

Acompañamiento y sensibilización: Especialista da claves para enfrentar el duelo gestacional, perinatal y neonatal

Al mes, entre 35 a 40 mujeres que atraviesan por este proceso son atendidas en el Complejo Asistencial "Dr. Víctor Ríos Ruiz" de Los Ángeles.

María José Villagrán
 prensa@latribuna.cl

En el marco del Día Mundial de la Concientización del Duelo Gestacional, Perinatal y Neonatal, conmemorado el 15 de octubre recién pasado, la psicóloga Nicole Fuentes abordó el tema respecto a cómo sobre llevar este difícil momento.

Hasta antes de la Ley Domíngua, promulgada el 21 de septiembre de 2021, este duelo era invisibilizado y muchas mujeres y familias lo llevaban en secreto.

"La ley gestacional y perinatal son pérdidas que se dan durante el embarazo o al poquito tiempo de nacer. Son bebés recién nacidos que muchas veces pierden la vida al poquito tiempo de nacer o bebés en periodos gestacionales", relató la profesional de Chile Crece Contigo del Complejo Asistencial "Dr. Víctor Ríos Ruiz" de Los Ángeles.

Al respecto, Nicole Fuentes

resaltó "la labor de muchas agrupaciones, de fundaciones, inclusive hoy existe la Ley Domíngua que respalda un trato digno a este tipo de duelo, trato digno, sensible, empático, que exista un acompañamiento psicológico durante el momento en donde se entrega la mala noticia a las familias. Y también hace este trabajo de sensibilizar, de visibilizar y hacer que se vea que existe el duelo perinatal y que muchas, muchas familias sufren a raíz de esto".

La Ley Domíngua, explicó Fuentes, viene a establecer estándares especiales en relación a la atención clínica y al acompañamiento psicosocial; "nos viene a dar un marco por el cual tenemos que trabajar y, en el fondo, lo que nos pide es que este tipo de casos sean atendidos con empatía, respeto y de manera sensible", agregó la psicóloga.

¿CÓMO SOBRELLEVAR EL DUELO?

"Cuando nos referimos a que el duelo es invisible, nos referimos al trato que ha dado la sociedad, al trato que ha dado, por ejemplo, el mismo Servicio de Salud o los entes que trabajan en salud, cómo lo respetan, qué espacio le dan a este tipo de pérdidas, qué espacio le dan a las familias", explicó Fuentes.

Dependiendo de la etapa gestacional, existen casos en los que no existe un cuerpo como tal y eso podría influir, por ejemplo, en cómo se avanza en cuanto al duelo.

Respecto a lo que a duelo gestacional en etapas muy tempranas se refiere, es muy difícil diferenciar los restos ovulares o el feto versus lo que es placenta, por lo que es difícil distinguirlos.

En este contexto, "al no saber a quién sepultar, elaborar el duelo se hace mucho más complicado para las familias.



SE DICE QUE EL DUELO PERINATAL, gestacional y neonatal es invisible por el trato que le ha dado la sociedad.

Quando perdemos a un ser querido, por lo general cuando ya es adulto o por una enfermedad, tenemos un cuerpo con el cual hacer los rituales de despedida, como vestirlo, velarlo, hacer una misa o una sepultura; todas esas etapas de este proceso de despedida se pierden cuando no hay un bebé, un cuerpecito", explicó la profesional de Chile Crece Contigo del Hospital Base de Los Ángeles.

En los casos cuando existe un embrión, "a los papás se les permite y ofrece retirar ese cuerpecito y cumplir con todos los rituales que a ellos les hagan más sentido, como sepultar, velar o muchas veces incluso hacer ceremonias similares a un bautismo. Entonces, todas esas etapas ayudan a la elaboración del duelo en el tiempo, hacen tangible la vida, la corta vida que tuvo ese hijo en la vida de la familia", explicó Fuentes.

Ante la pérdida o duelo de un ser querido por distintas razones, "la idea no es olvidar o dar vuelta la página, superar la pérdida de un ser querido sino que aprender a vivir con ella, a sobrellevarla y aprender a enten-

der que es una situación que es parte de la vida. Entendiendo eso, disminuyen muchas resistencias, quizás muchas malas experiencias viviendo esto", sostuvo la psicóloga.

Al respecto, la profesional de la salud entregó como sugerencia hablar sobre el tema, "vivir lo abiertamente, con la familia, los cercanos, hacerse acompañar, informarse. Hoy, existen muchas agrupaciones y fundaciones que están full mostrando información en redes sociales y haciendo el trabajo de sensibilizar, porque sabiendo de qué se trata las familias entienden que no sólo les ocurre a ellos y que no es algo que hay que esconder, que no hay que vivirlo en privado".

Para la psicóloga, además, es fundamental buscar ayuda y/o grupos de apoyo en esta materia.

Desde el punto de vista de salud mental, "cuando una pérdida o muerte es desconocida, no reconocida por el entorno, lo que podría llegar a pasar es que uno tenga que sobreponerse muy rápidamente a este dolor, porque cuando uno sufre un duelo muchas cosas empiezan a suceder, como la conmoción

inicial, rabia por lo que ocurrió, esta sensación de injusticia de que a otras mujeres no les ocurre", explicó la psicóloga.

Junto a ello, agregó, aparecen otros síntomas como la tristeza; "uno entra en un estado de mucha depresión en este tiempo, mucho llanto. Entonces, al no ser reconocido eso, las personas tienen que reprimirlas, dificultando el curso normal que es que la gente lllore, que tenga su momento de rabia, de enojo. Eso tiene que vivirse para atravesar ese dolor; al no hacerlo, se reprime y no se vive de la manera más saludable y eso -a la larga- nos podría llevar a un duelo patológico o un duelo que se complica o que se extiende por años y que, por ejemplo, podría entorpecer las siguientes gestaciones", explicó Fuentes.

Tal escenario, detalló, podría ocasionar que las mujeres o familiares puedan sufrir de una depresión postparto, una depresión o un trastorno ansioso.

Fuentes relató que -en el Complejo Asistencial Angelino- atienden entre 35 a 40 mujeres que atraviesan por este proceso al mes.



Psicóloga de Chile Crece Contigo del Complejo Asistencial "Dr. Víctor Ríos Ruiz" de Los Ángeles, Nicole Fuentes.