



CARRERA DE
PSICOLOGÍA

Diferencias en las formas de acompañamiento entre el sistema público y privado para
madres en duelo, que hayan atravesado la pérdida de un hijo(a).

Autora: Martínez Ortiz, Fancy Evelyn

Profesor guía: Beyer Nelson.

Artículo para optar al grado de Licenciada en Psicología.

Santiago, noviembre de 2025

Diferencias en las formas de acompañamiento entre el sistema público y privado para madres en duelo, que hayan atravesado la pérdida de un hijo(a).

Fancy Martínez Ortiz

Resumen: La presente investigación está orientada a conocer las experiencias del duelo por la pérdida de un hijo(a), centrándose en las diferencias existentes en las formas de acompañamiento que ofrecen el sistema público y el privado. Se plantea la necesidad de comprender el duelo en general y específicamente ante esta pérdida, así como los procesos vividos por las madres, los tipos de terapia disponibles y las diferencias entre dichos sistemas de salud. Se identifican las etapas en el proceso de duelo y el vacío en información sobre las diferencias en salud mental entre el sistema público y privado, para madres que han perdido un hijo(a), el escaso o nulo acompañamiento al proceso transitado sin importar la edad del hijo(a) fallecido(a), identificando una falta de reconocimiento del dolor.

Palabras clave: Duelo, Hijo(a), Madres, Salud mental, Sistema público, Sistema privado

Difference in the forms of support between the public and private systems for grieving mothers who have gone through the loss of a child

Abstract: This research is aimed at understanding the experiences of grief due to the loss of a child, focusing on the existing differences in the forms of support offered by the public and private systems. The need to understand bereavement in general and specifically in the face of this loss, as well as the processes experienced by mothers, the types of therapy available and the differences between these health systems, is considered. The stages in the grieving process and the lack of information on the differences in mental health between the public and private systems for mothers who have lost a child are identified, as well as the little or no support for the process, regardless of the age of the deceased child, identifying a lack of recognition of grief.

Keywords: Bereavement, Child, Mothers, Mental Health, Public system, Private system

Introducción

El duelo es un proceso complejo que implica respuestas emocionales, cognitivas y conductuales ante la pérdida de alguien significativo. Se refiere a la adaptación emocional y mental que sigue a la pérdida de una persona. Generalmente se relaciona con la pérdida de un ser querido, como a las madres, hermanos, familiares o amigos, jamás poniendo como opción el lugar de un hijo. Tal como lo señala Bucay (2002) “la muerte de un hijo(a) es considerada en todas las culturas un hecho antinatural, una inversión del ciclo biológico normal, y por eso racional y emocionalmente inadmisibles” (p.36)

De acuerdo a la literatura, dicha experiencia es el más profundo dolor que pueda experimentar el ser humano, para enfrentarlo existen diversas herramientas, se puede recibir apoyo desde distintas áreas, tanto familiar, amigos, religión, etc., siendo un soporte de gran relevancia el apoyo en salud mental. El duelo materno tras la pérdida de un hijo es una de las experiencias más profundas y desgarradoras que una madre puede atravesar, un dolor que trasciende el ámbito emocional y afecta a todos los aspectos de la vida de la persona afectada. Esta pérdida genera un cambio radical en la identidad y en la percepción que la madre tiene del mundo, ya que pierde no solo a un ser querido, sino también una parte fundamental de su proyecto de vida. Si bien el duelo es una respuesta natural ante la pérdida, la magnitud de este proceso y la

complejidad emocional que involucra, hacen que la adaptación a la nueva realidad sea sumamente difícil y, en muchos casos, insostenible sin el apoyo adecuado. En este contexto, las respuestas emocionales, cognitivas y conductuales ante el duelo son profundamente personales, pero se ven condicionadas por una serie de factores internos y externos que determinan la intensidad y duración de esta experiencia.

En muchos países, incluido Chile, el duelo por la pérdida de un hijo sigue siendo un tema profundamente estigmatizado y mal comprendido, tanto por la sociedad en general como por los sistemas de salud. A pesar de la creciente visibilidad de los problemas de salud mental, sigue siendo un proceso difícil de abordar de manera integral, especialmente cuando se trata de la pérdida de un hijo.

Si bien las madres enfrentan el dolor de manera única, muchas de ellas comparten experiencias comunes, como la sensación de estar solas en su dolor, la dificultad para recibir apoyo emocional adecuado y la falta de recursos especializados en los sistemas de salud pública. Por otro lado, el acceso a servicios de salud mental privados puede ser un desafío debido a las barreras económicas, lo que genera una clara disparidad en la atención que las madres reciben según su nivel socioeconómico.

La presente investigación se centra en explorar cómo las madres en Chile enfrentan el duelo tras la pérdida de un hijo, con

especial énfasis en las diferencias en el apoyo emocional recibido entre el sistema público y el privado de salud. A través de entrevistas con madres que han atravesado este proceso, se pretende comprender cómo los sistemas de salud tanto públicos como privados, abordan sus necesidades emocionales y qué tan accesibles son los servicios de salud mental.

Este estudio busca iluminar la importancia de proporcionar un acompañamiento continuo, integral y especializado con el fin de crear políticas públicas más inclusivas y efectivas que brinden el apoyo necesario para la salud emocional de quienes enfrentan esta pérdida, que involucra no solo el sufrimiento de la madre, sino también sus interacciones familiares, sociales y laborales. La investigación también aborda la escasa formación de los profesionales de salud mental.

La única ley en Chile relacionada al duelo por hijo(a) fallecido(a) es la Ley 21.371, “Su objetivo es que las instituciones de salud cuenten con protocolos de manejo clínico y acompañamiento psico-emocional para la contención de las madres y la familia”. (USS, 2021 p.1)

A través de este estudio, se pretende resaltar la importancia de un enfoque terapéutico humanizado y especializado en duelo, que reconozca la singularidad de la experiencia de cada madre y las diferentes formas en que la sociedad y los servicios de salud pueden contribuir a su sanación, como también la

urgencia de una capacitación de profesionales de la salud tanto del sistema público como privado, y del sector académico y laboral, para hacer frente al momento de tener que contener al círculo inmediato.

