

Evaluación del duelo en estudiantes ante la pérdida de un ser querido por COVID-19

Assessing grief in students after the loss of a loved one due to COVID-19

Gabriela Guzmán López¹

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4041-2865>

Ruth Vallejo Castro²

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8785-0136>

¹ Universidad Vasco de Quiroga

² Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

RESUMEN

El duelo es un proceso natural que surge ante la pérdida de un ser querido y que puede manifestarse de diversas maneras e intensidades, dependiendo de factores internos y externos que pueden influir en el desarrollo personal de quienes lo experimentan. En el contexto de la pandemia por COVID-19, una parte significativa de la población tuvo que enfrentar la pérdida de algún ser querido en medio de circunstancias marcadas por el aislamiento social, la incertidumbre y limitación de recursos sociales y emocionales, lo que pudo influir en su proceso de duelo. En ese sentido, el objetivo del estudio consistió en la evaluación del duelo en estudiantes que han perdido a un ser querido debido al COVID-19. La investigación cuenta con una metodología cuantitativa, un diseño no experimental, un alcance descriptivo y es de corte transversal; se aplicó el Inventario de Texas Revisado de Duelo (ITRD) a 33 estudiantes ($x = 21.24$, $SD = 1.85$) de la UMSNH. Los principales resultados mostraron que la mayoría de los participantes (75.75%) experimentaba un duelo prolongado, 15.15% retrasado, 3.03% ausente y 9.09% no presentan duelo. Estos hallazgos subrayan la prevalencia de un duelo prolongado, así como la existencia de variabilidad en las respuestas emocionales al duelo, lo que sugiere la necesidad de acompañamiento especializado para coayudarles a enfrentar de forma adecuada este proceso.

Palabras clave: Duelo, adolescencia tardía, estudiantes universitarios, pérdida, COVID-19.

ABSTRACT

Grief is a natural process that arises after the loss of a loved one and that can manifest itself in different ways and intensities, depending on internal and external factors that can influence the personal development of those who experience it. In the context of the COVID-19 pandemic, a significant part of the population had to face the loss of a loved one in the midst of circumstances marked by social isolation, uncertainty and limitation of social and emotional resources, which could influence their grieving process. In this sense, the objective of the study was to evaluate grief in students who have lost a loved one due to COVID-19. The research has a quantitative methodology, a non-experimental design, a descriptive scope and is cross-sectional; The Revised Texas Inventory of Grief (ITRD) was applied to 33 students ($x = 21.24$, $SD = 1.85$) from the UMSNH. The main results showed that the majority of participants (75.75%) experienced prolonged grief, 15.15% delayed, 3.03% absent, and 9.09% did not experience grief. These findings highlight the prevalence of prolonged grief in students, as well as the existence of variability in emotional responses to grief, which suggests the need for specialized support to help them adequately cope with this process.

Keywords: Bereavement, late adolescence, post adolescence, university students, loss, COVID-19.

Recibido: 30 de junio del 2024. Aceptado: 8 de mayo del 2025

Correspondencia: Gabriela Guzmán López. Universidad Vasco de Quiroga. México. Correo electrónico: gguzman@uvaq.edu.mx

INTRODUCCIÓN

La pandemia por COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la salud mental de las personas, particularmente en aquellos que han sufrido la pérdida de seres queridos a causa del virus. El proceso de duelo en estos casos se ha visto influenciado por diversos factores, tales como la edad, el contexto social y cultural, el género, entre otros aspectos. En adolescentes tardíos y postadolescentes, período del desarrollo donde se ubican los estudiantes una parte de su formación universitaria, el duelo presenta características particulares que lo diferencian del duelo en adultos. En primer lugar, en este período del desarrollo, los individuos suelen experimentar emociones con mayor intensidad, lo que puede hacer que el proceso de duelo sea más difícil de sobrellevar. Además, pueden enfrentar dificultades para expresar sus sentimientos verbalmente, lo que obstaculiza la búsqueda de apoyo y la adecuada elaboración del duelo. Otro aspecto relevante es el aumento del riesgo de involucrarse en conductas de riesgo, como el consumo de sustancias, comportamientos sexuales temerarios o conducción imprudente (Curi, 2024). Finalmente, requieren un mayor apoyo social por parte de familiares, amigos y profesionales de la salud mental para afrontar el duelo en comparación con los adultos.

