la toma de las muestras resulto ser muy evidente, hay una tendencia muy marcada a que haya más mujeres que hombres. Futuras investigaciones podrían seleccionar muestras exclusivamente de hombres, para realizar comparaciones y lograr identificar diferencias de género en las experiencias de duelo por muerte de animales de compañía y su afrontamiento.

Finalmente, al momento de iniciar la búsqueda de estudios, resulto llamativo la poca cantidad que hace foco en muestras de niños y adolescentes. Dado que los niños y/o adolescentes son un grupo etario vulnerable, el aumentar la cantidad y calidad de investigaciones, ya sean cuantitativas, cualitativas o mixtas, daría un acercamiento y comprensión más claro sobre que sucede con estos niños y adolescentes, como experimentan esa pérdida y el proceso de duelo, si presenta características particulares y si las diversas estrategias de afrontamiento encontradas pueden implementarse exitosamente o si surgen algunas nuevas.

8. Conclusiones

El duelo es un proceso esperable y natural de adaptación emocional ante el fallecimiento de un ser querido. Es un momento delicado para la persona en luto, en donde los sentimientos de vacío, tristeza, desesperación, entre otros, deben ser vivenciados y procesados para, posteriormente, conseguir su superación y adaptación.

No todos los procesos de duelo son igualmente reconocidos, lo que nos invita a reflexionar y considerar un fenómeno cada vez más expandido en la sociedad contemporánea, la creciente importancia de los lazos que se establecen entre humanos y animales.

En el caso del duelo por la pérdida de animales de compañía, la falta de apoyo social puede afectar fuertemente las reacciones de duelo. Así, se hace necesario comprender el rol que ocupa ese animal para su tutor y su familia, además de evaluar las posibles consecuencias de su pérdida.

Esta investigación recopiló evidencias sobre las diversas estrategias de afrontamiento y su efectividad. Esperamos que profesionales de la salud mental, grupos de apoyo terapéutico sobre duelo y el equipo veterinario logren reconocer e incorporar estas estrategias de afrontamiento, y los abordajes que se desprenden de las mismas. Esto les permitirá estar mejor preparados al momento de acompañar a tutores durante su experiencia de duelo.

9. Referencias

Adams, C. L., Bonnett, B. N., & Meek, A. H. (1999). Owner response to companion animal death: development of a theory and practical implications. *The Canadian Veterinary Journal*, 40(1), 33.

Adams, C. L., Bonnett, B. N., & Meek, A. H. (2000). Predictors of owner response to companion animal death in 177 clients from 14 practices in Ontario. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 217(9), 1303-1309.
<https://doi.org/10.2460/javma.2000.217.1303>

Adrian, J. A., Deliramich, A. N., & Frueh, B. C. (2009). Complicated grief and posttraumatic stress disorder in humans' response to the death of pets/animals. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 73(3), 176–187. <https://doi.org/10.1521/bumc.2009.73.3.176>

Adrian, J. A. L., & Stitt, A. (2019). There for you: attending pet euthanasia and whether this relates to complicated grief and post-traumatic stress disorder. *Anthrozoös*, 32(5), 701–713. <https://doi.org/10.1080/08927936.2019.1645515>

Ainsworth, M. D. S. (1969). Object relations, dependency, and attachment: A theoretical review of the infant-mother relationship. *Child development*, 969-1025.

Ainsworth, M. D. S. (1978). The Bowlby-Ainsworth attachment theory. *Behavioral and brain sciences*, 1(3), 436-438.

Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child development*, 49-67.

American Psychiatric Association [APA] (2022). *DSM-5-TR: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th. Edition, Text Revision*. American Psychiatric Association Publishing.

- Alves, A. F. R., & Scorsolini-Comin, F. (2025). Grief for the loss of a pet: A scoping review on the grief of dog and cat owners. *Journal of Humanistic Psychology*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/00221678251355010>
- ASPCA. (2025). *Definition of companion animal*. <https://www.asPCA.org/about-us/aspca-policy-and-position-statements/definition-companion-animal>
- Bardina, S. (2017). Social functions of a pet graveyard: Analysis of gravestone records at the metropolitan pet cemetery in Moscow. *Anthrozoös*, 30(3), 415–427.
- Barnard-Nguyen, S., Breit, M., Anderson, K., & Nielsen, J. (2016). Pet Loss and Grief: Identifying At-risk Pet Owners during the Euthanasia Process. *Anthrozoös*, 29(3), 421-430. <https://doi.org/10.1080/08927936.2016.1181362>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Bayard, J. P. (2018). *Sentido oculto dos ritos mortuários: Morrer é morrer?*. Paulus.
- Baydak, M. A. (2000). *Human grief on the death of a pet*. (Master of Social Work, University of Manitoba).
- Behler, A. M. C., Green, J., & Joy-Gaba, J. A. (2020). “We lost a member of the family”: predictors of the grief experience surrounding the loss of a pet. *Human-Animal Interaction Bulletin*. <https://doi.org/10.1079/hai.2020.0017>
- Berkman, L. F., & Glass, T. (2000). Social integration, social networks, social support, and health. *Social epidemiology*, 1(6), 137-173.
- Black, j., Belicki, k., Emberley-Ralph, j., & McCann, A. (2020). Internalized versus externalized continuing bonds: Relations to grief, trauma, attachment, openness

to experience and posttraumatic growth. *Death Studies*, 46(2), 399-414.

<https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1737274>

Boss, P. (1999). *Ambiguous loss*. Harvard University Press.

Boss, P. (2016). The context and process of theory development: The story of ambiguous loss. *Journal of Family Theory & Review*, 8(3), 269–286.

Boyraz, G., & Bricker, M. E. (2011). Pet loss and grief: An integrative perspective. In C. Blazina, G. Boyraz, & D. Shen-Miller (Eds.), *The psychology of the human–animal bond: A resource for clinicians and researchers* (pp. 383–401). Springer Science + Business Media. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-9761-6_22

Bowen, M. (1993) [1978]. *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.

Bowen, S. A. (2022). *Sacred sendoffs: An animal chaplain's advice for surviving animal loss, making life meaningful, and healing the planet*. New World Library.

Bowlby, J., (1998) [1969]. *El apego y la pérdida 1: El apego*. Paidós.

Brkljačić, T., Sučić, I., Lučić, L., Glavak Tkalić, R., & Kaliterna Lipovčan, L. (2020). The beginning, the end, and all the happiness in between: pet owners' wellbeing from pet acquisition to death. *Anthrozoös*, 33(1), 71–87.

<https://doi.org/10.1080/08927936.2020.1694313>

Brown, C. A., Wilson, D. M., Carr, E., Gross, D. P., Miciak, M., & Wallace, J. E. (2023). Older adults and companion animal death: A survey of bereavement and disenfranchised grief. *Human-Animal Interactions*.

<https://doi.org/10.1079/hai.2023.0017>

Brown, K. (2006). Pastoral concern in relation to the psychological stress caused by the death of an animal companion. *Mental Health Religion & Culture*, 9(5), 411–422.

Brown, O. K., & Symons, D. K. (2015). "My pet has passed": Relations of adult attachment styles and current feelings of grief and trauma after the event. *Death Studies*, 40(4), 247-255. <https://doi.org/10.1080/07481187.2015.1128499>

Bussolari, C., Habarth, J., Kimpara, S., Katz, R., Carlos, F., Chow, A., Packman, W. (2017). Posttraumatic growth following the loss of a pet: A cross-cultural comparison. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 78(4), 348–368. <https://doi.org/10.1177/0030222817690403>

Bussolari, C., Habarth, J. M., Phillips, S., Katz, R., & Packman, W. (2018a). Self-compassion, social constraints, and psychosocial outcomes in a pet bereavement sample. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 82(3), 389-408. <https://doi.org/10.1177/0030222818814050>

Bussolari, C., Habarth, J., Katz, R., Phillips, S., Carmack, B., Packman, W. (2018b). An exploration of the euthanasia decision-making process for bereaved pet owners. *Bereavement Care*, 37(3), 101–108.

Buur, C., Zachariae, R., Komischke-Konnerup, K. B., Mareello, M. M., Schierff, L. H., & O'Connor, M. (2023). Risk factors for prolonged grief symptoms a systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 102375. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102375>

Carmack, R. N., & Packman, W. (2011). The interface of continuing bonds research and practice. In R. A. Neimeyer, L. D. Harris, H. R. Winokuer, & G. Thornton (Eds.), *Grief and bereavement in contemporary society: Bridging research and practice* (pp. 273–284). Routledge.

Chin, C. T. (2025). The role of pets in well-being and the therapeutic potential of logotherapy in pet loss grief: A literature review. *Multidisciplinary International Journal of Research and Development*, 4(5).

Chur-Hansen, A. (2010). Grief and bereavement issues and the loss of a companion animal: People living with a companion animal, owners of livestock, and animal support workers. *Clinical Psychologist, 14*, 14-21.

<https://doi.org/10.1080/13284201003662800>

Chur-Hansen, A. (2011). Cremation services upon the death of a companion animal: Views of service providers and service users. *Society & Animals, 19*(3), 248-260. <https://doi.org/10.1163/156853011X578910>

Clements, P. T., Benasutti, K. M., & Carmone, A. (2003). Support for bereaved owners of pets. *Perspectives in Psychiatric Care, 39*(2), 49–54.

Clukey, L. (2008). Anticipatory mourning: Processes of expected loss in palliative care. *International Journal of Palliative Nursing, 14*(7), 316–325.

