



TRABAJO FINAL DE GRADO

LOS TIEMPOS DEL DUELO: UNA MIRADA CLÍNICA

Natalia Posada. 4847912-4
Tutora: Prof. Mercedes Couso

Montevideo. Abril, 2017

INDICE

1. Resumen.....	p. 3
2. Introducción.....	p. 4
3. Fundamento.....	p. 5
4. Marco Teórico.....	p. 6
4.1. Recorrido por clásicos y contemporáneos.....	p. 7
4.2. Contextualización socio-histórica, cultural, antropológica, económica del duelo.....	p. 12
4.2.1. Contextualización socio-histórica y económica.....	p. 12
4.2.2. Contextualización socio-cultural y antropológica.....	p. 14
5. Los Tiempos del Duelo.....	p. 17
5.1. Un posible desenlace: duelo como re-creación.....	p. 19
6. Una mirada desde la psicología clínica.....	p. 21
7. Conclusiones.....	p. 25
8. Bibliografía.....	p. 28

1. Resumen

La presente producción explora las reacciones y procesos que se ponen en marcha tras la pérdida de un objeto con el cual se posee una relación afectiva: duelo y tiempos de duelo.

Pasaje conceptual entre aportes clásicos y contemporáneos acerca del duelo y otros conceptos como elaboración del duelo, proceso de duelo, duelo normal y duelo patológico. Dan paso a una exploración del duelo a través de la historia y desde un enfoque socio-cultural, antropológico y económico, en el entendido de que el duelo se conforma como fenómeno multidimensional. Se realiza hincapié en algunos aspectos actuales que se vinculan con las diferentes formas de sentir, pensar y actuar frente al duelo y sus tiempos. Se amplía a través del reconocimiento de la medicalización como refugio ante el dolor sentido por la pérdida y su duelo.

Acerca de los tiempos del duelo, se reflexiona sobre los tiempos como el curso necesario por el cual el sujeto debe transitar a fin de obtener la posibilidad de realizar una adecuada elaboración de la pérdida y su duelo. Habilitando un determinado tiempo-espacio en el que de paso a la subjetivación del duelo a partir del encuentro con otro y la oportunidad de que la pérdida sea concebida desde su función re-creadora.

Se reconoce a la clínica psicológica como encuadre que posee herramientas a fin de ayudar al sujeto en su transición por los tiempos del duelo, principalmente desde la función de la palabra en la comunidad.

2. Introducción

Se parte del entendimiento del duelo como fenómeno instituyente del ser humano en la calidad de su reconocimiento como seres finitos. Hacer hincapié en los tiempos que conlleva el trabajo de duelo para su elaboración, destacamos la fuerte correlación entre las diversas formas de vivenciarlos que existen actualmente con características de nuestra cultura, las que a su vez se conforman como pilares fundamentales para los distintos signos, símbolos, significados, modos y formas en los que son vivenciados los duelos desde la subjetividad. En última instancia lo que se pretende es rescatar la oportunidad de que sea pensado como un hecho en sí mismo, desde lo socio-cultural pero también desde lo singular del sujeto.

Referiremos al duelo principalmente como aquel fenómeno que se presenta ante el fallecimiento de un ser querido, pero a su vez, este último será tomado como modelo del duelo ante otras pérdidas tanto materiales como no materiales. El duelo es además un fenómeno multidimensional, por ello determinadas características socio-históricas, culturales, antropológicas e incluso económicas, son parte de su configuración, cumpliendo un importante papel en lo que se conforma como lo propio del duelo y de sus formas de ser vivenciado (los ritos, los tiempos sociales e individuales).

Desde este marco, se abre la posibilidad de arrojar luz sobre la importancia de los tiempos del duelo en la elaboración y subjetivación de la pérdida y desde allí, se reconocen algunos posibles y variados desenlaces. Principalmente los desenlaces en los que se destaca el factor re-creador del duelo, como posibilidad de encontrarle un lugar a aquello que se ha perdido y que puede transformarse en motor para un crecimiento personal y enriquecedor del sujeto. Se reflexiona, desde una mirada clínica, sobre la eventualidad de una posible demanda del sujeto ante la transición por los tiempos del duelo, acerca de sus alcances y los aportes a partir del lugar de la palabra, como herramienta primordial de la clínica psicológica. Sin embargo, se repasa la posibilidad de acompañar a través de la palabra desde el plano comunitario. La palabra, como herramienta de difusión, que permita recoger y crear nuevos significados y sentidos, coordinadas temporo-espaciales, pautas, normas, ritos y quehaceres frente a la pérdida y el dolor en pro del reconocimiento de las capacidades autónomas de autoconsuelo y contención del sujeto desde la prevención y principalmente desde la creación de nuevas herramientas de las que el sujeto pueda servirse para transitar por los procesos de duelo.

3. Fundamento

El interés por la temática ha surgido a lo largo del recorrido universitario, ante el acercamiento y tránsito por diferentes unidades de aprendizaje teóricas como prácticas que han puesto su foco central en el duelo y su relación con diferentes aspectos que juegan un papel en este fenómeno. La actualidad, la clínica del duelo y su vínculo con enfermedades de orden psicopatológico, como la psicosis.

La elección se desprende ante la magnitud de sentimientos que despierta dicho recorrido, en el entendido de que la pérdida y su duelo, poseen un lugar fundamental en las diferentes formas de sentir, pensar y actuar del imaginario social, que da unas determinadas pautas para la vivencia, significación y simbolización de estos fenómenos a nivel subjetivo. Y desde este reconocimiento, se entiende como fenómeno que posee un papel central en la construcción de la subjetividad humana y en la realidad colectiva sociocultural. En este sentido, pensar en el duelo y sus vicisitudes, implica una posibilidad de interpelar(se) en el presente y futuro de nuestra práctica, como ejercicio fundante de la clínica psicológica.

Desde los intereses que han emergido desde esta posible lectura, resulta pertinente tomar como eje los aportes de Freud (1917), Klein (1938) y la perspectiva de Bleichmar (1988) y Jorge Tizón (2013) sobre el duelo. Posteriormente dando lugar a las teorizaciones de Ariés (1999), Bauman (2007), Lipovetsky (2003), Bacci (2003) y Cazenave (2010), que aportan a la conceptualización socio-histórica, cultural, antropológica y económica de la pérdida y su duelo. Y las contribuciones de autores tales como Elmiger (2010), Paciuk (2000) y nuevamente Tizón (2006, 2013), entre otros, que permiten profundizar en los tiempos del duelo y su importancia en el desarrollo de la pérdida y los posibles desenlaces.

4. Marco Teórico

4.1. Recorrido por clásicos y contemporáneos

Existen múltiples definiciones teóricas sobre el duelo, su elaboración y sus procesos. En el presente trabajo se hará un recorrido por diferentes autores que irán delineando la conformación de una concepción propia sobre la temática.

Una primera línea desde algunos aportes teóricos clásicos como son los de Freud y Klein, enriqueciéndose con teorizaciones más contemporáneas de Bleichmar y Tizón.

Sigmund Freud en 1915 en su producción *Duelo y Melancolía* plantea aportes significativos que vinculan el valor del duelo en el desarrollo psicológico del individuo. De acuerdo a la perspectiva psicoanalítica, la pérdida como el duelo poseen una función fundamental, inherente a la condición humana siendo los mismos aspectos inaugurales, constitutivos y estructurales de la subjetividad propia de cada individuo.

La posibilidad de Freud de investigar sobre la comparación de los procesos de duelo con los estados psicopatológicos de la melancolía, ya que ambos estados parecen ocurrir ante situaciones e influencias equivalentes, le permite teorizar un modelo donde lo esencial del duelo como la pérdida habilita a procesos de identificación, de des-investimiento y re-investimiento en relación al objeto de amor perdido, aspectos intrapsíquicos (Freud, 1917).