Cabe mencionar que, en Morelia, Michoacán, se han registrado 13 329 defunciones por COVID-19 hasta el 24 de abril de 2024, mientras que, en Ciudad Hidalgo, Michoacán, se han contabilizado 1 997 defunciones (Secretaría de Salud, 2024). Es probable que un porcentaje de estas defunciones haya impactado de manera significativa en la salud emocional de la población, generando consecuencias que afectan el bienestar psicológico y social, puesto que la pérdida de un ser querido puede tener un impacto profundo en el desarrollo biopsicosocial de los individuos. En el caso de los estudiantes, la experiencia de duelo puede influir negativamente en su trayectoria académica y, a largo plazo, repercutir en sus oportunidades laborales (Bastidas-Martínez & Zambrano-Santos, 2020). En términos de identidad, la pérdida puede generar dudas e incertidumbre sobre sí mismos, además de afectar sus relaciones interpersonales con familiares, amigos y compañeros de estudio (Trujillo et al., 2023).

En el ámbito académico, el duelo puede dificultar la concentración y el aprendizaje, reduciendo el rendimiento escolar. Además, el duelo puede incrementar el riesgo de desarrollar problemas de salud mental, como depresión, ansiedad o trastornos de estrés postraumático (Cruz, 2023).

A lo largo de la vida, las personas experimentan diversas formas de duelo, que pueden originarse por la pérdida del empleo, el cambio de residencia a otra ciudad o país, o la terminación de una relación amorosa. Si bien estas situaciones pueden afectar la estabilidad emocional y requieren un proceso de duelo, la pérdida de un ser querido suele ser uno de los duelos más difíciles de superar. A diferencia de otras pérdidas que pueden tener una resolución más rápida, el duelo por la muerte es único en su permanencia, ya que la persona fallecida no regresará. Este tipo de duelo puede ser aún más complejo cuando se trata de la muerte de un familiar, considerando el papel fundamental de la familia como primer entorno social, donde se establecen los primeros vínculos afectivos, de apego y confianza (Lozano y Divany, 2022).

La manera en que se experimenta el duelo por la pérdida de un ser querido puede verse influenciada por diversos factores, tales como la cercanía y calidad de la relación con el fallecido, las circunstancias de la muerte (si fue repentina o inesperada), los recursos de afrontamiento

personales y el apoyo social recibido de familiares, amigos y profesionales de la salud mental (Larrotta-Castillo et al., 2020). Estos últimos pueden desempeñar un papel clave como factores protectores ante el duelo complicado.

Si bien, el duelo es un proceso natural y complejo que surge ante la pérdida de un ser querido y que se caracteriza por una serie de emociones, pensamientos y comportamientos cuya intensidad y duración varían según la persona y las circunstancias de la pérdida (Clínica Galatea, 2019) se pueden producir diferentes distintos tipos de duelo, entre los cuales se destacan el duelo prolongado, el duelo ausente, el duelo retrasado y el duelo resuelto.

El duelo prolongado se define por la persistencia de síntomas intensos más allá del tiempo esperado para su resolución. Se considera que un duelo es prolongado cuando los síntomas persisten más de seis meses a un año después de la pérdida (Asociación Americana de Psicología [APA], 2020). Las personas que experimentan este tipo de duelo pueden presentar tristeza profunda, dificultad para concentrarse, pérdida de interés en actividades previas, sentimientos de culpa o inutilidad, cambios en los patrones de sueño y alimentación, pensamientos recurrentes sobre el fallecido, aislamiento social y evitación de situaciones que lo recuerden (Worden, 2018).

Por su parte, el duelo ausente, también conocido como duelo enmascarado, se caracteriza por la falta de manifestaciones emocionales típicas del duelo. Las personas que lo experimentan pueden no mostrar tristeza, ira o culpa, sino que pueden presentar síntomas físicos como dolores de cabeza, fatiga o problemas digestivos. Entre las posibles causas de este tipo de duelo se encuentran mecanismos de defensa que bloquean las emociones dolorosas, dificultad para expresar sentimientos, falta de apoyo social y creencias culturales o religiosas que minimizan la importancia del duelo (Kessler & Denes, 2020).

El duelo retrasado se manifiesta cuando los síntomas aparecen tardíamente, incluso años después de la pérdida. Esto puede ocurrir porque la persona reprimió sus emociones o estuvo demasiado ocupada para afrontar la pérdida en su momento. Entre las causas del duelo retrasado se encuentran eventos traumáticos posteriores, cambios importantes en la vida o la enfermedad o muerte de otra persona cercana. Este tipo de duelo es particularmente problemático, ya que la persona puede utilizar la negación como mecanismo para evitar afrontar la pérdida (APA, 2020).

