



EL DUELO Y LA PÉRDIDA EN LAS COMUNIDADES HISPANAS Y LATINAS

Octubre, 2022

INTRODUCCIÓN

Si bien las culturas hispanas y latinas son muy similares, también existen muchas diferencias relacionadas con el duelo y la pérdida, independientemente del país o la región de origen. El duelo puede expresarse de forma diferente en función de diversos factores, como la edad, el género, las prácticas regionales y la religión o la espiritualidad.

MANIFESTACIONES DE DUELO

La existencia de subculturas hispanas y latinas hace que la experiencia del duelo y la pérdida sea única. Aunque hay aspectos comunes en todas las regiones y entre ellas, la expresión del duelo varía mucho de una región a otra. La forma en que se manifiesta el duelo a nivel individual se basa en las creencias culturales de cada uno.¹ Algunas de las similitudes entre los sub-grupos de las comunidades hispanas y latinas incluyen los valores culturales de apoyo y de familismo, el compromiso con la propia familia. Estos valores culturales sirven como fortalezas culturales con familias que se apoyan mutuamente a través del difícil proceso del duelo.² Este apoyo es muy valioso porque la cultura hispana y latina es una cultura orientada a las relaciones y centrada en la familia y los seres queridos, lo que hace que las experiencias de duelo se sientan muy profundamente. Llorar o lamentarse suele ser una expresión de dolor entre las mujeres hispanas y latinas como señal de profundo amor y respeto por la pérdida de su ser querido. Por el contrario, de los hombres, se espera que permanezcan reservados en su duelo, lo que a menudo significa confiar en su machismo, o en un conjunto de valores, actitudes y creencias sobre la masculinidad.³ La espiritualidad es un valor fundamental en la vida de muchos individuos latinos e hispanos.⁴ Gran parte de los diferentes rituales regionales que tienen lugar en toda América Latina están influenciados por la religión y las creencias espirituales.⁶ El catolicismo es la religión dominante entre las culturas hispanas y latinas y muchos rituales en torno a la muerte, el morir y el duelo provienen (o se derivan) de las tradiciones religiosas.⁵ En numerosas ceremonias religiosas hispanas y latinas se lleva el color blanco durante los funerales, una práctica (o norma) que difiere de la costumbre estadounidense de vestir de negro, que simboliza el luto.

RITUALES REGIONALES ASOCIADOS AL DUELO Y A LA PÉRDIDA

Aunque hay muchos rituales que existen tanto dentro como entre los países y regiones, se resaltan algunos de ellos para mostrar las diferencias que existen entre las comunidades hispanas y latinas. Muchos de estos rituales son traídos por las personas cuando éstas se desplazaron por América Latina hacia los Estados Unidos y Europa.

- En España, se ofrecen rituales como la extremaunción y la comunión a las personas cuando se acerca la muerte. Tras la muerte de un ser querido, el rosario, o las oraciones basadas en el rosario, se realizan durante nueve días después del fallecimiento. Esta es una práctica que también se realiza en el aniversario de la muerte de un ser querido.⁵
- En la cultura mexicana, los seres queridos que han fallecido son recordados durante un tiempo de unión comunitaria y familiar con la celebración del Día de Los Muertos. Durante esta celebración, se recuerda a las familias que deben aprovechar al máximo su tiempo juntos. Las familias se reúnen para construir altares, cocinar y compartir alimentos culturales mientras comparten los recuerdos de los que han fallecido.⁵
- En Honduras, se celebra una fiesta de tambores en honor al ser querido tras su muerte, normalmente un año y un día después de su fallecimiento. Su objetivo es ayudar a elevar el espíritu del ser querido y permite la evolución espiritual.⁵
- En Puerto Rico se realizan "funerales de pie". Los seres queridos que han fallecido son colocados en posturas que reflejan las vidas que vivieron. Algunas de las posturas incluyen montar en moto, jugar, etc.⁵
- En la República Dominicana, después de la muerte de un ser querido, hay un periodo de luto durante nueve días. Tres días de duelo, tres días de silencio y tres días de liberación.⁵ Además, en la República Dominicana y en muchas otras comunidades caribeñas, existe la tradición de las "Nueve noches". En la novena noche se celebra un servicio, se baja el féretro a la tierra y los seres queridos del difunto arrojan puñados de tierra sobre el ataúd. Los hombres completan el entierro cubriendo el ataúd con el resto de la tierra y las mujeres cubren entonces la tumba con flores. Tradicionalmente, se canta la canción "Buenas Noches" durante este acto.⁶
- En Cuba, las familias se turnan para permanecer junto a la persona fallecida. No dejar el cuerpo solo y negarse a consumir alimentos junto al cadáver demuestra la profundidad del dolor.⁷

Referencias

1. [Hacia una Evaluación Cultural del Duelo y la Psicopatología Relacionada con el Duelo](#)
2. [El Duelo a Través del Lente: La Cultura Latina](#)
3. [La Muerte y el Morir La Visión Cultural Latina de la Muerte](#)
4. [El Duelo Complicado: Consideraciones Culturales al Trabajar con la Pérdida en Estudiantes Hispanos y Latinos y sus Familias](#)
5. [La Cultura y la Muerte: El Mes de la Herencia Hispana](#)
6. [Prácticas de Duelo en Diferentes Religiones y Culturas](#)



EL DUELO Y LA PÉRDIDA EN LAS COMUNIDADES HISPANAS Y LATINAS

Muchos rituales culturales se centran en el noveno día, que se basa en la novena del catolicismo. Se cree que en el noveno día después de la muerte el espíritu pasa. El número "nueve" también está relacionado con el sufrimiento. Gran parte de las opiniones culturales sobre los nueve días se basan en los fundamentos de las creencias católicas ⁸.