«El duelo es, por regla general, la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de una abstracción que haga sus veces, como la patria, la libertad, un ideal, etc». (Freud, S. 1917 [1915], p. 58). Frente a la pérdida de objeto, se visualizan grandes desviaciones de la conducta normal del sujeto, debido a que su «energía psíquica» se encuentra destinada únicamente al proceso de elaboración. Se caracteriza por la inhibición de las actividades, falta de interés por el mundo exterior y de la capacidad de amar. Entretanto el proceso de elaboración de duelo es realizado, el sujeto reacciona orientando su energía en retirar, en un trabajo lento que se sucede paso a paso, la libido depositada en el objeto perdido. Este trabajo se desarrolla con gran resistencia, sin embargo con el paso del tiempo es esperable que prevalezca el juicio de realidad promoviendo el retiro de la libido enlazada al objeto perdido. Este proceso es el que le da al trabajo de duelo su carácter doloroso. Cuando el sujeto logra el desprendimiento de la libido, puede pasar a volcarla en un nuevo objeto, permitiendo desenvolverse con libertad (duelo normal) (Freud, 1917).

En los procesos de duelo que se manifiestan de forma patológica como la Melancolía, el sujeto se ha enfrentado a la pérdida de un objeto de amor que puede ser real, ideal o incluso, el sujeto puede saber a quién perdió aunque no lo que perdió con el objeto.

Freud (1917) plantea «siguiendo la analogía con el duelo, deberíamos inferir que él ha sufrido una pérdida en el objeto; pero de sus declaraciones surge una pérdida en su yo» (Freud, 1917, p. 59). Como consecuencia surge también la inhibición, ausencia de interés por el mundo externo y de la capacidad de amar. El sentimiento de estima personal resulta alterado, hay un empobrecimiento del yo que se expresa a través de autorreproches, autodenigraciones y perspectiva delirante de castigo sobre sí. El sujeto al retirar la investidura libidinal del objeto, no logra depositarla en otro objeto, sustituto del anterior (como en el duelo normal). Como resultado, la libido recae sobre el propio yo. La elección de ese objeto de amor se ha realizado sobre una base narcisista, es por ello que en este caso la investidura de amor se desplaza hacia el yo, como sustituto (Freud, 1917).

De acuerdo a Freud (1917) lo que acontece en el sujeto tras la pérdida de proceso de duelo normal a diferencia de la pérdida melancólica, es cómo juega el juicio de realidad. Freud (1917) como Klein (1988) encuentran en el juicio de realidad un valor fundamental para el proceso de elaboración del duelo. Durante el proceso, frente a cada evocación y rememoración del objeto perdido, la realidad se anuncia dictaminando que el objeto ya no existe. Y el sujeto en duelo, bajo la influencia de sus características más narcisistas, recurre a la satisfacción de mantenerse con vida quitando del objeto la libido allí depositada. El juicio de realidad es el factor de triunfo que determina que el sujeto pueda superar el trabajo de duelo satisfactoriamente.

La ambivalencia cobra un lugar especial en la elaboración del duelo. En este sentido, la resolución mental de los afectos, sentimientos e ideas contrapuestas ante el objeto de amor es cuando el sujeto logra unificar las ideas de amor y de odio de forma parcializada, para entender que ambos afectos lo unen al objeto a través de los recuerdos afectivos (Freud, 1917)

Melanie Klein (1938) introduce aportes de interés referentes a la temática, profundizando y complejizando aún más el concepto freudiano de duelo. En su capítulo «El duelo y su relación con los estados maníaco depresivos» en: *Amor, culpa y reparación*, sus postulaciones referidas a la posición depresiva y maníaco-depresiva por la que transitan los niños, marcan un paralelismo en donde afirma que tal como se transita el duelo en la infancia es como se va a revivir luego en la vida adulta al enfrentarse a situaciones de pérdidas. «(...) El niño pasa por estados mentales comparables al duelo del adulto y son estos tempranos duelos los que se reviven posteriormente en la vida, cuando se experimenta algo penoso» (Klein, 1938, p. 416).

Recordemos que el inicio de la posición depresiva infantil está marcado por la pérdida del objeto originario, es decir por la transición hacia el destete del niño. El objeto de duelo es en este sentido el pecho materno y con él, todo lo que para el niño ha

significado el objeto. «El niño siente que ha perdido todo esto y que su pérdida es el resultado de su incontrolable voracidad y de sus propias fantasías e impulsos destructivos contra el pecho de la madre» (Klein, 1938, p. 416). La situación edípica, en estrecha relación con la frustración ante el pecho materno, incrementa los sentimientos de culpa y ansiedad ante los objetos internalizados – buenos y malos – que integran la ambivalencia característica de este momento. Es decir que la posición depresiva se encuentra constituida por los sentimientos de persecución debido a objetos internos «malos» y las defensas que ante ellos surgen y el penar frente a los objetos «buenos» por miedo a que sean perdidos (Klein, 1938).

En el desarrollo normal, el niño logra vencer los sentimientos de dolor, pérdida y ansiedad a través del proceso de internalización de los objetos que constituyen su mundo interno. Para cada uno de los objetos y experiencias externas reales hay un doble a nivel interno en la mente del niño. La imagen de cada uno de los objetos y experiencias se encuentra afectada por fantasías y estímulos externos e internos. La ansiedad, dudas y sentimientos en general que el niño presenta internamente ante cada uno de los objetos, poseen estrecha relación con los objetos externos reales. Estos últimos le permiten al niño confirmar, contrarrestar y dar seguridad - a través del juicio de realidad - frente a cada una de sus vivencias internas. El niño logrará elaborar y vencer el duelo y la depresión mediante experiencias felices que aumenten el amor y reduzcan los temores de pérdida ante el objeto. El sujeto puede ahora, entender la coexistencia de aspectos buenos y malos, preservando la vida interna y la armonía frente a un mismo objeto.

El paralelismo de la posición depresiva infantil con el duelo normal del sujeto se fundamenta en que cuando el sujeto se enfrenta a una pérdida real, los objetos internos «malos» son los que predominan. El mundo interno se encuentra en peligro ya que los objetos internos «buenos» son sentidos como perdidos. Klein (1938) acompaña la postulación de Freud que establece que el sujeto reinstala en el yo al objeto perdido y agrega, que no solamente lo reincorpora sino que también reintegra los objetos internalizados buenos que son parte de su mundo interno desde la infancia, es decir a sus padres. La posición depresiva temprana se reaviva y con ella los sentimientos de pérdida, las culpas, ansiedades generadas y la situación edípica. Debido a que el mundo interno del sujeto en duelo se encuentra en peligro, se recurre a la necesidad de reintegración del mismo y de renovación de los vínculos con el mundo externo. Este es uno de los factores que caracteriza dolorosamente al proceso del juicio de realidad en la elaboración del duelo.

La satisfacción narcisista para Freud (1917), que surge a partir de la elección del sujeto de mantenerse con vida, es lo que Klein (1938) va a llamar en su obra el elemento

de triunfo sobre el objeto perdido. El triunfo se encuentra dado como una de las manifestaciones del odio en la situación de duelo. El odio sentido por la persona amada perdida se vuelve contra el sujeto. El sentimiento de triunfo también fue destacado en el desarrollo infantil, manifestado a través de los deseos de muerte que el niño depositaba en sus padres y hermanos. Cuando el sentimiento de triunfo opera enlenteciendo su elaboración se debe a que en el sujeto predomina el sentimiento de odio hacia el objeto amado perdido, volviéndose un perseguidor. Por el contrario, cuando en el sujeto predominan sentimientos más reparadores tal como recordar buenos atributos permitiéndole conservar el amor por el objeto idealizado, el sujeto se alivia. Retomando a Klein (1938)

Sólo gradualmente, obteniendo confianza en los objetos externos y en múltiples valores, es capaz el sujeto en duelo de fortalecer su confianza en la persona amada perdida. Sólo así puede aceptar que el objeto no fuera perfecto, solo así puede no perder la confianza y la fe en él, ni temer su venganza. Cuando se logra esto se ha dado un paso importante en la labor del duelo y se lo ha vencido (p.430)

El resultado de cada uno de los progresos del sujeto ante situaciones de duelo es el afianzamiento entre el individuo y su relación con los objetos internos, que han sido rescatados de la pérdida del objeto amado real. Se destacan los procesos productivos y las capacidades creadoras que se afianzan a partir de las vivencias de duelo por parte de las personas.