Finalmente, el duelo resuelto se caracteriza por la aceptación de la pérdida y la capacidad de seguir adelante con la vida. Quienes han resuelto su duelo pueden sentir tristeza por la pérdida, pero no están consumidos por ella. Son capaces de recordar a la persona fallecida con cariño y continuar con sus propios planes y objetivos (Worden, 2018). Cabe mencionar, que durante la pandemia por COVID-19, el proceso de duelo se vio particularmente afectado debido a las restricciones en los rituales funerarios y la limitación del apoyo social. Eisma et al. (2020) encontraron que las personas que experimentaron una pérdida durante la pandemia reportaron niveles más altos de duelo prolongado y sintomatología depresiva en comparación con quienes perdieron a un ser querido antes de la pandemia. Selman et al. (2020) evidenciaron que las restricciones en los rituales funerarios y el distanciamiento social durante la pandemia obstaculizaron significativamente el proceso de duelo, ya que estas prácticas tradicionales proporcionan un espacio crucial para la expresión emocional, la despedida y el cierre psicológico. Su investigación con profesionales de cuidados paliativos y duelo reveló que la

imposibilidad de participar en rituales funerarios habituales incrementó los sentimientos de culpa, impotencia y duelo complicado en los dolientes. Además, hay otros factores que pueden influir en el proceso de duelo, como la edad, el género, el tipo de pérdida, la presencia de rituales de despedida y otros factores sociodemográficos. Stroebe et al. (2007) encontraron que las personas mayores tienden a experimentar un duelo más prolongado debido a la acumulación de pérdidas a lo largo de la vida. En cuanto al género, algunas investigaciones sugieren que las mujeres pueden experimentar niveles más altos de duelo y síntomas depresivos en comparación con los hombres (Stroebe et al., 2001). La naturaleza de la pérdida también influye: las muertes repentinas o inesperadas pueden ser más traumáticas y difíciles de procesar (Currier et al., 2006). Finalmente, los rituales funerarios pueden facilitar el proceso de duelo al proporcionar un espacio para la expresión emocional y el cierre. La ausencia de estos rituales puede dificultar la aceptación de la pérdida (Neimeyer et al., 2014).

En el contexto de la pandemia de COVID-19, la pérdida de seres queridos se sumó a las dificultades relacionadas con la salud y el empleo, convirtiéndose en un aspecto central de la experiencia vital. Azurdia, 2024, realizó un estudio, desde un enfoque cualitativo y diseño secuencial, se centró en recopilar y organizar relatos de personas que atravesaban un duelo complicado tras la muerte de un familiar por el virus. Las entrevistas a cinco participantes revelaron que el distanciamiento social impuesto por la pandemia generó una vivencia de duelo marcada por la soledad, tanto física como subjetiva; esta última fue una creencia común entre quienes experimentaban duelo complicado. Se observó que las creencias religiosas facilitaron la elaboración del duelo, mientras que la meditación, el ejercicio y la interacción social con amigos fueron comportamientos que contribuyeron a su resolución. Finalmente, el estudio concluyó que la percepción de soledad y los sentimientos de autorreproche son factores que inciden en el duelo complicado.

Investigar las características del duelo en esta etapa del desarrollo es crucial, ya que los adolescentes tardíos pueden experimentar emociones de manera intensa y pueden tener dificultades para expresarlas, lo que puede obstaculizar la búsqueda de apoyo y la elaboración del duelo. Además, este estudio permite identificar factores de riesgo y de protección asociados con el duelo complicado, como la cercanía con el fallecido, las circunstancias de la muerte y la disponibilidad de recursos de afrontamiento. Asimismo, ayuda a desarrollar intervenciones efectivas que faciliten el proceso de duelo en adolescentes, incluyendo terapia individual o grupal, programas de apoyo social y estrategias de afrontamiento.

MÉTODO

Diseño y tipo de investigación

La investigación cuenta con una metodología cuantitativa, con un diseño no experimental, un alcance descriptivo y un corte transversal (Hernández et al., 2014).

Participantes y tipo de muestreo

Para la obtención de los datos se realizó un muestreo no probabilístico, seleccionado por conveniencia. La muestra se integró por 33 estudiantes de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH), de ellos 84.8% son mujeres y el

resto hombres, mismos que tienen una edad entre 18 y 25 años ($x=21.24$, $SD=1.85$); el 66.66% son de Morelia y el 33.33% de Ciudad Hidalgo.

Para garantizar la confidencialidad de los datos se les brindó a los participantes un consentimiento informado donde se indicaba el objetivo del estudio y su rol dentro del mismo. Cabe mencionar, que se asignaron códigos para mantener el anonimato. Una vez procesados los datos, y por cuestiones éticas, se entregaron resultados a la institución (Sociedad Mexicana de Psicología, 2007/2009).