EL DUELO EN LOS NIÑOS HISPANOS Y LATINOS

Los niños suelen estar expuestos a la muerte, la agonía y el duelo a edades tempranas dentro de las culturas hispanas y latinas. Con la familia como valor fundamental, muchas familias optan por cuidar a sus seres queridos cuando están muriendo. En España, es habitual que la muerte se produzca en el hogar. En Sudamérica, los niños adquieren conocimientos sobre la muerte y la entienden a una edad temprana. En México, hay celebraciones comunitarias de unión y recuerdo para el Día de Los Muertos, lo que expone aún más a los niños a las realidades de la muerte, el dolor y la pérdida. En Cuba, los niños asisten a los velatorios y el acto de "cuidar el cuerpo" suele ser realizado por los niños asistentes ⁵. A menudo los niños luchan con la aceptación de la muerte de un ser querido y lo demuestran en una variedad de respuestas expresivas, incluyendo las físicas, psicológicas y emocionales ⁴. A menudo los niños tienen dificultades para compartir sus emociones a causa de las normas culturales y sociales basadas en la creencia según la cual al no mostrar sus emociones están ayudando a sus familias ⁴. Con frecuencia, los padres están tan abrumados por su propio dolor que les resulta difícil percibir los signos de dolor en sus hijos ². Los niños, a diferencia de los adultos, necesitan ayuda y orientación con sus emociones para ayudarles a sobrellevar la pérdida ⁴.

COMPETENCIA ESPIRITUAL Y CULTURAL

Como clínico o proveedor de salud mental, es crucial ser cultural y espiritualmente competente cuando se asiste a las familias a través de los procesos de duelo y pérdida, especialmente cuando se trabaja con familias de origen latino e hispano. Una evaluación cultural exhaustiva y una evaluación completa para comprender mejor las tradiciones culturales en torno a la muerte, el duelo y el luto, así como una evaluación espiritual para comprender el papel que desempeña la espiritualidad en el duelo y la pérdida es una información extremadamente importante que hay que tener e incorporar al tratamiento ⁴.

Poder reconocer e incorporar los valores culturales y los rituales ayudará a desarrollar la *confianza* con los clientes ⁹. Comprender otros valores culturales importantes, como el papel de la familia en las culturas hispana y latina, además de la *confianza*, contribuirá al establecimiento de una relación terapéutica comprometida y puede incorporarse al tratamiento ².

La fe y la espiritualidad son también valores fundamentales para muchos individuos latinos e hispanos. La comprensión de la relación que un individuo tiene con su espiritualidad, así como con su herencia cultural, le ayudará a entender mejor cómo expresan su dolor ¹.

Además, puede visitar los siguientes sitios web para obtener más información de apoyo.

SAMHSA's National Helpline

Línea Nacional de Ayuda de SAMHSA
Gratuito: 1-800-662-HELP 24/7/365
Servicio de información sobre el tratamiento en inglés y Español Sitio web: <http://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline>

Línea telefónica de ayuda en casos de desastre de SAMHSA

Gratuito: 1-800-985-5990 (español e inglés)
Mande un texto en Español: Envíe "Háblanos" al 66746
Mande un texto en inglés: "TalkWithUs" al 66746 (TTY): 1-800-846-8517 Inglés: <http://www.disasterdistress.samhsa.gov>
Español: <https://www.samhsa.gov/disaster-distress-helpline/espanol>

Línea de Teléfono Nacional de Prevención del Suicidio

Gratuito: 1-888-628-9454
Inglés: 1-800-273-TALK (8255) (TTY): 1-800-799-4TTY (4889)
Español: <https://suicidepreventionlifeline.org/help-yourself/en-espanol/>
Inglés: <http://www.suicidepreventionlifeline.org>

Localizador de Servicios de Tratamiento de Salud Mental de SAMHSA

Sitio web <https://findtreatment.gov>

Haz clic aquí para visitar nuestro sitio web y acceder más información:
[Centro Nacional Hispano y Latino PTTC](#)

Referencias

7. [El Proceso de Duelo Cubano-Americano](#)
8. [Nueve Días de Oración Concentrada: ¿Qué es una Novena?](#)
9. [Hoja Informativa sobre el Dolor, la Pérdida y el Duelo #4: Respuesta Cultural](#)