



Universidad
Católica
de Valencia
San Vicente Mártir

Facultad de Psicología

Grado en Psicología

Trabajo de Fin de Grado

LAS RELACIONES DE PAREJA EN EL DUELO PARENTAL

Presentado por: Carla Rodríguez Jarque

Tutor/a: M^a Gloria Bernabé Valero

Valencia, a 26 de mayo de 2025

Agradecimientos

Solo puedo sentirme profundamente agradecida de haber llegado hasta aquí. Después de 4 años llenos de aprendizajes, retos, momentos muy buenos y momentos no tan buenos, quiero agradecer a quienes han sido una parte fundamental en este camino.

A mis padres por ser mi mayor apoyo en esta etapa y en todas las de mi vida. Gracias por enseñarme el valor del esfuerzo y la constancia, y enseñarme que hay que luchar por lo que uno quiere.

A toda mi familia, por confiar siempre en mí y hacerme creer que nunca iba a haber nada con lo que yo no pudiera. Especialmente a mis yayos, por ser mis mayores fans.

A mis abuelos, que aunque ya no estén aquí, sé lo orgullosos que estarían de mí.

A mis amigas de la universidad, qué suerte haber crecido a vuestro lado dentro y fuera de clase.

A mi tutora de TFG, Gloria, y a Lucía, gracias por guiarme y acompañarme en este proceso con tanto compromiso y cercanía.

A mí misma, por no rendirme nunca y dar siempre lo mejor de mí.

Y por último, a todas y cada una de las personitas que siempre han estado ahí, y que especialmente en esta recta final, han estado apoyándome, motivándome y sacando lo mejor de mí.

Este trabajo es el reflejo de todo lo que me habéis dado. Me siento muy afortunada, gracias de corazón.

Resumen:

Cuando una familia pierde a un hijo, no solo se enfrenta a un profundo dolor individual, sino también a una transformación en su estructura emocional y relacional. Esta vivencia, profundamente significativa y desafiante, no afecta a todas las parejas de la misma manera: en algunos casos puede debilitar el vínculo, pero en otros, puede fortalecerlo y dar lugar a un crecimiento compartido. Esta investigación tiene como objetivo analizar cómo esta pérdida influye en la relación de pareja, explorando los cambios en la comunicación, la intimidad y la estabilidad emocional del vínculo. A partir de un enfoque cualitativo, se recogieron los testimonios de 24 madres y padres que han vivido esta experiencia, mediante entrevistas semiestructuradas. Los resultados ponen de manifiesto que las diferencias en los estilos de afrontamiento entre los miembros de la pareja son un factor decisivo: mientras algunas relaciones se vieron afectadas por la incomunicación y el distanciamiento, otras lograron fortalecerse a través del apoyo mutuo y la construcción compartida de sentido. El análisis permitió identificar tres patrones relacionales: parejas que se unieron y crecieron a raíz del duelo, parejas que permanecieron estables sin cambios significativos, y parejas que se distanciaron emocionalmente. Entre los factores que condicionan estos desenlaces destacan la calidad del vínculo previo, la capacidad comunicativa, el acompañamiento externo y la forma de resignificar la pérdida. Esta investigación busca aportar conocimiento útil para la práctica clínica y psicosocial, visibilizando una realidad generalmente poco estudiada. Además, destaca la necesidad de comprender el duelo como un proceso relacional, no solo individual, que puede transformar el vínculo más íntimo que muchas personas tienen: su relación de pareja.

Palabras clave: Duelo parental, Relaciones de pareja, Impacto emocional, Pérdida de un hijo, Metodología cualitativa.

Abstract:

When a family loses a child, it not only faces deep individual pain, but also a transformation in its emotional and relational structure. This deeply meaningful and challenging experience does not affect all couples equally: in some cases it can weaken the bond, but in others it can strengthen it and lead to shared growth. This research aims to analyze how this loss influences the couple relationship, exploring changes in communication, intimacy and emotional stability of the bond. Based on a qualitative approach, the testimonies of 24 mothers and fathers who have lived this experience were collected through semi-structured interviews. The results show that differences in coping styles between partners are a decisive factor: while some relationships were affected by isolation and distancing, others have been strengthened through mutual support and shared sense-building. The analysis identified three relational patterns: couples who united and grew up as a result of the duel, couples who remained stable without significant changes, and couples who distanced themselves emotionally. Among the factors that condition these outcomes are the quality of the previous bond, the communicative capacity, the external accompaniment and the way to resignify the loss. This research seeks to provide useful knowledge for clinical and psychosocial practice, making visible a reality generally little studied. In addition, it highlights the need to understand grief as a relational process, not just individual, which can transform the most intimate bond that many people have: their partner relationship.

Keywords: Parental grief, Couple relationships, Emotional impact, Loss of a child, Qualitative methodology.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN TEÓRICA	8
1.1 Justificación	8
2. MARCO TEÓRICO	9
2.1 Duelo	9
2.2 Duelo Parental	11
2.3 Objetivos	13
3. METODOLOGÍA.....	14
3.1 Equipo de investigación	15
3.2 Participantes	16
3.3 Instrumentos	18
3.4 Procedimientos	20
3.5 Análisis de datos	22
4. RESULTADOS	24
5. DISCUSIÓN	32
6. CONCLUSIONES.....	34
7. REFERENCIAS	36
8. ANEXOS	39

1. INTRODUCCIÓN TEÓRICA

El duelo es un proceso psicológico complejo que se experimenta tras la pérdida de un ser querido y que puede generar un impacto significativo en distintos ámbitos de la vida, incluyendo las relaciones de pareja. Diversos estudios han puesto en evidencia que el duelo no solo afecta la salud mental y emocional del individuo, sino que también puede influir en la estabilidad y calidad de sus vínculos afectivos (Stroebe & Schut, 2016).

1.1 Justificación

El duelo por la pérdida de un hijo es una de las experiencias más devastadoras que pueden atravesar los padres, con profundas repercusiones tanto a nivel individual como en la dinámica de pareja. La presente investigación se justifica en la necesidad de comprender cómo esta pérdida afecta la relación conyugal, particularmente enfocada a describir esta dinámica durante el duelo e identificar los procesos por los que atraviesan las parejas tras la pérdida de un hijo, con el fin de proporcionar más información acerca de este proceso de duelo.

Cuando el duelo es por el fallecimiento de un hijo, las características son particulares. Según Castiñeira (2016), al tratarse de una pérdida que va en contra del curso natural de la vida, su procesamiento resulta mucho más complejo, ya que interfiere con los recursos habituales que posee el aparato psíquico para afrontar este tipo de situaciones.

Diversos estudios han puesto de manifiesto que la pérdida de un hijo puede generar un impacto significativo en la relación de pareja, aumentando el riesgo de separación matrimonial. Según Oliver et al. (2015), entre el 40 % y el 70 % de las parejas que sufren el fallecimiento de un hijo experimentan un deterioro considerable en su relación, lo que incrementa la probabilidad de separación en comparación con parejas que no han pasado por esta experiencia. A pesar de la gravedad de esta situación, existe una baja conciencia social sobre esta problemática. Una de las razones por las que se explica esta falta de visibilidad es la baja prevalencia de este fenómeno. Por ejemplo, en España, la tasa de mortalidad en 2020 para edades entre 1 y 24 años fue de 39 por cada 100.000

habitantes (Ministerio de Sanidad, 2023). Esta cifra relativamente baja, dificulta que la sociedad perciba la magnitud del impacto que tiene la pérdida de un hijo en la vida de las familias afectadas. Además, la literatura científica que encontramos sobre el duelo por la muerte de un hijo, suele centrarse en aspectos específicos; como las circunstancias del fallecimiento (muerte súbita, accidente, enfermedad, suicidio etc.) o las diferencias en base al género. A pesar de que algunos estudios han explorado cómo factores como la comunicación, el afrontamiento individual y el apoyo mutuo pueden influir en la continuidad o ruptura de la relación, aún existe una falta de información sobre el impacto que tiene la pérdida de un hijo en la dinámica de pareja. Además, la mayoría de los estudios se centran en muestras reducidas o en circunstancias particulares de la muerte, lo que dificulta la obtención de conclusiones generalizables.