<https://doi.org/10.12968/ijpn.2008.14.7.30617>

Cordaro, M. (2012). Pet loss and disenfranchised grief: Implications for mental health counseling practice. *Journal of Mental Health Counseling, 34*(4), 283-294.

<https://doi.org/10.17744/mehc.34.4.41q0248450t98072>

Cowling, D. M., Isenstein, S. G., & Schneider, M. S. (2020). When the bond breaks: Variables associated with grief following companion animal loss. *Anthrozoös, 33*(6), 693-708. <https://doi.org/10.1080/08927936.2020.1824651>

Crossley, M. K. (2013). *Pet loss and human bereavement: a phenomenological study of attachment and the grieving process*. [Master's thesis. North Carolina State University].

Davis, D., Shaver, P. R., & Vernon, M. L. (2003). Physical, emotional, and behavioral reactions to breaking up: The roles of gender, age, emotional involvement, and attachment style. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*(7), 871-884.

- Dawson, S. (2008). Continuing care clinics: A new concept in pet loss support. *Veterinary Nursing Journal*, 23(9), 39-41.
<https://doi.org/10.1080/17415349.2008.11013729>
- Díaz Videla, M. (2015). El miembro no humano de la familia: las mascotas a través del ciclo vital familiar. *Revista Ciencia Animal*, 9, 83-98.
- Díaz Videla, M., & Olarte, M. A. (2016). Animales de compañía, personalidad humana y los beneficios percibidos por los custodios. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 8(2), 1-19.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333147069001>
- Díaz Videla, M., & Ceberio, M. (2019). Las mascotas en el sistema familiar. Legitimidad, formación y dinámicas de las familias humano-animal. *Revista de Psicología*, 18(1), 44-63. <https://doi.org/10.24215/2422572Xe036>
- Díaz Videla, M. (2020). Vínculo humano-animal. ¿Qué clase de amor es ese? *Calidad de vida y salud*, 13(Especial), 2-32.
- Díaz Videla, M. (2022). *Antrozoología y la relación humano-perro*. KNS.
- Díaz Videla, M. (2024). Duelo por muerte de animales de compañía: Factores ligados a intensidad sintomática y recursos de afrontamiento. *Diálogos Abiertos*, 3(2), 16-43. <https://doi.org/10.32654/DialogosAbiertos.3-2.2>
- Dickinson, G. E., & Hoffmann, H. C. (2017). Saying goodbye to family: caretakers' experiences with euthanasia and honoring the legacy of companion animals. *Society & animals*, 25(5), 490-507.
- Dijk, S. A. V. (2019). *Grief after pet loss: Difference between species and the role of social acknowledgement*. [Master's Thesis. Utrecht University].
- Dirección General de Estadística y Censos. [DGEyC]. (2023). *Informe módulo de Tenencia responsable y sanidad de perros y gatos*. Encuesta anual de hogares 2022.

Ministerio de Hacienda, Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

https://www.estadisticaciudad.gob.ar/eyc/wpcontent/uploads/2024/07/EAH_2022Mo%CC%81dulo-Tenencia-responsable-y-sanidad-de-perros-y-gatos.pdf

Doka, K. J. (1989). *Disenfranchised grief: recognizing hidden sorrow*.

Lexington Books.

Doka, K. J. (2002). *Disenfranchised grief: New directions, challenges, and strategies for practice*. Research PressPub.

Donohue, K. M. (2005). Pet loss: Implications for social work practice. *Social Work*, 50(2), 187–190.

Duggleby, W., Williams, A., Holstander, L., Cooper, D., Ghosh, S., Hallstrom, L. & K., Hampton, M. (2013). Evaluation of the living with hope program for rural women caregivers of persons with advanced cancer. *BMC Palliative Care*, 12(1), 36–57.

Dunn, K. L., Mehler, S. J., & Greenberg, H. S. (2005). Social work with a pet loss support group in a university veterinary hospital, MSW, ACSW. *Social work in health care*, 41(2), 59-70. https://doi.org/10.1300/J010v41n02_04

Eckerd, L. M., Barnett, J. E., & Jett-Dias, L. (2016). Grief following pet and human loss: Closeness is key. *Death Studies*, 40(5), 275-282. <https://doi.org/10.1080/07481187.2016.1139014>

Erdman, P., & Ruby, K. (2020). Grieving Pet Loss: The unique experiences of bereaved owners. In L. Kogan & P. Erman (Eds.). *Pet loss, grief, and therapeutic interventions: Practitioners navigating the human-animal bond* (pp. 267–280). Routledge.

Fernández-Alcántara, M., Pérez-Marfil, M. N., Catena-Martínez, A., & Cruz-Quintana, F. (2017). Grief, loss and end of life processes / Duelo, pérdida y procesos de final de vida. *Studies in Psychology: Estudios de Psicología*, 38(3), 553-560.

- Fernandez-Mehler, P., Gloor, P., Sager, E., Lewis, F. I., & Glaus, T. M. (2013). Veterinarians' role for pet owners facing pet loss. *Veterinary Record*, 172(21), 555.
<https://doi.org/10.1136/vr.101154>
- Field, N. P., Nichols, C., Holen, A., & Horowitz, M. J. (1999). The relation of continuing attachment to adjustment in conjugal bereavement. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67(2), 212–218.
- Field, N. P. (2008). Whether to relinquish or maintain a bond with the deceased. In M. S. Stroebe, R. O. Hansson, H. Schut, & W. Stroebe (Eds.). *Handbook of bereavement research and practice: Advances in theory and intervention* (pp. 113–132). American Psychological Association.
- Field, N. P., Orsini, L., Gavish, R., & Packman, W. (2009). Role of attachment in response to pet loss. *Death studies*, 33(4), 334-355.
<https://doi.org/10.1080/07481180802705783>
- Frankl, V., Boyne, J. & Winslade, W. (2017). *Man's search for meaning: Young adult edition*. Beacon Press.
- Garcia, E. J. M. (2025). Grieving and coping processes of pet owners: Philippine context. *The research probe*, 5(1), 1-26. <https://doi.org/10.53378/trp.172>
- Gerwolls, M. K., & Labott, S. M. (1994). Adjustment to the death of a companion animal. *Anthrozoös*, 7(3), 172-187.
<https://doi.org/10.2752/089279394787001826>
- GfK. (2016). *Pet Ownership. Global GfK Survey*.
https://www.gfk.com/fileadmin/user_upload/country_one_pager/AR/documents/GlobaGfK-survey_Pet-Ownership_2016.pdf
- Gimeno Collado, A. (1999). *La familia: el desafío de la diversidad*. Ariel.

Gosse, G. H. (1988). *Factors associated with the human grief experience as a result of the death of a pet*. [Doctoral Thesis, Hofstra University].

Gosse, G. H., & Barnes, M. J. (1994). Human grief resulting from the death of a pet. *Anthrozoös*, 7(2), 103–112. <https://doi.org/10.2752/089279394787001970>

Green, C., Kangas, M., & Fairholm, I. (2018). Investigating the emotion regulation strategies implemented by adults grieving the death of a pet in Australia and the UK. *Journal of loss and trauma*, 23(6), 484–501.
<https://doi.org/10.1080/15325024.2018.1478934>

Habarth, J., Bussolari, C., Gomez, R., Carmack, B. J., Ronen, R., Field, N. P., & Packman, W. (2017). Continuing bonds and psychosocial functioning in a recently bereaved pet loss sample. *Anthrozoös*, 30(4), 651-670.
<https://doi.org/10.1080/08927936.2017.1370242>

Hall, M. J., Ng, A., Ursano, R. J., Holloway, H., Fullerton, C., & Casper, J. (2004). Psychological impact of the animal-human bond in disaster preparedness and response. *Journal of Psychiatric Practice*, 10(6), 368–374.

Hawker S., Payne S., Kerr C., Hardey M., & Powell J. (2002). Appraising the evidence: Reviewing disparate data systematically. *Qualitative Health Research*, 12(9), 1284–1299.

Hosey, G., & Melfi, V. (Eds.). (2018). *Anthrozoology: human-animal interactions in domesticated and wild animals*. Oxford University Press.

Hughes, B., & Lewis Harkin, B. (2022). The impact of continuing bonds between pet owners and their pets following the death of their pet: A systematic narrative synthesis. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 90(4), 1666-1684.
<https://doi.org/10.1177/00302228221125955>

- Hunt, M., & Padilla, Y. (2006). Development of the pet bereavement questionnaire. *Anthrozoös*, 19(4), 308-324.
<https://doi.org/10.2752/089279306785415493>
- Hunt, M., Al-Awadi, H., & Johnson, M. (2008). Psychological sequelae of pet loss following Hurricane Katrina. *Anthrozoös*, 21(2), 109–121.
<https://doi.org/10.2752/175303708X305765>
- Ingold, T. (1994). From trust to domination: An alternative history of human-animal relations. In A. Manning & J. A. Serpell (Eds.), *Animals and Human Society: Changing Perspectives* (pp. 1-22). Routledge.
- Jarolmen, J. (1998). A Comparison of the grief reaction of children and adults: focusing on pet loss and bereavement. *OMEGA-Journal of death and dying*, 37(2), 133-150. <https://doi.org/10.2190/H937-U230-X7D9-CVKH>
- Kaftanski, W., & Hanson, J. (2022). Suffering, authenticity, and meaning in life: Toward an integrated conceptualization of well-being. *Frontiers in psychology*, 13, 1079032. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1079032>
- Kaufman, K. R., & Kaufman, N. D. (2006). And then the dog died. *Death studies*, 30(1), 61-76. <https://doi.org/10.1080/07481180500348811>
- Keddie, K. M. (1977). Pathological mourning after the death of a domestic pet. *The British Journal of Psychiatry*, 131(1), 21–25. <https://doi.org/10.1192/bjp.131.1.21>
- Kemp, H. R., Jacobs, N., & Stewart, S. (2016). The lived experience of companion animal loss: A systematic review of qualitative studies. *Anthrozoös*, 29(4), 533–557. <https://doi.org/10.1080/08927936.2016.1228772>
- Kenney, E. (2004). Pet funerals and animal graves in Japan. *Mortality*, 9(1), 42-60. <https://doi.org/10.1080/13576270410001652532>

Kim, S., & Park, S. (2026). Oscillation design in online pet loss support groups: Understanding motivations, outcomes, and challenges. In *Proceedings of the 2026 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 1-14).

