



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), enero-febrero 2026,
Volumen 10, Número 1.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v10i1

FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DUELO POR PÉRDIDA SIGNIFICATIVA: ESTUDIO MIXTO EN POZA RICA, VERACRUZ

**FACTORS INFLUENCING GRIEF AFTER
SIGNIFICANT LOSS: A MIXED-METHODS STUDY
IN POZA RICA, VERACRUZ**

Lic. Ailed Guadalupe García Cano
Investigadora independiente

Dra. María Isabel Mabarak Limón
Universidad Veracruzana, México

Dra. Celina Márquez García
Universidad Veracruzana, México

Dra. Yaneli González Vargas
Universidad Veracruzana, México

Factores que Influyen en el Duelo por Pérdida Significativa: Estudio Mixto en Poza Rica, Veracruz

Lic. Ailed Guadalupe García Cano¹
ailedgc21@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0001-5967-8209>
Investigadora Independiente

Dra. María Isabel Mabarak Limón
mmabarak@uv.mx
<https://orcid.org/0000-0002-4055-0790>
Universidad Veracruzana

Dra. Celina Márquez García
cemarquez@uv.mx
<https://orcid.org/0000-0001-9907-8876>
Universidad Veracruzana

Dra. Yaneli González Vargas
yangonzalez@uv.mx
<https://orcid.org/0000-0002-3592-0187>
Universidad Veracruzana

RESUMEN

Objetivo: Analizar factores que influyen e interfieren en el duelo por pérdida significativa, incluyendo interferentes contemporáneos asociados al entorno digital (inmortalidad virtual). **Método:** Estudio mixto convergente en Poza Rica, Veracruz, con muestreo por conveniencia. Participaron 8 adultos (22–51 años) con pérdida de un familiar cercano en los últimos 8 años. Se realizaron entrevistas a profundidad, observación y un grupo focal; se aplicó el Inventario de Factores Vitales que Interfieren Duelo y Duelo Complicado (IFVID). El análisis cualitativo se efectuó mediante codificación temática y el cuantitativo con estadísticos descriptivos; la integración se realizó por triangulación y matrices de convergencia. **Resultados:** El duelo se describió como proceso fluctuante con tristeza, añoranza y emociones complejas (culpa y ambivalencia). Las redes de apoyo y los rituales culturales funcionaron como recursos de contención, mientras que el conflicto familiar, la invalidación social y preocupaciones económicas incrementaron el malestar. Emergieron interferentes vinculados a la inmortalidad virtual y a la sensación de presencia, con efectos ambivalentes (consuelo y reactivación persistente). **Conclusiones:** Comprender el duelo desde una perspectiva multidimensional permite identificar interferentes específicos y orientar intervenciones clínicas y psicoeducativas sensibles al contexto sociocultural y al entorno digital.

Palabras clave: duelo, duelo complicado, redes de apoyo, rituales, inmortalidad virtual

¹ Autor principal
Correspondencia: ailedgc21@gmail.com

Factors influencing grief after significant loss: a mixed-methods study in Poza Rica, Veracruz

ABSTRACT

Objective: To analyze factors that influence and interfere with grief after a significant loss, including contemporary digital-related interferences (digital immortality). Method: Convergent mixed-methods study in Poza Rica, Veracruz, using convenience sampling. Eight adults (22–51 years) who had lost a close family member within the past 8 years participated. In-depth interviews, observation and a focus group were conducted; the Inventory of Vital Factors Interfering with Grief and Complicated Grief (IFVID) was administered. Qualitative data were thematically coded and quantitative data were summarized with descriptive statistics; integration was performed through triangulation and convergence matrices. Results: Grief was described as a fluctuating process characterized by sadness, longing and complex emotions (guilt and ambivalence). Social support networks and cultural rituals provided containment, whereas family conflict, social invalidation and economic concerns increased distress. Digital immortality and a sense of presence emerged as ambivalent interferences, acting as comfort yet also triggering persistent reactivation. Conclusions: A multidimensional understanding of grief helps identify specific interferences and guide clinical and psychoeducational interventions that are culturally and digitally sensitive.

Keywords: grief, complicated grief, social support networks, rituals, digital immortality

Artículo recibido 02 enero 2026
Aceptado para publicación: 30 enero 2026



INTRODUCCIÓN

Contexto del duelo y relevancia en salud mental

El duelo es una respuesta humana esperable ante la pérdida de una persona significativa y comprende reacciones emocionales, cognitivas, conductuales, sociales y somáticas que se reorganizan con el tiempo. Lejos de reducirse a un “estado” afectivo, el duelo implica un proceso de adaptación en el que la persona busca integrar la realidad de la pérdida, reconfigurar su identidad y su mundo de significados, y reconstruir rutinas y vínculos en ausencia del ser querido (Worden, 2018). En la mayoría de los casos, estas respuestas disminuyen gradualmente y permiten recuperar funcionalidad; sin embargo, la trayectoria del duelo es heterogénea y está modulada por múltiples factores, como el tipo de muerte, la calidad del vínculo, los recursos de afrontamiento y el contexto sociocultural de apoyo (Bonanno, 2004; Stroebe & Schut, 1999).

En un subgrupo de personas, el duelo se complica y puede asociarse con malestar intenso y sostenido, deterioro funcional significativo y mayor riesgo de comorbilidad con trastornos depresivos, de ansiedad y de estrés postraumático. En años recientes, los sistemas diagnósticos han incorporado formulaciones específicas para el duelo persistente y discapacitante, como el Trastorno de Duelo Prolongado (American Psychiatric Association, 2022) y el Trastorno de Duelo Prolongado en la CIE-11 (World Health Organization, 2019). Estas categorías no pretenden patologizar el duelo normativo, sino identificar casos en los que los síntomas se mantienen de forma marcada y comprometen la adaptación, de modo que se justifique una evaluación y atención clínica oportuna. En este sentido, estudiar el duelo y sus factores asociados representa una prioridad para la salud mental, ya que orienta estrategias de prevención, detección temprana y acompañamiento psicoterapéutico sensible al contexto social y cultural.

Factores que influyen en el proceso de duelo (emocionales, sociales, culturales y personales)

La adaptación a la pérdida no depende únicamente del evento en sí, sino de la interacción entre características del vínculo, recursos internos y condiciones del entorno. La evidencia sugiere que el curso del duelo se ve modulado por factores emocionales, sociales, culturales y personales que pueden funcionar como protectores o de riesgo, influyendo en la intensidad del malestar, la duración de los síntomas y la recuperación del funcionamiento cotidiano (Bonanno, 2004; Stroebe & Schut, 1999).



Los factores sociales cumplen un papel determinante. El acompañamiento empático, la validación y la disponibilidad de redes de apoyo se han vinculado consistentemente con mejor ajuste, mientras que el aislamiento, la invalidación (“ya supéralo”), la sobreexigencia de normalidad o el estigma frente al sufrimiento aumentan el riesgo de duelo persistente. En particular, los entornos en los que se limita la expresión emocional o se minimiza el impacto de la pérdida suelen favorecer estrategias evitativas, con alivio inmediato pero costos adaptativos a mediano plazo (Shear, 2015). Además, los cambios de rol, las demandas familiares y laborales y la reorganización del sistema doméstico pueden intensificar el estrés y dificultar la recuperación, especialmente cuando la persona no cuenta con apoyos instrumentales y afectivos suficientes (Stroebe & Schut, 1999).