El duelo supone, por lo tanto, alteraciones más profundas de nuestra relación con nuestros recuerdos, nuestras representaciones mentales conscientes e inconscientes que nos vinculan con la madre, el padre, la familia originales. Implica, pues, una auténtica revolución en nuestro mundo interno (Tizón, 2013)

Hugo Bleichmar (1988) expone en su trabajo *La depresión, un estudio psicoanalítico*, algunas interesantes reflexiones sobre el duelo, principalmente en relación a la depresión. La depresión en el duelo, era una de las consecuencias que podía tener el duelo patológico según Freud (1917) y Klein (1938), marcado por el fracaso ante el restablecimiento del mundo interno del sujeto mediante el proceso de elaboración o trabajo de duelo.

Bleichmar (1988) toma las concepciones de Freud como punto de partida y define a la depresión como la reacción frente a la pérdida de un objeto amado. La pérdida es concebida como un factor de imposibilidad de la realización de un deseo. El sujeto en duelo anhela al objeto perdido, que a pesar de su deseo, no volverá. La carga de anhelo, como lo llamaría Freud (1917) se determina como una meta inalcanzable, como el deseo de algo que no se cumple y es desde este punto de vista, uno de los factores que caracteriza el proceso tan doloroso en la elaboración del duelo.

El trabajo de duelo que da como consecuencia una depresión se caracteriza de acuerdo a Bleichmar (1988) por factores como inhibición psicomotriz, pesimismo, autorreproches y tristeza. Esta última es además la causa que da lugar a los demás aspectos, que se manifiestan como su consecuencia. La tristeza es afecto displacentero que se produce a partir de un conjunto de ideas que el sujeto posee como significación de una situación específica que ocasiona dolor. En este sentido, se entiende que la depresión como fenómeno que se da a partir determinados procesos de duelo frente a la pérdida de un objeto, presenta una determinada clase de ideas que son las que dan especificidad a la tristeza en cada caso. Ese grupo de ideas son las que se expresan como carga de anhelo ante el objeto perdido (Bleichmar, 1988). La inhibición psicomotriz aparece en consecuencia de la fijación que el sujeto en duelo experimenta ante el deseo que posee por el objeto perdido. Deseo que se siente como irrealizable. Debido a esta fijación, la inhibición no solo se experimenta en relación al objeto perdido, sino a otros objetos libidinales en general y con ello aspectos del sujeto como la percepción, la motilidad, la ideación y las manifestaciones afectivas son disminuidas (Bleichmar, 1988). Otros factores, como el pesimismo y autorreproche se presentan como expresiones del sujeto que se vuelven contra sí a modo de respuesta a la frustración por la irrealizabilidad del deseo y el llanto, en última instancia representa el dolor sentido y un llamado al objeto perdido. Se recuerda que en el infante, el llanto resultaba un llamado a la madre a fin de obtener lo deseado. Por tal motivo, en este caso el sujeto en duelo lo utilizará en la tentativa regresiva de lograr lo que desea (Bleichmar, 1988)

Bleichmar (1988) indica que si bien en el desarrollo de la depresión podemos encontrar los factores antes descritos en su totalidad o alguno de ellos, ninguno marca lo esencial de este proceso, pues el núcleo de la depresión está dado por las ideas que se presentan en cada uno de los casos en los que se dan estas manifestaciones.

Si estas ideas son capaces de producir depresión es porque todas ellas implican una muy definida representación que el sujeto se hace de la no realizabilidad de un deseo en que alcanzaría un ideal, o una medida, con respecto al cual se siente arruinado, fracasado, inferior, culpable (Bleichmar, 1988, p. 34).

Una perspectiva más actualizada la obtenemos de Tizón (2013) quien toma las concepciones de Freud y Klein como base para el entendimiento de los procesos de duelo e introduce una perspectiva contemporánea. Sus trabajos son una muestra de que a lo largo de los años se han profundizado y asentado los intereses por los conocimientos acerca de la importancia biológica, social, antropológica y psicológica del duelo y los procesos que conlleva.

El autor hace hincapié en la separación de los conceptos duelo, procesos de duelo y elaboración del duelo a los efectos de un mayor entendimiento. Los procesos de duelo son definidos como los fenómenos que se ponen en marcha a partir de la pérdida afectiva del objeto de duelo. La pérdida no siempre es una persona, sino también un objeto inanimado, un objeto material o abstracto. Por definición, los procesos de duelo son:

El conjunto de emociones, representaciones mentales y conductas vinculadas con la pérdida afectiva, la frustración o el dolor: de ahí el término procesos de duelo, para hacer hincapié en que se trata de un complejo diacrónico no solo de emociones, sino también de cambios de cogniciones, de comportamientos, de relaciones (Tizón, 2013, p. 20).

Los procesos de duelo refieren al periodo en los que se realiza la elaboración, implican la reacción ante una pérdida afectiva. Con la palabra proceso, se destaca el carácter adaptativo, de evolución y transformación que posee el período a través de una marcha colmada por ciclos y vaivenes que hacen a la difícil tarea de elaboración de la pérdida. Mediante este proceso, el deudo podrá realizar una adecuada elaboración del duelo destacada por el enriquecimiento personal que conlleva. Sin embargo, si el proceso tiende a realizarse inadecuadamente, se presentarán complicaciones a nivel psicológico y psicosocial. Como resultado, es probable tender a realizar una elaboración de duelo patológica en la que el sujeto no podrá adaptarse en el restablecimiento del mundo interno, que incorpora ahora la pérdida del objeto amado (Tizón, 2013)

En el concepto de duelo, entendido como el «conjunto de fenómenos que se ponen en marcha tras la pérdida: fenómenos no solo psicológicos (los “procesos de duelo”), sino psicosociales, sociales (el luto), antropológicos e incluso económicos» (Tizón, 2013, p. 20), se destaca su carácter repetitivo dado a partir de la separación con la madre. Esta característica conduce a dos aspectos destacados, por un lado el duelo como prototipo de traumatismos posteriores en el devenir que ya fue descrito con Klein (1938) y por otro, la idea de «aptitud para el duelo» de Michel Hanus (1976, [2000]), aptitud que justamente es establecida a partir de las primeras experiencias de duelo, las pérdidas, separaciones y consolaciones que vive el sujeto, marcando unas determinadas características y formas de enfrentarse a estos procesos. Los modos no dependen únicamente de las experiencias subjetivas de la persona acerca del duelo, sino también debido a determinadas características o aspectos que corresponden a una sociedad, cultura y realidad colectiva en particular, en la que el sujeto se encuentra inmersa (Tizón, 2013).

Es en este sentido que el duelo es una experiencia que si bien se vive sobre todo a nivel individual, implica una experiencia colectiva. En el desarrollo del ser humano, el

transcurso y avance por diferentes etapas comprende pérdidas que las delimitan. Quiere decir que las pérdidas, a modo de procesos de duelo, poseen una trascendencia considerable en la estructuración de la personalidad y de la salud mental de cada sujeto. A nivel social y cultural, la muerte (principalmente) y los procesos de duelo ante una pérdida se configuran como uno de los aspectos fundamentales y constitutivos de una sociedad, configurando en consecuencia determinadas normas, costumbres, leyes y ritos (Tizón, 2013). Esto es lo que ha llevado a lo largo de la historia, a concebir al duelo como un carácter cultural destacado.

El sentido que se le atribuye al duelo, las diversas formas de transitar los procesos de duelo a través de los lutos, los ritos, las fantasías que generan, se conforman como aquello que se crea en lo cultural pero que organiza y da unos determinados significados propios de lo singular.