<https://doi.org/10.1145/3772318.3790482>

Kimura, Y., Kawabata, H., & Maezawa, M. (2011). Psychiatric investigation of 18 bereaved pet owners. *Journal of Veterinary Medical Science*, 73(8), 1083-1087.

<https://doi.org/10.1292/jvms.10-0317>

King, L. C., & Werner, P. D. (2012). Attachment, social support, and responses following the death of a companion animal. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 64(2), 119-141. <https://doi.org/10.2190/OM.64.2.b>

Knight, C., & Gitterman, A. (2019). Ambiguous loss and its disenfranchisement: The need for social work intervention. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services*, 100(2), 164–173.

Kogan, L. R., Packman, W., Currin-McCulloch, J., Bussolari, C., & Erdman, P. (2021). The loss of a service dog through death or retirement: Experiences and impact on partners. *Illness, Crisis & Loss*. 1-27. <https://doi.org/10.1177/10541373211054168>

Kogan, L. R. (2024). The impact of therapy and pet animals on human stress. CABI Books. <https://doi.org/10.1079/9781800626539.0000>

Kübler-Ross, E. (1993). *Sobre la muerte y los moribundos*. Ediciones Grijalbo.

Lagoni, L. (2011). Family-present euthanasia: Protocols for planning and preparing clients for the death of a pet. In *The psychology of the human-animal bond: A resource for clinicians and researchers* (pp. 181-202). New York, NY: Springer.

Laing, M., & Maylea, C. (2018). “They burn brightly, but only for a short time”: the role of social workers in companion animal grief and loss. *Anthrozoös*, 31(2), 221–232. <https://doi.org/10.1080/08927936.2018.1434062>

- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Ed. Martínez-Roca.
- Lee, S. A., & Surething, N. A. (2013). Neuroticism and religious coping uniquely predict distress severity among bereaved pet owners. *Anthrozoös*, 26(1), 61–76. <https://doi.org/10.2752/175303713X13534238631470>
- Lee, S. A. (2015). Religion and pet loss: afterlife beliefs, religious coping, prayer and their associations with sorrow. *British Journal of Guidance & Counselling*, 44, 123-129. <https://doi.org/10.1080/03069885.2015.1043236>
- Lee, S. A. (2020). Does the DSM-5 grief disorder apply to owners of deceased pets? A psychometric study of impairment during pet loss. *Psychiatry research*, 285, 112800.
- Lenferink, L. I. M., vanDenderen, M. Y., deKeijser, J., Wessel, I., & Boelen, P. A. (2017). Prolonged grief and post-traumatic stress among relatives of missing persons and homicidally bereaved individuals: *A comparison study*. *Journal of Affective Disorders*, 209, 1–2.
- Leonhardt-Parr, E., & Rumble, B. (2022). Coping with animal companion loss: a thematic analysis of pet bereavement counselling. *OMEGA-Journal of death and dying*, 89(1), 362-378. <https://doi.org/10.1177/00302228211073217>
- Leow, C. (2018). *It's not just a dog: The role of companion animals in the family's emotional system* [Master thesis, University of Nebraska, USA].
- Lesthaeghe, R. (2014). The second demographic transition: A concise overview of its development. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(51), 18112-18115. <https://doi.org/10.1073/pnas.1420441111>

Lowe, S. R., Rhodes, J. E., Zwiebach, L., & Chan, C. S. (2009). The impact of pet loss on the perceived social support and psychological distress of hurricane survivors. *J Trauma Stress*. 2009 Jun;22(3):244-7. doi: 10.1002/jts.20403

Lykins, A. D., McGreevy, P. D., Bennett, B., Paul, N. K., & Gotsis, N. (2024). Attachment styles, continuing bonds, and grief following companion animal death. *Death Studies*, 48(7), 698–705. <https://doi.org/10.1080/07481187.2023.2265868>

MacKay, J. R., Moore, J., & Huntingford, F. (2016). Characterizing the data in online companion-dog obituaries to assess their usefulness as a source of information about human–animal bonds. *Anthrozoös*, 29(3), 431-440. <https://doi.org/10.1080/08927936.2016.1181374>

Mao, Z. C. (2025). *Nuzzle: designing empathetic technologies for navigating anticipatory grief and pet loss* [Master's thesis, New York University Tandon School of Engineering].

Martos, M. N. (2023, agosto 13). *Chicos y perros: el curioso dato que consolida una tendencia en la Ciudad*. Clarín, Ciudades. https://www.clarin.com/ciudades/chicos-perros-curioso-dato-consolida-tendencia-ciudad_0_phS2O95fyF.html

Martyn, M. (2023) *Pet ownership statistics*. Inspiring you to bring home your next best friend! World Animal Foundation. <https://worldanimalfoundation.org/advocate/pet-ownership-statistics/>

Matte, A. R., Khosa, D. K., Meehan, M. P., Coe, J. B., & Niel, L. (2021). An exploratory study of veterinary professionals' self-reported support of bereaved clients before, during, and after companion animal euthanasia in southwestern Ontario, Canada. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 83(3), 352-370. <https://doi.org/10.1177/0030222819853924>

McCutcheon, K. A., & Fleming, S. J. (2002). Grief resulting from euthanasia and natural death of companion animals. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 44(2), 169–188. <https://doi.org/10.2190/5QG0-HVH8-JED0-ML16>

McEwen, R. N., & Scheaffer, K. (2013). Virtual mourning and memory construction on Facebook: Here are the terms of use. *Bulletin of Science, Technology & Society*, 33(3–4), 64–75. <https://doi.org/10.1177/0270467613516753>

McKinney, K. (2019). Emotion work of coping with the death of a companion animal. *Society & Animals*, 27(1), 109–125.

McNicholas, J., & Collis, G. M. (1995). The end of a relationship: Coping with pet loss. *The Waltham book of human–animal interaction: Benefits and responsibilities of pet ownership*, 127–143.

Meléndez-Samó, L. M. M. (2014). El vínculo humano-animal y sus implicaciones para la psicología en Puerto Rico. *Revista puertorriqueña de psicología*, 25(2), 160–182.

Messam, L. L. M., & Hart, L. A. (2019). Persons experiencing prolonged grief after the loss of a pet. In L. R. Kogan & C. Blazina (Eds.), *Clinician's guide to treating companion animal issues* (pp. 267–280). Academic Press.

Minuchin, S. (1977). *Familias y terapia familiar*. Ediciones Juan Granica.

Morales, P. C. (1997). Grieving in silence: The loss of companion animals in modern society. *Journal of Personal & Interpersonal Loss*, 2(3), 243–254. <https://doi.org/10.1080/10811449708414419>

Mornement, K. (2018). Animals as Companions. In C. G. Scanes & S. R. Toukhsati (Eds.), *Animals and Human Society* (pp. 281–304). Academic Press.

Morris, P. (2012). Managing pet owners' guilt and grief in veterinary euthanasia encounters. *Journal of Contemporary Ethnography*, 41(3), 337–365.

<https://doi.org/10.1177/0891241611435099>

Nagasawa, M., Mitsui, S., En, S., Ohtani, N., Ohta, M., Sakuma, Y., & Kikusui, T. (2015). Oxytocin-gaze positive loop and the coevolution of human-dog bonds. *Science*, 348(6232), 333–336.

Neimeyer, R. A. (2001). The language of loss: Grief therapy as a process of meaning reconstruction. In R. A. Neimeyer (Ed.). *Meaning reconstruction and the experience of loss* (pp. 261–292). American Psychological Association.

<https://doi/10.1037/10397-014>

Neimeyer, R. A., & Jordan, J. R. (2002). Disenfranchisement as empathic failure: Grief therapy and the co-construction of meaning. In K. Doka (Ed.), *Disenfranchised grief* (pp. 95–117). Research Press.

Neimeyer, R. A., Burke, L. A., Mackay, M. M., & van Dyke Stringer, J. G. (2010). Grief therapy and the reconstruction of meaning: From principles to practice. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 40(2), 73–83. <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9135-3>

Ormerod, E. J. (2008). Bond-centered veterinary practice: Lessons for veterinary faculty and students. *Journal of Veterinary Medical Education*, 35(4), 545–552.

Packman, W., Field, N. P., Carmack, B. J., & Ronen, R. (2011). Continuing bonds and psychosocial adjustment in pet loss. *Journal of Loss and Trauma*, 16(4), 341–357. <https://doi.org/10.1080/15325024.2011.572046>

Packman, W., Carmack, B. J., & Ronen, R. (2012). Therapeutic implications of continuing bonds expressions following the death of a pet. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 64(4), 335–356. <https://doi.org/10.2190/OM.64.4.d>

Packman, W., Carmack, B. J., Katz, R., Carlos, F., Field, N. P., & Landers, C. (2014). Online survey as empathic bridging for the disenfranchised grief of pet loss. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 69(4), 333–356.