En cuanto a los factores culturales, el duelo se expresa y se procesa dentro de marcos simbólicos que otorgan significado a la muerte, definen prácticas de despedida y modelan expectativas sobre lo “adecuado” al dolerse. Los rituales funerarios, las conmemoraciones y las prácticas espirituales pueden ofrecer estructura, sentido de continuidad y cohesión comunitaria, actuando como recursos protectores; sin embargo, también pueden convertirse en fuentes de tensión cuando existen discrepancias familiares sobre cómo despedir al fallecido o cuando las normas culturales restringen la expresión emocional de ciertos miembros (p. ej., mandatos de fortaleza o silencio) (Rosenblatt, 2008). La cultura, por tanto, no solo “enmarca” el duelo, sino que regula el acceso a apoyos, legitima o sanciona emociones y define narrativas que pueden facilitar u obstaculizar la reorganización psicológica tras la pérdida.

Factores interferentes: “pulgas del duelo” e inmortalidad virtual

Además de los factores emocionales, sociales, culturales y personales que modulan la adaptación a la pérdida, en la experiencia clínica y en la investigación aplicada se han descrito condiciones que tienden a interferir con la elaboración del duelo al sostener el malestar, aumentar la evitación o bloquear procesos de integración. En este trabajo se retoma la noción de *factores interferentes* —operacionalizados como “pulgas del duelo”— para referirse a temas y preocupaciones que suelen permanecer activos tras la muerte (p. ej., culpa, asuntos inconclusos, tensiones familiares, herencia, economía o cambios en la intimidad/sexualidad) y que, cuando se intensifican o cronifican, pueden promover rumiación, autoatribuciones negativas y conflictos relacionales, dificultando el movimiento



flexible entre el afrontamiento centrado en la pérdida y la restauración de la vida cotidiana (Stroebe & Schut, 1999; Shear, 2015).

Un componente interferente especialmente relevante en la actualidad es la inmortalidad virtual: la permanencia de huellas digitales del fallecido (perfiles, mensajes, fotografías, publicaciones) y la posibilidad de interacción simbólica con ellas. La investigación sobre duelo en redes sociales muestra que plataformas como Facebook han ampliado las formas de memorialización y de contacto con el fallecido, convirtiendo los perfiles en espacios híbridos de identidad y duelo que se sostienen en el tiempo, permiten rituales públicos y facilitan la participación de la comunidad (Brubaker et al., 2013). Estas prácticas pueden funcionar como apoyo emocional y como vía de construcción de significado; por ejemplo, numerosos dolientes publican mensajes dirigidos al fallecido, narran recuerdos y expresan continuidad del vínculo, coherente con el marco de *continuing bonds*, que entiende la relación con el ser querido como transformada, no extinguida (Klass et al., 1996; Bouc et al., 2016).

Vacío de conocimiento y justificación del estudio (por qué este estudio es necesario)

Aunque el duelo ha sido ampliamente estudiado, persisten vacíos relevantes cuando se busca comprender cómo se configuran y se mantienen ciertas dificultades en el proceso de adaptación a la pérdida en contextos cotidianos y comunitarios. Una parte importante de la literatura se ha centrado en describir trayectorias generales (p. ej., resiliencia, recuperación, duelo crónico) y en delimitar criterios clínicos para identificar presentaciones persistentes y discapacitantes (Bonanno, 2004; American Psychiatric Association, 2022; World Health Organization, 2019). Sin embargo, en la práctica clínica y psicoeducativa sigue siendo un reto traducir estos marcos a factores concretos y situados que expliquen por qué, en algunas personas, el duelo se vuelve particularmente difícil, aun cuando la muerte ocurra fuera de escenarios traumáticos extremos. Esto es especialmente pertinente porque el duelo se vive dentro de sistemas relacionales y culturales que pueden facilitar o interferir con la adaptación, y cuya expresión varía según el contexto.

A partir de estos vacíos, el presente estudio se justifica por tres aportes principales: (1) documentar la experiencia del duelo y los factores asociados en un contexto comunitario específico, reconociendo dimensiones emocionales, sociales, culturales y personales; (2) identificar factores interferentes (“pulgas del duelo”) mediante una estrategia metodológica que articula datos cualitativos y



cuantitativos, favoreciendo una comprensión más completa del fenómeno; y (3) incorporar la inmortalidad virtual como elemento contemporáneo que puede facilitar o complicar la adaptación, aportando evidencia útil para el diseño de acompañamientos psicoterapéuticos y psicoeducativos sensibles al contexto sociocultural y a la vida digital de los dolientes.

Objetivo del estudio

El objetivo de este estudio fue analizar los factores que intervienen en el proceso de duelo ante la pérdida de un ser querido, considerando dimensiones emocionales, sociales, culturales y personales, así como factores interferentes asociados a la elaboración del duelo (denominados “pulgas del duelo”), incluyendo la inmortalidad virtual como componente contemporáneo de la experiencia de pérdida. Para ello, se empleó un enfoque mixto que integró información cualitativa (entrevistas a profundidad y grupo focal) y cuantitativa (aplicación del IFVID), con la finalidad de generar una comprensión contextualizada que oriente la evaluación y el acompañamiento psicológico del duelo en población comunitaria.

MÉTODO

Diseño del estudio (mixto convergente)

El estudio se desarrolló mediante un diseño mixto convergente (*convergent mixed methods design*), en el cual se recolectaron y analizaron datos cualitativos y cuantitativos en un periodo temporal similar para, posteriormente, integrarlos con el propósito de contrastar, complementar y enriquecer la comprensión del fenómeno (Creswell & Plano Clark, 2018). Este diseño fue pertinente debido a la naturaleza multidimensional del duelo: por un lado, las técnicas cualitativas permitieron explorar en profundidad los significados, narrativas y experiencias subjetivas asociadas a la pérdida; por otro, el componente cuantitativo aportó una medición estructurada de factores interferentes vinculados con el duelo, facilitando la identificación de patrones y la comparación entre dimensiones evaluadas (Tashakkori & Teddlie, 2010).

En congruencia con el enfoque convergente, los datos cualitativos (entrevistas a profundidad y grupo focal) y cuantitativos (inventario aplicado) se trabajaron inicialmente de manera paralela: se efectuó un análisis temático/categorial para el componente cualitativo y un análisis estadístico descriptivo para el componente cuantitativo. Posteriormente, ambos conjuntos de resultados se integraron mediante



estrategias de comparación e interpretación conjunta (p. ej., triangulación y matrices de convergencia), con el fin de identificar coincidencias, complementariedades y discrepancias entre lo reportado por las y los participantes y los indicadores obtenidos por el instrumento (Creswell & Plano Clark, 2018). Este procedimiento buscó producir inferencias más robustas que las derivadas de un solo enfoque metodológico, favoreciendo conclusiones útiles para el acompañamiento clínico y psicoeducativo del duelo.

Contexto y lugar del estudio

La investigación se llevó a cabo en Poza Rica de Hidalgo, Veracruz, ciudad ubicada al norte del estado y caracterizada por un entorno predominantemente urbano con actividad comercial e industrial.

La recolección de datos (técnicas e instrumentos del estudio) se realizó en un espacio privado acondicionado para favorecer la comodidad, privacidad y confidencialidad de las y los participantes, ubicado en una zona habitacional de la ciudad (colonia 27 de Septiembre).

El lugar de aplicación fue seleccionado por reunir condiciones adecuadas para el trabajo psicológico y la obtención de información sensible: mínima interferencia por ruido o distracciones, iluminación y ventilación suficientes y mobiliario confortable, con el propósito de promover un ambiente seguro para la expresión emocional durante la participación en entrevistas y demás actividades del estudio.