El apoyo en salud mental es de gran relevancia a las madres que han sufrido la pérdida de un hijo(a).

Los psicólogos reciben una formación que les permite ayudar a las personas a manejar de forma más productiva el temor, el sentimiento de culpa o la ansiedad que puede venir como resultado de la muerte de algún ser querido. Si usted necesita ayuda para lidiar con su pena o manejar la pérdida de alguien cercano, consulte con un psicólogo u otro profesional de salud mental calificado. (Apa, 2012 p.2)

Método

La investigación se abordó desde un enfoque cualitativo, considerando la complejidad de la experiencia de duelo materno, un proceso que no puede ser reducido a simples cifras o medidas numéricas.

El duelo, como fenómeno psicológico y emocional, involucra una amplia gama de sentimientos, pensamientos y vivencias, que son inherentemente subjetivos y únicos para cada individuo.

Como instrumentos y técnicas de recolección de datos, se utilizó una entrevista semi estructurada como principal técnica de recolección de datos, es particularmente adecuada para estudios cualitativos, ya que permite explorar en profundidad las experiencias personales de las madres, respetando su voz única, mientras asegura que se aborden los temas clave relacionados con el duelo, las emociones vividas, las expectativas frente al apoyo recibido y las diferencias entre los servicios de salud.

La entrevista fue diseñada para explorar los siguientes temas: impacto emocional del duelo: cómo las madres experimentan el dolor, la tristeza, la culpa y el vacío tras la pérdida de su hijo(a), experiencia con el sistema de salud: tanto público como privado, en relación al apoyo recibido, la atención psicológica y la medicación suministrada, dificultades con las redes de apoyo: cómo la familia, amigos y otros círculos sociales han influido en su proceso de duelo, desarrollo del duelo a lo largo del tiempo: cómo las madres han vivido el duelo desde el momento de la pérdida hasta el presente y cómo ha afectado su vida diaria.

Este enfoque cualitativo se justifica por la necesidad de capturar esas experiencias personales de manera más holística, permitiendo explorar las narrativas individuales y cómo las madres que han perdido a un hijo(a) enfrentan su dolor y proceso de sanación.

La presente investigación tiene un enfoque cualitativo, debido a que sirve para explorar y comprender fenómenos complejos y contextuales desde las experiencias de los participantes. Dicho enfoque, tal como lo indica Sampieri en su texto Metodología de la investigación, “se utiliza para la recopilación y el análisis de datos, para ajustar las preguntas de investigación o descubrir nuevas preguntas mientras se interpreta la información” (p.7).

Los métodos cuantitativos, aunque útiles en ciertas áreas, no logran profundizar en los matices emocionales ni en las vivencias interiores de los participantes, lo que hace que el enfoque cualitativo sea el más adecuado para entender la complejidad de este tipo de pérdida.

El objetivo principal de este estudio fue explorar y comprender las experiencias emocionales, sociales y psicológicas de las entrevistadas, con un énfasis particular en cómo las diferentes redes de apoyo (en especial las proporcionadas por el sistema de salud público y privado en Chile) afectan su proceso de duelo. Al abordar el duelo como un proceso subjetivo y profundamente individual, el estudio buscó revelar las distintas maneras en que las madres experimentan y manejan el dolor, la tristeza, la culpa y la adaptación, dentro del contexto de sus circunstancias personales y sociales.

El grupo de participantes estuvo compuesto por 5 madres que han experimentado el fallecimiento de un hijo(a) en diferentes

circunstancias, tales como pérdida gestacional, neonatal o en edades más avanzadas. La edad de las madres participantes varió entre los 30 y 80 años, y todas fueron residentes en la región metropolitana de Chile. Esta diversidad de edades permitió obtener una visión amplia de las distintas experiencias y formas de abordar el duelo en función de la edad de los hijos fallecidos. Además, se seleccionaron participantes que habían recibido atención tanto en el sistema de salud pública como en el sistema privado, lo que permitió realizar una comparación directa de las experiencias en ambos contextos.

Se utilizó el proceso de recolección de datos, el que se llevó a cabo en varias fases. En la primera fase, se contactaron a las participantes mediante redes de apoyo y referencias personales, donde se les explicó el propósito del estudio y se obtuvo su consentimiento para participar. En la segunda fase, se realizaron las entrevistas, cada una con una duración aproximada de una hora. Durante las entrevistas, las madres fueron alentadas a hablar libremente sobre sus experiencias, emociones y pensamientos, mientras el entrevistador guiaba la conversación para cubrir los puntos clave de la investigación.

Tras la finalización de las entrevistas, se procedió a la transcripción de las grabaciones, lo que permitió analizar cuidadosamente las respuestas. Posteriormente, se realizó un análisis temático de los datos recolectados, para

identificar los patrones recurrentes en las respuestas de las participantes y examinar cómo las diferencias en el acceso a los sistemas de salud influían en la experiencia del duelo.

El análisis de los datos se llevó a cabo utilizando el enfoque de análisis temático, una técnica cualitativa que permite identificar, analizar e interpretar patrones o temas significativos dentro de un conjunto de datos. En este caso, se realizaron las siguientes etapas en el análisis:

Las unidades de información relevantes fueron agrupadas en categorías que correspondían a las partes recurrentes de la investigación, tales como "impacto emocional", "experiencia con el sistema de salud", "redes de apoyo" y "estrategias de afrontamiento".

En relación a las consideraciones éticas, este estudio se realizó bajo altos estándares éticos, con un enfoque centrado en el respeto y la dignidad de las participantes. Se garantizó la confidencialidad de las madres, protegiendo su identidad y asegurando que los datos recolectados solo se utilizarían para fines de investigación. Además, se obtuvo el consentimiento informado de cada participante, explicando de manera clara y detallada el propósito del estudio, la naturaleza voluntaria de la participación y el derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias negativas.

Durante el proceso de recolección de datos, se prestó especial atención al bienestar

emocional de las madres, ofreciéndoles recursos de apoyo en caso de que el contenido de las entrevistas causara malestar.