4.2. Contextualización socio-histórica, cultural, antropológica y económica

Estudiar los aspectos psicosociales y culturales del duelo y la actitud colectiva ante la pérdida resulta necesario para el entendimiento del duelo como fenómeno. Debido a que los conceptos de muerte, pérdida y duelo son construidos socialmente, las características resultan representativas del duelo y de las diferentes formas en que este es vivenciado. El duelo es también una realidad colectiva en el sentido de que se construye en el marco de un contexto sociohistórico, cultural, antropológico y económico determinado. Realidad colectiva que frente a los procesos de elaboración del duelo es la que proporcionará en cada contexto determinados significados, sentidos, pautas y modos para los vínculos con la pérdida en general y ante la muerte, así como ante las condiciones que posibilitan la tramitación del duelo a nivel subjetivo, es decir las diferentes formas de sentir, pensar y actuar frente a dicho suceso.

Se busca entender el duelo en lo propio de nuestra actualidad, cuáles son las características y particularidades en relación a sus formas de elaboración. Es imprescindible destacar el valor de la muerte como modelo arquetípico de los procesos de duelo en el entendido de que el importante impacto que esta supone a nivel psicológico, social y cultural puede utilizarse con fines descriptivos por su semejanza a otras pérdidas (materiales como no materiales).

4.2.1. Contextualización socio-histórica y económica

A lo largo de la historia han habido distintas posturas ante la «construcción social de las formas de morir y las reacciones sociales e individuales frente a este hecho» (Bacci,

P., 2014, s/p) que acompaña a la humanidad desde su inicio. La conciencia de muerte y sus diversos rituales se han visto reflejados a través de la pintura en el Homo Sapiens, en las momias de la época egipcia y en las diferentes culturas indígenas como es el caso de los Mayas, quienes asignaban lugares a sus muertos de acuerdo al estatus social (Bacci, 2003).

La historiografía que han desarrollado autores como Ariés (1999) nos dice que no solo se han modificado las formas de morir y sus ritos, las diversas actitudes y los modos que representan las formas de sentir, pensar y actuar frente a la muerte, muestran grandes cambios. Desde la resignación frente a la finitud de la vida que se observa entre los siglos VI Y XII, se desplegaba una actitud de fuerte conciencia y aceptación como sentido colectivo de la muerte. Resultaba familiar y era motivo de ritualización a través de una ceremonia, la cual daba lugar al encuentro con el otro social, sin mayores emociones ya que no se concebía como un aspecto ajeno a la vida. Esta actitud fue progresivamente modificándose a partir del siglo XII, donde la actitud frente a la muerte era de oposición a la vida, admitida como el final de la vida que suponía la descomposición biológica y como un hecho que provocaba sufrimiento y dramatismos. En el siglo XVII surge el interés institucional y religioso ante la muerte, estableciendo diferentes rituales. La actitud impuesta era de muerte sentida como ajena, con menor sentido familiar y social. El cuerpo del muerto no podía exponerse a la mirada del otro. En el siglo XVIII, los avances socioeconómicos suponen un progreso en la salud y enfermedad desde la medicina, se atiende a nuevas formas de producción y fuerzas de trabajo y hay una creciente institucionalización que deja a las nuevas subjetividades y su muerte en manos de un poder médico hegemónico donde priman las relaciones de demanda y consumo. A partir del siglo XIX, la actitud frente a la muerte es cada vez más invertida. La aceptación del fin de la vida supone más y nuevos conflictos, habiendo un progresivo rechazo a este acontecimiento y sus diferentes duelos y ritos. A comienzos del siglo XX hasta la actualidad, la muerte como el duelo se caracterizan cada vez menos por tratarse de un fenómeno público socialmente aceptado por naturaleza, perdiendo presencia en el espacio colectivo y convirtiéndose en un acontecimiento de orden privado (Bacci, 2003)

La hipermodernidad caracterizada por la llegada del capitalismo, la gran urbanización a escala global, el creciente productivismo, la cultura de consumo y los cada vez más rápidos avances tecnológicos que con sus diferentes características conforman el contexto actual en el que la muerte y los procesos de duelo son enmarcados. Contexto de tiempo vertiginoso, de aceleración de la vida cotidiana, lo rápido que no deja lugar a otro tipo de actividades colectivas ni sociales, la cultura «fast» para la que siempre hay que estar prontos, los vínculos afectivos que se conforman cada vez más difusos,

flexibles, temporales y líquidos (Bauman, 2007) potenciando la identidad vincular individualista. Los cambios de roles familiares con la inclusión de mujeres en el ámbito laboral que aún hoy conlleva un arduo trabajo a nivel de la representación simbólica, en el entendido de que eran la mujeres quienes se ocupaban del cuidado en los procesos de duelo (Tizón, 2013). La institucionalización y medicalización de la muerte reflejada en la disminución de muertes domésticas, sin entubaciones y tecnicismos médicos. Y los valores de moda como el éxito, el bienestar, el confort, la alegría y el progreso (Tizón, 2013) que conforman en última instancia el empuje a la felicidad como estilo de vida, como deber moral que no aprueba la manifestación social de la tristeza y el dolor (Cazenave, 2010).

4.2.2. Contextualización socio-cultural y antropológica

La trama sociohistórica y económica, la privatización de la muerte y los procesos de duelo, deja excluidos a ambos fenómenos hasta el punto de llegar a la negación de la vital importancia que el sufrimiento y los procesos de duelo poseen frente a la subjetividad (Tizón, 2013). Se ha perdido su «derecho de ciudadanía, son una pérdida de tiempo, de energías; son elementos sociales (y humanos) que se han de evitar» (Tizón, 2013, p. 38). La muerte ha pasado a conformarse en tabú social, en interdicción que trae como consecuencia una caída de los procesos de duelo y una progresiva disminución de las actitudes de ritualización tradicionales, sin que sean sustituidas por otras. Aspecto que resulta constitutivo para la elaboración en los procesos de duelo ya que ha proporcionado, a lo largo de la historia, las estrategias para el tratamiento frente a la pérdida otorgando un sentido simbólico y colectivo mediante «la simbolización de ese agujero real que constituye la muerte; los tabúes prohíben lo imposible de simbolizar, esta falla insoportable en el saber» (Cazenave, 2010, s/p).

Los ritos permiten una posibilidad a través de la semejanza e identificación con el dolor del otro, dan oportunidad de poder producir algo a través del lenguaje que ponga en palabras el dolor por el duelo. En este sentido la ausencia de la ritualización de los procesos de duelo, deja de lado la posibilidad de que algo del dolor, el sufrimiento y la pena frente a la pérdida pueda ser reparado en lo colectivo real y como consecuencia disminuye la posibilidad de realizar una adecuada elaboración del duelo en una etapa donde aún el sujeto reniega su pérdida (Cazenave, 2010). Allí donde prima el desvalimiento de los espacios, símbolos, tradiciones, historias y rituales sociales que hacen visible el duelo es donde surgen otros fenómenos como síntomas, como posibilidad de elaboración, tramitación y subjetivación del duelo. Buscando la oportunidad de expresar (hacer traducible) los efectos que producen las ausencias y el

enlace entre el duelo y su sufrimiento y que finalmente son parte de la cadena significativa en la que el sujeto se halla inscripto (Bleichmar, 1988). Lesiones psicosomáticas, pasajes al acto, anorexia y/o bulimia, adicciones y principalmente la depresión y el consumo son actos y fenómenos «del orden de un hacer, mostrar, escenificar, que se repiten en un intento fallido de inscribir lo traumático de la pérdida. Fenómenos del orden de la mostración que no logran ingresar en la trama simbólica» (Cazenave, 2010, s/p) y se anuncian como síntoma.

La era del vacío le llamó Lipovetsky (2003) a una época en la que los tiempos resultan cada vez más escasos. La reflexión del sujeto no llega más allá del presente y no resulta posible pensarse en las diferentes pérdidas. Se han disminuido los tiempos del duelo porque se ha convertido en «una enfermedad insoportable de la que hay que curarse cuanto antes y se demandan terapéuticas para dominar o eliminar el dolor producido (...)» (Bacci, 2003, s/p). Un ejemplo de estas terapéuticas ha sido el refugio del dolor en la medicalización, principalmente en el consumo de psicofármacos (antidepresivos). Consumo no refiere únicamente a su ingestión, sean recetados por especialistas habilitados o incorporados a través del autoconsumo. Sino que refiere al consumo en el sentido de todo aquello que a nivel social y cultural circula en torno a los antidepresivos (benzodiazepinas): los pensamientos, ideales, creencias que habilitan y potencian su consumo en cuanto a las habilidades y poderes que se les otorga (Tizón, 2006).