Es fundamental la obtención de información acerca de esta problemática para que las familias en duelo reciban el apoyo necesario, tanto a nivel emocional como a nivel social. La pérdida de un hijo no solo afecta a la pareja, sino también al entorno familiar y social, por lo que es imprescindible fomentar la sensibilización y la creación de redes de apoyo que ayuden a reducir sus efectos devastadores.

Dada la relevancia de este fenómeno y sus consecuencias en la estabilidad familiar, esta investigación busca profundizar en el impacto del proceso del duelo en la dinámica de pareja, con el objetivo de contribuir a la mejora del bienestar emocional de los afectados y al desarrollo de recursos psicosociales para su apoyo.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Duelo

El duelo es un proceso en el que la persona elabora y asimila la experiencia dolorosa, a menudo traumática, de perder a un ser u objeto querido. Este proceso, puede convertirse en una experiencia significativa a través de la cual el sufrimiento se convierte en una oportunidad de aprendizaje, dando lugar a una transformación de la identidad personal (Payás, 2010).

El duelo ha sido un tema abordado por muchos autores. Uno de los enfoques más utilizados en la comprensión del duelo es el Modelo de las Cinco Etapas del Duelo (Kübler-Ross, 1969), este modelo propone que las personas atraviesan cinco etapas emocionales tras una pérdida:

- Negación: La persona se resiste a aceptar la realidad de la pérdida. Puede sentirse en shock o experimentar incredulidad.
- Ira: Sentimiento de frustración y enfado, que pueden dirigirse hacia uno mismo, otras personas, o incluso hacia la persona fallecida.
- Negociación: Se intenta encontrar maneras de revertir o mitigar la pérdida, muchas veces recurriendo a pensamientos hipotéticos como *"Si tan solo hubiera hecho algo diferente"*.
- Depresión: Se experimenta tristeza profunda, desesperanza y una sensación de vacío ante la pérdida.
- Aceptación: Finalmente, la persona comienza a integrar la pérdida en su vida y encuentra una manera de seguir adelante.

Por otro lado, el Modelo de las Tareas del Duelo (Worden, 2009), describe el duelo como un proceso activo compuesto por cuatro tareas:

- Aceptar la realidad de la pérdida: Implica reconocer que la persona fallecida ya no está físicamente presente, evitando que se prolongue la etapa de negación.
- Procesar el dolor del duelo: Afrontar y experimentar las emociones asociadas a la pérdida en lugar de reprimirlas.
- Adaptarse a un mundo sin la persona fallecida: Requiere realizar ajustes tanto externos (nuevas responsabilidades) como internos (redefinición de la identidad y creencias).
- Recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo: No significa olvidar, sino encontrar una forma saludable de recordar a la persona sin que la pérdida impida el desarrollo personal.

Otras teorías sobre el duelo, como la Teoría del Apego y el Duelo de Bowlby (1980), el Modelo del Proceso Dual del Duelo de Stroebe y Schut (1999) y la Teoría de la Construcción de Significado de Neimeyer (2001), ofrecen distintas perspectivas sobre cómo las personas afrontan la pérdida.

Bowlby (1980) plantea que el duelo es una respuesta natural basada en el apego, donde las personas deben reajustar su mundo interno tras la pérdida. Stroebe y Schut (1999) amplían esta visión al mostrar que el duelo implica una oscilación entre el dolor por la pérdida y la adaptación a la nueva realidad. Y por último, Neimeyer (2001) enfatiza la reconstrucción del significado personal como clave en el proceso de afrontamiento.

Todas estas teorías, ponen de manifiesto que el duelo no es un proceso lineal, sino un proceso dinámico, que combina apego, adaptación y construcción de significado para integrar la pérdida en la vida del doliente.

2.2 Duelo Parental

El duelo parental es un proceso complejo y multidimensional que surge tras la pérdida de un hijo. Se considera una de las experiencias más devastadoras que una persona puede enfrentar y afecta profundamente a la estabilidad emocional, psicológica y social de los padres (Bonanno, 2009).

En el contexto de las relaciones de pareja, la pérdida de un hijo puede generar una serie de dificultades emocionales y comunicacionales. Algunos estudios han mostrado que el duelo puede provocar un distanciamiento entre los miembros de la pareja, dificultades en la comunicación y una disminución en la intimidad emocional y física (Carr et al., 2014). Sin embargo, en otros casos, el duelo puede fortalecer la relación, generando un mayor apoyo mutuo y una reestructuración de los vínculos afectivos (Gottman & Silver, 2015). El impacto del duelo en las relaciones de pareja puede verse afectado por diversos factores, como la calidad previa de la relación, las estrategias de afrontamiento individuales, el tipo de vínculo con el fallecido y el tiempo transcurrido desde la pérdida (Bonanno, 2009).

El duelo por la pérdida de un hijo no se vive de la misma manera en todas las parejas. Cada padre puede experimentar el dolor de forma distinta. Como señala Torres (2011) “Cuando muere un hijo ambos padres han sufrido una gran pérdida, pero la experiencia de duelo puede ser diferente para cada uno debido a que tenían una relación distinta con su hijo y a sus diferentes estilos de afrontamiento. Estas diferencias pueden producir

tensión en la relación marital, y esto a su vez puede producir tensiones y alianzas entre los miembros de la familia" (p.25).

Esto es un aspecto muy importante a tener en cuenta, porque a pesar de que ambos sean padres de la misma persona, la magnitud del impacto ocurre de modos y niveles distintos, debido a las diferencias en sus relaciones con el hijo y las estrategias personales que posee cada uno para afrontar la pérdida. Estas diferencias de reacción pueden dar lugar a dificultades en la relación de pareja y, por consiguiente; producir cambios en la dinámica de su relación.

El duelo parental puede generar efectos diversos en la pareja, tales como (Traslaviña, 2007):

- Dificultades en la comunicación: Las diferencias en la expresión del dolor pueden llevar a malentendidos y distanciamiento.
- Alteraciones en la intimidad: La pérdida puede provocar disminución del deseo sexual y cambios en la conexión emocional.
- Reconfiguración de roles: La pareja puede experimentar cambios en la distribución de responsabilidades y apoyo mutuo.
- Riesgo de separación: En algunos casos, el dolor mal gestionado puede dar lugar a conflictos irreconciliables y ruptura de la relación.

Existen factores que pueden facilitar o dificultar la adaptación de la pareja tras la pérdida de un hijo (Traslaviña, 2007):

- Apoyo social y terapia psicológica: Un entorno de apoyo y la intervención terapéutica pueden favorecer la superación del duelo.
- Historia previa de la relación: La fortaleza y calidad de la relación antes de la pérdida influyen en la capacidad de afrontamiento.
- Estrategias de afrontamiento: El afrontamiento activo y la comunicación abierta pueden mejorar la resiliencia de la pareja.

Por último, cabe destacar que en ocasiones, la pérdida de un hijo no solo afecta a los padres sino también al hermano/a o hermanos/as. La respuesta ante la muerte de un hermano es única, responden a la pérdida mediante reacciones afectivas como el odio, la ira, el miedo, dolor, confusión y soledad. La culpa suele emerger debido al sentimiento de

culpabilidad por estar vivo y su hermano/a no, por desacuerdos no solucionados con el hermano/a y por sentir celos del duelo de sus padres. Esto último, se ve reflejado en muchos casos, en los que los padres están tan entregados a su propio duelo, que el/los hijo/s sobrevivientes sienten una doble pérdida (Forward y Garlie, 2003; Pérez Trenado, 1999).