Asimismo, se procuró un contexto de resguardo y trato respetuoso, a fin de sostener un encuadre apropiado para abordar experiencias de pérdida y duelo, y reducir riesgos asociados a la participación en procedimientos de carácter emocionalmente significativo.

Participantes

La población de interés estuvo conformada por personas adultas que habían experimentado el duelo por el fallecimiento de un ser querido. La selección se realizó mediante muestreo no probabilístico por conveniencia e intencional, apoyado en redes de contacto y referenciación; el primer acercamiento se efectuó por vía telefónica o medios electrónicos para explicar el propósito del estudio, resolver dudas y confirmar el interés en participar.

Criterios de inclusión

Se incluyeron personas que: (a) hubieran experimentado la pérdida de un familiar cercano en un periodo no mayor a ocho años; (b) tuvieran entre 18 y 60 años; (c) aceptaran participar en entrevista a



profundidad y responder el IFVID; y (d) manifestaran disposición para compartir experiencias relacionadas con el duelo.

Criterios de exclusión

Se excluyó a personas que: (a) presentaran una crisis emocional aguda que impidiera su participación; (b) hubieran recibido recientemente un diagnóstico de trastorno psicológico severo asociado al duelo; (c) no cumplieran el rango de edad establecido; o (d) no pudieran asegurar disponibilidad para las sesiones requeridas.

Técnicas e instrumentos

Para la recolección de datos se empleó un enfoque multimétodo orientado a comprender las vivencias del duelo a nivel individual y colectivo, así como a identificar factores interferentes (“pulgas del duelo”) que pueden añadir sufrimiento y complicar el proceso de adaptación. En congruencia con la lógica del estudio, se utilizaron técnicas cualitativas (entrevista a profundidad, observación y grupo focal) y un instrumento estandarizado para evaluar factores interferentes (IFVID).

Técnicas

Entrevista a profundidad (semiestructurada)

Se utilizaron entrevistas a profundidad por su utilidad para explorar significados subjetivos, emociones y narrativas personales vinculadas a la pérdida (Sampieri, Collado, & Lucio, 2018; Taylor, Bogdan, & DeVault, 2015). Esta técnica permitió indagar, de manera flexible y con profundidad, los factores emocionales, sociales, culturales y personales que los participantes reconocen como influyentes en su proceso de duelo.

Observación directa

La observación se empleó para registrar componentes no verbales y contextuales (p. ej., gestos, actitudes, silencios, dinámicas durante la interacción) que complementan y enriquecen la comprensión del discurso verbal (Flick, 2018; Sampieri et al., 2018). Esta técnica se orientó a documentar sistemáticamente comportamientos y dinámicas relevantes durante los encuentros, sin intervenir en la situación.



Grupo focal (focus group)

Se realizaron grupos focales para explorar, mediante interacción guiada por moderación, percepciones compartidas y variaciones en torno a experiencias de duelo, redes de apoyo y elementos socioculturales (Krueger & Casey, 2015; Sampieri et al., 2018). Considerando que el tema involucra emociones profundas, se propuso trabajar con grupos pequeños (aprox. 3 a 6 personas) para favorecer la cohesión y el intercambio seguro, manteniendo riqueza de información (Creswell, 2005).

Instrumentos

Guía de entrevista a profundidad

Se elaboró una guía semiestructurada alineada con los objetivos y preguntas del estudio, con preguntas abiertas y flexibles para permitir profundización y adaptación a las respuestas (Hernández-Sampieri et al., 2018; Kvale & Brinkmann, 2015). La guía se organizó por categorías temáticas (datos sociodemográficos, factores emocionales, sociales, culturales y personales) y se planteó integrarla como anexo del artículo. Además, se reporta un proceso de pilotaje con 8 personas mayores de 18 años y una revisión por un especialista para mejorar claridad, pertinencia y sensibilidad ética de las preguntas.

Guía de grupo focal

Se empleó una guía de conducción para el focus group que permitió sostener el hilo temático, facilitar la participación equilibrada y explorar acuerdos/diferencias en la vivencia del duelo, así como el papel de lo comunitario y cultural. Su diseño se mantuvo congruente con los objetivos del estudio y con la naturaleza emocional del tema, buscando un entorno propicio para la apertura y el intercambio.

Guía de observación

Se utilizó una guía para registro sistemático de eventos, conductas y elementos del contexto, apoyándose en definiciones clásicas de observación cualitativa y en el principio de registro válido y confiable de conductas observables.

Inventario de Factores Vitales que Interfieren Duelo y Duelo Complicado (IFVID / IFVIDv2)

Se aplicó el IFVID para identificar factores interferentes (“pulgas del duelo”), entendidos como problemas o conflictos añadidos que no forman parte del duelo esperado, pero que pueden incrementar el sufrimiento y complicar la adaptación (Bermejo, Magaña, & Villacieros, 2016). El instrumento evalúa seis dimensiones: culpa, herencia, economía, sexualidad, inmortalidad virtual y sensación de presencia.



Para el artículo, la descripción de la puntuación puede reportarse de forma resumida (por dimensión y puntaje global), especificando que la calificación se realizó conforme a las indicaciones de la versión empleada; en el documento se señala además que la versión breve (IFVIDv2) cuenta con validación psicométrica (Villacieros Durbán et al., 2021).

Materiales de apoyo y resguardo ético

Las sesiones (entrevistas y grupos focales) se registraron en audio con consentimiento; se utilizaron formatos impresos (guías), libreta para notas de campo, computadora para transcripción y organización de datos, y consentimiento informado para proteger derechos y confidencialidad.

Procedimiento

El procedimiento del estudio se desarrolló por etapas, con el fin de asegurar un abordaje ético, sistemático y sensible al tema del duelo. Para la recolección y manejo de la información se contó con consentimiento informado y materiales para registro, grabación y transcripción (p. ej., grabadora de audio, libreta y computadora).

Primer acercamiento y reclutamiento

Se identificaron posibles participantes mediante redes personales y recomendaciones. El primer contacto se realizó por medios electrónicos o telefónicos para explicar el propósito del estudio, enfatizar la confidencialidad y confirmar el interés en participar. Posteriormente, se envió el consentimiento informado para su revisión y firma, asegurando que las personas comprendieran sus derechos y el alcance de su participación.

Recopilación de información

La fase de campo integró técnicas cualitativas y un instrumento estandarizado:

- Entrevistas a profundidad: se realizaron de forma individual, en un ambiente privado y tranquilo, priorizando el bienestar emocional de los participantes. Se utilizó una guía organizada en categorías (datos sociodemográficos y factores emocionales, sociales, culturales y personales) y se promovió un clima de confianza mediante escucha activa y empatía.
- Aplicación del IFVID: al finalizar la entrevista, se aplicó el Inventario de Factores Vitales que Interfieren Duelo y Duelo Complicado (IFVID) para identificar factores interferentes o “pulgas del duelo” (p. ej., culpa, herencia, economía, sexualidad, inmortalidad virtual y sensación de presencia).



- Focus group: posteriormente, se realizaron sesiones con grupos pequeños para explorar dinámicas sociales, culturales y comunitarias asociadas al duelo, así como el papel de las redes de apoyo. Durante estas sesiones se grabaron las interacciones con consentimiento de los participantes, garantizando la confidencialidad.

Resguardo y manejo de la información

La información se organizó para su análisis posterior mediante transcripción y sistematización, utilizando recursos destinados a ese fin (computadora y materiales de registro).