En los escritos de Freud (1917) se remarcaba la importancia de que el duelo no sea entendido a priori como un estado patológico, con la necesidad de ser atendido y tratado a través de una intervención clínica. Podría resultar inapropiado perturbar los tiempos que el proceso en sí mismo conlleva. En concordancia, Tizón (2006) hace hincapié en la importancia de saber distinguir cuándo solamente se debe acompañar un proceso de duelo sin ningún tipo de intervención y cuándo se debe intervenir desde el trabajo clínico.

Sin embargo, en la actualidad se les ha asignado a los antidepresivos unos determinados poderes –casi mágicos–, en el entendido de que su suministro colabora en la superación de los procesos de duelo. Desde el punto de vista de Tizón (2006) estos psicofármacos, de los cuales no hay estudios comprobados que den cuenta de que sean instrumentos efectivos frente a la superación de los duelos, no hacen más que cronificar los períodos y procesos posteriores a una pérdida. A este aspecto se correlacionan otros relativos a la cultura, los cuales incrementan aún más su consumo:

Vivimos de forma tan disociada de las emociones y los procesos de duelo ante las pérdidas porque tal vez soportar la frustración, cuando ésta es inevitable, soportar la pena y la tristeza que tarde o temprano nos abaten —pero no necesariamente deprimen—, soportar y sentir las pérdidas, ha llegado a ser algo cada vez más

ocasional, escondido, intimidizado —que no intimista—, marginalizado, estigmatizado (...) (Tizón, 2006, p. 2).

El consumo de antidepresivos se ha convertido en un símbolo de determinadas formas de vivir, pensar y sentir la muerte, los duelos y sus procesos tanto en lo individual como en lo colectivo y lo cultural. Su consumo es una forma de cronificación de los procesos de duelo debido a la imposibilidad de conectar con las emociones, con el impacto, la tristeza y la turbulencia afectiva – al decir de Tizón (2006) – que implican las pérdidas, dando lugar a que la vivencia de estos procesos se realice de una forma precaria, ocultando el síntoma, adormeciéndolo, convirtiéndolo en un proceso psicopatológico por no dejar lugar para la elaboración del duelo y la posibilidad de recrearse a partir de ellos (Tizón, 2006).

En nuestro país, Julia Galzerano (2016) especialista en drogas, destacó a los psicofármacos (benzodiacepinas) como la tercera droga más consumida por la población, después del tabaco y el alcohol. En este sentido, el foco de interés no se encuentra solamente en el consumo de estos medicamentos durante la tramitación de un proceso de duelo, sino que resulta de interés reflexionar acerca de las cantidades que ese consumo implica y las formas que se lleva a cabo: autoconsumo.

El análisis realizado por Tizón (2006) acerca de la medicalización en los procesos de duelo, arroja luz al entendimiento del consumo de antidepresivos frente a momentos de sufrimiento como lo son los procesos subsiguientes a una pérdida. El autor rompe la cadena de adormecimiento y ocultación de la muerte y su duelo, al explicar que el consumo de fármacos y principalmente psicofármacos, se presenta como reacción ligada a la ideología social que constituye nuestra cultura: la intolerancia a las pérdidas, al sufrimiento y sobre todo a las frustraciones y la ansiedad, la cultura de lo rápido, de lo inmediato y pragmático que no da lugar a los medios y largos plazos, son una forma de darle la espalda a la muerte, a la dificultad de afrontar los duelos y sus procesos y desde lo singular, a la conexión con las propias emociones, sentimientos y sufrimientos.

5. Los tiempos del duelo

En la actualidad resultan cada vez más obturados los tiempos sociales que habilitan a los procesos de elaboración del duelo. El refugio en la medicalización, como símbolo de una ideología cultural que se representa en lo individual, no da lugar a la posibilidad de un proceso de encuentro y tiempo con uno mismo, de subjetivación del duelo (Elmiger, 2010). Con los psicofármacos, se calman los síntomas en el cuerpo, lugar en el que se manifiesta el dolor por el duelo. Desde la imposibilidad del encuentro con el sufrimiento propio —ahora silenciado— se detienen los tiempos simbólicos necesarios para su adecuada elaboración, suspendiéndose. Y como «el detenimiento del duelo desemboca en la eternización del dolor» (Cazenave, 2010, s/p), la tramitación de la pérdida seguirá su curso, aunque sea desde el ocultamiento y la negación.

Si como explica García Hernández (2012) son los procesos culturales los que señalarán al sujeto la duración en la que resulta «normal» desarrollar la emotividad y sugieren como sentirse, vinculados a un entorno social, a una comunidad emotiva. Lo que interesa cuestionarse es qué sucede con los tiempos del duelo, en qué lugar queda el sujeto rente a la posibilidad de autoconsumir para calmar el dolor por la pérdida. Cuáles son los efectos que a nivel psicológico, psicosocial y cultural se observan a partir de la negación y disociación de los procesos de duelo que no facilitan un lugar por el que transitar los tiempos de elaboración de una pérdida. Frente a esta trama, se pone en juego la posibilidad de pensarnos como individuos, como sociedad y como clínica psicológica, ¿es posible continuar dándole la espalda a la muerte, al dolor subjetivo y colectivo, al duelo y a los tiempos del duelo? (Tizón, 2006). Pensar en el duelo y plantear una visión crítica de su vínculo con el contexto socio-histórico, cultural, antropológico y económico, debe ser una invitación para encontrar y restituirle a la muerte y su duelo un sentido humano, la «dignidad que esta debe conllevar y la viabilidad de mecanismos psicosociales que permitan al deudo la posibilidad de una reestructuración medianamente eficaz (...)» (Ceriani, 2001, p. 336)

Los tiempos del duelo, son un recorrido atravesado por el tiempo público, privado e íntimo, por el tiempo social e individual, por el tiempo real y simbólico. Comprenden el tránsito témporo-espacial que brinda una posibilidad para la elaboración de la pérdida y de que el duelo sea pensado y vivenciado como un acontecimiento en sí mismo. Si el sujeto es capaz de darse un tiempo para elaborar su pérdida, se abrirá una posibilidad para su adecuada elaboración. Sin embargo, si el tiempo resulta obturado, la

oportunidad de que el duelo sea adecuadamente elaborado es menor y como resultado, mayor será la tendencia a vivenciar duelos patológicos como la depresión.

El DSM IV clasificaba a la tristeza por un duelo que dure más de dos meses, como depresión (2003). Sin embargo en los clásicos aportes de Freud (1915) se observa que, si bien no es sabido con exactitud cuál es el tiempo necesario para la elaboración del duelo ante la pérdida, a priori no se considera al mismo como un estado patológico ya que la elaboración del duelo supone determinados tiempos, los cuales estarán marcados por factores propios del sujeto y del objeto perdido en particular.

Muchas serán las variables que influyan sobre el tiempo personal que cada sujeto requiere para la elaboración de una pérdida. Desde esta lectura, interesa hacer hincapié en que el sujeto tenga y pueda darse la posibilidad de transitar por los tiempos necesarios para la elaboración de su pérdida y no cuál es la óptima duración de los tiempos. Permitirse transitar por los tiempos del duelo, significa recuperar los espacios como los ritos, los símbolos, las historias y cada uno de los encuentros con un otro que permitan la identificación con el dolor y la pena real ante la pérdida. Es reconocerse como sujetos carentes y deseantes, reconocer su función constitutiva e inherente a la subjetividad propia. Y desde el reconocimiento, poner en palabras, hacer traducible lo inexpresable dando paso a que algo de lo sentido a nivel simbólico sea producido y compartido en lo real. Habilitar a la subjetivación de la pérdida y el duelo.