Instrumentos y técnicas de recolección de datos

Para la recolección de los datos se aplicó una cédula de datos sociodemográficos de elaboración propia y el Inventario de Texas Revisado de Duelo (ITRD) de Faschingbauer et al., 1987, adaptado al castellano. Este inventario está compuesto por dos subescalas, la primera contiene 8 ítems y evalúa el comportamiento en el pasado (parte I: duelo agudo), y la segunda contiene 13 ítems que evalúa los sentimientos actuales del doliente (parte II: duelo actual). Cada subescala consta de 5 opciones de respuesta en una escala Likert: "Completamente verdadero", "Verdadera en su mayor parte", "ni Verdadera ni falsa", "Falsa en su mayor parte", "Completamente falsa". Para su evaluación se suman los puntos de cada ítem siendo para "Completamente verdadero" 5 puntos y "Completamente falsa" 1 punto.

Con base en estas subescalas, este inventario evalúa cuatro tipos de duelo: Duelo Prolongado, Ausente, Retrasado y Resuelto. Las puntuaciones que el manual asigna a cada tipo de duelo son: Duelo prolongado: puntuaciones por encima del P50 en ambas subescalas; Duelo Ausente: puntuaciones inferiores a P50 en ambas subescalas; Duelo retrasado: puntuaciones por encima del P50 en duelo actual, pero bajo en duelo agudo; Duelo resuelto: puntuaciones por encima de P50 en duelo agudo, pero por debajo en actual. La fiabilidad de las puntuaciones estimadas por el coeficiente alfa de Cronbach es de .77 para la subescala I: duelo agudo, y de .86 para la subescala II: duelo actual.

Procedimiento

El inventario se adaptó a un formato de Google Forms y se distribuyó a través de WhatsApp a los distintos grupos de licenciatura por medio de los jefes de grupo de cada sección. En ese sentido, en la primera parte del formato se informó sobre el manejo y confidencialidad de los datos además de solicitar datos sociodemográficos de los participantes, así como aspectos generales con relación al ser querido fallecido, tales como el tiempo de fallecimiento, si se realizó o no un entierro tradicional, entre otros. En una segunda parte del formulario contenía la adaptación del ITRD con las dos subescalas. El período de aplicación fue de agosto a diciembre del 2021.

Análisis de datos

Para el análisis de los datos se utilizaron estadísticos tales como la frecuencia, media y desviación estándar, además de analizar la consistencia interna del instrumento, todo ello a través del paquete para el análisis estadístico y la gestión de datos SPSS, versión 25.

RESULTADOS

En primera instancia, se pudo evidenciar que 42.42% de los participantes perdieron a uno de sus abuelos, 36.36% a un tío, 12.12% a alguno de sus padres, 9.09% un amigo y 9.09% un padrino, un hermano o una prima. Cabe mencionar, que tres estudiantes tuvieron más de una pérdida. En relación con el tiempo de fallecimiento, 21.2% de los participantes habían perdido a su ser querido hace menos de 3 meses, 41.4% entre 3 a 6 meses atrás, 15.2% entre 6 a 9 meses atrás, 18.2% entre 9 a 12 meses atrás y sólo uno de los participantes había fallecido su ser querido hace más de un año. Por otro lado, respecto al ritual de despedida, el 66.66% mencionaron que únicamente recibieron las cenizas de su ser querido, 15.15% realizaron un velorio con cuerpo presente siguiendo las medidas de sana distancia y 18.18% de los participantes no respondieron sobre este aspecto (Tabla 1).