<https://doi.org/10.2190/OM.69.4.a>

Packman, W., Bussolari, C., Katz, R., Carmack, B. J., & Field, N. P. (2016). Posttraumatic growth following the loss of a pet. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 75(4), 337–359. <https://doi.org/10.1177/0030222816663411>

Packman, B. F., & Hutton, V. E. (2019). Grief severity: A comparison between human and companion animal death. *Death studies*, 43(8), 521-526. <https://doi.org/10.1080/07481187.2018.1491485>

Page, M. J., Moher, D., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tezlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... & McKenzie, J. E. (2021). PRISMA 2020 explanation and elaboration: updated guidance and exemplars for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372. <https://doi.org/10.1136/bmj.n160>

Palmer, R., & Custance, D. (2008). A counterbalanced version of Ainsworth's Strange Situation Procedure reveals secure-base effects in dog–human relationships. *Applied animal behaviour science*, 109(2-4), 306-319.

Park, R., & Royal, K. (2020). A national survey of companion animal owners' self-reported methods of coping following euthanasia. *Veterinary Sciences*, 7(3), 89. <https://doi.org/10.3390/vetsci7030089>

Park, R. M., Royal, K. D., & Gruen, M. E. (2021). A literature review: Pet bereavement and coping mechanisms. *Journal of Applied Animal Welfare Science*, 26(3), 285-299. <https://doi.org/10.1080/10888705.2021.1934839>

Park, H. J., & Jeong, G. C. (2022). Relationship between attachment to pet and posttraumatic growth after pet loss: Mediated moderating effect of cognitive emotion regulation strategy through separation pain. *Behavioral Sciences*, 12(8), 291.

<https://doi.org/10.3390/bs12080291>

Perrig-Chiello, P., Hutchison, S., & Knöpfli, B. (2016). Vulnerability following a critical life event: Temporary crisis or chronic distress? A psychological controversy, methodological considerations, and empirical evidence. In M. Oris, C. Roberts, D. Joye, & M. Ernst Stähli (Eds.), *Surveying human vulnerabilities across the life course. Life course research and social policies* (pp. 87-111). Springer, Cham.

https://doi.org/10.1007/978-3-319-24157-9_1

Pittman, F. S., & Wolfson, L. (1990). *Momentos decisivos: Tratamiento de familias en situaciones de crisis*. Paidós.

Planchon, L. A., & Templer, D. I. (1996). The correlates of grief after death of pet. *Anthrozoös*, 9(2-3), 107-113. <https://doi.org/10.2752/089279396787001491>

Planchon, L. A., Stokes, S., Templer, D., & Keller, J. (2002). Death of a companion cat or dog and human bereavement: Psychosocial variables. *Society & Animals*, 10(1), 93-105. <https://doi.org/10.1163/156853002760030897>

Podrazik, D., Shackford, S., Becker, L., & Heckert, T. (2000). The death of a pet: Implications for loss and bereavement across the lifespan. *Journal of Personal & Interpersonal Loss*, 5(4), 361-395.

Prato-Previde, E., Custance, D. M., Spiezio, C., & Sabatini, F. (2003). Is the dog-human relationship an attachment bond? An observational study using Ainsworth's strange situation. *Behaviour*, 225-254.

Prigerson, H. G., Horowitz, M. J., Jacobs, S. C., Parkes, C. M., Aslan, M., Goodkin, K., Raphael, B., Marwit, S. J., Wortman, C., Neimeyer, R. A., Bonanno, G. A.,

Block, S. D., Kissane, D., Boelen, P., Maercker, A., Litz, B. T., Johnson, J. G., First, M. B., & Maciejewski, P. K. (2009). Prolonged grief disorder: Psychometric validation of criteria proposed for DSM-V and ICD-11. *PLOS Medicine*, 6(8), e1000121.

<https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000121>

Quackenbush, J. E., & Glickman, L. (1984). Helping people adjust to the death of a pet. *Health & Social Work*, 9(1), 42–48. <https://doi.org/10.1093/hsw/9.1.42>

Rando, T. A. (2000). Anticipatory mourning: A review and critique of the literature. In T. A. Rando (Ed.), *Clinical dimensions of anticipatory grief mourning: Theory and practice in working with the dying, their loved ones, and their caregivers* (pp. 17–50). Research Press.

Rehn, T., Lindholm, U., Keeling, L., & Forkman, B. (2014). I like my dog, does my dog like me? *Applied Animal Behaviour Science*, 150, 65-73.

<https://doi.org/10.1016/j.applanim.2013.10.008>

Reilly, M. (2018). *The lived experience of grief after the death of a long-term companion animal* [Doctoral dissertation, Antioch University].

Reisbig, A. M. Jr., Hafenm M., Siqueira Drake, A. A., Girard, D., & Breunig, Z. B. (2017). Companion animal death: A qualitative analysis of relationship quality, loss, and coping. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 75(2), 124-150.

<https://doi.org/10.1177/0030222815612607>

Rémillard, L. W., Meehan, M. P., Kelton, D. F., & Coe, J. B. (2017). Exploring the grief experience among callers to a pet loss support hotline. *Anthrozoös*, 30(1), 149-161. <https://doi.org/10.1080/08927936.2017.1270600>

Rennard, J., Greening, L., & Williams, J. M. (2019). In praise of dead pets: An investigation into the content and function of human-style pet eulogies. *Anthrozoös*, 32(6), 769-783. <https://doi.org/10.1080/08927936.2019.1673045>

Reynolds, T. E. (1999). Pet bonding and pet bereavement as a function of culture and gender differences among adolescents. University of Sarasota.

<https://www.proquest.com/openview/81e9bc4551f506510017688f0ec8142e/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>

Ringach, P., Díaz Videla, M., & Meléndez Samó, L. M. (2023). Proceso de duelo ante la pérdida de animales de compañía. En L. M. Meléndez Samó (Ed.), *Nuestra vida con los animales de compañía. Vínculo, interacción, intervención y bienestar* (pp. 111-138). Editorial Raíces.

Rossell, T. D. (2005). Grieving the loss of a companion animal: Pastoral perspective and personal narrative regarding one sort of disenfranchised grief. *Review & Expositor*, 102(1), 47–63.

Ross, C. B., & Baron-Sorensen, J. (2007). The euthanasia decision. In C. B. Ross & J. Baron-Sorenson (Eds.), *Pet loss and human emotion. Guiding clients through grief* (pp. 31–56). Routledge.

Rujoiu, O., & Rujoiu, V. (2014). Pet loss and human emotion: Romanian students' reflections on pet loss. *Journal of Loss and Trauma*, 19(5), 474–483.
<https://doi.org/10.1080/15325024.2013.806150>

Sable, P. (1995). Pets, attachment, and well-being across the life cycle. *Social work*, 40(3), 334-341. <https://doi.org/10.1093/sw/40.3.334>

Sable, P. (2013). The pet connection: An attachment perspective. *Clinical Social Work Journal*, 41(1), 93-99. <https://doi.org/10.1007/s10615-012-0405-2>

Sandøe, P., Palmer, C., Corr, S., & Serpell, J. A. (2016). History of companion animals and the companion animal sector. In P. Sandøe, S. Corr, & C. Palmer (Eds.), *Companion animal ethics* (pp. 8–23). John Wiley & Sons.

- Schmidt, M., Naylor, P. E., Cohen, D., Gomez, R., Moses, J. A., Rappoport, M., & Packman, W. (2020). Pet loss and continuing bonds in children and adolescents. *Death studies*, 44(5), 278–284. <https://doi.org/10.1080/07481187.2018.1541942>
- Schuurman, N., & Redmalm, D. (2019). Transgressing boundaries of grievability: Ambiguous emotions at pet cemeteries. *Emotion, Space and Society*, 31, 32–40. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2019.03.006>
- Sharkin, B. S., & Knox, D. (2003). Pet loss: Issues and implications for the psychologist. *Professional Psychology: Research and Practice*, 34(4), 414. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.34.4.414>
- Sealey, A., & Charles, N. (2013). "What do animals mean to you?": Naming and relating to nonhuman animals. *Anthrozoös*, 26(4), 485-503. <https://doi.org/10.2752/175303713X13795775535652>
- Serpell, J. A., & Paul, E. (1994). Pets and the development of positive attitudes to animals. In A. Manning & J. A. Serpell (Eds.), *Animals and human society: Changing perspectives* (pp. 127-144). Routledge.
- Spain, B., O'Dwyer, L., & Moston, S. (2019). Pet loss: Understanding disenfranchised grief, memorial use, and posttraumatic growth. *Anthrozoös*, 32(4), 555-568. <https://doi.org/10.1080/08927936.2019.1621545>
- Spitznagel, M. B., Marchitelli, B., Gardner, M., & Carlson, M. D. (2020). Euthanasia from the veterinary client's perspective: Psychosocial contributors to euthanasia decision making. *Veterinary Clinics: Small Animal Practice*, 50(3), 591–605. <https://doi.org/10.1016/j.cvsm.2019.12.008>
- Stallones, L. (1994). Pet loss and mental health. *Anthrozoös*, 7(1), 43–54. <https://doi.org/10.2752/089279394787002087>

Stefan, F. M. (1999). *A qualitative study of companion animal loss and grief resolution*. [Master's thesis, University of Victoria].