Desde los aportes de Maria Elena Elmiger (2010) la función subjetivante del duelo se da desde el plano vincular. El sujeto en duelo, en encuentro con un otro, logra recoger algo de lo sentido ante la pérdida proporcionando significados y formas para vivenciar la pulsión que es devuelta al yo y que queda teñida de una falta que no puede completarse de la misma forma que antes. Posibilita un lazo con el objeto perdido, permitiendo un proceso de duelo reparador de ese vaciamiento singular sentido por el sujeto.

El concepto de subjetivación recoge lo público, desde los diferentes discursos conformes a cada época, lo privado a partir de los diferentes estilos y modos propios de vivenciar los duelos y lo íntimo, a través de los aspectos subjetivos más inconscientes. Se propone como recurso simbólico, que a través del doloroso tránsito que conlleva el duelo, ofrezca recomponer al sujeto tras reconocerse en «las marcas que esa muerte dejó en él y restablecer el lazo con la memoria del muerto, con su filiación, por lo tanto, con el tejido social» (Elmiger, 2010, p. 18). La subjetivación de la pérdida y el duelo juega un importante papel en la reparación y reconstrucción simbólica al dar nuevas coordenadas temporo-espaciales, nuevas formas de entender la pérdida haciéndola traducible y por lo tanto, nuevas significaciones que dan oportunidad de que pueda ser añorada y evocada desde lo compartido con el otro.

En este sentido, el lugar de la palabra es destacado como herramienta esencial para la subjetivación del duelo en vínculo con un otro. A través de su función, la pérdida es relatada y significada desde la oportunidad de continuar el lazo vincular con el objeto perdido. La palabra habilita algo más de la pérdida, logra inscribirla en el mundo real del sujeto, que aprende ahora a vivir sin el objeto perdido y permite que sea nombrada como tal. Desde la posibilidad de enfrentarse – mediante la palabra – al objeto perdido y habilitarse uno mismo a transitar por los tiempos del duelo, se da paso a un proceso de duelo de orden reparatorio (Elmiger, 2010).

5.1. Un posible desenlace: duelo como re-creación

Crear: éste es el gran alivio al dolor y lo que hace fácil la vida. Mas, para que exista un creador, hacen falta muchas crisis de dolor y muchas transformaciones.

Nietzsche¹

Se destacó a los tiempos del duelo como un curso, un pasaje o un recorrido, en el entendido de que, aun conformándose como reacción ante la pérdida, la experiencia del duelo no culmina en la inmediatez. Este pasaje se conforma como la historia del relacionamiento entre el sujeto y el objeto perdido, que incluye transitar por el dolor que genera la pérdida así como enfrentar la adaptación a su nueva realidad, la que se impone con distintos cambios frente a la ausencia y la pena que conlleva y que implica un gasto energético y emocional. Desde esta perspectiva, se apunta a los tiempos del duelo como el curso natural necesario para que la pérdida pueda ser tramitada y supone que se llegue, por distintas vías, a un desenlace (Paciuk, 2000).

De todos los posibles - variados e inciertos - desenlaces en que los tiempos del duelo pueden culminar, interesa señalar los que desde una perspectiva psicológica y psicosocial conceden un desarrollo positivo y los que desde un lugar reparador, invocan una actitud activa del sujeto a fin de un avance en su salud mental e integridad emocional. Esta lectura supone como base que la pérdida y su duelo se conforman siendo parte del núcleo constitutivo del sujeto, de los procesos intersubjetivos que se entretajan a lo largo del de-venir (Paciuk, 2000).

Son los desenlaces que suponen una labor de re-creación y transformación, una vuelta sobre sí para la reflexión, para hacer de la pérdida una experiencia que habilite a la rectificación y un «trabajo de integración (de lo que fue escindido) tanto en el sujeto

¹ Citado en Perales Lavín, S. (2008, s/p)

como en el objeto» (Paciuk, 2000). Se conforma como la capacidad de contención del sujeto frente a lo acontecido, como un aprendizaje que funda nuevas formas de relacionamiento y nuevos tratos con el objeto perdido, recuperándolo como alteridad. El duelo orientado a la reparación, no admite la sustitución y entiende a la pérdida como motor, como sustento que invita al crecimiento personal y al cambio, al enseñarle al sujeto acerca de sí. El sujeto que logra transitar por los tiempos del duelo y habilita una posible subjetivación de la pérdida, da paso al surgimiento de algo nuevo en identificación con el objeto perdido, con los otros y también consigo mismo, desarrollando aptitudes para construir y moldear su propia identidad, su subjetividad. Desde estas nuevas posibilidades se simboliza el carácter cíclico, procesual de los tiempos del duelo, lo nuevo originado representa el carácter de temporalidad de su recorrido. En la transición entre lo que era y lo que será, en este proceso diacrónico, se va conformando el proceso de re-creación. Susana Perales (2008) habla del alcance creador del duelo frente al vacío que supone la pérdida. El acto de creación convoca un nuevo significante, que expresa un sentido para transformar algo de lo vivido frente a la pérdida. Y desde allí es posible rescatar y vivificar lo bueno del objeto para que pueda ser rememorado y recordado desde los aspectos vinculares positivos. Se supone como una puerta que pretende ser liberadora – del dolor – y que, desde el cambio y lo nuevo producido, desde la re-creación se pueda hacer consciente lo inconsciente.

La finalización del duelo, si bien no significa la finalización del dolor, supone que las emociones y sentimientos desplegados tras la pérdida sean tolerables. Angustia, pena, tristeza, ira, ansiedad, desesperanza, entre otros pueden transformarse, en este proceso de «olvidar recordando» (Tizón, 2013, p. 170), en sentimientos y emociones que hagan posible que este pasaje no simbolice únicamente una pérdida afectiva para el sujeto, sino que facilite «un enriquecimiento, un impulso para la creatividad» (Tizón, 2013, p. 179). Se debe tener en cuenta que el duelo siempre es una experiencia heterogénea, que posee múltiples caminos imprevistos y que sobrelleva una pluralidad de duelos presentes a la vez. Desde este punto de vista, la posibilidad re-crearse, re-vivificarse y re-generarse a partir de la eventualidad de vivir con la mayor profundidad y sensibilidad posibles nuestras pérdidas, significa encontrar un lugar para lo perdido. En este posible desenlace, la pérdida comprende un antes y un después en el proceso vital propio y por tal motivo, el sujeto no será el mismo que comenzó ese pasaje por los tiempos del duelo (Tizón, 2013). Crear es asumir que hay algo más y que es posible emprender nuevos roles, nuevas actividades, nuevas habilidades, nuevas metas y nuevos duelos, significa recuperarse y recuperar el desarrollo de nuestro curso por la vida.

6. Una mirada clínica

*Encontramos un lugar para lo que perdemos.
Aunque sabemos que después de dicha pérdida
la fase aguda del duelo se calmará,
también sabemos que permanecemos inconsolables y
que nunca encontraremos un sustituto.
No importa qué es lo que llena el vacío,
incluso si lo llena completamente,
siempre hay algo más.*

E. L. Freud ²

Acompañar los tiempos del duelo desde la clínica psicológica es un desenlace posible. Principalmente cuando al sujeto se le niegan cada vez más los espacios sociales de elaboración del duelo, que dificultan que desde el ámbito subjetivo pueda realizarla adecuadamente.

Desde esta posible demanda, la clínica psicológica se sirve de sentido a partir del reconocimiento de la función constitutiva del duelo en la subjetividad humana y principalmente desde la función habilitadora de entender al duelo como un acontecimiento en sí mismo y brindarle un lugar para su desarrollo. Brindarle un lugar es, brindar un tiempo y un espacio para los tiempos del duelo y los posibles desenlaces que el sujeto alcanzara. Es posibilitar la subjetivación de la pérdida y su duelo a través del encuentro con otro, tratándose ahora del analista. Es realizar un acompañamiento en la tramitación de la pérdida a partir de un tiempo y espacio determinado, que se hará posible a través del encuadre real que la clínica psicológica puede aportar en un encuentro íntimo y personal con el sujeto y se conformará principalmente, como un tiempo-espacio simbólico en el que la palabra será la herramienta primordial. Desplegar el discurso, dejar hablar, verbalizar, pronunciar, decir y también dar lugar a los silencios, que hablan, que vivifican, es volver a la experiencia acontecida para a partir allí, recordar, pensar, representar, simbolizar y por lo tanto, transitar los procesos del duelo. Dar lugar y tiempo a los sentimientos, las emociones y el sufrimiento, a desentrañar las significaciones y sus símbolos inconscientes, dando paso a las esperanzas, las fantasías y los recuerdos. Dar lugar a la exploración de sí mismo y de la historia real del sujeto y el objeto perdido, a la identificación de uno con el otro y a la posibilidad de crear algo más a partir de la pérdida. Se pretende restituir una trama significativa provisoria en conjunto con el sujeto, para que luego este se apodere y logre inscribirse en un tiempo-

² Citado en Tizón, 2013, p. 179

espacio donde sea posible transitar la pérdida y su duelo, logrando permanecer en su desarrollo vital.