Tabla 1

Datos generales sobre el ser querido que falleció durante el COVID-19

Participante	Sexo	Edad	Ser querido que falleció por COVID-19	Tiempo de fallecimiento	Más de un fallecido	Entierro tradicional
P1	Hombre	21	Abuelos	3-6 meses	No	Si
P2	Mujer	22	Tíos	3-6 meses	No	Solo cenizas
P3	Mujer	20	Amigos	0-3 meses	No	Solo cenizas
P4	Mujer	20	Tíos	9-12 meses	No	Solo cenizas
P5	Hombre	24	Prima	3-6 meses	No	Sólo cenizas
P6	Mujer	20	Padrino	0-3 meses	No	Si
P7	Mujer	22	Padre y Abuela	3-6 meses	No	Si
P8	Mujer	23	Tía	6-9 meses	No	Solo cenizas
P9	Hombre	22	Padre/Madre	3-6 meses	No	Sólo cenizas
P10	Mujer	19	Abuelos	3-6 meses	No	Solo cenizas
P11	Mujer	22	Abuelos	9-12 meses	No	Si
P12	Mujer	22	Hermanos	3-6 meses	No	Sólo cenizas
P13	Mujer	23	Abuelos	3-6 meses	No	Sólo cenizas
P14	Hombre	22	Tío	0-3 meses	No	Sólo cenizas
P15	Mujer	23	Amigos	12-15 meses	No	Sólo cenizas
P16	Mujer	25	Abuelos	3-6 meses	No	Sólo cenizas
P17	Mujer	22	Padre/Madre	0-3 meses	No	Sólo cenizas
P18	Mujer	20	Tíos	0-3 meses	No	Sólo cenizas
P19	Mujer	24	Tía	3-6 meses	No	Sólo cenizas
P20	Mujer	18	Abuelos	6-9 meses	No	Sólo cenizas
P21	Mujer	20	Abuelos	6-9 meses	No	Sólo cenizas
P22	Mujer	19	Abuela, tíos	10, 6 y 4 meses	Si	Sólo cenizas
P23	Hombre	23	Tíos	0-3 meses	No	Sólo cenizas
P24	Mujer	19	Tío	3-6 meses	No	Sólo cenizas

Tabla 1

Datos generales sobre el ser querido que falleció durante el COVID-19 (Continuación)

Participante	Sexo	Edad	Ser querido que falleció por COVID-19	Tiempo de fallecimiento	Más de un fallecido	Entierro tradicional
P25	Mujer	21	Tío	9-12 meses	No	Si
P26	Mujer	20	Abuelos	3-6 meses	No	Sólo cenizas
P27	Mujer	21	Amigos	9-12 meses	No	Sólo cenizas
P28	Mujer	25	Abuelos	6-9 meses	No	Sólo cenizas
P29	Mujer	20	Abuelos	0-3 meses	No	Solo cenizas
P30	Mujer	21	Tío	9-12 meses	No	Sólo cenizas
P31	Mujer	20	Tíos y abuelos	3-6 meses	No	Solo cenizas
P32	Mujer	20	Padre/Madre	9-12 meses	No	Sólo cenizas
P33	Mujer	18	Abuelos	3-6 meses	No	Sólo cenizas

En segunda instancia, en la Tabla 2 se muestran los resultados obtenidos en cada subescala y el tipo de duelo que experimentado por los estudiantes. En la subescala I que evalúa el duelo agudo, 72.72% de los participantes mostraron un nivel alto, mientras que 27.27% tuvieron un nivel bajo; en relación con la subescala II, que mide el duelo actual, 87.87% de los participantes presentaron un nivel alto, mientras que sólo 12.12% de ellos tienen un nivel bajo. Siguiendo esta línea, se observó que 75.75% de los estudiantes presentan un duelo prolongado, 15.15% retrasado, 3.03% ausente y 9.09% no presentan duelo. Cabe mencionar que, de los 5 hombres participantes, 4 presentan un duelo prolongado y sólo uno de ellos un duelo ausente. De las mujeres participantes, 20 presentan un duelo prolongado, 5 de ellas retrasado y 3 no presentan duelo.

Tabla 2

Resultados sobre el tipo de duelo que experimentan los estudiantes ante la pérdida del ser querido

Participante	Subescala I: duelo agudo	Subescala II: duelo actual	Tipo de Duelo
P1	Alto	Alto	Prolongado
P2	Alto	Alto	Prolongado
P3	Alto	Alto	Prolongado
P4	Bajo	Bajo	Ausente
P5	Bajo	Bajo	Ausente
P6	Alto	Alto	Prolongado
P7	Alto	Alto	Prolongado
P8	Bajo	Bajo	Ausente
P9	Alto	Alto	Prolongado
P10	Alto	Alto	Prolongado
P11	Alto	Alto	Prolongado
P12	Bajo	Alto	Retrasado

Tabla 2

Resultados sobre el tipo de duelo que experimentan los estudiantes ante la pérdida del ser querido (continuación)

Participante	Subescala I: duelo agudo	Subescala II: duelo actual	Tipo de Duelo
P13	Alto	Alto	Prolongado
P14	Alto	Alto	Prolongado
P15	Alto	Alto	Prolongado
P16	Alto	Alto	Prolongado
P17	Alto	Alto	Prolongado
P18	Bajo	Alto	Retrasado
P19	Alto	Alto	Prolongado
P20	Alto	Alto	Prolongado
P21	Alto	Alto	Prolongado
P22	Alto	Alto	Prolongado
P23	Alto	Alto	Prolongado
P24	Alto	Alto	Prolongado
P25	Alto	Alto	Prolongado
P26	Bajo	Bajo	Ausente
P27	Alto	Alto	Prolongado
P28	Alto	Alto	Prolongado
P29	Bajo	Alto	Retrasado
P30	Bajo	Alto	Retrasado
P31	Alto	Alto	Prolongado
P32	Bajo	Alto	Retrasado
P33	Alto	Alto	Prolongado

