

Abordar a la familia tras la pérdida de un familiar por suicidio



Universidad de Navarra

FACULTAD DE ENFERMERÍA

Maria Muñoz Santoro // María Pueyo Garrigues

mmunozsanto@alumni.unav.es

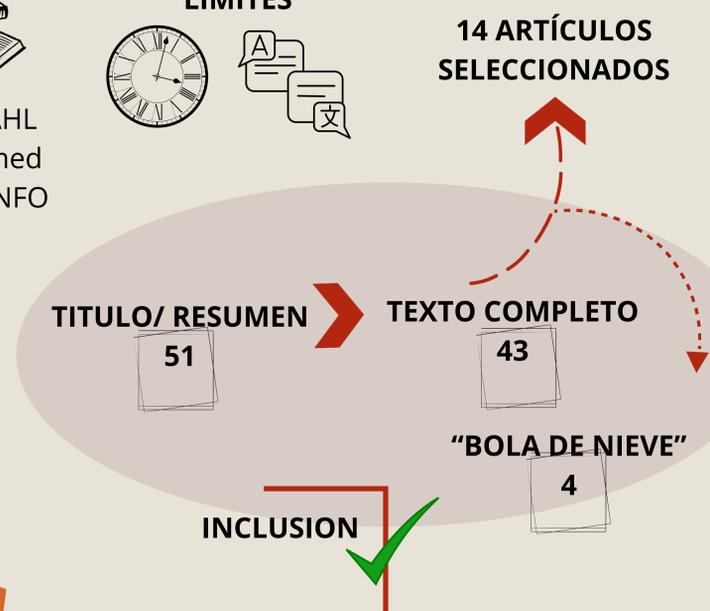
METODOLOGÍA

Intervenciones para abordar a la *familia* tras la *pérdida de un familiar por suicidio*.

S	Intervention Strategies	Relatives Family	"Family loss" Bereavement	Suicide
	A N D			
TM		Family	Bereavement	Suicide
	A N D			

CINAHL
PubMed
PsycINFO

LÍMITES



- Intervenciones o estrategias
- Suicidio completado
- Experiencias de sobrevivientes sobre los sistemas de apoyo
- Efectos de intervenciones
- Población de todas las edades
- Revisiones sistemáticas

EXCLUSIÓN ✗

- Intentos de suicidio
- Ideación Suicida
- Causa de muerte distinta
- Factores de riesgo del suicidio
- Literatura gris

INTRODUCCIÓN:

El suicidio se ha convertido en un problema de salud pública que aumenta cada día, siendo la segunda causa de muerte en España (1). El suicidio puede llegar a afectar hasta 135 personas dentro del círculo social de quien comente dicha acción (2).

La pérdida de un familiar por suicidio se puede convertir en un factor de riesgo, ya que se considera un duelo muy distinto al resto, por su larga duración y la sintomatología muy marcada, tanto a nivel psicológico como físico, y con grandes alteraciones a nivel familiar (2,3). Si no se trata adecuadamente, puede derivar en un duelo patológico (4). Asimismo, existen otros factores que dificultan el proceso de duelo y hacen de barrera a la hora de pedir ayuda, como la estigmatización social (1).

OBJETIVO

Encontrar intervenciones para abordar a la familia tras el suicidio, y evitar un duelo patológico



RESULTADOS:

APOYO FORMAL

- **Ejercicios de Mindfulness** (5,6,)
- **Psicoeducación** (6,7,8)
- **Apoyo de pares para niños** (6)

APOYO INFORMAL

- **Apoyo de Pares (presencial e Internet)** (10,13,14,15,16)
- **Entrevista motivacional.** (16,17)
- **Apoyo familiar** (9,11,12)

- Resolución de problemas
- Promoción de actividades.
- Pensamientos positivos
- Manejo de reacciones
- Reconstrucción de conexiones sociales

- **Terapia Cognitivo-Conductual** (7,8,9,10)



Valoran la creación de espacios terapéuticos donde pueden expresarse libremente, dar significado, normalizar vivencias, aumentar la comunicación y reducir el estigma social. Al mismo tiempo, reduce la sintomatología depresiva y desarrolla habilidades de afrontamiento y adaptación saludables para contrarrestar el estrés.

CONCLUSIÓN

Todo esto, demuestra cómo la combinación de un acompañamiento psicológico adecuado, junto con el apoyo social o familiar, facilita identificar herramientas alternativas, convirtiendo el duelo en un aprendizaje de autoconocimiento y enseñanzas para la vida. Sin embargo, casi no se ha encontrado evidencia acerca de intervenciones llevadas a cabo por los profesionales de enfermería, por ello he querido realizar este trabajo, para fomentar la investigación y la práctica, además de la formación de futuras generaciones en este ámbito, así pues poder brindar un cuidado holístico y adaptado a las necesidades de cada uno.

BIBLIOGRAFÍA