Como recomendación para las futuras investigaciones en el ámbito del duelo materno podrían beneficiarse significativamente de una muestra más amplia y diversa, que incluya a madres de diversos contextos geográficos, sociales y culturales. Esto permitiría no solo obtener una visión más representativa de las experiencias del duelo en diferentes realidades, sino también identificar cómo factores como el lugar de residencia, el nivel socioeconómico y las tradiciones culturales influyen en la forma en que las madres enfrentan la pérdida de un hijo. Incorporar tanto a madres de contextos rurales como urbanos puede arrojar datos valiosos sobre las variaciones en el acceso a recursos, servicios de salud mental y apoyo social, y cómo estos factores afectan la vivencia del duelo. Es probable que las madres de zonas rurales enfrenten barreras adicionales, como la falta de servicios de salud mental especializados o la escasa presencia de redes de apoyo formales, lo que puede llevar a una experiencia de duelo más aislada y menos acompañada. Por otro lado, las madres de contextos urbanos podrían tener acceso a más recursos, pero también podrían enfrentar diferentes tipos de estrés relacionados con la vida urbana, como el ritmo acelerado y la desconexión emocional.

Un enfoque longitudinal en las futuras investigaciones podría proporcionar una comprensión más profunda del proceso de duelo a lo largo del tiempo. Este tipo de estudio permitiría observar cómo evoluciona el duelo materno desde la fase inicial de la pérdida hasta el largo plazo, así como los factores que influyen en la adaptación emocional de las madres, es importante tener en cuenta las entrevistas individuales para cada caso, además, permitiría evaluar la efectividad de las intervenciones en salud mental a lo largo del tiempo, observando si el apoyo terapéutico continuo y la medicación proporcionan mejoras sostenibles en el bienestar emocional de las madres, o si, por el contrario, los síntomas de duelo persistente continúan afectando su calidad de vida de manera significativa.

Resulta crucial profundizar en el impacto de la Ley Dominga y cómo su implementación ha influido en la calidad de la atención a las madres en duelo. Aunque la ley ha sido un avance importante en el reconocimiento de la importancia del duelo perinatal y postnatal, se requiere un análisis más detallado sobre su efectividad en la práctica.

Las investigaciones futuras podrían evaluar si las madres realmente tienen acceso a los recursos y servicios que la ley promete, como equipos interdisciplinarios de apoyo emocional y atención médica adecuada, y si estos servicios son suficientes para cubrir las necesidades emocionales y psicológicas de las madres en duelo. Además, sería útil investigar cómo la Ley Dominga se

implementa en diferentes regiones del país y si existen desigualdades en el acceso a los servicios en función de la ubicación geográfica, el nivel socioeconómico o la disponibilidad de profesionales capacitados en duelo.

Finalmente, las futuras investigaciones deberían explorar con mayor profundidad el papel de las redes de apoyo, tanto formales como informales, en el proceso de duelo y la recuperación emocional de las madres.

Las redes de apoyo informales, como la familia, amigos cercanos y la comunidad, juegan un papel crucial en el proceso de duelo, pero a menudo carecen de la formación o el conocimiento necesario para brindar el apoyo adecuado.

Las redes formales, como los grupos de apoyo y los servicios profesionales de salud mental, también son esenciales, pero su accesibilidad y eficacia varían considerablemente. Investigar cómo estas redes interactúan y se complementan entre sí podría proporcionar una visión más holística del proceso de recuperación emocional y ayudar a identificar intervenciones que fortalezcan estas redes y las hagan más accesibles para las madres en duelo. Además, las investigaciones futuras podrían examinar cómo los cambios sociales y culturales en torno al duelo, como la estigmatización o la normalización de las emociones relacionadas con la pérdida, influyen en las redes de apoyo y en la capacidad de las madres para recibir y

ofrecer ayuda. En resumen, el futuro de la investigación en duelo materno debe ser multidimensional, incorporando diversas perspectivas sobre los factores sociales, culturales, legales y emocionales que afectan la experiencia del duelo. Un enfoque integral permitirá no solo mejorar el apoyo a las madres en duelo, sino también contribuir a la construcción de un entorno más empático y comprensivo hacia aquellos que atraviesan una de las experiencias más dolorosas de la vida.

Análisis y resultados

El duelo de una madre ante la pérdida de un hijo(a) emerge como una experiencia emocionalmente fuerte, cuya complejidad se refleja en cada testimonio recogido. A través del análisis de las vivencias relatadas, se identificaron patrones comunes que permiten comprender tanto las dificultades enfrentadas como los recursos utilizados para sobrellevar este dolor profundo.

La dimensión emocional del duelo materno va mucho más allá de la experiencia individual de la madre, pues su impacto afecta no solo a la persona que ha sufrido la pérdida, sino que también reverbera en las relaciones familiares y en la dinámica social de la madre.

La muerte de un hijo(a) es un acontecimiento que desestructura completamente la vida de las madres, generando un quiebre significativo en su sentido de identidad y en la forma en que se relacionan con su entorno. En muchos casos, la pérdida de un hijo(a) no

solo trastorna el orden interno de la madre, sino que modifica las interacciones familiares, desintegrando la estructura de apoyo que la familia podría haber ofrecido, y también altera el papel que la madre desempeñaba dentro de esa red.

El análisis se centró en las diferencias entre los apoyos recibidos en los sistemas de salud pública y privada. Esto se debió a que, a lo largo del proceso de investigación, se observó que las madres experimentaban distintas percepciones de la calidad del apoyo y la atención recibida en estos dos sistemas. Mientras que algunas madres reportaron experiencias satisfactorias con el acompañamiento psicológico o terapéutico en el sistema privado, otras manifestaron frustración y descontento con el acompañamiento recibido en el sistema público, que a menudo se percibía como insuficiente o poco empático. Este contraste fue un punto clave en la investigación, pues se trató de entender cómo estos servicios de salud, con sus fortalezas y limitaciones, inciden en el proceso de sanación y adaptación emocional de las madres en duelo.

El enfoque cualitativo también permitió una mayor flexibilidad para explorar otros factores que influyen el duelo, como las experiencias previas de vida, el contexto social y cultural de las madres, y el impacto de las redes de apoyo informales, como la familia y los amigos cercanos. Las entrevistas semi estructuradas ofrecieron un espacio en el que las madres pudieron

compartir su experiencia en sus propios términos, abordando temas como la culpa, el aislamiento, las dificultades para encontrar consuelo, y los momentos de resiliencia en medio de su dolor. Estas narrativas fueron fundamentales para construir una comprensión rica y matizada del proceso de duelo, permitiendo a los investigadores no solo comprender las experiencias individuales, sino también identificar patrones comunes y diferencias significativas que pueden informar futuras intervenciones en salud mental y políticas públicas.