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos del presente estudio evidencian el impacto significativo del duelo en los estudiantes tras la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19, puesto que se observó que un porcentaje significativo de los participantes experimenta un duelo prolongado, lo que concuerda con investigaciones previas que destacan la dificultad de los adolescentes tardíos y postadolescentes para gestionar la pérdida de manera adaptativa (Eisma et al., 2020). Este hallazgo resulta preocupante, dado que el duelo prolongado se asocia con un mayor riesgo de desarrollar trastornos psicológicos como la depresión y la ansiedad (Cruz, 2023).

Además, un factor relevante identificado en el estudio es la falta de rituales funerarios tradicionales, ya que la mayoría de los participantes mencionó haber recibido solo las cenizas de su ser querido. Por su parte, Lobb et al. (2010) afirman que la ausencia de rituales funerarios adecuados puede afectar el proceso de elaboración del duelo, impidiendo la aceptación de la pérdida. Esta situación se vio agravada por las restricciones impuestas durante la pandemia, lo que podría explicar los elevados niveles de duelo prolongado encontrados en la muestra, además, al tratarse de población mexicana donde estas ceremonias son concebidas como una

oportunidad de despedida honrando a su ser querido, la culpa al no poder llevarlo a cabo puede ser otro aspecto que le afecte para tener un duelo adecuado.

Asimismo, los datos muestran que los estudiantes que perdieron a un padre o madre tienen una mayor probabilidad de presentar duelo prolongado o retrasado, lo que sugiere que la relación de cercanía con el fallecido influye en la intensidad y duración del duelo (Currier et al., 2006). De igual manera, se identificó que las mujeres reportan mayores niveles de duelo prolongado en comparación con los hombres, lo que coincide con investigaciones previas que indican que el género puede desempeñar un papel importante en la manifestación del duelo (Stroebe et al., 2001).

En cuanto a las consecuencias del duelo en el ámbito académico, se destaca la posible afectación del rendimiento escolar debido a la dificultad para concentrarse y procesar información. Como se mencionó en la introducción, la salud mental juega un papel clave en el desempeño educativo de los estudiantes (Bastidas-Martínez & Zambrano-Santos, 2020), y el hecho de que la mayoría de los participantes experimenta un duelo prolongado sugiere la necesidad de estrategias de intervención que faciliten su proceso de recuperación emocional.

Un aspecto clave a considerar en futuras investigaciones es la disponibilidad de redes de apoyo social y su influencia en la resolución del duelo. Estudios previos han demostrado que el respaldo emocional de familiares, amigos y profesionales de la salud mental puede funcionar como un factor protector ante el duelo complicado (Larrotta-Castillo et al., 2020). Sin embargo, no se exploró en profundidad la percepción de los participantes sobre el apoyo recibido, lo que podría ser un área de interés para estudios posteriores.

CONCLUSIÓN

Los hallazgos de este estudio resultan particularmente relevantes, ya que evidencian que una proporción significativa de estudiantes experimentaron un duelo prolongado después de la pérdida de un ser querido debido al COVID-19. Este dato sugiere que esta población podría ser especialmente vulnerable a sufrir un duelo complicado y de larga duración. Esta situación podría tener implicaciones negativas en su desarrollo emocional y en su bienestar general, lo que subraya la necesidad urgente de intervenciones específicas y estrategias de apoyo adecuadas para este grupo etario. La complejidad del duelo en jóvenes adultos y adolescentes tardíos requiere una comprensión detallada de sus necesidades emocionales y de los factores que contribuyen a la intensidad y duración del duelo.

Es así, como diversos factores podrían explicar la alta prevalencia de duelo prolongado en esta muestra. Uno de los factores más significativos es la pandemia de COVID-19, que alteró la forma en que las personas experimentan el luto. La imposibilidad de realizar rituales funerarios tradicionales y la restricción del apoyo social debido al aislamiento físico, afectaron directamente el proceso de duelo, impidiendo que muchos individuos pudieran llevar a cabo las fases normales de adaptación emocional. Estos rituales y el contacto con seres cercanos son fundamentales para procesar la pérdida de manera saludable. Además, el contexto de incertidumbre y miedo generado por la pandemia añadió una carga emocional adicional sobre los participantes, lo que pudo haber contribuido a la exacerbación del duelo.