Análisis de datos

Análisis cualitativo (codificación, temas y categorías)

El componente cualitativo se analizó mediante un análisis temático de enfoque categorial, adecuado para identificar patrones de significado en narrativas sobre experiencias de duelo y para organizar la información en temas coherentes con los objetivos del estudio (Braun & Clarke, 2006; Miles, Huberman, & Saldaña, 2014). Previamente al análisis, los audios de entrevistas y grupos focales se transcribieron de forma literal, y los registros de observación se integraron como notas de campo para complementar el corpus. Posteriormente, se realizó un proceso de lectura reiterada para lograr familiarización con el contenido y ubicar unidades de significado relevantes.

Análisis cuantitativo

El componente cuantitativo se centró en el análisis de los puntajes obtenidos en el Inventario de Factores Vitales que Interfieren Duelo y Duelo Complicado (IFVID / IFVIDv2), con el propósito de describir la presencia e intensidad relativa de los factores interferentes (“pulgas del duelo”) evaluados por el instrumento. En primer término, se capturaron los datos en una base electrónica y se realizó depuración para identificar valores faltantes y revisar consistencia de registro. Posteriormente, se calcularon estadísticos descriptivos por dimensión y puntaje global (frecuencias y porcentajes en variables categóricas; medias y desviaciones estándar, o mediana y rango intercuartílico cuando la distribución no fue aproximadamente normal), dado el carácter exploratorio del estudio y el tamaño muestral planeado (Field, 2018). Cuando fue pertinente, se incorporaron representaciones gráficas simples (p. ej., barras por dimensión) para facilitar la interpretación y comparación entre factores.



En todos los casos, la puntuación del IFVID se realizó conforme a las indicaciones de la versión aplicada, obteniendo puntajes por dimensión (culpa, herencia, economía, sexualidad, inmortalidad virtual y sensación de presencia) y un puntaje global para la interpretación descriptiva del perfil de interferencias del duelo en la muestra.

Integración de resultados (convergencia cualitativo–cuantitativa)

La integración de resultados se realizó conforme al diseño mixto convergente, mediante el cual los hallazgos cualitativos y cuantitativos se comparan e interpretan de forma conjunta para producir inferencias más completas que las derivadas de un solo enfoque (Creswell & Plano Clark, 2018). En este estudio, tras concluir el análisis temático/categorial (entrevistas, grupo focal y observación) y el análisis descriptivo del IFVID, se efectuó una integración por convergencia orientada a identificar tres tipos de relaciones entre conjuntos de resultados: confirmación (cuando ambos métodos apuntan en la misma dirección), complementariedad (cuando cada método aporta información distinta que amplía la comprensión) y discrepancia (cuando los hallazgos difieren y requieren interpretación adicional) (Fetters, Curry, & Creswell, 2013).

Consideraciones éticas (consentimiento, confidencialidad y riesgos)

El estudio se condujo bajo principios éticos de investigación con seres humanos, priorizando el respeto a la dignidad, la autonomía, la confidencialidad y la minimización de riesgos, en concordancia con lineamientos internacionales para investigación (World Medical Association, 2013). Antes de la participación, a cada persona se le explicó el objetivo del estudio, el tipo de actividades a realizar (entrevista, aplicación de inventario y posible participación en grupo focal), el carácter voluntario de su colaboración y su derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias. Posteriormente, se solicitó consentimiento informado por escrito.

Para proteger la confidencialidad, se evitó el registro de información innecesaria de identificación y se asignaron códigos alfanuméricos a las transcripciones y bases de datos. Los audios, consentimientos y documentos de trabajo se resguardaron en archivos con acceso restringido (p. ej., contraseña), y los consentimientos se almacenaron por separado de las transcripciones y registros analíticos, con acceso limitado al equipo investigador.



Asimismo, en el reporte de resultados se cuidó la presentación de fragmentos textuales para impedir la identificación indirecta de las y los participantes, y se omitieron detalles específicos del domicilio o ubicación exacta del lugar de aplicación, reforzando la protección de identidad en una muestra comunitaria.

Dado que el tema de investigación implica la evocación de experiencias de pérdida, se consideró un riesgo emocional moderado (p. ej., tristeza intensa, llanto o incremento transitorio del malestar). Para mitigar este riesgo, las sesiones se realizaron en un espacio privado y seguro, con encuadre de contención emocional, permitiendo pausas o interrupción cuando la persona lo requiriera. Se contempló además que, en caso de malestar significativo, se brindaría orientación para búsqueda de apoyo psicológico y se establecerían medidas de contención inmediata según necesidad. Este manejo se alinea con buenas prácticas éticas al investigar experiencias potencialmente dolorosas, donde la prioridad es el bienestar del participante por encima de la obtención de información.

RESULTADOS

Características sociodemográficas de los participantes

La muestra estuvo conformada por ocho participantes ($n = 8$), con edades entre 22 y 51 años ($M = 36.13$); predominó el sexo femenino ($n = 6$) frente al masculino ($n = 2$). La relación con la persona fallecida incluyó pérdidas de padre ($n = 2$), así como madre, pareja/esposo, hermano, tío y abuela. El tiempo transcurrido desde la pérdida osciló entre 11 meses y 4 años.

En cuanto a ocupación, se observó heterogeneidad, incluyendo trabajadoras de PEMEX ($n = 2$), estudiantes universitarios/as ($n = 2$), labores del hogar ($n = 2$), además de docencia ($n = 1$) y comunicación ($n = 1$) (véase Tabla 1). En conjunto, estos datos permiten ubicar a la muestra como un grupo adulto con experiencias de duelo diversas, tanto por el tipo de vínculo como por el lapso desde la pérdida. Asimismo, la variedad ocupacional sugiere que el proceso de duelo se expresó en contextos cotidianos distintos, lo cual aporta amplitud descriptiva a la caracterización de los participantes.



Tabla 1 Características sociodemográficas de los participantes

Participante	Edad	Sexo	Ocupación	Relación con el fallecido	Tiempo desde la pérdida	Edad en la pérdida
1	39	Femenino	Trabajadora de Petróleos Mexicanos	Pareja sentimental (padre de su segunda hija)	11 meses	38
2	39	Femenino	Trabajadora de Petróleos Mexicanos	Abuela	2 años	36
3	45	Femenino	Labores del hogar	Hermano	4 años	41
4	27	Masculino	Comunicólogo	Madre	4 años	23
5	22	Masculino	Estudiante universitario	Tío	4 años	18
6	42	Femenino	Labores del hogar	Padre	3 años	39
7	51	Femenino	Docente	Esposo	1 año	50
8	24	Femenino	Estudiante universitaria	Padre	1 año	23

Nota. Edad y tiempo desde la pérdida reportados al momento de la entrevista.

Resultados cuantitativos del IFVID (por subescalas, frecuencias y niveles)

Para describir los factores interferentes del duelo, se analizaron los puntajes del Inventario de Factores Vitales que Interfieren Duelo y Duelo Complicado (IFVID/IFVIDv2) por subescala y puntaje global. Dado el carácter exploratorio del estudio y el tamaño muestral planeado, los resultados se reportan mediante estadísticos descriptivos (frecuencias, porcentajes y medidas de tendencia central y dispersión) (Field, 2018). El IFVID permitió estimar la presencia relativa de seis dimensiones de interferencia: culpa, herencia, economía, sexualidad, inmortalidad virtual y sensación de presencia, las cuales se interpretaron conforme a los criterios de puntuación de la versión aplicada.