Estos desarrollos y acompañamientos son posibles, y quizá en muchos casos, necesarios. Sin embargo, la clínica psicológica debe de servirse de su sentido y su crítica reflexiva, de su estudio, su investigación, de sus posibles reconocimientos y sus herramientas para recordar que a priori, el sujeto resulta más saludable cuanto más autónomo pueda desarrollarse y que como postulaba Freud (1915) no resulta conveniente derivar los procesos de duelo a la clínica psicológica. En este sentido, el lugar de la palabra podrá desplegarse y enmarcarse en la oportunidad del reconocimiento del duelo como fenómeno del orden psicológico, psicosocial, cultural, socio-histórico, antropológico y económico. Brindándole o restituyéndole el lugar que debe poseer en la trama pública y privada, real y simbólica, social y colectiva como íntima y personal, en el entendido de que se conforma como acontecimiento en sí mismo. Y a partir de allí, hacer posible su reconocimiento en el colectivo e imaginario social, para que desde los diferentes ámbitos pueda desplegarse un mayor conocimiento y un mayor entendimiento de las vicisitudes de la pérdida, sus duelos y su elaboración, qué implicancias posee en la constitución psicológica y emocional del sujeto y cuáles son sus posibles desenlaces. El lugar de la palabra es un lugar que se sirve de las herramientas clínicas para facilitarle a la comunidad la posibilidad de que los tiempos-espacios sociales e individuales se habiliten y promuevan el desarrollo de las capacidades emocionales de contención propias y comunitarias de los sujetos. Mediante la palabra, es posible servirnos de un encuadre que supone el soporte para rescatar las significaciones, sentidos, símbolos y desde allí, crear nuevas formas de pararnos de frente al dolor. Nuevas formas que se adecuen a los tiempos sociales hipermodernos, a los vínculos «líquidos» (Bauman, 2003) y a que el empuje hacia la felicidad se realice desde la oportunidad de apostar por las capacidades autónomas y emancipadoras, por los mecanismos de desarrollo psicológicos y psicosociales de los sujetos. Reconocer que el dolor por la pérdida acaece porque aquello por lo que duelamos, estaba vivo.

Apostar a un acompañamiento a través de la comunidad y desde los ámbitos vivenciales habituales. Desarrollar la palabra, desde la emergencia del reconocimiento y la crítica reflexiva, en ámbitos donde se lleva a cabo la atención primaria, como la salud y la educación porque la muerte – y otras pérdidas – se encuentran a diario a través de accidentes, enfermedades, suicidios, consumos excesivos, maltratos, ilusiones e ideales perdidos. Son parte del ciclo vital de cada sujeto, conforman parte del espiral, del desarrollo vital, del de-venir, pasan por nuestro lado y nos atraviesan, nos constituyen, nos conforman. Nos traumatizan, nos corrompen y nos encuentran

perdidos con la pérdida. No obstante, nos dan una oportunidad de crecimiento, de conocimiento, de recuperación, de empoderamiento, de re-creación.

Desafiar la posibilidad de reconocerse como seres sufrientes, como sujetos que duelan a diario las diferentes y variadas pérdidas. Y que si bien, resulta necesario respetar la intimidad, la autonomía y la capacidad de elaboración de cada sujeto, las pérdidas y sus duelos, aunque se vivan preferentemente desde el ámbito individual, son fenómenos que acontecen y caracterizan el imaginario social. Son parte de un proceso colectivo que supera al sujeto como individuo y que constituye características que son propias de una cultura y una sociedad en un tiempo socio-histórico y en un espacio determinado.

Romper la cadena de adormecimiento frente al refugio del dolor a través de la medicalización y desde allí promover la palabra que habilita la clínica. Desentramar la concepción de pérdida y duelo como tabú, sacar el velo que lo inhibe y lo niega, que lo escinde y lo esconde, incentivando otros caminos posibles, otros quehaceres distintos. Despertar el adormecimiento y rescatar la importancia que en el desarrollo de su ciclo vital, el sujeto pueda vivir, sentir, pensar y actuar frente a sus pérdidas. Se trata de un enfoque de la clínica en pro de la salud mental individual y principalmente, social comunitaria.

(...) Consiste en recuperar y aumentar las capacidades sociales, de la sociedad como conjunto y de sus microgrupos, para afrontar esos procesos psicológicos y socioculturales. La capacidad social para elaborar un duelo está en relación directa con la coherencia e integración de una sociedad o de sus grupos sociales y con las capacidades autonomizadoras, autogestionarias de éstos (Tizón, 2013, p. 413)

La vía es difundir – desde la palabra – la realidad, el significado, las características, la omnipresencia, los caminos y los desenlaces para rescatar y promover el valor e interés social y cultural que poseen los procesos de duelo. Promover los medios y largos plazos para transitar por los tiempos del duelo, el pasado y presente vincular y desarrollar capacidades emocionales más reparatorias como la empatía y la solidaridad. Y también, abogar en pro de la prevención de duelos que puedan culminar en procesos complicados, duelos patológicos, depresiones, pasajes al acto, suicidios, consumos y autoconsumos exacerbados. Desde la difusión, la clínica puede acompañar en vez de tratar, contener en vez de intervenir y proporcionar coordenadas temporo-espaciales en las que sea posible empoderar al otro social y crear nuevas formas de autocontención y nuevas habilidades emocionales que permitan reconocer que si bien cada proceso de duelo es diferente y cada sujeto necesita de su propio tiempo personal, es posible soportar y tolerar el tránsito por el tiempo del duelo, buscando desenlaces que sean re-creadores, re-vitalizadores (Tizón, 2013).

7. Conclusiones

El presente recorrido se ha conformado como un exhaustivo trabajo de análisis y reflexión, que pretende recoger al duelo y los tiempos que sus procesos conllevan en el intento de arrojar luz y dar comienzo a una concepción propia sobre la temática, aunque no acabada.

La pérdida como el duelo son elementos inaugurales y constitutivos de la conformación propia del individuo, definiendo las diferentes formas de sentir, pensar y actuar. Delineando la subjetividad como característica fundamental del desarrollo del sujeto y los diferentes modos y formas de concebir y actuar la pérdida y el duelo. Estos procesos conllevan una turbulencia psico-afectiva y emocional en el sujeto porque su mundo interno se encuentra en peligro frente al trabajo que implica la adaptación a una nueva realidad que supone que el objeto perdido ya no está y no volverá. Reconstruir la pérdida, es amigarse con el objeto perdido, reconocer desde la afectividad la ambivalencia que conlleva y continuar el desarrollo vincular desde la rememoración de buenos recuerdos que sean reparadores para el sujeto.