El duelo parental es un proceso altamente desafiante que impacta significativamente en la relación de pareja. Comprender sus implicaciones y los mecanismos de afrontamiento es clave para minimizar sus efectos negativos y fortalecer el vínculo. La intervención psicológica y el apoyo mutuo juegan un papel fundamental en la reconstrucción de la relación tras la pérdida.

2.3 Objetivos

Objetivo general:

- Analizar el impacto del duelo en la dinámica de las relaciones de pareja.

Objetivos específicos:

- Explorar cómo afecta el duelo a la comunicación y la intimidad en las relaciones de pareja.
- Identificar los factores que pueden agravar o mitigar los efectos del duelo en la relación.
- Analizar los patrones relacionales en parejas tras la pérdida de un hijo, diferenciando tres tipos de dinámicas: fortalecimiento, estabilidad o distanciamiento.
- Identificar las estrategias de afrontamiento que han demostrado ser eficaces para mantener la estabilidad durante el proceso de duelo.

Este estudio busca contribuir al conocimiento sobre los efectos del duelo en las relaciones de pareja y proporcionar información relevante para la práctica clínica y el apoyo terapéutico en este ámbito.

3. METODOLOGÍA

La metodología cualitativa es un enfoque de investigación que tiene como propósito comprender los fenómenos sociales desde la perspectiva de aquellos que los experimentan. Su objetivo principal es analizar los significados, percepciones y dinámicas sociales dentro de su contexto natural, permitiendo así una interpretación profunda de la realidad.

Uno de los aspectos más relevantes es su enfoque interpretativo, ya que no se limita a medir datos, sino que analiza cómo los individuos dan sentido a su entorno. En este sentido, Creswell (2013) señala que la investigación cualitativa tiene como finalidad comprender los significados que los individuos o grupos atribuyen a un problema o fenómeno social. Para ello, se apoya en datos subjetivos como; experiencias, emociones y opiniones que provienen de la información recopilada.

Además, esta metodología se caracteriza por su flexibilidad, ya que posibilita la modificación de preguntas y estrategias conforme avanza el estudio, lo que permite ajustarse a los hallazgos obtenidos (Taylor y Bogdan, 1998). Otro aspecto clave es la contextualización, el enfoque cualitativo en lugar de separar un hecho de su realidad, busca entender cómo diferentes factores influyen en él y le dan forma. Desde esta perspectiva, Flick (2007) afirma que estos estudios buscan interpretar los fenómenos desde la perspectiva de los participantes y dentro del contexto en el que ocurren.

En cuanto a la selección de los participantes del estudio, esta metodología emplea una muestra no probabilística, lo que significa que no busca representar a una población de manera estadística, sino que busca profundizar en casos específicos. En la investigación cualitativa, los participantes se seleccionan de manera intencional, con el objetivo de obtener información rica y detallada (Merriam, 2009). Del mismo modo, el análisis de los datos sigue un enfoque inductivo, donde la teoría emerge a partir de la información recopilada en lugar de partir de hipótesis preestablecidas, como plantean Strauss y Corbin (1990).

Por último, la participación del investigador es un elemento fundamental en este tipo de estudios. A diferencia de los métodos cuantitativos, en este tipo de investigación el investigador participa activamente en la recopilación de datos, estableciendo una relación cercana con los sujetos de estudio (Maxwell, 2012). Por lo tanto, la metodología cualitativa permite una comprensión más profunda de los fenómenos sociales al enfocarse en la interpretación, el contexto y la subjetividad de los datos.

Los métodos cualitativos resultan fundamentales para obtener información descriptiva sobre una comunidad determinada, ya que permiten analizar en profundidad las características de los grupos humanos, su relación con el entorno y sus dinámicas de reproducción. A través de estos, es posible responder preguntas basadas en la experiencia, proporcionando datos subjetivos que no pueden ser cuantificados, pero que permiten comprender con mayor profundidad el fenómeno en estudio (Cadena et al., 2017).

3.1 Equipo de investigación

El equipo de investigación, compuesto por cuatro estudiantes de último año del Grado en Psicología, todas de género femenino, bajo la tutela de dos profesoras universitarias, también de género femenino. Las entrevistas fueron realizadas por las estudiantes, quienes contaban con una preparación previa en metodología cualitativa impartida por las docentes responsables del proyecto. En el momento del estudio, las alumnas estaban concluyendo su formación académica, mientras que las profesoras ejercían funciones docentes en su universidad. La relación entre entrevistadoras y participantes no fue uniforme, ya que dependía del contexto particular en que se habían conocido o si existía algún vínculo previo. Sin embargo, antes de iniciar cada entrevista, se entregó a los participantes una hoja informativa que explicaba los objetivos del estudio, el papel de las entrevistadoras y las razones que motivaban la investigación. En cuanto al perfil de las entrevistadoras, se indicó su interés formativo y académico en la temática, como parte de su proceso de aprendizaje profesional. Aunque no se identificaron sesgos personales específicos, se partió de la premisa de que las entrevistadoras abordaban la experiencia de los participantes con una actitud comprensiva y respetuosa, siguiendo los principios éticos y epistemológicos de la investigación cualitativa.

3.2 Participantes

Esta investigación ha contado con la participación de un total de 24 participantes que han experimentado la pérdida de un hijo. De estos, 19 son mujeres y 5 son hombres, lo que refleja una mayor disposición de las madres a compartir su experiencia en comparación con los padres. El tamaño de la muestra cumple con el concepto de saturación teórica propuesto para la metodología cualitativa. Este término, hace referencia a buscar grupos que amplíen la diversidad de datos tanto como sea posible, solo para asegurarse de que la saturación se base en la gama más amplia posible de datos (Glaser y Strauss, 1967). Así, el fundamento de una teoría comenzó a ser interpretada a partir de la heterogeneidad de los datos y de la imposibilidad de encontrar nueva información en ellos; es decir, cuando ya no se obtiene ninguna novedad comprensiva a los significados de los sujetos (Rodríguez et al., 1999; Corbin y Strauss, 2002; Charmaz, 2006; Creswell, 2007).

Los participantes fueron seleccionados mediante un muestreo intencional, seleccionando a padres que han sufrido la pérdida de un hijo en distintas circunstancias (enfermedad, accidente, suicidio...) con el objetivo de obtener una visión más amplia y representativa del fenómeno estudiado. Para ello, se siguieron una serie de criterios, tales como:

Criterios de inclusión

Se incluyen en el estudio aquellas personas que cumplen con los siguientes requisitos:

1. Haber perdido a un hijo o hija en cualquier momento de su vida, sin importar el tiempo transcurrido desde su falta ni la edad del hijo al fallecer siempre que la muerte haya tenido lugar después del parto. Se contemplan tanto muertes neonatales como fallecimientos en la infancia, adolescencia o adultez.
2. Ser madre o padre biológico del/a niño/a fallecido/a, a fin de garantizar una experiencia directa de maternidad o paternidad en relación con la pérdida. Estos padres pueden tener más hijos además del fallecido o no, y pueden estar en cualquiera de los siguientes estados civiles: soltero, casado, divorciado, pareja de hecho o viudo.

3. Pertenecer actualmente al grupo de apoyo mutuo “Renacer”.
4. Capacidad y disposición para participar en una entrevista en profundidad, en condiciones de privacidad y respeto.
5. Firma del consentimiento informado, de acuerdo con los principios éticos de la investigación cualitativa.

Criterios de exclusión

Se excluyen del estudio aquellas personas que:

1. Hayan perdido a su hijo/a durante el embarazo, ya que esas experiencias se abordan desde marcos teóricos distintos a los tratados en este trabajo.
2. No sean progenitores biológicos del/a hijo/a fallecido/a.
3. Estén atravesando un duelo agudo.
4. No estén en condiciones de participar en una entrevista en profundidad, por motivos emocionales, cognitivos o comunicativos.
5. Presentar un trastorno mental grave o de personalidad, ya que podrían sesgar las respuestas al incluir sintomatología adicional a la del duelo.
6. Revoquen el consentimiento informado.