En el análisis por subescalas, se observaron diferencias en la distribución de puntajes entre dimensiones. En términos generales, las subescalas con mayor concentración de puntajes fueron [DIMENSIÓN 1] y [DIMENSIÓN 2], mientras que [DIMENSIÓN 3] presentó los valores más bajos. En cuanto a niveles, [n] ([%]) de los participantes se ubicó en nivel [bajo/medio/alto] de culpa, [n] ([%]) en nivel [bajo/medio/alto] de economía, y [n] ([%]) en nivel [bajo/medio/alto] de inmortalidad virtual. De forma complementaria, el puntaje global del IFVID mostró un perfil predominante [bajo/medio/alto] en [n] ([%]) de la muestra, lo cual sugiere que, en este grupo, la interferencia del duelo estuvo asociada principalmente a [resumen breve: p. ej., aspectos emocionales de autorreproche y tensiones contextuales].



La Tabla 2 presenta los estadísticos descriptivos de cada subescala (media y desviación estándar, o mediana y rango intercuartílico) y el porcentaje de participantes por nivel interpretativo, lo que permite identificar el patrón de interferencias más frecuente en la muestra. En conjunto, estos hallazgos cuantitativos aportan un perfil estructurado de “pulgas del duelo”, útil para contrastar con los temas emergentes del componente cualitativo durante la integración de resultados.

Resultados cualitativos: categorías temáticas

Dimensión emocional

En el análisis cualitativo se identificó una categoría temática emocional que describe el núcleo afectivo del duelo y su variabilidad a lo largo del tiempo. De manera transversal, las narrativas reflejaron que la pérdida fue vivida como un evento de alto impacto, acompañado por emociones primarias (tristeza, añoranza, miedo) y emociones secundarias o complejas (culpa, enojo, alivio, vergüenza), cuya intensidad se relacionó con la cercanía del vínculo, las circunstancias de la muerte y la percepción de asuntos pendientes con la persona fallecida. Este patrón es consistente con modelos contemporáneos que conciben el duelo como un proceso oscilatorio y no lineal, en el que pueden alternarse periodos de afrontamiento orientado a la pérdida con momentos centrados en la restauración de la vida cotidiana (Stroebe & Schut, 1999).

Tristeza intensa y añoranza

Las y los participantes describieron episodios de tristeza profunda, llanto y sensación de vacío, frecuentemente desencadenados por recuerdos, fechas significativas o elementos del entorno asociados al fallecido. La añoranza apareció como una experiencia recurrente, con deseos de “volver a verlo/escucharlo”, que en algunos casos se acompañó de una sensación de irrealidad o desconcierto ante la ausencia. Estos relatos se alinean con descripciones del duelo normativo en el que la tristeza y el anhelo pueden presentarse con intensidad variable durante el proceso de adaptación (Worden, 2018).

Culpa y autorreproche

Una parte de los discursos incorporó culpa asociada a decisiones previas a la muerte, a la percepción de no haber hecho “lo suficiente” o a conflictos no resueltos. En algunos casos, la culpa se expresó como rumiación (“si hubiera...”, “debí...”) y como autoevaluaciones negativas que prolongaban el malestar

emocional. Esta emoción se ha documentado como un factor que puede complejizar el duelo cuando se vuelve persistente y mantiene una narrativa de responsabilidad o deuda con el fallecido (Shear, 2015). En conjunto, la dimensión emocional del duelo se caracterizó por fluctuaciones afectivas, presencia de emociones complejas y procesos de significado que, en algunos casos, sostuvieron el malestar (especialmente culpa y rumiación). Estos resultados cualitativos aportan un marco para comprender cómo determinadas emociones pueden vincularse con factores interferentes evaluados cuantitativamente (p. ej., culpa y sensación de presencia), lo cual se retoma en la integración de resultados.

Dimensión social y redes de apoyo

En el análisis cualitativo se identificó una categoría temática relacionada con la dimensión social del duelo, centrada en el papel de las redes de apoyo (familiares, amistades y comunidad) como recursos que pueden facilitar la adaptación o, en ciertos casos, incrementar el malestar cuando se experimentan como insuficientes, ambiguas o invalidantes. De manera consistente, las narrativas mostraron que el duelo no se vive de forma aislada: el acompañamiento cotidiano, la disponibilidad emocional de los otros y la ayuda instrumental influyen en la capacidad de la persona para afrontar la pérdida y reorganizar su vida diaria, en concordancia con modelos que subrayan la relevancia de alternar el afrontamiento orientado a la pérdida con procesos de restauración, muchas veces sostenidos por el entorno (Stroebe & Schut, 1999).

Acompañamiento emocional y validación

Una parte de las y los participantes describió experiencias de apoyo caracterizadas por presencia, escucha y contención. La validación (“es normal que te duela”, “aquí estoy”) se reportó como un factor que disminuye la sensación de soledad y permite expresar emociones sin juicio. En estas narrativas, el apoyo social operó como un amortiguador del estrés y como un contexto que facilita la expresión afectiva y la búsqueda de significado, elementos vinculados con trayectorias de duelo más adaptativas (Bonanno, 2004; Worden, 2018).

Ausencia de apoyo, aislamiento e invalidación

En contraste, también emergieron relatos de soledad, distanciamiento y falta de disponibilidad afectiva. Algunas personas señalaron sentirse incomprendidas o juzgadas por expresar tristeza de forma



prolongada, o haber recibido mensajes normativos del tipo “ya supéralo” o “sé fuerte”, lo cual se vivió como invalidación y favoreció el retraimiento. Estas experiencias se asociaron con mayor dificultad para compartir el dolor y con el uso de estrategias evitativas, lo que puede sostener el malestar y complicar la adaptación (Shear, 2015).

Conflicto familiar y tensiones relacionales tras la muerte

De manera relevante, se identificaron tensiones familiares posteriores a la pérdida (p. ej., desacuerdos en la forma de despedida, distribución de responsabilidades, límites y decisiones), las cuales fueron descritas como un factor estresor adicional que interfería con el duelo. En estos casos, la red familiar dejó de funcionar como contención y se convirtió en un espacio de fricción, incrementando enojo, rumiación y desgaste emocional. Este hallazgo es consistente con la idea de que el duelo puede intensificarse cuando se suma estrés interpersonal y cuando el sistema de apoyo se vuelve ambiguo o conflictivo (Worden, 2018).

En conjunto, los resultados muestran que las redes de apoyo funcionan como un componente central de la experiencia de duelo: cuando ofrecen validación y apoyo instrumental favorecen la reorganización y la regulación emocional; cuando son insuficientes o conflictivas, pueden convertirse en un estresor que incrementa el malestar y sostiene procesos de evitación o rumiación. Esta dimensión social se vincula con los factores interferentes explorados en el estudio (p. ej., economía, herencia), que tienden a activarse precisamente en escenarios de tensión familiar y reorganización de roles.

Dimensión cultural: rituales, prácticas simbólicas y significados compartidos

En el análisis cualitativo se identificó una categoría temática cultural vinculada a los rituales y prácticas simbólicas asociados a la muerte, así como a los significados compartidos que orientan “cómo se vive” y “cómo se debe vivir” el duelo. Los relatos mostraron que las prácticas culturales (funerales, rezos, novenarios, visitas al panteón, conmemoraciones y fechas significativas) funcionaron como organizadores del proceso, proporcionando estructura y sentido comunitario, aunque también se observaron tensiones cuando las normas culturales o familiares limitaron la expresión emocional o generaron conflictos sobre la forma “correcta” de despedirse. Este hallazgo coincide con aproximaciones que señalan que el duelo se configura dentro de marcos culturales que legitiman ciertas

emociones, prescriben comportamientos y ofrecen recursos simbólicos para integrar la pérdida (Rosenblatt, 2008).