Además, la etapa del desarrollo en la que se encuentran los participantes también puede jugar un papel clave en la intensidad y duración del duelo. La adolescencia tardía y la

postadolescencia son períodos caracterizados por importantes cambios emocionales y psicosociales. Durante estas etapas, los jóvenes están en proceso de consolidar su identidad y de establecer relaciones sociales más profundas, por lo que la pérdida de un ser querido puede desestabilizar su sentido de sí mismos y afectar sus relaciones interpersonales. Estos factores pueden intensificar las reacciones emocionales frente a la pérdida y prolongar el duelo, haciendo más difícil la adaptación a la nueva realidad sin la persona fallecida.

Es importante destacar que, aunque la mayoría de los participantes presentó un duelo prolongado, también se observó que una pequeña proporción de ellos no mostró signos significativos de duelo o experimentó un duelo ausente o retrasado. Este hallazgo sugiere que el duelo es un proceso altamente complejo y multidimensional, influenciado por una combinación de factores individuales, familiares y contextuales. Las diferencias observadas en las respuestas de duelo resaltan la importancia de reconocer que cada individuo enfrenta el duelo de manera única, y que no existe un solo camino para procesar la pérdida.

Una limitación importante del estudio fue la falta de evidencia sobre la relación entre variables demográficas, como el género, el tiempo transcurrido desde el fallecimiento o la presencia de rituales de despedida, y los tipos de duelo experimentados. Esta relación no pudo ser establecida debido al tamaño limitado de la muestra, lo que dificulta realizar generalizaciones más amplias. Esta limitación ofrece una valiosa oportunidad para futuras investigaciones, que podrían explorar cómo las variables sociodemográficas influyen en el proceso de duelo. Con una muestra más grande y diversa, sería posible identificar factores de riesgo y protección más claros, lo cual podría mejorar la precisión de las intervenciones destinadas a apoyar a quienes atraviesan una pérdida significativa.

Otro aspecto que merecería atención en investigaciones futuras es el impacto de la cultura y las tradiciones locales en el duelo de los jóvenes. Las prácticas culturales relacionadas con la muerte, la despedida y el luto son componentes fundamentales que afectan cómo las personas viven y expresan su dolor. Sería interesante explorar cómo las diferencias culturales en las prácticas de luto pueden modificar la intensidad y la duración del duelo en diferentes grupos de estudiantes universitarios y adolescentes, lo que ayudaría a diseñar intervenciones culturalmente apropiadas. En general, esta investigación destaca la importancia de ofrecer apoyo emocional adecuado y recursos especializados a los adolescentes tardíos y estudiantes universitarios que atraviesan una pérdida significativa. El duelo prolongado no solo afecta el bienestar emocional, sino que puede tener repercusiones en el rendimiento académico, las relaciones interpersonales y la salud mental en general. Por lo tanto, es esencial implementar estrategias de intervención temprana que ayuden a los jóvenes a afrontar de manera más saludable el dolor asociado con la pérdida.

Finalmente, es crucial que las instituciones educativas, en colaboración con los servicios de salud mental, desarrollen programas de apoyo psicoemocional que se adapten a las necesidades de este grupo específico. Un enfoque preventivo y de intervención temprana podría ser clave para mitigar los efectos negativos del duelo prolongado y promover un entorno más saludable para los estudiantes en su proceso de luto.

En este sentido, UNICEF (2016) subraya la importancia de que las instituciones educativas y las familias comprendan las diversas manifestaciones del duelo en los jóvenes, que pueden incluir cambios en el comportamiento, dificultades en el rendimiento académico y

expresiones emocionales intensas. Proporcionar un espacio seguro para la expresión, fomentar la comunicación abierta y adaptar las expectativas académicas son estrategias clave para acompañar a los estudiantes en su proceso de duelo y promover su bienestar integral.

Conflicto de interés

Las autoras de este trabajo declaran que no existe conflicto de intereses.

Financiación

Este estudio se realizó con apoyo de la Coordinación de Investigación Científica de la UMSNH.

Agradecimientos

Las autoras agradecen la colaboración de los estudiantes que participaron en el estudio, así como a las autoridades por las facilidades para llevar a cabo la investigación.