Todos los participantes pertenecen a la asociación Renacer. La asociación Renacer, no es una asociación de autoayuda ni un grupo de terapia, sino un espacio de encuentro y de ayuda mutua, en la que no hay jerarquías. Todos son personas que están atravesando el duelo por la pérdida de un hijo pueden compartir sus experiencias, sentimientos y vivencias en reuniones periódicas, donde se promueve un ambiente de respeto y empatía, formando una red de apoyo entre iguales que les proporciona un apoyo emocional muy fuerte.

La participación en el estudio fue completamente voluntaria, garantizando el anonimato y la confidencialidad de los testimonios relatados. Además, se les hizo saber que podrían abandonar la investigación en cualquier momento, si así lo deseaban.

Las entrevistas fueron llevadas a cabo en lugares en los que los participantes se sintieran cómodos contando sus testimonios, estando presentes durante la entrevista el entrevistador y en entrevistado, con el fin de generar un espacio seguro donde compartir sus experiencias. Las entrevistas fueron llevadas a cabo tanto cara a cara, como a través de video llamadas, dejando a elección de los participantes el modo en el que realizar la entrevista, con el fin de hacerles sentir mayor seguridad y confianza.

Tabla 1

Características sociodemográficas de los participantes

Variable	Datos
Número total de participantes	24
Género	5 padres, 19 madres
Rango de edad de los hijos	3 – 44 años
Rango de edad de los padres	37 – 63 años
Rango de edad de las madres	50 – 76 años
Número de hijos	Entre 1 y 4
Tiempo transcurrido desde la muerte	6 meses – 13 años
Tipo de estructura familiar	Mayoritariamente biparental; algunos casos de familias reconstituidas.

Nota. La muestra se compone de padres y madres que han perdido a un hijo o hija, agrupados por variables sociodemográficas relevantes y tipo de estructura familiar.

3.3 Instrumentos

Para la obtención de información, el principal instrumento utilizado fue una entrevista semiestructurada cualitativa, diseñada específicamente para este estudio, cuya finalidad era explorar y comprender las experiencias personales de los 24 participantes. Esta entrevista consta de una serie de preguntas abiertas que permitieron a los participantes

expresar con libertad sus vivencias, emociones, pensamientos y formas de afrontamiento tras la pérdida. La flexibilidad que caracteriza a la entrevista, facilitó la profundización en aquellos aspectos que surgieron de manera espontánea durante las entrevistas, en este caso poniendo el foco en los aspectos relacionados a cómo afectó la pérdida a la relación de pareja, permitiendo así un diálogo más adaptado a cada caso.

La entrevista se estructura en diez apartados que permiten comprender en profundidad el proceso de duelo parental. Comienza con la recogida de datos sobre el contexto familiar. A continuación, se abordan los datos del hijo fallecido, se continúa con el relato del fallecimiento, explorando cómo recibieron la noticia, quién la comunicó y qué aspectos consideran que se manejaron adecuadamente o no. También se indaga sobre la experiencia con la terapia psicológica, valorando si acudieron o no, qué recursos les fueron útiles y qué alternativas hubieran considerado necesarias. Se analiza el impacto en la dinámica familiar, haciendo especial énfasis en cómo la pérdida ha afectado a la relación de pareja, atendiendo a posibles cambios en diferentes ámbitos de la dinámica conyugal. Posteriormente, se aborda la fase de crisis, entendida como el momento de mayor desbordamiento emocional. La entrevista continúa con la fase de adaptación, en la que se investigan las estrategias de afrontamiento y la evolución emocional. En la fase de ajuste, se examinan elementos de estabilidad emocional. Finalmente, se solicita a los padres que elijan una palabra representativa para cada fase vivida, permitiendo una síntesis emocional del proceso, y se concluye con un espacio de cierre de contención.

Aunque se exploran múltiples aspectos del duelo, la búsqueda de información se centró principalmente en las preguntas de cómo la pérdida afectó a la relación de pareja, con el objetivo de profundizar en cómo esta vivencia afecta a la dinámica conyugal y cómo se transforma el vínculo en un contexto de pérdida profunda.

Además, en todas las entrevistas se utilizó una grabadora de audio digital para registrar cada entrevista de manera íntegra, previo consentimiento informado del participante. Este recurso permitió realizar una transcripción textual íntegra, imprescindible para el posterior análisis de contenido.

3.4 Procedimientos

Previo al inicio, se obtuvo la aprobación ética del Comité Ético de la Universidad Católica de Valencia, bajo el código de proyecto UCV 2022-2023/024, garantizando el cumplimiento de las más rigurosas normas éticas y requisitos normativos establecidos para la investigación científica perteneciente al proyecto titulado “Factores asociados al duelo parental”.

El desarrollo metodológico de esta investigación llamada “Factores asociados al duelo parental” se llevó a cabo siguiendo la guía COREQ, una lista que permite verificar los elementos que deben incluirse en los informes de investigación cualitativa, con el fin de garantizar la calidad de la investigación (Véase Anexo A).

Desde una perspectiva epistemológica, este estudio se enmarca en un enfoque construccionista, ya que reconoce que el conocimiento no es una verdad absoluta, sino una construcción social derivada de las experiencias y percepciones de los participantes. Esto implica que los testimonios recogidos no son simplemente datos objetivos, sino representaciones subjetivas de una realidad compleja y profundamente emocional. A través de esta perspectiva, el dolor parental se entiende como una experiencia única y diversa, que permite interpretar los hallazgos como un reflejo de las múltiples formas en que los padres viven y enfrentan el duelo, respetando y valorando la pluralidad de sus experiencias.

En primer lugar, se llevó a cabo una entrevista semiestructurada, diseñada a partir de los objetivos del estudio y revisada previamente por profesionales del ámbito psicológico para asegurar su adecuación y sensibilidad hacia el perfil de los participantes. Se llevaron a cabo dos pruebas piloto, mediante las cuales se iban ajustando las preguntas con el objetivo de que éstas realizaran una exploración flexible y profunda de las experiencias personales relacionadas con la pérdida de un hijo. El guion de la entrevista está cuidadosamente estructurado para abordar todas las dimensiones relevantes de esta experiencia, tanto a nivel individual como familiar, emocional, social y espiritual.

A continuación, se procedió a la selección de los participantes mediante un muestreo intencional. Se contactó con uno de los miembros de Renacer y éstos fueron buscando voluntarios que quisieran participar en la investigación. Se pudo contactar con 24 personas que habían vivido la pérdida de un hijo, pertenecientes a la asociación Renacer, garantizando la diversidad en cuanto a edad, género, contexto sociofamiliar, tipo de muerte y tiempo transcurrido desde el fallecimiento. La decisión de cerrar la muestra en 24 participantes, se basó en el criterio de saturación teórica, es decir, se alcanzó un punto en el que las entrevistas adicionales no aportaban información nueva o relevante para los objetivos del estudio, lo que indicaba que los principales temas y patrones ya habían surgidos. A cada participante se le explicó detalladamente el propósito de la investigación, y se les solicitó la firma de un consentimiento informado, respetando los principios éticos de voluntariedad, confidencialidad y anonimato.

Las entrevistas fueron realizadas en espacios previamente acordados con los participantes, priorizando un entorno cómodo y seguro. Antes de iniciar las entrevistas, se les reparte a los participantes una hoja de información (Véase Anexo B) en la que se les informa en qué consiste la entrevista, los objetivos del estudio, así como también los beneficios y riesgos de su participación. Además, se les informa que la investigación respeta los principios éticos de confidencialidad, respeto y voluntariedad, recogidos en el consentimiento informado (Véase Anexo C) que se les hará firmar a cada uno de los participantes antes de iniciar la entrevista.