Identificación de patrones: Tras la codificación, se procedió a identificar patrones comunes entre las respuestas de las madres, lo que permitió detectar los aspectos más destacados del duelo, como la presencia de emociones intensas, la falta de apoyo adecuado, la tensión entre los sistemas de salud pública y privada, y las implicaciones de la falta de seguimiento a largo plazo.

Interpretación: Finalmente, se interpretaron los datos, poniendo en relación los hallazgos con la literatura existente sobre el duelo materno y la atención en salud mental. Este proceso de interpretación permitió una comprensión más profunda de las experiencias de las madres y su relación con los recursos disponibles para ayudarlas a sobrellevar la pérdida.

Las madres entrevistadas describen la experiencia de perder a un hijo(a) como un punto de inflexión doloroso en sus vidas.

Antes de la pérdida, sus vidas podían ser descritas como relativamente estables y, en muchos casos, el hijo(a) representaba el centro de sus preocupaciones y esperanzas. Sin embargo, la muerte de un hijo(a) las confronta con un dolor inimaginable y transformador, lo que marca un antes y un después en su existencia. Este evento no solo les arrebató a un ser querido, sino que las sumerge en un mar de sentimientos contradictorios y difíciles de manejar. Los sentimientos de tristeza se intensifican con la sensación de culpa, la cual surge en muchas ocasiones bajo la creencia de que algo podría haberse hecho de manera diferente para evitar la tragedia.

Tal como lo expresa en su texto “la muerte: un amanecer”, Kübler-Ross menciona la culpa que embarga a las madres al no estar en el momento preciso cuando el hijo(a) fallece: “Desgraciadamente, estas madres se culpabilizan después. Se avergüenzan y se reprochan por no haberse quedado una hora más y haber podido estar presentes en el momento de la muerte de su hijo(a)” (Kübler-Ross, 1987 p.82).

Una de las madres entrevistada menciona:

“llevaba seis meses fallecido y vi la película que ya la había visto, La luna en el espejo de la Bárbara Streisand. Como la primera película que me enganchaba, y por veinte minutos no pensé en el Luciano, fue como ¡No! ¡No! ¡Apaga la tele! Después como que me da rechazo esa película.” (M2)

A este dolor se suma el vacío existencial, el cual se describe como una sensación de pérdida no solo del ser amado, sino de una parte de sí mismas, como si la muerte de su hijo(a) las despojara de su propio sentido de ser.

El aislamiento también es una constante en la vivencia del duelo. Muchas madres comentan cómo, con el paso del tiempo, se van sintiendo más alejadas de los demás, como si el dolor fuera algo incomprensible para quienes no han experimentado una pérdida similar. Esta sensación de soledad es agudizada por la percepción de que el entorno, ya sea familiar, social o incluso profesional, no sabe cómo lidiar con su dolor.

En muchos casos, las personas cercanas esperan que “superen” la pérdida rápidamente, lo que provoca una desconexión emocional, ya que la madre no puede hacer frente a las expectativas de los demás mientras lidia con la magnitud de su sufrimiento. De esta manera, el duelo se convierte en un proceso no solo interno, sino también social, ya que la madre debe enfrentarse a las presiones externas de “seguir adelante” mientras vive con un dolor profundo y constante.

Aunque cada proceso de duelo es único, las madres coinciden en que hay ciertos patrones que se repiten en sus narrativas. Un aspecto común es el choque inicial ante la pérdida, un momento de incredulidad y desorientación, donde muchas expresan que

no lograban comprender la magnitud de lo ocurrido. Esta fase de incredulidad está marcada por una sensación de irrealidad, como si estuvieran viviendo en una pesadilla de la que no podían despertar.

Las etapas han evolucionado desde el momento en que fueron introducidas y han sido muy malinterpretadas en las tres últimas décadas. Nunca se concibieron para ayudar a introducir las emociones turbias en pulcros paquetes. Son reacciones a la pérdida que muchas personas tienen, pero no hay una reacción a la pérdida típica, ni tampoco existe una pérdida típica. Nuestro duelo es tan propio como nuestra vida. (Kúbler-Ross, 2006 p.23).

El impacto emocional inicial es tan fuerte que muchas veces se siente como si el mundo se hubiera detenido y, de repente, ellas se vieran obligadas a aprender a vivir con un nuevo y doloroso vacío en su vida.

A medida que el proceso de duelo avanza, las madres se enfrentan a un desafío profundo y continuo, que es aprender a convivir con un dolor que, aunque no desaparece con el tiempo, se transforma de manera compleja y multifacética. Este dolor, que no tiene una duración predecible ni un final claro, cambia con el paso de los días, las semanas y los meses, pero sigue presente de una manera u otra a lo largo de los años. Inicialmente, el dolor puede ser tan

abrumador que parece consumir todo, desde la capacidad de la madre para funcionar en su vida diaria hasta la forma en que percibe el mundo a su alrededor. Sin embargo, con el tiempo, las madres se ven obligadas a aprender a vivir con este dolor, a encontrar nuevas formas de relacionarse con él, y a tratar de integrar la pérdida en su existencia de una manera que les permita seguir adelante.

El dolor tras la pérdida de un hijo se manifiesta en diversas formas emocionales, psicológicas y físicas. Entre los sentimientos más comunes están la ansiedad constante, la tristeza profunda y, en algunos casos, una sensación de despersonalización o desconexión emocional con los demás. Las madres pueden sentirse como si estuvieran en un estado perpetuo de vacío, donde la ausencia de su hijo las hace sentir como si su vida careciera de sentido o propósito. También es frecuente la falta de energía y motivación para llevar a cabo actividades cotidianas, como trabajar, cuidar de otros hijos o simplemente mantener interacciones sociales. Esto solo afecta la salud mental de las madres, sino también sus relaciones familiares y sociales, que muchas veces se ven tensas o distantes debido a la incapacidad de la madre para conectarse plenamente con los demás.