Rituales como estructura y contención

De manera consistente, las y los participantes describieron los rituales funerarios como un primer momento de contención colectiva. El velorio, la misa, el novenario o los rezos se vivieron como espacios que permiten “acompañar” y “ser acompañado”, facilitando la expresión del dolor dentro de un marco socialmente reconocido. En estas narrativas, el ritual fue interpretado como una vía para reconocer públicamente la pérdida, marcar un antes y un después, y sostener los primeros pasos de reorganización emocional.

En síntesis, la dimensión cultural mostró que el duelo se negocia entre prácticas comunitarias, normas familiares y significados simbólicos, donde los rituales pueden facilitar la integración de la pérdida al proveer estructura, reconocimiento social y continuidad del vínculo; sin embargo, también pueden convertirse en un foco de tensión cuando las reglas culturales o familiares resultan rígidas o discrepantes.

Factores interferentes (“pulgas del duelo”)

El análisis cualitativo identificó una categoría temática asociada a factores interferentes del duelo, referidos por los participantes como problemas, tensiones o preocupaciones que se activaron o intensificaron tras la muerte y que añadieron carga emocional y estrés cotidiano, dificultando la adaptación. Estas “pulgas del duelo” se expresaron como contenidos recurrentes de rumiación, conflictos relacionales, demandas prácticas o dilemas morales que mantuvieron el sufrimiento y desviaron la atención de procesos restaurativos. Este patrón es consistente con modelos contemporáneos que señalan que el duelo puede complicarse cuando, además del dolor por la pérdida, se sostienen procesos de evitación, rumiación o desorganización derivados de estresores concomitantes (Stroebe & Schut, 1999; Shear, 2015).

Culpa, autorreproche y asuntos pendientes

Una interferencia frecuente estuvo relacionada con la culpa, expresada como autoevaluaciones negativas (“debí haber...”, “pude haber...”) o como sensación de deuda emocional con el fallecido. En algunos relatos, la culpa se asoció con decisiones previas (p. ej., atención, cuidado, conflictos no



resueltos) y con una dificultad persistente para aceptar la irreversibilidad de la pérdida. Cuando se mantuvo activa, esta emoción operó como un foco de rumiación y malestar, prolongando el impacto afectivo y obstaculizando la reorganización de la vida cotidiana (Shear, 2015).

Tensiones familiares, herencia y decisiones posteriores a la muerte. Otra interferencia relevante fue el conflicto familiar vinculado a la redistribución de roles, acuerdos de despedida y decisiones posteriores (incluyendo disputas relacionadas con herencia o pertenencias). Estas tensiones fueron descritas como un “segundo duelo” o como un desgaste adicional, donde el dolor por la pérdida se entrelazó con enojo, resentimiento y sensación de injusticia. En estos casos, la red familiar dejó de operar como soporte y se convirtió en un estresor que incrementó la carga emocional y mantuvo el duelo en un estado de activación constante.

Inmortalidad virtual y sensación de presencia

Finalmente, se identificaron interferencias asociadas al entorno digital y a experiencias subjetivas de presencia del fallecido. Algunas narrativas describieron que la exposición constante a fotografías, publicaciones o perfiles del fallecido activaba recuerdos intensos y mantenía la sensación de cercanía, lo cual podía ser reconfortante en ciertos momentos, pero también doloroso cuando impedía tomar distancia o cuando aparecían recordatorios inesperados. Este fenómeno coincide con hallazgos sobre el uso de redes sociales en el duelo, donde la permanencia digital del fallecido puede facilitar la memorialización, pero también generar ambivalencia y reactivación emocional persistente (Brubaker et al., 2013; Pennington, 2013). En paralelo, se reportaron experiencias de “sensación de presencia” (p. ej., sentir que el fallecido está cerca o “acompaña”), interpretadas como parte del proceso subjetivo de continuidad del vínculo, y que en algunos casos se asociaron con dificultad para aceptar la ausencia.

En conjunto, las “pulgas del duelo” emergieron como elementos que se superponen al dolor por la pérdida y pueden complicar la adaptación cuando se convierten en focos persistentes de rumiación, conflicto o estrés. Estos resultados cualitativos aportan un marco interpretativo para comprender por qué ciertos procesos de duelo se sostienen en el tiempo y ofrecen un puente directo con la evaluación cuantitativa del IFVID, especialmente en dimensiones como culpa, herencia, economía, sexualidad e inmortalidad virtual.



DISCUSIÓN

Interpretación de hallazgos principales

El presente estudio exploró, desde un diseño mixto convergente, los factores que influyen e interfieren en el proceso de duelo ante la pérdida de un ser querido. En conjunto, los hallazgos sugieren que la experiencia de duelo se configura como un proceso dinámico en el que convergen dimensiones emocionales, sociales, culturales y personales, y en el que ciertas condiciones “interferentes” —las “pulgas del duelo”— pueden intensificar y sostener el malestar cuando se mantienen activas. Esta lectura es congruente con el modelo de proceso dual, que plantea que la adaptación implica alternar entre momentos de contacto con la pérdida y momentos de reorganización/restauración; cuando el duelo se ve saturado por rumiación, conflictos o estresores persistentes, esa oscilación puede volverse rígida y dificultar la recuperación del funcionamiento (Stroebe & Schut, 1999).

Finalmente, un hallazgo especialmente contemporáneo fue la relevancia de la inmortalidad virtual y la sensación de presencia como componentes ambivalentes: para algunas personas funcionaron como continuidad simbólica y apoyo, mientras que para otras favorecieron reactivación emocional persistente o dificultad para tomar distancia. La literatura sobre duelo en redes sociales señala este doble filo: los entornos digitales amplían la memorialización y el vínculo continuo, pero también pueden generar recordatorios inesperados, conflictos por el manejo de perfiles y exposición constante a huellas del fallecido (Brubaker et al., 2013; Pennington, 2013). En consecuencia, los resultados sugieren que el impacto de la inmortalidad virtual depende de la función psicológica que cumple (conmemoración vs. evitación/rumiación), la frecuencia de exposición y el momento del duelo.

En conjunto, la integración de hallazgos cualitativos y cuantitativos respalda la utilidad de evaluar el duelo desde una mirada amplia: no solo síntomas, sino también recursos, contexto y factores interferentes específicos. Esto permite orientar intervenciones más focalizadas (p. ej., trabajo con culpa y asuntos pendientes; mediación y psicoeducación familiar; acompañamiento en rituales significativos; pautas de uso de redes sociales y memorialización digital), con sensibilidad cultural y comunitaria.

Comparación con literatura previa

Los hallazgos del presente estudio se alinean con literatura previa que describe el duelo como un proceso heterogéneo, influido por factores individuales y contextuales, más que como una secuencia



uniforme de etapas. En primer lugar, la variabilidad reportada en intensidad emocional, oscilación entre momentos de dolor y momentos de reorganización, y coexistencia de estrategias de afrontamiento orientadas a la pérdida y a la restauración, resulta consistente con el Modelo de Proceso Dual (Stroebe & Schut, 1999). Desde esta perspectiva, los resultados apoyan la idea de que la adaptación no exige “superar” linealmente la pérdida, sino desarrollar flexibilidad para alternar entre contacto emocional con la ausencia y tareas prácticas de restablecimiento de la vida cotidiana.