Cada entrevista fue grabada en audio con el permiso de los entrevistados y tuvo una duración media de entre 1 y 3 horas. No se tomaron notas de campo, con el fin de centrarse plenamente en los testimonios de los participantes.

Una vez recogida la información, se procedió a la transcripción literal de las entrevistas y a su posterior análisis cualitativo. Este análisis se basó en la búsqueda de información en referencia a cómo la pérdida de un hijo había afectado a la persona, focalizando la recogida de datos en cómo esta pérdida había afectado a la relación de pareja, identificando semejanzas y diferencias en los distintos relatos con el fin de obtener resultados. No hay entrevistas repetidas, por lo que cada testimonio es distinto permitiendo obtener una mayor variabilidad de datos. Las entrevistas transcritas no

fueron devueltas a los participantes, a pesar de que se les ofreció la opción. Además, éstas carecían de datos personales con el fin de asegurar la confidencialidad.

Todo el procedimiento fue llevado a cabo respetando las normas éticas y deontológicas propias de la investigación en ciencias sociales, prestando especial atención al carácter sensible del tema tratado.

3.5 Análisis de datos

El análisis de datos se ha llevado a cabo de forma cualitativa y siguiendo una metodología inductiva, con el objetivo de comprender en profundidad el impacto de la pérdida a nivel de pareja. La metodología inductiva, sigue un razonamiento que, partiendo de casos particulares, se eleva a conocimientos generales. Este método permite la formación de hipótesis, investigación de leyes científicas, y las demostraciones (Ander, 1997). A continuación, se describen los pasos llevados a cabo hasta la obtención de los resultados finales:

1. Lectura inicial de las entrevistas y recopilación de información relevante: Durante esta fase, se prestó especial atención a los fragmentos en los que los participantes relataron cómo la pérdida afectó su relación de pareja. Toda esta información organizada en un documento, con el fin de tener toda la información importante en un mismo documento que permitiera contrastar testimonios.
2. Elaboración de una base de datos en Excel: Se creó un documento que permitiera organizar la información obtenida. Cada fila correspondía a una entrevista, se clasificaron las entrevistas según la estructura familiar (pareja con hijos, sin hijos, familias reconstituidas, etc.) y la causa del fallecimiento (enfermedad, accidente, suicidio, etc.). Además, se incluyeron los aspectos más importantes en otra columna. Esta organización permitió realizar comparaciones cruzadas y detectar patrones dentro de las distintas tipologías familiares y contextos de pérdida (Véase Anexo D).

3. Identificación de núcleos temáticos compartidos:

A partir de la información seleccionada, se empezaron a identificar los temas más redundantes y significativos que aparecían en los testimonios de los participantes. Entre ellos destacaron: las diferencias en las formas de afrontar el duelo, el distanciamiento emocional y la comunicación, el impacto en la convivencia, la importancia de los apoyos externos y redes de contención, el impacto de los proyectos conmemorativos y la transformación que experimenta la pareja.

4. Creación del árbol de codificación (coding tree):

Una vez identificados los temas principales, se construyó un *coding tree* que permitió jerarquizar y estructurar los temas emergentes. Este árbol incluyó categorías principales como “Diferencias en estilos de afrontamiento”, “Aislamiento emocional”, “Impacto en la convivencia”, “Apoyo externo y redes de contención”, “Proyectos conmemorativos compartidos” y “Transformaciones en las relaciones de pareja” con subcategorías derivadas de los datos, como “Ritmos del duelo”, “Comunicación”, “Grupos de ayuda” y “Resignificación del vínculo” entre otros. Estos temas y subtemas sirvieron como base para el análisis temático (Véase Anexo E).

5. Clasificación de los testimonios en tres grupos: Una vez realizados los pasos previos, se procedió a clasificar los testimonios obtenidos en tres grupos, de acuerdo con las dinámicas de pareja observadas tras la pérdida. Esta clasificación permitió organizar y comprender las distintas maneras en que las parejas enfrentaron el duelo, así como los patrones comunes en cada grupo (Véase Anexo F).

6. Búsqueda de citas representativas en los testimonios que justifiquen los resultados. Estas citas no solo respaldan los testimonios, sino que también se reflejan las vivencias particulares de los participantes en relación con el impacto de la pérdida sobre la pareja.

Tras llevar a cabo el análisis de datos, se identificaron una serie de temas recurrentes en los testimonios de los participantes, que no aparecen únicamente de forma aislada sino que se interrelacionan con otros temas, formando de este modo una estructura compleja que permite comprender el impacto que esta vivencia tiene en la pareja.

4. RESULTADOS

El análisis de los testimonios de los 24 participantes, padres y madres que han experimentado la pérdida de un hijo, ha permitido identificar una serie de factores clave que influyen en la dinámica conyugal tras una vivencia tan dolorosa. A continuación, se presentan los principales hallazgos estructurados en 2 secciones, en la primera sección, se abordan las variables relacionales implicadas en la vivencia del duelo, con especial atención a los estilos de afrontamiento, la comunicación, la convivencia, el apoyo externo y los proyectos conmemorativos. Estos temas permiten comprender los mecanismos internos y externos que influyen en la manera en que las parejas enfrentan la pérdida. En la segunda sección, se presentan los patrones relacionales observados, diferenciando tres grupos de parejas en función de la transformación (o no) de su vínculo tras la pérdida del hijo: aquellas que se fortalecieron, las que permanecieron estables y las que se distanciaron. Esta clasificación permite identificar las dinámicas específicas que surgen en función del grado de impacto emocional y relacional.

A continuación, se desarrollan ambas secciones de forma detallada, ilustrados con fragmentos significativos de las entrevistas realizadas:

PRIMERA SECCIÓN:

1. Diferencias en la forma de afrontar el duelo

Uno de los aspectos más evidentes dentro de las parejas es la diferencia en los estilos de afrontamiento del duelo. Mientras que algunas madres manifiestan la necesidad de expresar abiertamente sus emociones y mantener viva la memoria del hijo fallecido, algunos padres optan por reprimir el dolor y asumir un rol de contención emocional para la familia. *“Yo solo quería hablar de X y él quería dejar de hablar de X siempre”* (Entrevista 1). Estas discrepancias pueden dar lugar a sentimientos de incomprensión generar tensiones cuando no se gestionan adecuadamente.

“Un poquito sí que nos afectó, porque ella lo ve de una manera y yo de otra... Yo puedo ser más brusco, pero soy más sentimental que ella. Ella parece más débil o lo que sea, pero es más fuerte que yo”. (Entrevista 11)

Además, se observa que los ritmos del duelo no siempre coinciden entre ambos miembros de la pareja.

“Hemos sido conscientes de que cada uno teníamos un ritmo, pero sí que es verdad que hemos intentado ajustarnos al ritmo del otro”. (Entrevista 1)

El hecho de que uno esté en una etapa de aceptación mientras el otro permanece en la negación o en la ira puede provocar desajustes emocionales y dificultades para sostenerse mutuamente. *“Él me decía: “es que yo no puedo con mi dolor, ¿cómo voy a aguantar el tuyo? ¿cómo voy a ayudarte. Es que no te puedo ayudar si no puedo ni con el mío.”* (Entrevista 2)

2. Distancia emocional y ruptura en la comunicación

El duelo afecta de forma significativa a la comunicación dentro de la pareja. Muchos testimonios relatan episodios de aislamiento emocional, donde uno o ambos miembros evitan hablar del tema por miedo a aumentar el sufrimiento del otro. *“Se ha quedado encerrado como en sí mismo”* (Entrevista 13). También se observan casos de culpabilización, consciente o inconsciente, que generan conflictos intensos. La malinterpretación de las reacciones emocionales ajenas (por ejemplo, el malestar que genera el sufrimiento en otros) es otro factor que debilita la conexión emocional. *“A mi marido, no le gustaba verme llorar, y yo lloraba, pataleaba y hacía de todo. Mi marido se enfadaba, se ponía malo, abría la puerta y se iba a dar una vuelta a la calle”* (Entrevista 20).