Sin embargo, el reto más grande no es solo la tristeza constante, sino la necesidad de manejar una nueva realidad. Este proceso de adaptación al nuevo contexto de vida, donde el hijo ya no está presente, es el mayor

desafío al que se enfrentan las madres en duelo. Las madres deben aprender a navegar un mundo que ya no tiene sentido de la misma manera, y deben reconstruir su identidad y su propósito en medio de esta pérdida. La maternidad, que antes era la fuente principal de su identidad y de su vida cotidiana, se ve profundamente alterada, y las madres se ven forzadas a redefinir su existencia sin la presencia física de su hijo. Este proceso no es sencillo ni lineal; está lleno de altibajos, de momentos de desesperación extrema y de dolor crónico, seguidos de momentos de aceptación parcial o de avances pequeños en la reconstrucción de la vida.

A pesar de lo abrumador de esta experiencia, muchas madres experimentan momentos de avance, donde logran integrar la pérdida de una manera que les permite continuar con sus vidas, aunque de manera transformada. Estos momentos de aceptación no son finales definitivos, sino más bien instantes de paz momentánea donde el dolor se torna más manejable. En estos momentos, la madre puede encontrar nuevas formas de conexión con el mundo, como el cuidado de otros hijos, el apoyo a la pareja o la reintegración al trabajo. Sin embargo, estos momentos de avance pueden ser seguidos por retrocesos, cuando el dolor se reactiva por un recuerdo, un aniversario o un acontecimiento significativo que reabre la herida. Esta montaña rusa emocional es parte del proceso de duelo y refleja la profunda complejidad del mismo, donde la madre no

está simplemente "superando" su dolor, sino que está aprendiendo a vivir con él, integrándolo a su vida de una manera que le permita encontrar algún tipo de equilibrio.

Es esencial entender que el proceso de duelo no tiene una línea recta hacia la sanación, sino que es un recorrido lleno de oscilaciones, ajustes y nuevas maneras de ver la vida. El duelo es, en última instancia, un proceso de adaptación continua y de transformación, donde la madre encuentra nuevas formas de conectarse con el recuerdo de su hijo y, al mismo tiempo, con las posibilidades que le ofrece el mundo que sigue adelante sin él. Esta reconstrucción emocional puede tomar mucho tiempo, y el dolor nunca desaparecerá por completo, pero con el tiempo, muchas madres logran encontrar un sentido renovado en la vida, donde la presencia de su hijo permanece viva, aunque ya no esté físicamente.

En resumen, la dimensión emocional del duelo materno refleja una experiencia profundamente transformadora, marcada por la tristeza, la culpa, el vacío y el aislamiento. La pérdida de un hijo(a) no solo altera el mundo interno de la madre, sino que también modifica su forma de relacionarse con su entorno, incluyendo la familia y la sociedad. Aunque el proceso de duelo es único para cada madre, los sentimientos de shock inicial, el dolor constante y la adaptación a una nueva realidad son elementos comunes que marcan este recorrido tan difícil y doloroso.

Una madre expresó: *"Nunca superas la pérdida de un hijo, simplemente aprendes a vivir con ese vacío que siempre está contigo"* (M2)

Este dolor, tan profundo y desgarrador, se ve intensificado por la presión social para "seguir adelante" que muchas madres experimentan tras la pérdida de un hijo(a). Esta expectativa externa, que demanda que se retomen las actividades cotidianas y se restablezca la normalidad, a menudo entra en conflicto con la realidad interna de la madre en duelo. El mensaje implícito de que, después de un tiempo, "ya basta de lamentarse" o "debes seguir tu vida", crea una sensación de incompreensión y aislamiento. Las madres, al sentir que su dolor no es completamente validado por los demás, se ven forzadas a ocultar su sufrimiento, lo que, lejos de aliviar, lo agrava aún más. La imposición de tiempos para superar el dolor intensifica el sentimiento de no ser entendidas, ya que cada madre vive su duelo de manera única y con una intensidad que puede durar más tiempo del que la sociedad está dispuesta a aceptar.

Al principio de la pérdida, muchas madres reciben apoyo de amigos y familiares, quienes, aunque bien intencionados, no siempre están preparados para acompañarlas en un proceso tan largo y complejo. Las primeras semanas pueden estar llenas de gestos de apoyo: llamadas, visitas, mensajes de consuelo y ayuda tangible para los trámites o la vida diaria. Este apoyo inicial,

aunque importante, tiene una duración limitada y suele desaparecer cuando las personas a su alrededor consideran que el "tiempo ha pasado" y que la madre debe haber "superado" la tragedia. La sociedad a menudo no sabe cómo acompañar el dolor a largo plazo, y es común que las madres comiencen a sentir que las relaciones cercanas se vuelven distantes e incómodas. Las conversaciones sobre el dolor se vuelven menos frecuentes y, en algunos casos, incluso se evitan por completo, ya que las personas cercanas creen que mencionar la pérdida puede "hacerle daño" a la madre o que ya no necesita más apoyo.

Este progresivo aislamiento emocional lleva a las madres a sentirse cada vez más solas en su proceso de duelo. A medida que el tiempo pasa, el entorno familiar y social se va alejando, y la madre se enfrenta a su dolor de forma individual, sin la red de apoyo que inicialmente estuvo disponible. En muchas ocasiones, la madre no solo se enfrenta a la pérdida de su hijo(a), sino también a la pérdida de conexión emocional con su círculo cercano, lo que aumenta la sensación de desamparo. Este vacío social contribuye a la perpetuación de la tristeza y la soledad, pues, en ausencia de un apoyo continuado y comprensivo, el dolor se amplifica, y la madre se siente incomprendida y abandonada en su dolor más profundo.

Es crucial reconocer que el proceso de duelo no tiene un plazo definido y que cada persona lo vive de manera distinta. Las madres no solo necesitan apoyo durante las

primeras etapas del duelo, sino a lo largo de todo el proceso. La falta de comprensión y la presión por "seguir adelante" refuerzan la idea errónea de que el duelo es algo que se puede superar con el tiempo, cuando en realidad, es un proceso continuo de adaptación que requiere tiempo, empatía y, sobre todo, un acompañamiento constante. Por lo tanto, es fundamental que la sociedad reconozca que el apoyo a las madres en duelo debe ser continuo y adaptado a las necesidades individuales, brindando espacios donde puedan expresar su dolor sin la presión de tener que dejarlo ir en un tiempo determinado.