Stewart, C. S., Thrush, J. C., Paulus, G. S., & Hafner, P. (1985). The elderly's adjustment to the loss of a companion animal: People-pet dependency. *Death Studies*, 9(5–6), 383–393. <https://doi.org/10.1080/07481188508252532>

Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death studies*, 23(3), 197–224. <https://doi.org/10.1080/074811899201046>

Stroebe, M. S., Folkman, S., Hansson, R. O., & Schut, H. (2006). The prediction of bereavement outcome: Development of an integrative risk factor framework. *Social science & medicine*, 63(9), 2440–2451. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2006.06.012>

Stroebe, M., Schut, H., & Boerner, K. (2017). Models of coping with bereavement: an updated overview. *Studies in Psychology*, 38(3), 582–607. <https://doi.org/10.1080/02109395.2017.1340055>

Stutts, J. C. (1994). Pet bereavement counseling: Factors related to pet owner depression in a local veterinary hospital versus a veterinary teaching hospital. [Doctoral dissertation, Walden University].

Sutin, A. R., Luchetti, M., Stephan, Y., & Terracciano, A. (2023). Sense of purpose in life and work-life tension: Perceptions of interference and enhancement. *Aging and health research*, 3(3), 100154. <https://doi.org/10.1016/j.ahr.2023.100154>

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01

Testoni, I., De Cataldo, L., Ronconi, L., & Zamperini, A. (2017). Pet loss and representations of death, attachment, depression, and euthanasia. *Anthrozoös*, 30(1), 135–148.

Testoni, I., De Cataldo, L., Ronconi, L., Colombo, E. S., Stefanini, C., Dal Zotto, B., & Zamperini, A. (2019). Pet grief: Tools to assess owners' bereavement and veterinary communication skills. *Animals*, 9(2), 67. <https://doi.org/10.3390/ani9020067>

Topál, J., Miklósi, Á., Csányi, V., & Dóka, A. (1998). Attachment behavior in dogs (*Canis familiaris*): a new application of Ainsworth's (1969) Strange Situation Test. *Journal of comparative psychology*, 112(3), 219–229.

Toray, T. (2004). The human-animal bond and loss: Providing support for grieving clients. *Journal of Mental Health Counseling*, 26(3), 244–259.

Tourigny, E. (2020). Do all dogs go to heaven? Tracking human-animal relationships through the archaeological survey of pet cemeteries. *Antiquity*, 94(378), 1614–1629. <https://doi.org/10.15184/aqy.2020.191>

Travers, C., Degeling, C., & Rock, M. (2017). Companion animals in natural disasters: A scoping review of scholarly sources. *Journal of Applied Animal Welfare Science*, 20(4), 324–343.

Travers, C., Rock, M., & Degeling, C. (2021). Responsibility-sharing for pets in disasters: Lessons for One Health promotion arising from disaster management challenges. *Health promotion international*, 37(1), daab078. <https://doi.org/10.1093/heapro/daab078>

Turner, W. G. (1997). Evaluation of a pet loss support hotline. *Anthrozoös*, 10(4), 225–230. <https://doi.org/10.2752/089279397787000914>

Turner, W. G. (2005). The role of companion animals throughout the family life cycle. *Journal of Family Social Work*, 9(4), 11-21.

https://doi.org/10.1300/J039v09n04_02

Tzivian, L., Friger, M., & Kushnir, T. (2014). Grief and bereavement of Israeli dog owners: Exploring short-term phases pre- and post-euthanization. *Death studies*, 38(2), 109-117. <https://doi.org/10.1080/07481187.2012.738764>

Tzivian, L., Friger, M., & Kushnir, T. (2015). Associations between stress and quality of life: Differences between owners keeping a living dog or losing a dog by euthanasia. *PloS One*, 10(3), e0121081. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0121081>

Uccheddu, S., De Cataldo, L., Albertini, M., Coren, S., Da Graça Pereira, G., Haverbeke, A., Mills, D. S., Pierantoni, L., Riemer, S., Ronconi, L., Testoni, I., & Pirrone, F. (2019). Pet humanisation and related grief: Development and validation of a structured questionnaire instrument to evaluate grief in people who have lost a companion dog. *Animals*, 9(11), 933. <https://doi.org/10.3390/ani9110933>

Volsche, S. (2018). Negotiated bonds: The practice of childfree pet parenting. *Anthrozoös*, 31(3), 367–377. <https://doi.org/10.1080/08927936.2018.1455470>

Volsche, S., Mukherjee, R., & Rangaswamy, M. (2021). The difference is in the details: Attachment and cross-species parenting in the United States and India. *Anthrozoös*, 35(3), 393–408. <https://doi.org/10.1080/08927936.2021.1996026>

Walsh, F. (2009). Human-animal bonds II: The role of pets in family systems and family therapy. *Family Process*, 48(4), 481-499. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2009.01297.x>

Wayland, S., Maple, M., McKay, K., & Glassock, G. (2016). Holding onto hope: A review of the literature exploring missing persons, hope, and ambiguous loss. *Death Studies*, 40(1), 54–60.

Weisman, A. D. (1991). Bereavement and companion animals. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 22(4), 241–248. <https://doi.org/10.2190/C54Y-UGMH-QGR4-CWTL>

Williams, B., & Green, R. (2016). Understanding bereavement in animal owners. *In Practice*, 38(3), 140–146. <https://doi.org/10.1136/inp.i899>

Wilson, D. M., Underwood, L., Carr, E., Gross, D., Kane, M., Miciak, M., Wallace, J., & Brown, C. (2021). Older women's experiences of companion animal death: impacts on well-being and aging-in-place. *BMC Geriatr* 21, 470. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02410-8>

Wojtaś, J., Kapustka, J., Iwanicki, R., Iwanicki, J., Iwanicki, M., & Garbiec, A. (2022). Analysis of the emotional relationship between humans and animals with regards to the death of dogs and cats. *Medycyna Weterynaryjna*, 78(7), 330–336. <http://doi.org/10.21521/mw.6661>

Wong, P. W., Lau, K. C., Liu, L. L., Yuen, G. S., & Wing-Lok, P. (2017). Beyond recovery: Understanding the post bereavement growth from companion animal loss. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 75(2), 103–123. <https://doi.org/10.1177/0030222815612603>

Wrobel, T. A., & Dye, A. L. (2003). Grieving Pet Death: Normative, Gender, and Attachment Issues. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 47(4), 385–393. <https://doi.org/10.2190/QYV5-LLJ1-T043-U0F9>

Wu, Y., & Song, J. (2025). The relationship between pet attachment and pet loss grief in Chinese undergraduates: a conditional process model. *Behavioral sciences*, 15(4), 431. <https://doi.org/10.3390/bs15040431>

Xiong, N., Li, Y., Chin, M. C., & Zhu, K. (2026). Bondi: Designing tangible and multimodal interfaces for continuing bonds in pet bereavement. In *Proceedings of the*

2026 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems (pp. 1-17).

<https://doi.org/10.1145/3772318.3791971>

Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2011). An attachment perspective on human–pet relationships: Conceptualization and assessment of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 45(4), 345–357.

<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.04.001>

Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). Pets as safe havens and secure bases: The moderating role of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 46(5), 571-580. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2012.06.005>

Apéndice A

Tabla A1.

Marco de evaluación de la literatura (Hawker et al., 2002).

	Bueno	Aceptable	Pobre	Muy pobre	Comentarios
1. Resumen y título					
2. Introducción y objetivos					
3. Método y datos					
4. Muestreo					
5. Análisis de datos					
6. Ética y sesgos					
7. Resultados					
8. Grado de transferencia / generalización					
9. Implicancias					
Total					

Apéndice B

Tabla B1.

Sistema de puntuación de literatura (Hawker et al., 2002).

1. Resumen y título: ¿Proveen una clara descripción del estudio?	
Bueno	Resumen estructurado con información completa y título claro
Aceptable	Resumen adecuado con la mayoría de la información
Pobre	Resumen inadecuado
Muy pobre	Sin resumen
2. Introducción y objetivos: ¿Había una buena base de antecedentes y enunciación clara de los objetivos de investigación?	
Bueno	Antecedentes completos pero concisos para la discusión. El estudio contiene una revisión bibliográfica actualizada y destaca las lagunas de conocimiento Declaración clara del propósito y objetivos, incluyendo la pregunta de investigación.
Aceptable	Contiene algunos antecedentes y revisión bibliográfica Explicita las preguntas de investigación
Pobre	Contiene algunos antecedentes, pero sin objetivos/preguntas, o bien contiene objetivos/preguntas, pero antecedentes inadecuados
Muy pobre	No se mencionan los objetivos; sin antecedentes ni revisión bibliográfica
3. Método y datos: ¿El método es adecuado y está claramente explicado?	
Bueno	El método es apropiado y se describe con claridad (e.g., se incluyen cuestionarios) Detalles claros de la recopilación y el registro de datos
Aceptable	Método apropiado; la descripción podría ser mejor Datos descritos
Pobre	Es cuestionable si el método es apropiado Método descrito de forma inadecuada Escasa descripción de los datos
Muy pobre	No se menciona el método, o bien es inadecuado, o bien no contiene datos suficientes
4. Muestreo: ¿La estrategia de muestreo fue acorde a los objetivos?	
Bueno	Detalles (edad/género/raza/contexto) de quiénes fueron estudiados y cómo fueron reclutados Por qué se seleccionó a este grupo El tamaño de la muestra estaba justificado para el estudio Tasas de respuesta mostradas y explicadas
Aceptable	Tamaño de la muestra justificado Se proporcionó la mayor parte de la información, pero falta alguna
Pobre	Se mencionó el muestreo, pero hay pocos detalles descriptivos
Muy pobre	No se detalla la muestra