Entender al duelo como fenómeno, supone reconocer que no se trata de un acontecimiento puramente individual y subjetivo, sino que se encuentra enmarcado en un determinado contexto socio-histórico, cultural, antropológico e incluso económico. Características que lo configuran y juegan un papel en la formas de simbolizar, vivenciar y tramitar las pérdidas y sus duelos: los diferentes lutos, ritos, significados, sentidos y fantasías que generan. Explorando cuáles son las características que conforman la actualidad, como tiempo y espacio determinado, cuáles de sus particularidades influyen sobre los distintos *modus operandis* colectivos, propios de un imaginario social que conforman unas determinadas pautas para que a nivel subjetivo se tolere y soporte la pérdida. Se observó que el creciente refugio del dolor a través de la medicalización, desde los psicofármacos (benzodiacepinas) como tercera droga más consumida a nivel país, posee un vínculo de interés con las peculiaridades de nuestra época. La intolerancia a las pérdidas, al sufrimiento y sobre todo a las frustraciones y la ansiedad, la cultura de lo rápido, de lo inmediato y pragmático que no da lugar a los medios y largos plazos, son una forma de darle la espalda a la pérdida, a la dificultad de afrontar los duelos y sus procesos y desde lo singular, a la conexión con las propias emociones, sentimientos y sufrimientos. Son características de tiempos hipermodernos, vertiginosos, de identidad individualista, de vínculos cada vez más fluidos, de un empuje

hacia la felicidad a través del consumo, el bienestar y el éxito y de ruptura con lo que somos y lo que sentimos, con nuestras pérdidas, nuestras penas y nuestros duelos.

Se rescata la posibilidad de pensar a los tiempos del duelo como desarrollo temporo-espacial, como coordenadas que se sirven de un espacio y un tiempo en donde el sujeto puede transitar por la pérdida. Curso que se encuentra atravesado por tiempos públicos, privados e íntimos, reales y simbólicos, individuales y subjetivos. Es entendido como factor necesario para la elaboración del duelo y la posibilidad de encontrarse con uno mismo y la pérdida. Oportunidad de obtener diferentes desenlaces, a partir del subjetivación del proceso como encuentro con otro que habilita encontrar un lugar para lo perdido a partir de la palabra. Encontrar un lugar es dar unos determinados significados – nuevos – y hacer de la pérdida un motor para un posible desarrollo reparador. Desde esta lectura se piensa al duelo como re-creador. Significa que es posible pensar en el duelo no solo como pérdida afectiva, sino como algo más. Oportunidad de crear y re-crearse en el propio curso vital. Pensar al duelo como factor constitutivo de la subjetividad, es entender que el propio curso vital se conformará por un sinfín de pérdidas y duelos implicados por múltiples variables conformes a sus particularidades. Quiere decir, que habrá tantos desenlaces posibles como formas de sentir, pensar y actuar frente al duelo. Que el duelo culmine en un desarrollo psicopatológico, en una depresión o en un pasaje al acto, es una de las múltiples formas de culminar esta transición. En este sentido, acallar el duelo, negarlo, escindirlo, ocultarlo a través del consumo es cronificar el dolor por la pérdida y no habilitar su desenlace.

Frente a esta trama, la clínica psicológica se propone como la posibilidad de reivindicar los significados y sentidos, las pautas y las normas, los tiempos y espacios, los ritos y las diferentes formas de vivenciar a través de las palabras y los silencios como mecanismos para escenificar y rescatar la relevancia sociocultural, sanitaria y educacional de promover al duelo como temática de interés. Romper la cadena de adormecimiento y ocultación en pro de restituir la posibilidad de sentir frente a las pérdidas y dar paso a los tiempos del duelo. Abogar por las capacidades autónomas de autoconsuelo y contención de los sujetos individual y colectivamente, como mecanismos de una educación emocional a favor de la salud mental colectiva. Apostando la clínica como medio para la difusión en los espacios cotidianos y como posible acompañamiento en la tramitación de los duelos desde un marco comunitario que apele a la empatía y la solidaridad. Desde la clínica, arrojar luz sobre las pérdidas, los duelos, sus modos de tramitación en un marco que incluya todos los ámbitos por los que se encuentra

atravesado: psicológico, social, cultural, histórico, antropológico y económico. Rescatar a la pérdida y su duelo de su lugar de tabú, de interdicción social y reconstruir su lugar en la ciudadanía y en el tejido social para que desde lo individual se logre empoderar al sujeto y se habilite de una forma de transar por el ciclo vital más amigable al sufrimiento. En este sentido, el quehacer clínico debe de servirse de su sentido, desde la investigación, el estudio, la prácticas y sus herramientas para le prevención del sufrimiento y principalmente, desde esta posible lectura, para habilitar y a ayudar a repensar, reflexionar, de-construir y crear nuevos mecanismos, nuevas habilidades y herramientas que supongan a las pérdidas y sus duelos como parte del ciclo vital y que hagan su tránsito más tolerable desde la autonomía, la re-creación, la re-vitalización y la liberación.

8. Bibliografía

- Ariès, P. (1999) El hombre ante la muerte. Editorial Taurus, Madrid [1977].
- Bacci, P. (2003) La muerte y el duelo en la Hipermodernidad. Recuperado de:
http://www.querencia.psico.edu.uy/revista_nro13/pilar_bacci.htm
- Bauman, Z. (2003) Modernidad Líquida. Buenos Aires. Fondo de Cultura económica de Argentina.
- Bielli, A. (2006) Los psicofármacos como tecnología social: los antidepresivos en el Uruguay. Universidad de la República, Uruguay. Extraído de:
<http://www.oei.es/historico/revistactsi/numero7/articulo05.htm>
- Bleichmar, H. (1988) La depresión: un estudio psicoanalítico. Ed. Nº 10: Nueva Visión: Buenos Aires.
- Cazenave, L. (2010) El duelo en la época del empuje de la felicidad En: Revista Virtualia Nº. 21. Extraído de:
<http://virtualia.eol.org.ar/021/template.asp?Actualidaddel-lazo/El-duelo-en-laepoca-del-empuje-a-la-felicidad.html>
- Ceriani, C. (2001) Notas histórico-antropológicas sobre las representaciones de la muerte. En: Revista Archivo Argentino de Pediatría. 326-336 Recuperado en www.conicet.gov.ar
- Diario El Espectador (2016) Uruguayos. Tan sedados como valientes. Entrevista a Julia Galzerano. Extraído de:
<http://www8.espectador.com/sociedad/334569/uruguayos-tan-sedados-como-valientes>
- Elmiger, M. Elena (2010) La subjetivación del duelo en Freud y Lacan En: Revista Malestar e Subjetividade. Vol. X, núm. 1, pp. 13-33. Brasil.
- Gamo, E. y Pazos, P. (2009) El duelo y las etapas de la vida. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría. 29 (2) 455-469. Extraído de:
<http://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v29n2/11.pdf>

- García Hernández, A. (2012) Duelo y emociones desde una perspectiva cultural En: La pérdida y el duelo. Una experiencia compartida. Editorial Bubok.
- Freud, S. (1917) Duelo y melancolía. En: Obras Completas. Volumen XIV. Amorrortu Editores: Buenos Aires [1996].
- _____ (1982) Tratamiento psíquico (tratamiento del alma). En: Obras completas: Sigmund Freud (vol. 1 pp. 112-132) Buenos Aires: Amorrortu.
- Klein, M. (1938) El duelo y su relación con los estados maníacos depresivos En: Amor, culpa y reparación. Buenos Aires: Editorial Paidós [2003].
- Lipovetsky, G (2003) La era del vacío: ensayos sobre el individualismo contemporáneo. Barcelona. Ed: Anagrama.
- Paciuk, S. (1998) Duelos depresivos y duelos reparatorios En: Revista Uruguaya de Psicoanálisis APU. Montevideo.
- Pelegrí, M. & Romeu, M. (2012) El duelo, más allá del dolor. Universidad Nacional de Colombia. Extraído de:
<http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/jardin/article/view/27228/3964> 4
- Perales Lavín, S. (2008) Duelo y creación en: Arte y psicoanálisis. México [2007].
Extraído en: http://arteypsicoanalisis-susana.blogspot.com.uy/2008/07/duelo-y-creacin_18.html
- Tizón, J. (2006) De los procesos de duelo a la medicalización de la vida. Jano, Medicina y Humanidades. Extraído de:
http://www.psicoterapiarelacional.es/Portals/0/Documentacion/JTizon/Tizon_2006_Duelo-Medicalizacion_JANO_1618.pdf
- Tizón, J. (2013) Pérdida, pena y duelo: vivencia, investigación y asistencia. Herder Editorial S. L.: Barcelona [2004].