A pesar de ello, se observó que las parejas que logran establecer un espacio seguro para compartir emociones y recuerdos consiguen una mayor sensación de cercanía, y por lo tanto, mayor facilidad para la reconstrucción del vínculo.

“Llorábamos solos y juntos y hemos hablado mucho y hemos tenido mucha compañía. Ha sido mi pilar y mi apoyo” (Entrevista 5).

3. Impacto en la convivencia

La pérdida de un hijo genera una reconfiguración en la convivencia diaria. Una gran parte de las parejas manifestó haber sentido desconexión emocional, como consecuencia de la fatiga y la ansiedad. *“Juntos hemos llorado poco, pero bueno”* (Entrevista 2). Sin embargo, otras señalaron que el dolor actuó como un canal de reconexión emocional. *“En vez de hacer yo mis cosas y él las suyas, yo las tuyas contigo y tú las mías conmigo”* (Entrevista 1).

En cuanto a la convivencia, se observaron dinámicas duales: mientras algunas parejas fortalecieron su vínculo a través de nuevas rutinas compartidas: *“Exacto, es encontrar ese equilibrio entre los dos, que una vez a lo mejor tiene que tirar más uno, otras veces el otro y otras veces a la par”* (Entrevista 3). Otras se vieron envueltas en una relación distante y mecánica, que dificultó el acompañamiento mutuo. *“Nosotros en nuestro caso hemos necesitado hacer cada uno cosas distintas”* (Entrevista 2).

4. Apoyo externo y redes de contención

El acceso a apoyo externo, ya sea en forma de grupos de ayuda mutua como “Renacer” o mediante terapia de pareja, fue un factor determinante para muchas parejas. Aunque inicialmente algunos mostraron resistencia, con el paso del tiempo realizaron una mejora en la comunicación, en la validación emocional y en la comprensión mutua. Estos recursos se valoraron especialmente por aportar un entorno donde sentirse comprendidos sin necesidad de justificar sus emociones.

“Llorábamos solos y juntos y hemos hablado mucho y hemos tenido mucha compañía” (Entrevista 8).

5. Proyectos conmemorativos compartidos

Un hallazgo especialmente significativo fue la función terapéutica de los proyectos conmemorativos, como rituales simbólicos (plantar un árbol, escribir cartas, crear memoriales) o actividades altruistas en nombre del hijo fallecido. La realización de estas actividades no solo permitió canalizar el dolor, sino también reconectar a la pareja

en torno a un propósito compartido, transformando el duelo en una experiencia de significado conjunto.

“Luego, hemos hecho cosas por X, X era fotógrafo, hemos preparado una exposición de fotografía que estamos intentando llevar a más sitios. Entonces, en todo eso nos hemos unido y ha sido muy bonito estar unidos porque seguimos haciendo cosas por X” (Entrevista 21).

6. Transformación de la relación de pareja

Todos los testimonios coinciden en que la relación de pareja no vuelve a ser la misma tras la pérdida de un hijo, ni ellos a nivel individual vuelven a ser los mismo. *“Yo no soy la misma, yo nunca seré la misma”* (Entrevista 15). En algunos casos, este acontecimiento se convierte en un punto de inflexión que conduce a la separación, especialmente cuando existían conflictos previos o carencias comunicativas.

“A nivel de pareja ya estábamos un poco separados antes de lo de mi hijo y seguimos separados ahora, aunque vivimos juntos” (Entrevista 14).

Sin embargo, en otras parejas se produce una resignificación del vínculo, donde el proceso de duelo impulsa una transformación que fortalece la relación.

“Pues nos ha unido más, estamos más unidos que nunca” (Entrevista 6).

“A ver, hemos estado, estábamos unidos, y seguimos estando unidos” (Entrevista 4).

Tabla 2

Principales temas emergentes del análisis

Tema	Aspectos clave
1. Afrontamiento del duelo	Diferencias en la expresión emocional, ritmos del duelo y percepción del otro.
2. Comunicación y distancia emocional	Aislamiento, culpabilización, malinterpretaciones y espacios de diálogo empático.
3. Convivencia e intimidad	Desconexión diaria, rutinas compartidas, cambios

Tema	Aspectos clave
	en la cercanía emocional y física.
4. Apoyo externo	Grupos como Renacer, terapia profesional y valoración del acompañamiento recibido.
5. Proyectos conmemorativos	Rituales simbólicos, acciones altruistas y su efecto unificador en la pareja.
6. Transformación de la relación	Resignificación del vínculo o distanciamiento, según factores previos y externos.

Nota. Esta tabla resume y simplifica la información extraída del árbol de codificación (*coding tree*) utilizado en el análisis cualitativo de los testimonios.

SEGUNDA SECCIÓN:

Grupo 1: Parejas que se unieron a raíz de la pérdida

Las parejas de este grupo encontraron en el duelo una oportunidad para fortalecer su vínculo. Las características comunes incluyen el apoyo mutuo, la comunicación abierta y el reconocimiento del dolor del otro. Dentro de este grupo, se pueden observar patrones específicos como:

- Apoyo mutuo constante: Las parejas se proporcionaron apoyo emocional y físico, escuchando activamente y reconociendo el dolor del otro (Entrevistas 11, 16, 22).

“Cuando él me estaba apoyando a mí, teníamos que apoyarnos juntos y así llevamos la vida”. (Entrevista 22)

- Comunicación abierta: Compartieron libremente sus emociones, lo que permitió una mejor comprensión mutua. (Entrevistas 5, 7, 10)

“Correcto, no se sabe si los tiempos de cada uno también aprendemos que son diferentes, incluso dentro del propio matrimonio. Hay parejas que dentro de la pareja,

uno evoluciona de una manera, otro de otra, cada uno vive las cosas diferente al otro. ¿No? Fíjate que curioso es así. Al final, el individuo prevalece sobre la pareja y todos somos diferentes. Entonces ahí tiene que haber mucha comunicación. Tiene que haber diálogo, tiene que haber apertura de sentimientos”. (Entrevista 10)

- Adaptación conjunta: Algunas parejas transformaron el duelo en una oportunidad para crecer juntos, incluso realizando homenajes o actividades compartidas para honrar la memoria de la pérdida. (Entrevistas 21, 3)

“Por ejemplo, con el asunto este de Renacer, si X no me acompaña o yo no le acompaño a él vamos ya eligiendo como caminos diferentes, pero si vamos a un mismo sitio donde recibimos un mismo mensaje...Sí, además, generamos un grupo de amigos, a partir de ese momento...Entonces al final todo eso va como fusionando-cohesionando más a la pareja”. (Entrevista 3)

El duelo en este grupo no solo fue una prueba, sino una experiencia que fortaleció la confianza y la intimidad entre las parejas, creando un sentido renovado de conexión emocional.