5. Análisis de datos: ¿Fue suficientemente rigurosa la descripción de los datos?	
Bueno	Descripción clara de cómo se realizó el análisis Estudios cualitativos: descripción de cómo se derivaron los temas; validación de los participantes o triangulación Estudios cuantitativos: justificación de las pruebas estadísticas seleccionadas según las hipótesis; discusión sobre la significancia estadística
Aceptable	Cuantitativo: análisis descriptivo.
Pobre	Detalles mínimos sobre el análisis
Muy pobre	Sin análisis
6. Ética y sesgos: ¿Se abordaron los aspectos éticos o bien se indicó la aprobación ética obtenida? ¿Se consideró adecuadamente la relación entre los investigadores y participantes?	
Bueno	Ética: cuando fue necesario, se abordaron cuestiones de confidencialidad, sensibilidad y consentimiento Sesgo: El investigador actuó de forma reflexiva o fue consciente de su propio sesgo
Aceptable	Se reconocieron estos asuntos
Pobre	Breve mención a estos asuntos
Muy pobre	No se abordaron
7. Resultados: ¿Hay una clara presentación de los hallazgos?	
Bueno	Se explicitan los resultados, siendo fáciles de entender y en progresión lógica Las tablas, si están presentes, se explican en el texto Los resultados se relacionan directamente con los objetivos Se presentan datos suficientes para respaldar los hallazgos
Aceptable	Se mencionan los hallazgos, pero se podría dar más explicación Los datos presentados se relacionan directamente con los resultados
Pobre	Los hallazgos se presentan de forma desordenada, sin explicación y sin una progresión lógica a partir de los resultados
Muy pobre	Los resultados no se mencionan o no se relacionan con los objetivos
8. Grado de transferencia o generalización: ¿Los resultados de este estudio son transferibles (o generalizables) a una población mayor?	
Bueno	El contexto y el entorno del estudio se describen lo suficiente como para permitir la comparación con otros contextos y entornos, además de una puntuación alta en la pregunta 4 (muestreo)
Aceptable	Se describe parcialmente el contexto y el entorno, pero se necesita más para replicar o comparar el estudio con otros, además de una puntuación aceptable o buena en la pregunta 4
Pobre	Descripción mínima del contexto/entorno
Muy pobre	No se describe el contexto/entorno

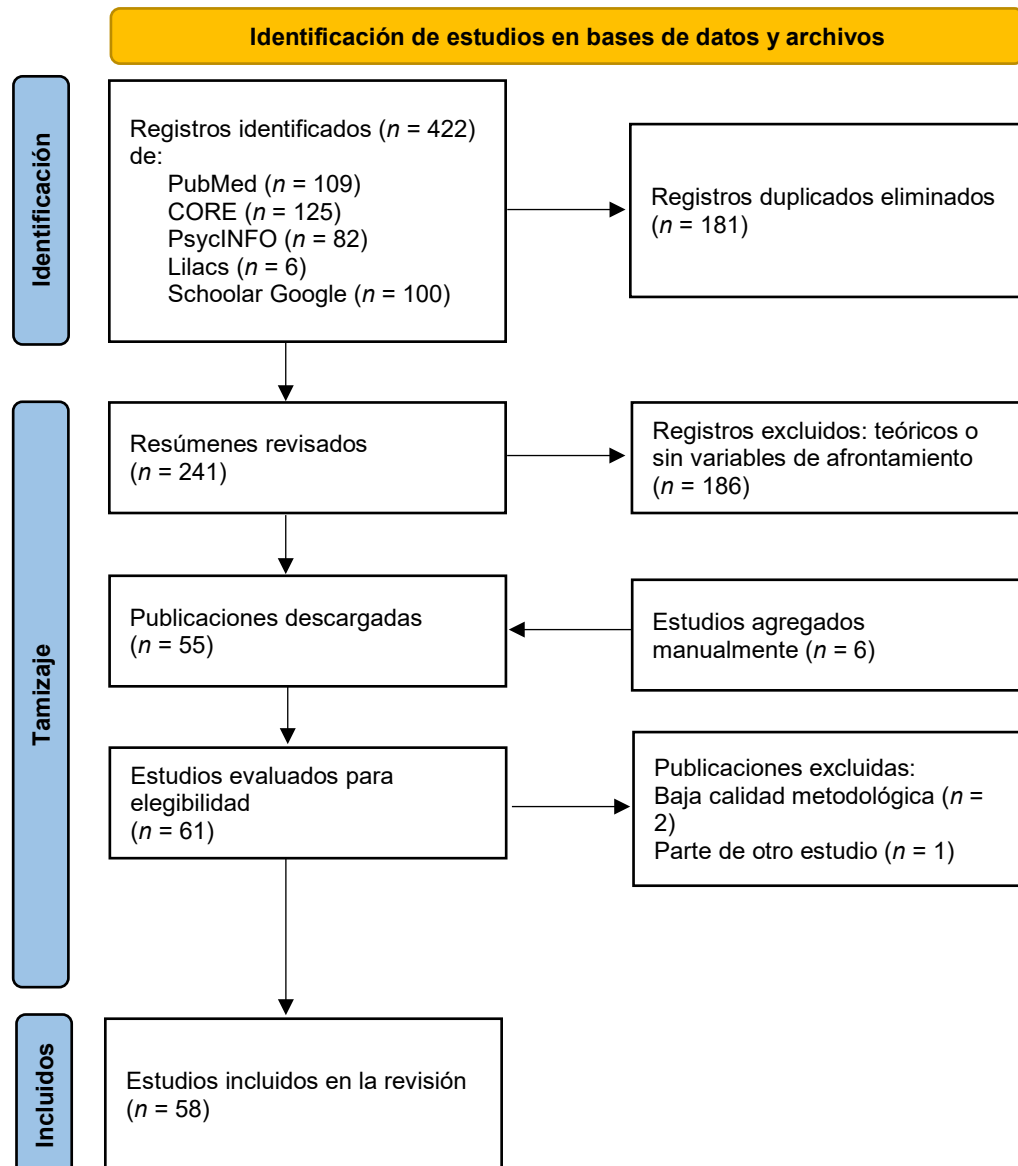
9. Implicancias y utilidad: ¿Qué tan importantes resultan los hallazgos para implementar en políticas públicas y prácticas profesionales?

Bueno	Aporta algo nuevo o diferente en términos de comprensión, visión o perspectiva Sugiere ideas para futuras investigaciones Sugiere implicaciones para las políticas o prácticas
Aceptable	Dos de las anteriores
Pobre	Solo una de las anteriores
Muy pobre	Ninguna de las anteriores

Apéndice C

Figura C1.

Diagrama de flujo del proceso de selección de artículos.



Apéndice D

Tabla D1.

Descripción de los estudios incluidos en la revisión con principales resultados ligados a afrontamiento de duelo.

Autor	Año	País	Muestra	Diseño	Resultados
Stewart et al.	1985	EEUU	Adultos mayores (> 55 años; $n = 220$)	Descriptivo	Los tutores indicaron que introducirían un nuevo animal de compañía como estrategia de afrontamiento, pero a mayor edad, se vuelven menos propensos a querer hacerlo.
Gerwolls & Labott	1994	EEUU	Tutores en luto ($n = 49$)	Cuasiexperimental	Hacer confidencias sobre la muerte del animal (i.e., espontáneamente en el torno o escribir ensayos para el estudio) tuvo poco impacto en el proceso de ajuste. La presencia de otros animales preexistentes en la familia no mostró impacto en el ajuste, pero adoptar un nuevo animal mejoró el ajuste. Aquellos con más relaciones íntimas tenían menor probabilidad de adquirir un nuevo animal a los seis meses.
Gosse & Barnes	1994	EEUU	Tutores en luto ($n = 207$)	Correlacional	Se observaron menor respuesta de duelo considerando mujeres, tutores con hijos y en los hogares multipersonales. No se observaron diferencias significativas en hogares con otros animales y con ninguno.
Stallones	1994	EEUU	Tutores en luto ($n = 120$)	Correlacional	Los tutores en luto que buscaban consejería psicológica, en comparación con quienes no la buscaban, tenían más síntomas depresivos, más cambios negativos en sus vidas, mayor probabilidad de haber perdido un perro, habían tenido a sus animales fallecidos por más tiempo y estaban más apegados a estos.
Stutts	1994	EEUU	Tutores en luto ($n = 500$)	Correlacional	El menor grado de apoyo familiar y la intensidad del vínculo humano-animal se asociaron con más síntomas depresivos. El grupo que no tenía otros animales presentó mayor sintomatología depresiva.
Jarolmen	1998	EEUU	Tutores en luto ($N = 433$): niños ($n = 106$), adolescentes ($n = 57$)	Correlacional	Los niños experimentaban más dolor emocional por duelo que los adultos. El duelo anticipado ayudaba a calmar la respuesta de duelo.