En cuanto a los sistemas de salud pública y privada son una experiencia desigual, donde el acompañamiento emocional recibido en los sistemas de salud pública y privada mostró importantes diferencias. En el sistema público, las madres señalaron la falta de continuidad en las sesiones terapéuticas, con intervalos de hasta 50 días entre citas, lo que dificulta el progreso en el proceso de duelo. Además, reportaron que el enfoque del sistema público prioriza el manejo de síntomas físicos, como el insomnio o la ansiedad, a través de medicación, dejando de lado el abordaje emocional profundo. También destacaron una ausencia de especialización en duelo por parte de los profesionales, lo que contribuyó a una experiencia percibida como insensible o superficial.

"En el sistema público me sentí como un número más. Me dieron medicinas, pero

nadie se interesó en cómo me sentía realmente"(M1), comentó una entrevistada.

Por otro lado, el sistema privado ofreció una experiencia más personalizada y empática. Las madres que accedieron a terapias privadas destacaron la frecuencia de las sesiones y la calidad del acompañamiento recibido, que les permitió avanzar en su proceso de duelo. Sin embargo, el alto costo de estas terapias es una barrera significativa para muchas familias, limitando el acceso a este tipo de atención.

Redes de apoyo: pilares de contención emocional, donde las redes de apoyo, tanto formales como informales, jugaron un rol crucial en el proceso de duelo de las madres. En cuanto a las redes informales, las madres mencionaron que el apoyo inicial de amigos y familiares fue invaluable, pero también señalaron que este suele ser efímero. Con el tiempo, la mayoría experimentó un aislamiento social, sintiéndose incomprendidas por quienes esperaban que superaran su dolor rápidamente.

Por otra parte, los grupos de apoyo organizados, se convirtieron en un espacio fundamental para muchas madres. Estos grupos les permitieron compartir sus emociones con otras personas que habían vivido experiencias similares, generando una sensación de validación y acompañamiento.

Del artículo intervención grupal en duelo, de la autora Alba Payás (2007), menciona:

Los beneficios de participar en un grupo de duelo son numerosos. El grupo de apoyo ofrece un espacio de apoyo emocional donde cada persona puede expresar sus sentimientos libremente sin que por ello se minimice o juzgue la intensidad. Este alivio emocional también repercute en una mejora a nivel físico. Las personas en duelo a menudo expresan el hecho de sentir que la gente les evita. Compartir experiencias similares reduce la sensación de aislamiento y a la vez normaliza y valida la vivencia de duelo sea cual sea. (p. 171)

El papel de la medicación en el duelo, fue una constante en los testimonios, especialmente en el sistema público, donde se ofrecieron ansiolíticos y antidepresivos como respuesta primaria a los síntomas emocionales del duelo. Si bien algunas madres encontraron alivio temporal en estos medicamentos, muchas expresaron que la medicación no abordó el núcleo de su dolor.

Este proceso de reconstrucción no implica olvidar la pérdida, sino más bien integrarla de manera significativa en la historia personal de la madre, permitiéndole encontrar una forma de vivir con ella y seguir adelante. A medida que las madres atraviesan el dolor y la angustia inicial, comienzan a aprender a convivir con la ausencia, comprendiendo que, aunque el hijo ya no está físicamente presente, su memoria y el amor que se compartió siguen siendo

una parte integral de la vida de la madre. En este proceso, no se trata de eliminar el dolor, sino de encontrar una nueva forma de vivir con él, de manera que el dolor no domine cada momento, sino que se convierta en una parte aceptada de la experiencia de vida de la madre. La reconstrucción implica encontrar un nuevo propósito, una nueva dirección, donde la madre pueda seguir honrando la vida de su hijo a través de la búsqueda de significado, de nuevas metas, y de una forma de conectarse con el mundo que le permita sentirse realizada y en paz consigo misma.

Este proceso también puede implicar la apertura hacia nuevas formas de conectar con los demás, tanto con la familia como con la comunidad. Muchas madres encuentran consuelo y fuerza en compartir su experiencia con otras personas que atraviesan una pérdida similar, lo que les ayuda a dar sentido a su dolor y a sentir que no están solas. Participar en grupos de apoyo, recibir terapia, o simplemente encontrar otras formas de expresión personal, como el voluntariado o actividades creativas, pueden ser maneras de canalizar el dolor y darle un propósito positivo. Aunque nunca se eliminará por completo la sensación de ausencia, a través de este proceso de integración, las madres pueden aprender a redefinir su identidad y a encontrar nuevas formas de ser felices.

El duelo materno tras la pérdida de un hijo(a) es un proceso extremadamente complejo que requiere un enfoque integral, empático y

continuo. En este sentido, los sistemas de salud públicos y privados, enfrentan un desafío crítico: el de ofrecer un acompañamiento adecuado y especializado que responda a las necesidades emocionales, psicológicas y físicas de las madres en duelo. La atención médica debe ir más allá de la simple gestión de los aspectos físicos y de salud, y debe abordar la dimensión emocional del duelo con un enfoque sensible y adecuado. Esto implica la integración de profesionales capacitados en salud mental, que no solo ofrezcan apoyo emocional, sino que también comprendan las complejidades de la pérdida de un hijo y puedan brindar herramientas efectivas para afrontar la angustia.

Sin embargo, existe una evidente disparidad en la calidad de atención entre los sistemas de salud pública y privada.

El sistema privado suele ofrecer un acceso más rápido y personalizado a profesionales y servicios especializados, el sistema público enfrenta importantes limitaciones, tales como la falta de continuidad en el seguimiento terapéutico, la escasez de recursos especializados y los largos tiempos de espera para obtener atención adecuada. Esta brecha en la calidad de la atención dificulta el acceso equitativo a los servicios que muchas madres necesitan para superar su dolor y reconstruir sus vidas. Garantizar que todas las madres, independientemente de su nivel socioeconómico o ubicación geográfica, puedan acceder a la atención emocional y psicológica que requieren, es

una prioridad en la lucha por brindar un acompañamiento de calidad.