REFERENCIAS

- American Psychiatric Press. Kessler, R. C., & Denes, A. (2020). Mourning and Grief During the COVID-19 Pandemic. *JAMA*, 324(18), 1830-1835. <https://www.sciencedirect.com/>
- Asociación Americana de Psicología. (2020). *COVID-19 and Mental Health: Coping with Grief and Loss*. <https://www.apa.org/ethics/code>
- Azurdia, J. (2024). Duelo en pandemia. Análisis funcional del duelo complicado. *Ciencias Sociales Y Humanidades*, 11(1). <https://doi.org/10.36829/63CSH.v11i1.1698>
- Bastidas-Martínez, C. J., & Zambrano-Santos, R. O. (2020). El duelo familiar y el desarrollo emocional en los estudiantes. *Revista Interdisciplinaria Koinonía*, 9(5), 125-143. <https://doi.org/10.35381/r.k.v5i9.580>
- Clínica Galatea. (2019, 17 de octubre). *¿Qué es el duelo?*. <https://www.clinica-galatea.com/es/bloc/duelo/>
- Cruz, K. (2023). *Factores psicológicos predictores de estrategias de afrontamiento ante la enfermedad y el duelo a causa de la COVID-19 en estudiantes universitarios* [Tesis de Maestría, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo]. <http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/jspui/handle/231104/4920>
- Curi, M. D. (2024). *Experiencia subjetiva del proceso de duelo por COVID-19 en universitarios de Ayacucho* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio UPC. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/672997/Curi_PM.pdf?sequence=16&isAllowed=y
- Currier, J. M., Holland, J. M., & Neimeyer, R. A. (2006). Sense-making, grief, and the experience of violent loss: Toward a mediational model. *Death Studies*, 30(5), 403-428. <https://doi.org/10.1080/07481180600614351>
- Eisma, M. C., Tamminga, A., Smid, G. E., & Boelen, P. A. (2020). Acute grief after deaths due to COVID-19, natural causes and unnatural causes: An empirical comparison. *Journal of Affective Disorders*, 278, 54-56. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.09.049>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ª ed.). Mc Graw Hill.
- Faschingbauer, T. R., Zisook, S., & DeVaul, R. (1987). The Texas Revised Inventory of Grief. In S. Zisook (Ed.), *Biopsychosocial aspects of bereavement* (pp. 111-124).
- Larrotta-Castillo, R., Méndez-Ferreira, A. F., Mora-Jaimes, C., Córdoba-Castañeda, M. C. & Duque-Moreno, J. (2020). Pérdida, duelo y salud mental en tiempos de pandemia. *Revista de la Universidad Industrial de Santander Salud*, 52(2), 179-180. <http://www.scielo.org.co/pdf/suis/v52n2/2145-8464-suis-52-02-179.pdf>
- Lobb, E. A., Kristjanson, L. J., Aoun, S. M., Monterosso, L., Halkett, G. K., & Davies, A. (2010). Predictors of complicated grief: A systematic review of empirical studies. *Death Studies*, 34(8), 673-698. <https://doi.org/10.1080/07481187.2010.496686>
- Lozano, P. & Divanys, M. (2022). Duelo por pérdida de un familiar en tiempos de COVID-19: una narrativa de dos vivencias. *Revista Perspectivas*. 7(22). 2619-1687. <http://portal.amelica.org/ameli/journal/638/6383364010/>
- Neimeyer, R. A., Harris, D. L., Winokuer, H. R., & Thornton, G. F. (Eds.). (2014). *Grief and bereavement in contemporary society: Bridging research and practice*. Routledge.
- Secretaría de Salud. (2024). *Coronavirus (COVID-19)*. <https://coronavirus.gob.mx/>
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2007/2009). *Código Ético del Psicólogo*. Trillas.
- Stroebe, M., Schut, H., & Stroebe, W. (2007). Health outcomes of bereavement. *The Lancet*, 370(9603), 1960-1973. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61816-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61816-9)
- Selman, L. E., Chao, D., Sowden, R., Marshall, S., Chamberlain, C., & Koffman, J. (2020). Bereavement support on the frontline of COVID-19: Recommendations for hospital clinicians. *Journal of Pain and Symptom Management*, 60(2), e81-e86. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.04.024>
- Stroebe, M., Stroebe, W., & Schut, H. (2001). Gender differences in adjustment to bereavement: An empirical and theoretical review. *Review of*

- General Psychology*, 5(1), 62-83.
<https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.1.62>
- Trujillo, J. J., Barroso, J. M., Fonseca, L., & Romero, K. C. (2023). Percepciones del alumnado universitario sobre la muerte y el duelo en la covid-19. *Innovación Educativa en Edificación*, 7(2), 52-66.
<https://polired.upm.es/index.php/abe/article/view/5114/5331>
- UNICEF El Salvador. (2016). *Manual sobre duelo*.
<https://www.unicef.org/elsalvador/media/3191/file/Manual%20sobre%20Duelo.pdf>
- Worden, J. W. (2018). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (5th ed.). Springer Publishing Company.