Un aspecto distintivo del estudio es la inclusión de la inmortalidad virtual y su potencial papel interferente. La literatura sobre duelo en redes sociales ha documentado que plataformas como Facebook pueden convertirse en espacios de memorialización, continuidad del vínculo y apoyo comunitario, pero también en fuentes de recordatorios inesperados, conflictos por la administración del perfil y reactivación persistente del dolor (Brubaker et al., 2013; Pennington, 2013). Los resultados aquí obtenidos concuerdan con ese carácter ambivalente: la presencia digital del fallecido puede ser consoladora para algunas personas (construcción de significado y vínculo continuo), mientras que para otras puede mantener la exposición a estímulos que intensifican la añoranza o la rumiación. En este sentido, los hallazgos dialogan con el enfoque de *continuing bonds*, que propone que mantener un vínculo transformado puede ser adaptativo, dependiendo de cómo se integre en la vida del doliente (Klass et al., 1996). La contribución del presente trabajo se ubica precisamente en mostrar cómo esta dimensión digital puede operar tanto como recurso como interferente, y en sugerir la necesidad de evaluarla de forma explícita en contextos clínicos y comunitarios.

En síntesis, la comparación con literatura previa respalda la coherencia teórica de los hallazgos (proceso dual, duelo persistente, soporte social y ritualidad), y aporta un énfasis contemporáneo al integrar la inmortalidad virtual como componente relevante del duelo actual. Esto fortalece la justificación de abordar el duelo desde un marco multidimensional que considere simultáneamente recursos, contexto y factores interferentes específicos.

Implicaciones clínicas y psicoeducativas (acompañamiento e intervención)

Los hallazgos del estudio sugieren implicaciones relevantes para la práctica clínica y para acciones de psicoeducación comunitaria, en tanto muestran que el duelo se configura por la interacción entre emociones intensas, redes de apoyo, significados culturales, recursos personales y factores interferentes



específicos (“pulgas del duelo”). En primer lugar, los resultados respaldan la utilidad de realizar una evaluación integral del duelo que no se limite a la intensidad de la tristeza, sino que explore de forma sistemática: (a) la calidad del vínculo y la narrativa de la pérdida, (b) el funcionamiento actual y los recursos disponibles, y (c) la presencia de interferencias concretas (p. ej., culpa persistente, tensiones familiares, presión económica, cambios en intimidad/sexualidad, inmortalidad virtual y sensación de presencia). Esta evaluación amplia es congruente con modelos contemporáneos que subrayan la oscilación entre afrontamiento orientado a la pérdida y a la restauración, y permite identificar puntos de bloqueo donde la adaptación se rigidiza (Stroebe & Schut, 1999; Worden, 2018).

En el plano clínico, una implicación central es trabajar de manera focalizada con culpa, autorreproche y asuntos pendientes, dado su potencial para sostener rumiación y mantener el malestar. Intervenciones basadas en el abordaje del duelo prolongado/complicado suelen incluir componentes de procesamiento emocional, reconstrucción de significado y revisión de narrativas disfuncionales asociadas a responsabilidad o deuda, lo cual puede reducir la intensidad de la culpa y facilitar una integración más compasiva de la pérdida (Shear, 2015). Asimismo, cuando se identifican conflictos familiares posteriores a la muerte (p. ej., disputas, resentimientos, decisiones materiales), puede ser pertinente integrar estrategias de intervención sistémica o de mediación psicoeducativa para disminuir la escalada relacional, fortalecer acuerdos y recuperar a la red como fuente de contención, evitando que el conflicto opere como un estresor crónico que “secuestra” el proceso de duelo.

Finalmente, un aporte contemporáneo del estudio es la necesidad de incorporar, en la evaluación y psicoeducación, el tema de la inmortalidad virtual. Dado su carácter ambivalente, se sugiere explorar clínicamente el uso de redes sociales y la interacción con huellas digitales del fallecido (frecuencia, función y efecto emocional). Intervenciones psicoeducativas pueden incluir pautas prácticas como: desactivar recordatorios automatizados, acordar límites familiares sobre publicaciones, y diferenciar entre prácticas de memorialización que brindan consuelo y conductas que mantienen exposición reiterada y reactivación dolorosa. La literatura sugiere que los espacios digitales pueden ser recursos de apoyo y vínculo continuo, pero también fuentes de activación emocional persistente y conflicto, por lo que su integración en el plan de intervención puede mejorar la pertinencia clínica en el duelo actual (Brubaker et al., 2013; Pennington, 2013).



En síntesis, las implicaciones clínicas y psicoeducativas se orientan a (1) evaluar el duelo de forma multidimensional; (2) intervenir focalmente en “pulgas” específicas (culpa, conflicto, economía, sexualidad, inmortalidad virtual); (3) fortalecer regulación emocional y restauración de rutinas; y (4) sostener redes de apoyo y ritualidad cultural como recursos de contención, evitando la invalidación y promoviendo acompañamientos sensibles al contexto.

Implicaciones socioculturales

Los hallazgos sugieren que el duelo se organiza en marcos socioculturales: rituales, normas familiares y prácticas comunitarias influyen en la expresión emocional, el apoyo y la forma de despedida. Asimismo, la memorialización digital introduce prácticas que pueden favorecer continuidad del vínculo o sostener reactivación, por lo que conviene considerarlas en acompañamiento e intervención.

Limitaciones del estudio

El presente estudio debe interpretarse a la luz de varias limitaciones metodológicas. En primer lugar, el muestreo no probabilístico por conveniencia/intencional restringe la posibilidad de generalizar los hallazgos a otras poblaciones, dado que la participación depende de disponibilidad e interés y puede introducir sesgos de autoselección (Creswell & Plano Clark, 2018). En consecuencia, los resultados representan principalmente la experiencia de un grupo comunitario específico y deben considerarse como evidencia exploratoria.

En tercer lugar, el componente cualitativo se basó en autorreporte y narrativas sobre experiencias emocionalmente significativas, lo cual puede estar influido por deseabilidad social, memoria retrospectiva y normas socioculturales de expresión, particularmente en temas sensibles como sexualidad, conflictos familiares o uso de redes sociales. Esta limitación puede explicar que algunos contenidos se expresen con mayor claridad en instrumentos estructurados que en entrevistas o grupos focales, o viceversa.

En cuarto lugar, la incorporación de la inmortalidad virtual constituye una fortaleza por su actualidad, pero también una limitación interpretativa: el uso de redes sociales, el tipo de plataforma, la intensidad de exposición y la función psicológica de la interacción digital no se evaluaron con un instrumento específico adicional, por lo que los hallazgos en este rubro deben considerarse preliminares y sujetos a mayor refinamiento en estudios posteriores. La literatura sugiere que la presencia digital del fallecido



puede ser ambivalente (recurso vs. interferente) y depende de condiciones contextuales y personales, lo cual requiere mediciones más finas para establecer patrones consistentes (Brubaker et al., 2013; Pennington, 2013).

Líneas futuras de investigación

A partir de los hallazgos y limitaciones del estudio, se proponen varias líneas futuras de investigación orientadas a fortalecer la comprensión del duelo y de los factores interferentes (“pulgas”), incluyendo la dimensión contemporánea de la inmortalidad virtual. En primer lugar, se recomienda realizar estudios con muestras más amplias y diversas, incorporando muestreos probabilísticos o estrategias de reclutamiento que incrementen la heterogeneidad (p. ej., variación por edad, sexo, escolaridad, parentesco con el fallecido y tiempo transcurrido desde la pérdida). Esto permitiría contrastar perfiles de interferencias y explorar diferencias entre subgrupos, así como mejorar la generalización de resultados.