Cerrar esta brecha entre los sistemas de salud público y privado no solo implica mejorar la infraestructura y los recursos, sino también capacitar a los profesionales de salud mental para ofrecer una atención más humana, comprensiva y adaptada a las necesidades específicas de las madres que atraviesan el duelo. Es necesario reconocer que la pérdida de un hijo no es solo un evento aislado, sino un proceso profundamente transformador que requiere un enfoque de largo plazo, que acompañe a las madres en cada etapa de su duelo y les proporcione las herramientas necesarias para seguir adelante. Solo a través de un enfoque integral y equitativo será posible ofrecer un apoyo real y efectivo que permita a las madres sanar y reconstruir sus vidas después de la tragedia.

Además, las redes de apoyo organizadas y comunitarias deben fortalecerse y expandirse, asegurando que todas las madres tengan acceso a espacios de contención y validación emocional. El reconocimiento del duelo como una experiencia profundamente humana y única es esencial para transformar las prácticas y políticas.

Discusión

La pérdida de un hijo es una experiencia desoladora, un dolor que atraviesa las dimensiones emocionales, familiares y sociales de la vida de una madre. Este estudio nos lleva a reflexionar sobre las

múltiples aristas de este proceso de duelo, evidenciando no solo la intensidad del sufrimiento individual, sino también cómo las respuestas sociales e institucionales moldean y, a veces, agravan esta experiencia.

Las madres entrevistadas describieron el duelo como un vacío profundo, un abismo cargado de tristeza, culpa, angustia y aislamiento. No se trata solo de un episodio personal, sino de una vivencia que repercute en sus relaciones más cercanas y su interacción con el mundo. El entorno, que en un inicio suele responder con empatía y apoyo, tiende a replegarse con el tiempo, dejando a estas mujeres solas con su dolor.

"Al principio estaban todos ahí, preguntándome cómo estaba, ofreciéndome ayuda... Pero luego, es como si esperaran que ya estuviera bien. Como si fuera algo que tenía que pasar rápido" (M2), compartió una de las madres.

Este fenómeno, donde la solidaridad inicial se desvanece, expone una realidad dolorosa: la sociedad no siempre comprende la magnitud de esta pérdida. Se impone una presión tácita para "superar" el duelo y regresar a la normalidad. Sin embargo, esa normalidad resulta inalcanzable para muchas madres, quienes se enfrentan a un sufrimiento que no solo persiste, sino que se intensifica por la falta de redes de apoyo sostenidas.

En este escenario, el sistema de salud juega un papel clave, pero sus respuestas también resultan insuficientes y desiguales. En el sistema público, el apoyo psicológico es limitado y discontinuo. Aunque la Ley Dominga ofrece ciertas garantías, como la licencia por duelo, las madres describieron una atención enfocada principalmente en lo médico, sin abordar sus necesidades emocionales. Las sesiones de terapia, cuando están disponibles, suelen ser esporádicas, y muchos profesionales carecen de formación específica en duelo perinatal o post-mortalidad. Esto genera una desconexión entre lo que las madres necesitan y lo que realmente reciben.

Por otro lado, quienes acceden al sistema privado experimentan un acompañamiento más cercano y personalizado.

"La psicóloga entendió mi dolor desde el primer momento, no tenía que explicarlo todo el tiempo" (M3), dijo una madre.

Sin embargo, este acceso tiene un costo elevado, lo que deja a muchas mujeres, especialmente de sectores más vulnerables, sin posibilidad de recibir un apoyo integral. La disparidad entre los sistemas público y privado profundiza las desigualdades en el manejo del duelo, convirtiendo lo que debería ser un derecho en un privilegio.

Además, la falta de empatía por parte de algunos profesionales de la salud se erige como otro obstáculo. Varias madres narraron cómo, en lugar de encontrar

consuelo, enfrentaron respuestas que minimizaban su dolor o sugerían "seguir adelante" prematuramente. Este trato no solo agrava el aislamiento, sino que también pone en evidencia la urgente necesidad de una formación más humana y específica en los equipos médicos y psicológicos.

A pesar de estas carencias, las redes de apoyo entre pares emergen como un faro en medio de la oscuridad. Los grupos de ayuda para madres en duelo, aunque no siempre accesibles, ofrecen un espacio donde las palabras no son necesarias para comprender el dolor del otro. En estos lugares, las madres encuentran refugio, un espacio donde el aislamiento se diluye y su dolor es validado.

Sin embargo, la falta de información y la escasa disponibilidad de estos grupos, especialmente en el sistema público, limitan su impacto. Muchas madres relataron que no supieron de su existencia hasta mucho tiempo después, cuando el duelo ya había transformado sus vidas de maneras irreversibles.

La Ley Domínguez, aunque representa un avance, aún enfrenta desafíos significativos. Si bien establece derechos importantes, como la licencia por duelo, no ha sido suficiente para garantizar un apoyo integral y sostenido. Las madres coinciden en que la implementación efectiva de la ley requiere no solo recursos, sino también un cambio cultural y profesional que priorice la empatía y la comprensión en el tratamiento del duelo.

En relación a las limitaciones del estudio, a pesar de los esfuerzos realizados para llevar a cabo un estudio representativo, se reconocen varias limitaciones. Una de ellas es el tamaño relativamente pequeño de la muestra, que no permite generalizar los resultados a toda la población de madres en duelo en Chile. Además, las madres entrevistadas provenían en su mayoría de contextos urbanos, lo que limita la diversidad geográfica y cultural de la muestra. El enfoque cualitativo, aunque útil para obtener una comprensión profunda de las experiencias individuales, también está sujeto a interpretaciones subjetivas, lo que implica que los hallazgos dependen en gran medida del análisis del investigador.

Este estudio pone en evidencia una necesidad urgente: transformar el enfoque hacia el duelo en Chile. La pérdida de un hijo, como expresaron las madres entrevistadas, no es un evento que se supere, sino una experiencia que se aprende a integrar en la vida, con todas sus complejidades y desafíos. Para ello, es imprescindible fortalecer el sistema de salud pública, comenzando por garantizar que los recursos destinados a la salud mental sean suficientes y estén diseñados para responder a las necesidades específicas de las personas en duelo. Esto incluye la creación de programas especializados, la contratación de profesionales capacitados en duelo perinatal y post-mortalidad, y la implementación de estrategias que aseguren un acompañamiento continuo y personalizado.