				y adultos ($n = 270$)	
Adams et al.	1999	Canadá	Tutores en luto ($n = 44$)	Cualitativo	Los tutores buscaban comprender sus sentimientos y reacciones dentro del contexto de los mensajes que percibían de su red de apoyo y la estructura sociales más amplia, incluyendo a los veterinarios (i.e., construcción psico-social de sentido). Factores como las normas sociales respecto de la muerte de animales y aspectos del entorno y manejo veterinario (i.e., sensibilidad, orientación, apoyo, tiempo) actuaban como predictores de la respuesta de duelo, covariando también con las creencias y expectativas personales sobre cómo debían reaccionar y comportarse
Stefan	1999	Canadá	Tutoras en luto, en hogares unipersonales ($n = 5$)	Cualitativo	Los aspectos centrales que influían en la respuesta de duelo eran la calidad de la relación con el animal fallecido, la red de apoyo para la tutora en luto y la causa de muerte del animal. Las tutoras buscaban lidiar con el duelo a través de realizar rituales como tomarse licencia, escribir sobre la experiencia, buscar información sobre la muerte, recuperar rutinas interrumpidas por la enfermedad o la muerte, adoptar un nuevo animal y compartir la experiencia con otros.
Adams et al.	2000	Canadá	Tutores en primer mes de luto, clientes de veterinarias ($n = 177$)	Correlacional	Cerca del 30% experimentaba duelo severo, viéndose afectos a nivel emocional, cognitivo, físico y social. Los factores de riesgo principales eran el nivel de apego, eutanasia, actitudes sociales hacia la muerte de animales (e.g., sentir que había algo algo mal en ellos por cómo reaccionaban a la muerte de sus animales) y el apoyo del personal veterinario (e.g., creer que los veterinarios los podían haber atendido mejor en el momento de la muerte del animal).
Baydak	2000	Canadá	Tutores en luto ($n = 21$)	Cuasiexperimental	El 89% de los asistentes al programa grupos de duelo indicó que esto los había ayudado a aceptar y procesar la pérdida. El 100% indicó que la información sobre duelo de animales debería proporcionarse de manera

					generalizada.
Davis et al.	2003	Internacional	Tutores de animales fallecidos en últimos 15 años ($n = 68$)	Mixto	La religión no afectó el nivel de angustia de los tutores ni el tratamiento veterinario que consideraban apropiado, incluyendo eutanasia. El 56% creía en la vida después de la muerte para sus animales y solían encontrar alivio en esta creencia. También les resultaba de ayuda tener alguien con quien hablar y participar en la toma de decisiones sobre el animal.
Carmack & Packman / Packman et al.	2011	EEUU	Tutores en luto ($n = 33$)	Correlacional	Las frecuencias más comunes de vínculos continuo con animales fueron evocar buenos recuerdos (85%), conservar o usar pertenencias (79%), rememorar con otros (79%) y lecciones aprendidas y/o influencias positivas (76%). La tendencia general fue a experimentarlos con consuelo, y experimentarlos de esa manera moderaba la relación entre estas expresiones y la sintomatología de duelo.
Chur-Hansen et al.	2011	Australia	Proveedores de servicios de cremación ($n = 3$) y tutores en luto ($n = 7$)	Cualitativo	Las personas que demandan la cremación de sus animales pueden ser muy diversas, destacándose la fuerte conexión emocional compartida, la profunda aflicción de los tutores y la importancia de tener rituales homólogos a los humanos. Las motivaciones pueden ser prácticas (e.g., gestión del cuerpo) como emocionales (e.g., proximidad con los restos).
King & Werner	2012	Internacional	Tutores en luto ($n = 429$)	Correlacional	El apoyo social correlaciona negativamente con angustia, depresión, ansiedad y síntomas somáticos, así como con apego ansioso y evitativo, los cuales, a su vez, correlacionaban positivamente con esas variables sintomáticas de peor ajuste al duelo.
Packman et al.	2012	EEUU	Tutores en luto ($n = 33$)	Cualitativo	La mayoría realiza experiencias significativas de vínculo continuo con frecuencia, incluyendo evocar recuerdos entrañables, rituales y sueños. Los resultados sugieren que lo significativo de las experiencias de vínculo continuo no radica en su cantidad, sino en su grado de adaptación a la experiencia singular del tutor.

Crossley	2013	EEUU	Tutores en luto ($n = 6$)	Cualitativo	Tanto los vínculos humano-animal como las respuestas de duelo tras la muerte de los animales, se encontraron influidos por el entorno interpersonal. Contar con un sistema de apoyo positivo facilitó la elaboración del duelo y el compartir información sobre la muerte de los animales.
Fernández-Mehler et al.	2013	Suiza	Tutores ($n = 2008$)	Descriptivo	Los veterinarios desempeñan un papel importante al informar a sus clientes sobre cuestiones relacionadas con la eutanasia y el manejo de los restos, y al acompañarlos durante el proceso de duelo.
Lee & Surething	2013	EEUU	Tutores en luto ($n = 510$)	Correlacional	Valerse de la religión para lidiar con el duelo, pero de formas negativas, invalidantes y poco comprensivas (i.e., afrontamiento religioso negativo) fue el predictor más potente del sufrimiento por la pérdida. La espiritualidad y la religiosidad tendían a mitigar el dolor del duelo, pero solo la primera tenía valor predictivo sobre este sufrimiento.
Packman et al.	2014	EEUU y Canadá	Tutores en luto ($n = 235$)	Mixto	Los tutores destacaron la importancia de la validación y el apoyo empático sobre la experiencia de la pérdida de animales, lo cual les permitía expresar su duelo favoreciendo su elaboración.
Tzivian et al.	2014	Israel	Familias de perros que habían solicitado eutanasia ($n = 29$)	Cualitativo	Participar en entierros y conmemoraciones brinda consuelo y estado mental positivo. La ausencia del animal generaba sentimientos de vacío en las rutinas y la presencia de otros animales ayudaba a afrontar la pérdida. La anticipación a la muerte permitía generar conductas de preparación y despedida.
Brown & Symons	2015	Canada	Tutores universitarios (17-26 años) en luto ($n = 73$)	Correlacional	El estilo de apego ansioso —y no el evitativo— correlacionó con complicaciones en el duelo, aun cuando el apego hacia humanos fue controlado. Quienes adquirían un nuevo animal luego de la pérdida, tenían menores puntajes de depresión.
Lee	2015	EEUU	Tutores en luto ($n = 219$)	Cuantitativo	La religión puede ocupar un lugar central en la adaptación a la pérdida, presentando tanto aspectos de afrontamiento

					positivo como negativo. La tristeza correlacionó con menor nivel educativo, intensidad de apego y afrontamiento religioso negativo.
Tzivian et al.	2015	Israel	Tutoras de perros ($n = 110$) y tutoras de perro en luto ($n = 103$)	Cuantitativo	El grupo de tutoras en luto tenía mayores niveles de estrés y menores niveles de calidad de vida física, psicológica y relacional. La falta de apoyo social frente a la muerte de los perros impactaba negativamente en las reacciones de duelo.
Packman et al.	2016	No informado	Tutores en luto que indicaron crecimiento postraumático ($n = 308$)	Mixto	Las formas más frecuentes de crecimiento postraumático implicaban la relación con otros humanos (19%) y animales (17%), la valoración de la vida (12%) y la fortaleza personal (12%).
Bussolari et al.	2017	EEUU Canadá Japón y China	Tutores en luto ($n = 743$)	Mixto	El crecimiento postraumático se manifiesta en distintas medidas y con particularidades en distintos países: Canadá francesa (72%), EEUU (58%), Japón (50%) y China (39%). El apego, amor incondicional y la reciprocidad fueron temas importantes transculturalmente.
Dickinson & Hoffmann	2017	EEUU	Tutores de animales eutanasiados ($n = 567$)	Descriptivo	Más del 90% expresó satisfacción con la forma en que el veterinario trató al animal y a ellos. La mayoría de los animales fueron cremados y los tutores los honraron de maneras individualizadas y diversas (e.g., altares, tatuajes y fotografías).
Habarth et al.	2017	EEUU	Tutores en luto participantes de grupos o redes de apoyo ($n = 4336$)	Correlacional	Los tutores practicaban diversas formas de vínculos continuos (e.g., recuerdos agradables, aferrarse a posesiones), las cuales podían experimentarse como reconfortantes o angustiantes. Las restricciones sociales se asociaban con peores parámetros de salud mental y funcionamiento, menor crecimiento postraumático y la experiencia angustiosa de los vínculos continuos.
Reisbig et al.	2017	EEUU	Tutores en luto ($n = 11$)	Cualitativo	Los tutores describen estrategias de afrontamiento que incluyen el apoyo veterinario, la realización de ceremonias de entierro y conmemoraciones, así como también la tendencia evitativa en los primeros momentos de la pérdida.