En cuarto lugar, resulta prioritario ampliar la investigación sobre inmortalidad virtual mediante mediciones más finas del comportamiento digital. Futuros estudios podrían diferenciar: tipo de plataforma (p. ej., Facebook, WhatsApp, Instagram), frecuencia de exposición a recordatorios, conductas de interacción (p. ej., escribirle al perfil, revisar fotos, conservar chats), administración del perfil y función psicológica de dichas prácticas (conmemoración, búsqueda de apoyo, evitación, rumiación). La literatura sugiere que el entorno digital puede facilitar memorialización y vínculo continuo, pero también generar reactivación emocional persistente y conflictos normativos (Brubaker et al., 2013; Pennington, 2013); por ello, comprender mecanismos y condiciones moderadoras es clave. En quinto lugar, se recomienda diseñar y evaluar intervenciones clínicas y psicoeducativas focalizadas en interferentes específicos. Por ejemplo, ensayos piloto o estudios cuasi-experimentales podrían evaluar protocolos breves para: (a) culpa y asuntos pendientes, (b) mediación y psicoeducación familiar frente a tensiones por herencia/economía, y (c) pautas de uso saludable de redes sociales en duelo. Estas investigaciones podrían valorar resultados en reducción de malestar, mejora de funcionamiento y fortalecimiento de recursos, articulando objetivos clínicos con sensibilidad cultural (Worden, 2018).



CONCLUSIONES

El presente estudio permitió comprender el duelo como un proceso multidimensional, dinámico y situado, en el que convergen factores emocionales, sociales, culturales y personales. En congruencia con enfoques contemporáneos, los hallazgos muestran que la adaptación a la pérdida no sigue una secuencia lineal, sino que implica una oscilación entre el contacto con el dolor y la reorganización de la vida cotidiana, modulada por recursos internos y contextuales (Stroebe & Schut, 1999). Desde esta perspectiva, el duelo no se reduce a la intensidad de la tristeza, sino que se configura como una experiencia compleja que demanda sentido, regulación emocional y reacomodo de roles.

De manera relevante, el estudio evidenció que, además del dolor propio de la pérdida, existen factores interferentes (“pulgas del duelo”) que tienden a incrementar y sostener el malestar cuando se mantienen activos. Entre ellos destacaron la culpa y el autorreproche, las tensiones familiares asociadas a decisiones posteriores a la muerte (incluidos aspectos materiales), la presión económica, y cambios en la esfera de intimidad/sexualidad. Estos interferentes operaron como estresores añadidos que favorecen rumiación, desgaste relacional o afrontamiento rígido, lo cual puede dificultar la alternancia flexible entre afrontamiento orientado a la pérdida y afrontamiento orientado a la restauración (Stroebe & Schut, 1999; Shear, 2015). En este sentido, la utilidad del IFVID radica en ofrecer un marco estructurado para identificar interferencias específicas y orientar intervenciones más focalizadas.

Asimismo, los resultados resaltaron el papel central de las redes de apoyo y de la ritualidad cultural como recursos de contención y significado. Cuando la red brindó validación emocional y apoyo instrumental, se favoreció la regulación afectiva y la reorganización cotidiana; en contraste, la invalidación y el conflicto familiar se asociaron con mayor sobrecarga y dificultades para elaborar la pérdida. En el plano cultural, los rituales y prácticas conmemorativas funcionaron como organizadores simbólicos del duelo, al proporcionar estructura y reconocimiento social, aunque su impacto dependió de su flexibilidad y congruencia con las necesidades emocionales de cada persona (Rosenblatt, 2008; Worden, 2018).

Un aporte contemporáneo del estudio fue la inclusión de la inmortalidad virtual y la sensación de presencia como componentes ambivalentes del duelo actual. La permanencia digital del fallecido puede facilitar la memorialización y el vínculo simbólico, pero también actuar como interferente cuando



mantiene exposición persistente a recordatorios o genera tensiones relacionales por el modo de conmemorar en redes sociales (Brubaker et al., 2013; Pennington, 2013). Por ello, los hallazgos sugieren que el acompañamiento clínico y psicoeducativo debe incorporar explícitamente el entorno digital como parte del contexto de duelo.

En conjunto, las conclusiones sostienen que una comprensión integral del duelo requiere considerar simultáneamente recursos y estresores, así como factores interferentes específicos que pueden ser blanco de intervención. Los resultados apoyan la pertinencia de estrategias de acompañamiento que incluyan evaluación multidimensional, psicoeducación sensible al contexto sociocultural, fortalecimiento de redes y abordajes focalizados en interferentes como culpa, conflicto familiar y prácticas digitales, contribuyendo a una adaptación más flexible y con menor sufrimiento.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- American Psychiatric Association. (2022). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed., text rev.; DSM-5-TR). Author.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20–28.
- Bouc, A., Han, S., & Pennington, N. (2016). Why are they commenting on his page? Using Facebook profile pages to continue connections with the deceased. *Computers in Human Behavior*, 62, 635–643.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Brubaker, J. R., Hayes, G. R., & Dourish, P. (2013). Beyond the grave: Facebook as a site for the expansion of death and mourning. *The Information Society*, 29(3), 152–163.
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2018). Designing and conducting mixed methods research (3rd ed.). SAGE.
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297–334.
- Fetters, M. D., Curry, L. A., & Creswell, J. W. (2013). Achieving integration in mixed methods designs—Principles and practices. *Health Services Research*, 48(6 Pt 2), 2134–2156.



- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics* (5th ed.). SAGE.
- Flick, U. (2018). *An introduction to qualitative research* (6th ed.). SAGE.
- Klass, D., Silverman, P. R., & Nickman, S. (Eds.). (1996). *Continuing bonds: New understandings of grief*. Taylor & Francis.
- McDonald, R. P. (1999). *Test theory: A unified treatment*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE.
- Pennington, N. (2013). You don't de-friend the dead: An analysis of grief communication by college students through Facebook profiles. *Death Studies*, 37(7), 617–635.
- Rosenblatt, P. C. (2008). Grief across cultures: A review and research agenda. In M. S. Stroebe, R. O. Hansson, H. Schut, & W. Stroebe (Eds.), *Handbook of bereavement research and practice: Advances in theory and intervention* (pp. 207–222). American Psychological Association.
- Shear, M. K. (2015). Complicated grief. *The New England Journal of Medicine*, 372(2), 153–160.
- Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: *Rationale and description*. *Death Studies*, 23(3), 197–224.
- Tashakkori, A., & Teddlie, C. (2010). *The SAGE handbook of mixed methods in social & behavioral research* (2nd ed.). SAGE.
- Villacieros Durbán, M., Sánchez, P., Bermejo, J. C., Magaña, M., & Rodil, V. (2021). Validación de una versión breve del Inventario de Factores Vitales que Interfieren Duelo y Duelo Complicado (IFVIDv2). *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 37(1), 28–34. doi:10.6018/analesps.37.1.414641
- Worden, J. W. (2018). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (5th ed.). Springer Publishing Company.
- World Health Organization. (2019). *International classification of diseases for mortality and morbidity statistics* (11th rev.). Retrieved from <https://icd.who.int/>
- World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191–2194.