La capacitación de los profesionales de la salud es un pilar clave en esta transformación. No basta con conocimientos técnicos; se necesita una formación integral que incluya habilidades de empatía, validación emocional y escucha activa. Los testimonios de las madres revelan cómo las palabras, los gestos y la actitud de los profesionales pueden marcar la diferencia entre sentirse comprendidas o desamparadas. Por ello, resulta esencial incorporar en los programas de formación médica y psicológica módulos específicos sobre el manejo del duelo, que reconozcan su naturaleza multidimensional y el impacto que tiene no solo en la persona directamente afectada, sino en su entorno familiar y social.

Además, garantizar el acceso equitativo a un apoyo integral implica superar las barreras económicas y geográficas que actualmente limitan a muchas familias. Esto requiere una inversión decidida en infraestructura y personal, especialmente en regiones alejadas y sectores vulnerables, donde las oportunidades de acceder a atención psicológica de calidad son escasas o inexistentes.

Paralelamente, se debe promover la creación de redes de apoyo sociales y comunitarias que ofrezcan contención en cada etapa del proceso de duelo. Los grupos de apoyo para padres que han perdido a sus hijos se han demostrado como espacios de gran valor, donde las madres pueden compartir su dolor

con personas que realmente entienden lo que están viviendo. Fomentar la creación de estos grupos y garantizar su difusión es una medida esencial para construir un tejido social que brinde sostén y comprensión a las madres en duelo.

Este cambio también implica una transformación cultural. Es necesario derribar los estigmas que rodean al duelo y reconocerlo como un proceso válido y necesario, sin plazos ni caminos predefinidos. La sociedad debe aprender a acompañar, a sostener y a respetar los tiempos y necesidades de quienes atraviesan esta experiencia. Porque el duelo no se supera, se lleva; y para aprender a llevarlo, se necesita una mano extendida, una palabra de aliento, y una comunidad que reconozca el peso de la pérdida sin minimizarlo ni apresurar su sanación.

Solo con un enfoque integral, que combine recursos, empatía y políticas públicas sólidas, será posible construir un entorno donde las madres puedan encontrar el apoyo necesario para transitar su dolor. Este esfuerzo no solo aliviará el sufrimiento individual, sino que también fortalecerá el tejido social, promoviendo una cultura más compasiva y solidaria. Es un camino desafiante, pero imprescindible, para transformar el duelo en una experiencia de aprendizaje, conexión y, eventualmente, resiliencia.

Referencias Bibliográficas

1. American Psychological Association. (2012, June 1). El duelo: Cómo sobrellevar la muerte de un ser querido. <https://www.apa.org/topics/families/duelo>
2. Andréu, J. (n.d.). Las técnicas de Análisis de Contenido: Una revisión actualizada. <https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2019/02/Las-t%C3%A9cnicas-de-an%C3%A1lisis-de-contenido-una-revisi%C3%B3n-actualizada.pdf>
3. Bucay, J (2002). El camino de las lágrimas. Extraído el 02 de marzo de 2005 desde <http://www.formarse.com.ar>
4. Cepsim, C. P. (2021, noviembre 27). ¿Cómo es la psicoterapia ante el duelo por la muerte de un hijo? pymOrganization. <https://acesse.dev/D3GYy>
5. Cordero V, Miguel Ángel, Palacios B, Paulina, Mena N, Patricia, & Medina H, Luis. (2004). Perspectivas actuales del duelo en el fallecimiento de un recién nacido. *Revista chilena de pediatría*, 75(1), 67-74. <https://encr.pw/fmtH5>
6. Dimenstein, M. El psicólogo en el contexto del sistema brasileño único de salud. *Revista cubana de psicología*. Vol. 18, No. 1,2001. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v18n1/10.pdf>
7. Freud, S. (1917). Duelo y melancolía. En J. Strachey (Ed. y Trad.), *Obras completas de Sigmund Freud* (Vol. 14, pp. 243-258). Editorial Amorrortu.
8. García, M. (2013). El proceso de duelo en psicoterapia de tiempo limitado, evaluado mediante el método del tema central de conflicto relacional (ccrt) memoria para optar al grado de doctor. Universidad Complutense de Madrid. <https://n9.cl/df98o>
9. Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta ed.). McGraw Hill.

10. Kübler-Ross, E. (1987). La muerte: un amanecer (Luciérnaga, Ed.) (p.82). http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/MuerteamanecerKublerRoss.pdf
11. Kübler-Ross, E. (2006). Sobre el duelo y el dolor. (Pag. 24) https://proassetspdlcom.cdnstatics2.com/usuaris/libros_contenido/arxius/32/31277_Sobre_el_duelo_y_el_dolor.pdf
12. Kvale, S. (2011): Las entrevistas en Investigación Cualitativa (1a ed.), Madrid, Morata
13. Martell, C., Cadena, C., Jae-Moon, M. (2005) Estudio comparativo basado en la comunidad de organizaciones no lucrativas que prestan servicio social en Estados Unidos y México: dos caminos diferentes. Estudios políticos, núm. 6, octava época.
14. Payás, A. (2007), Psicoterapeuta, P., De Apoyo, S., & Girona, D. (n.d.). Intervención grupal en el duelo. <https://n9.cl/a75gjh>
15. Regina, D., García-Viniegras, V., Jorge, C., Abalo, A., Enríquez, M., La, quot;, Cuba, H., & Cuba, L. (2013). Duelo y proceso salud-enfermedad en la Atención Primaria de Salud como escenario para su atención. Revista Cubana de Medicina General Integral, 30(1), 121–131. <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v30n1/mgi12114.pdf>
16. Universidad San Sebastian, (2021). La importancia del acompañamiento para madres que han perdido un hijo. Recuperado de: <https://encr.pw/w8lZU>
17. Worden, J. (1982). El tratamiento del duelo. Asesoramiento psicológico y terapia. https://www.ecofuneral.es/wp-content/uploads/2018/10/williamworden_duelo.pdf