Rémillard et al.	2017	Canadá	Registros de llamados a una línea de apoyo para tutores en luto ($n = 75$)	Cualitativo	El duelo por muerte de animales es un constructo complejo que puede agravarse por la falta de apoyo social e interacciones negativas con personal veterinario, y su afrontamiento puede verse favorecido por los homenajes conmemorativos y la narración de historias sobre el animal.
Testoni et al.	2017	Italia	Tutores en luto ($n = 159$)	Correlacional	La intensidad del apego correlaciona positivamente con mayor angustia en el duelo, con la representación de la muerte como un pasaje y negativamente con la representación de la muerte como aniquilación. Esta última representación se asocia con más síntomas depresivos.
Wong et al.	2017	China	Tutores en luto ($n = 31$)	Cualitativo	El recibir apoyo emocional y empático, organizar homenajes conmemorativos para el animal de compañía fallecido, los grupos de apoyo mutuo para tutores en duelo, y en casos más severos, la terapia de duelo a cargo de profesionales, son formas de afrontamiento útiles y facilitadoras del crecimiento personal posterior al duelo.
Bussolari et al.	2018	EEUU	Tutores en luto ($n = 431$)	Correlacional	La autocompasión correlaciona con las expresiones de vínculos continuos, y modera la relación entre la severidad del duelo y síntomas depresivos, así como entre las restricciones sociales y la depresión.
Green et al.	2018	Reino Unido, Australia	Tutores en luto ($n = 134$)	Correlacional	Las estrategias adaptativas de regulación emocional espontánea se asociaron con menor respuesta de duelo, ira, trauma y culpa, mientras que las desadaptativas se asociaron con aumento del dolor, la ira y los síntomas de trauma tras la muerte de un animal de compañía.
Laing & Maylea	2018	No específica	Comentarios en línea a un artículo sobre duelo por animales ($n = 218$)	Cualitativo	A pesar de la autenticidad de sus experiencias de duelo, los tutores en luto no solían esperar ni demandar apoyo psicológico profesional
Reilly	2018	EEUU	Tutores en luto ($n = 6$)	Cualitativo	Encontrar un sistema de apoyo para desahogarse había ayudado a enfrentar el duelo. Además, los tutores en luto valoraban la información clara de los veterinarios, aunque

					también conservar algo de capacidad de decisión respecto del fallecimiento de sus animales.
Adrian & Stitt	2019	EEUU	Tutores de animales eutanasiados ($n = 236$)	Correlacional	Los tutores que habían presenciado la eutanasia de sus animales y los que no, no diferían en puntajes de duelo complicado ni estrés postraumático. Sin embargo, los que no la presenciaban sentían más arrepentimiento sobre el procedimiento.
McKinney	2019	EEUU	Tutores ($n = 103$)	Cualitativo	Las estrategias de afrontamiento emocional incluyen: (1) justificación del duelo para sí mismos y para otros; (2) aceptar que el animal ha muerto en un momento adecuado para eso; (3) realizar rituales, prácticas religiosas y espirituales; y (4) adoptar un nuevo animal de compañía.
Rennard et al.	2019	Internacional	Elogios fúnebres hacia animales de compañía ($n = 19$)	Cualitativo	Los elogios fúnebres hacia animales poseen estructuras y contenidos similares a los dedicados a humanos, por lo que implicarían la misma funcionalidad y efectos terapéuticos.
Spain et al.	2019	Australia	Tutores en luto ($n = 133$)	Correlacional	El duelo desautorizado inhibe el crecimiento postraumático cuando los síntomas de duelo son intensos. La cantidad y el tipo de conmemoraciones no se asociaron con crecimiento postraumático.
Behler et al.	2020	No especifica	Tutores en luto ($n = 309$)	Correlacional	El antropomorfismo predice mayores sentimientos de duelo, y media la relación entre apego y duelo. El apoyo social reduce los sentimientos de duelo.
Brkljačić et al.	2020	Croacia	Adultos ($N = 5034$): tutores en luto ($n = 272$)	Descriptivo	La anticipación de la muerte del animal se asoció con evaluaciones más positivas sobre este evento.
Cowling et al.	2020	Canadá	Tutores en luto ($n = 85$)	Correlacional	La presencia de otros que brinden apoyo disminuía los sentimientos de culpa y soledad.
Park & Royal	2020	EEUU	Tutores ($N = 800$): de animales eutanasiados ($n = 340$)	Descriptivo	La mayoría había realizado un duelo en privado (74,7%), o buscando apoyo en familiares y amigos (58,2%), o adoptando un nuevo animal de compañía ayudo mucho (32,1%). Muy pocos habían participado en grupos de apoyo (0,9%).
Schmidt et al.	2020	EEUU	Tutores niños y adolescentes en luto y	Correlacional	Los niños utilizan los vínculos continuos durante el luto por animales, y las expresiones de vínculos continuos

			sus padres ($n = 32$)		varían de acuerdo con la edad, dejando de lado las formas más externalizadas a medida que crecen.
Wilson et al.	2021	Canadá	Tutoras (> 55 años) de hogares unipersonales, en luto ($n = 12$)	Mixto	Las estrategias de afrontamiento pueden ser bastante idiosincráticas. La ayuda terapéutica formal y los grupos de apoyo no fueron solicitados por ninguna participante.
Kogan et al.	2022	Internacional	Tutores en luto ($n = 517$)	Descriptivo	Las expresiones de vínculo continuo para tutores en luto son similares a las observadas tras pérdidas humanas. Estas pueden variar en su utilidad para aportar alivio entre distintos tutores, e incluso, entre distintos momentos del duelo. El 70% de los tutores se manifestó conforme con el apoyo de los veterinarios.
Leonhardt-Parr & Rumble	2022	Reino Unido	Terapeutas acreditados en consejería por duelo de animales ($n = 6$)	Cualitativo	Los tutores en duelo que buscan consejería lo hacen considerando que esta ofrecerá un espacio seguro, donde su pérdida será comprendida y validada.
Park & Jeong	2022	Corea	Tutores en luto ($n = 303$)	Correlacional	Cuanto más fuerte es el apego hacia el animal fallecido, mayor es el crecimiento postraumático en el duelo. Este proceso está mediado por estrategias de regulación cognitiva de las emociones: las estrategias positivas favorecen la relación entre apego y crecimiento postraumático, y las desadaptativas lo debilitan.
Wojtaś et al.	2022	Polonia	Tutores en luto ($n = 876$) y registros de un crematorio de animales	Descriptivo	Se registran números crecientes en la demanda de cremaciones y compra de artículos para conmemorar animales fallecidos. La mayoría preferiría enterrar a sus animales en un jardín doméstico que les permita visitar la tumba.
Kogan et al.	2023	EEUU	Tutores ($n = 2043$)	Descriptivo	El 86% de los tutores indicó confiar en que su equipo veterinario les ayudara con las decisiones sobre el final de la vida de sus animales y con los servicios y empresas de cuidado post mortem, y quisieran poder hablar de esto incluso antes del fallecimiento.
Lykins et al.	2023	Australia	Tutores en luto ($n = 496$)	Correlacional	Un mayor apego ansioso predice un duelo más severo, una relación parcialmente moderada por las expresiones de

					vínculo continuo, mientras que el apego evitativo predice un duelo menos severo, independientemente de las expresiones de vínculos continuos.
Brown et al.	2023	Canadá	Tutores (> 60 años) en luto ($n = 98$)	Correlacional	El 38,1% identificó una disminución en la actividad física y el 47% informó que su salud emocional había empeorado. El 68.4% indicó que su duelo había sido reconocido y apoyado por familiares y amigos. Un tercio indicó que necesitaban ser cuidados sobre con quién expresaban su duelo, en tanto no tenían seguridad de recibir apoyo.
Díaz Videla	2024	Argentina	Tutores en luto ($n = 288$)	Descriptivo	Los tutores en luto por muertes accidentales tenían mayor sintomatología. Los recursos de afrontamiento más útiles y disponibles fueron el apoyo de familiares y amigos, la realización de rituales funerarios y el empleo de elementos (e.g., retratos) para recordar.
García	2025	Filipinas	Tutores en luto ($n = 54$)	Mixto	Las prácticas funerarias como la cremación y taxidermia no fueron comunes, debido a su inaccesibilidad. En su lugar, los tutores en luto optaban por realizar entierros.
Mao	2025	No específica	Tutores en luto ($n = 28$)	Mixto	El apoyo emocional temprano puede favorecer el duelo anticipado, lo cual favorece el afrontamiento de la pérdida posterior y previene el desarrollo posterior de duelo prolongado.
Wu & Song	2025	China	Tutores en luto (18-24 años; $n = 160$)	Correlacional	La rumiación deliberada se asoció positivamente con el duelo por la pérdida de animales cuando los vínculos continuos eran bajos y el duelo no reconocido era alto, mientras que se asoció negativamente con el duelo por la pérdida de animales cuando los vínculos continuos eran altos y el duelo no reconocido era bajo.
Kim & Park	2026	No específica	Tutores en luto ($n = 18$)	Cualitativo	Los grupos facilitaron la expresión emocional, la validación del duelo, las prácticas de conmemoración y el desarrollo de mecanismos de afrontamiento, a la vez que fomentaron rituales compartidos e identidad colectiva. Sin embargo, enfrentaron el desafío de hacer permanecer a los tutores en un estado de luto.

Xiong et al.	2026	No especifica	Tutores en luto: Mixto Estudio 1 = 611; estudio 1 = 10; estudio 3 = 4	Los tutores en luto tenían un intenso deseo de preservar recuerdos de sus animales, pero escaso apoyo para establecimiento de vínculos continuos. La interacción con un prototipo multisensorial (i.e., táctil, sonoro y lumínico) permitió a los tutores evocar memorias vívidas, promoviendo alivio y una conexión no invasiva con recuerdos del animal.
--------------	------	---------------	--	--

*El tiempo definido como luto, o período máximo desde la pérdida del animal como criterio de inclusión, fue establecido en un año por la mayoría de los estudios. Respecto de la especie de animal de compañía fallecido, los estudios mayormente se limitaron a considerar perros y gatos, pero, aun cuando no restringieron especies, la mayor parte de los participantes habían perdido perros o gatos. Para mayor detalle, ver apartado de resultados.