Grupo 2: Parejas en las que el duelo parental no cambió su dinámica

Este grupo incluye tanto a parejas con una relación sólida previa como a aquellas ya distanciadas. En ambos casos, la pérdida no generó transformaciones importantes, y la relación se mantuvo estable. Las características comunes identificadas son:

- Estabilidad previa: Las parejas ya tenían una relación estable antes del duelo, lo que les permitió mantener su dinámica sin grandes alteraciones. (Entrevistas 15, 4)

“A ver, hemos estado, estábamos unidos y seguimos estando unidos”. (Entrevista 4)

- Respeto mutuo: Aunque no hubo un acercamiento emocional profundo, las parejas mantuvieron un nivel de respeto y convivencia funcional. (Entrevistas 12, 24)

“Sí sí, hombre, exactamente yo, por ejemplo, eh...pues X necesitó una serie de cosas, ¿no?, y yo hay veces que necesito las mismas, ¿vale?, pero ella, por ejemplo, con la pérdida de X...ella es madre, ¿no?, entonces ella lo ha llevado un poquito peor, pero bueno ha necesitado un poquito más de ayuda, ¿no?”. (Entrevista 24)

- Distancia emocional estable: Algunas parejas mostraron una falta de involucramiento emocional significativo tanto antes como después de la pérdida, lo que indica que su relación no se basaba en un fuerte vínculo afectivo. (Entrevista 2)

“Nosotros no nos llevábamos mal, pero no éramos de esas parejas que estábamos todo el día mirándonos con la baba cayendo. No sé si tiene algo que ver o no, pero nosotros aquí muchas chispas han saltado y siguen saltando, menos, pero sí”. (Entrevista 2)

Este grupo refleja que, para algunas parejas, el duelo no es necesariamente un motor de cambio, sino un acontecimiento que simplemente refuerza una dinámica ya establecida.

Grupo 3: Parejas que se distanciaron tras la pérdida

El tercer grupo se caracteriza por parejas que experimentaron una desconexión emocional tras la pérdida. Las características comunes incluyen:

- Diferencias en el manejo del duelo: Cada miembro de la pareja procesó el dolor de manera distinta, lo que generó conflictos (Entrevistas 18, 20).

“Mal, mal, bueno regular, porque...es que él no ha querido nunca hablar de ese tema, ya lo hemos perdido, pues ya lo hemos perdido, no tenemos a X, y yo...pues yo quiero como te estoy diciendo, hablar de él, entonces nos afectó, pues bueno, si no hablábamos no discutíamos, otras veces discutíamos...”. (Entrevista 20)

- Falta de comunicación: La incapacidad para compartir y expresar emociones fue un factor clave para el distanciamiento. (Entrevistas 14)

“A mi marido y a mi hijo les pasa igual, no quieren hablar de ello. A ellos les duele, les duele si hablas de... Yo al revés, yo hablo de mi hijo y además me gusta, y mejor estoy, ellos no”. (Entrevista 14)

- Aislamiento emocional: En lugar de buscar apoyo mutuo, las parejas se encerraron en su propio dolor, perdiendo la conexión emocional. (Entrevista 13)

“Él se ha quedado encerrado en sí mismo. Ha dado un bajón él mismo. Habla menos, bueno, a penas habla”. (Entrevista 13)

Este grupo refleja cómo el duelo puede exponer o incluso amplificar problemas preexistentes en la relación, convirtiéndose en un detonante de conflictos.

El análisis de estos tres grupos revela que el impacto del duelo en las parejas depende en gran medida de factores como la comunicación, el apoyo mutuo y las habilidades emocionales de ambos miembros. Las parejas que lograron compartir su dolor y apoyarse mutuamente tendieron a fortalecerse, mientras que aquellas que no lograron comunicarse adecuadamente les llevó al distanciamiento.

Todo ello, destaca la importancia de la empatía, el apoyo y la comunicación como pilares fundamentales para afrontar el duelo en pareja, ofreciendo una visión clara de cómo una misma experiencia puede tener efectos profundamente distintos según las dinámicas de cada relación.

Las diferencias en la forma de transitar el duelo surgen como punto de partida. Este tema aparece de forma reiterada en los testimonios y se convierte en un eje que atraviesa toda la experiencia de pareja. Estas diferencias en el afrontamiento son el detonante de muchos de los conflictos posteriores, como por ejemplo; las dificultades en la comunicación y la distancia emocional. La ruptura o empeoramiento de la comunicación impide procesar conjuntamente el duelo, lo cual afecta a la convivencia y muchas veces afecta a las fragilidades previas de la relación. Sin embargo, también puede servir como punto de partida para buscar apoyo externo o reinventar la relación a través de nuevas formas de expresión emocional. Por otro lado, la búsqueda de espacios terapéuticos o de ayuda mutua permite salir del circuito cerrado del dolor en pareja. Muchas veces, en los testimonios se observa que este apoyo reduce la carga

emocional individual, promueve la validación del propio dolor y favorece la empatía hacia el otro. Gracias a este apoyo, muchas parejas logran mejorar su comunicación. También, la creación de rituales o proyectos simbólicos en nombre del hijo fallecido surge como una de las expresiones más transformadoras del duelo, que resignifica la pérdida y marcan un antes y un después en la historia de la pareja.

Finalmente, todos estos elementos convergen en una transformación del vínculo. Para algunas parejas, el dolor y las diferencias los llevan a la ruptura; en otras, estos mismos factores ayudan a realizar una resignificación del vínculo que ayuda a que se refuerce.

5. DISCUSIÓN

Esta investigación ha permitido profundizar en un fenómeno complejo y doloroso como es el duelo parental, permitiendo explorar las experiencias de los participantes, demostrando que no existe una única manera de transitar el duelo.

Los resultados de este estudio han puesto de manifiesto que las diferencias en los estilos de afrontamiento del duelo entre los miembros de la pareja son uno de los factores más determinantes para su estabilidad, por lo que está en línea con las teorías de Stroebe y Schut (1999) y Worden (2009), que destacan la importancia de las estrategias de afrontamiento en el proceso de duelo. Según el modelo de las Cinco Etapas del Duelo de Kübler-Ross (1969), los participantes atravesaron fases de negación, ira, negociación, depresión y aceptación, pero estas etapas no se manifestaron de manera lineal, sino que se ajustaban a las vivencias personales de cada padre. Esto refleja que el duelo es un proceso no lineal, dinámico y profundamente personal, donde las emociones se presentan de forma intermitente y a diferentes ritmos.

También, se identificaron casos donde el duelo fortaleció la relación de pareja, promoviendo un mayor apoyo mutuo y una conexión emocional más profunda. Esto contradice la idea generalizada de que el duelo por la pérdida de un hijo siempre debilita la relación conyugal (Carr et al., 2014), lo que sugiere que el impacto del duelo depende de múltiples factores, como la calidad previa de la relación y el acceso a redes de apoyo (Gottman & Silver, 2015). Estos resultados son consistentes con las investigaciones de

Castiñeira (2016), quien destacó que el duelo parental tiene características únicas debido a su carácter antinatural, lo cual lo convierte en un proceso especialmente complejo.

Además, el apoyo social es considerado una pieza clave en esta investigación. Los grupos de apoyo, como Renacer, desempeñaron un papel fundamental para muchas parejas, permitiéndoles compartir su dolor y encontrar consuelo en la experiencia compartida. Esto coincide con las afirmaciones de Dyregrov y Dyregrov (2017), quienes señalan que el apoyo social reduce significativamente el riesgo de complicaciones emocionales en el duelo. Sin embargo, también se observó que algunas parejas evitaron el apoyo externo, ya sea por vergüenza, miedo al juicio social o la creencia de que nadie podría entender completamente su dolor.

El impacto en la comunicación en la pareja también se destacó en los resultados. La teoría del Proceso Dual del Duelo de Stroebe y Schut (1999) plantea que las parejas oscilan entre la orientación a la pérdida (expresar el dolor) y la orientación a la restauración (evitar el dolor y centrarse en nuevas actividades). Esta investigación, ha puesto de manifiesto que las parejas que lograron equilibrar ambas orientaciones fueron las que mejor enfrentaron el duelo. En cambio, aquellas que quedaron atrapadas solo en una de las dos tendieron a experimentar mayores conflictos, aislamiento emocional y distanciamiento.

Por otro lado, las diferencias de género también se han visto reflejadas en los resultados, confirmando las afirmaciones de Bonanno (2009), quien señala que los padres y las madres pueden experimentar el duelo de manera distinta debido a las expectativas sociales y los roles de género. Los padres tendieron a reprimir sus emociones y asumir un rol protector, mientras que las madres mostraron una mayor necesidad de expresar su dolor y recordar al hijo fallecido. Esto generó tensiones cuando no se comprendieron las necesidades emocionales del otro, afectando la comunicación y la cercanía.

Este estudio refuerza la importancia de considerar el duelo como un proceso dinámico y subjetivo, donde las estrategias de afrontamiento individuales y compartidas juegan un papel crucial. Esto se alinea con la visión de Neimeyer (2001), quien destaca que el duelo no solo implica una respuesta emocional, sino también una reconstrucción de significados, lo cual es especialmente relevante en el caso del duelo parental, donde las parejas deben resignificar su proyecto de vida tras la pérdida.

El estudio ha evidenciado que el duelo parental es un proceso profundamente complejo que puede tanto debilitar como fortalecer la relación de pareja, dependiendo de factores como el apoyo mutuo, la comunicación y las estrategias de afrontamiento individuales.

6. CONCLUSIONES

La pérdida de un hijo es una experiencia profundamente dolorosa y compleja que, a pesar del gran impacto que genera en aquellos que la sufren, ha sido generalmente poco estudiada. A diferencia de otros tipos de duelo, como la orfandad ante la muerte de los padres o la viudez tras la pérdida de la pareja, el dolor de los padres que enfrentan la muerte de un hijo no tiene un nombre específico en nuestra lengua, reflejando quizás el vacío y la incompreensión que a menudo rodean esta vivencia. La ausencia de una denominación formal no solo evidencia el carácter inexplicable del dolor parental, sino que también destaca la necesidad de profundizar en su estudio para comprender mejor las implicaciones emocionales, psicológicas y sociales que conlleva.

El hecho de abordar un fenómeno poco explorado, es una de las principales fortalezas del estudio, ya que permite visibilizar realidades que han sido generalmente invisibilizadas o escasamente investigadas. Esta investigación resulta especialmente significativa si se considera la complejidad del acceso a la muestra, dado que se trata de una muestra con características particulares y, en muchos casos, con baja disposición a participar en estudios, debido al carácter sensible que lo caracteriza. A pesar de ello, se ha logrado reunir una muestra adecuada, que ha permitido alcanzar la saturación teórica; esto indica que los datos recogidos han sido suficientes para poder realizar un análisis profundo, lo que refuerza la solidez de los resultados y la coherencia interna del estudio.

No obstante, es importante reconocer las limitaciones de esta investigación. Una de las principales se relaciona con la naturaleza no probabilística de la muestra, ya que impide generalizar los hallazgos a una población más amplia. A ello se suma la posible presencia de ciertos sesgos, como podría ser que la investigación no abarca todas las posibles causas de muerte, todos los participantes pertenecen a un grupo de apoyo,

predomina la participación femenina frente a la masculina etc. Estos factores limitan la representatividad de los resultados, reducen la comprensión de las experiencias masculinas y pueden influir en las perspectivas recogidas, dificultando una visión completa y diversa del duelo parental.

A pesar de estas limitaciones, los resultados de este estudio pueden ser de gran utilidad para diversos ámbitos. En primer lugar, para profesionales del ámbito educativo, social, psicológico y sanitario, que pueden beneficiarse de una comprensión más profunda del fenómeno abordado y adaptar sus intervenciones de manera más ajustada a las necesidades reales del colectivo estudiado. Además, este trabajo puede servir de punto de partida para futuras investigaciones que deseen profundizar en esta temática.

En cuanto a las posibilidades de mejora, sería más óptimo ampliar la diversidad de la muestra, incluyendo participantes con perfiles más variados en términos de edad, género, contexto socioeconómico, procedencia geográfica o que no pertenezcan a un grupo de autoayuda. También se podría enriquecer el enfoque metodológico incorporando técnicas mixtas que permitan combinar los resultados cualitativos con datos cuantitativos, con el fin de ampliar la validez y la fiabilidad de los hallazgos.

Por otro lado, el enfoque construccionista que caracteriza a esta investigación también revela una de las limitaciones del estudio: la representatividad de los resultados. Al basarse en las experiencias subjetivas de los participantes, los resultados están influenciados por la composición de la muestra, en la cual podrían predominar ciertas perspectivas, mientras que otras, como las experiencias masculinas, podrían estar poco representadas. Esto implica que, aunque el estudio ofrece una comprensión profunda y matizada del duelo parental, no pretende generalizar las experiencias de todos los padres, sino que se centra en explorar las vivencias específicas de quienes participaron. De esta manera, la naturaleza construccionista del estudio, que valora las subjetividades individuales, debe ser considerada al interpretar los resultados. Los factores que limitan la representatividad de los testimonios recogidos, así como la posible menor presencia de experiencias masculinas, afectan la diversidad de las perspectivas sobre el duelo. En consecuencia, los resultados deben ser entendidos como un reflejo de los relatos que fueron analizados, pero no necesariamente como una representación exhaustiva de todas las formas en que los padres pueden vivir y enfrentar la pérdida.

En conclusión, esta investigación ha permitido profundizar en un fenómeno complejo y doloroso como es el duelo parental, haciendo visibles las realidades de quienes enfrentan la pérdida de un hijo, una experiencia que, a pesar de su impacto, ha sido poco explorada en la literatura científica. Los resultados obtenidos, ofrecen una visión profunda del duelo desde la perspectiva de los propios padres. Además, el enfoque construccionista adoptado ha permitido comprender que el dolor parental es una experiencia subjetiva y diversa, cuya interpretación depende de las experiencias individuales de cada participante. De esta manera, esta investigación no solo contribuye al conocimiento académico sobre el duelo, sino que también proporciona una base sólida para que profesionales de diversos ámbitos comprendan mejor las necesidades y emociones de quienes atraviesan esta dolorosa experiencia, con el fin de llevar a cabo intervenciones que se ajusten mucho más a la realidad de cada persona.

7. REFERENCIAS

- Berrozpe García, F. J. (2024). *El duelo por la muerte inesperada de un hijo: Una scoping review del impacto en las relaciones sociales y la función de los grupos de autoayuda*. Repositorio institucional.
- Bonanno, G. A. (2009). *The Other Side of Sadness: What the New Science of Bereavement Tells Us About Life After Loss*. Basic Books.
- Cadena, P., Rendón, R., Aguilar, J., Salinas, E., & de la Cruz, F. (2017). Métodos cuantitativos, métodos cualitativos o su combinación en la investigación: Un acercamiento en las ciencias sociales. *Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas*, 8(7), 1603–1617.
- Carr, D., Boerner, K., & Moorman, S. M. (2014). *Bereavement and the disruption of relational bonds: The loss of a spouse in later life*. *GeroPsych: The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*, 27(2), 83-95.

- Castiñeira Galeano, S. (2016). *Duelos en la pareja* [Trabajo final de grado, Universidad de la República (Uruguay)]. Colibrí. <https://www.colibri.udelar.edu.uy/>
- Concha Santander, D. (2008). *Duelo parental y cambios en el sistema familiar: padres en duelo, Corporación Renacer, comuna La Florida* (Doctoral dissertation, Universidad Academia de Humanismo Cristiano).
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (3^a ed.). SAGE Publications.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (Eds.). (2018). *The SAGE handbook of qualitative research* (5^a ed.). SAGE Publications.
- Dyregrov, A., & Dyregrov, K. (2017). *Complicated grief in children*. Routledge.
- Flick, U. (2007). *Managing quality in qualitative research*. SAGE Publications.
- Forward, D. F., & Garlie, N. (2003). *Search for new meaning: Adolescent bereavement after the sudden death of a sibling*. *Canadian Journal of School Psychology*, 18(1-2), 23-53.
- Gottman, J., & Silver, N. (2015). *The Seven Principles for Making Marriage Work: A Practical Guide from the Country's Foremost Relationship Expert*. Harmony Books.
- Jiménez Martínez, A. F., Londoño, V., & Elizabe, J. (2022). Dinámica de las relaciones de pareja tras la pérdida de un hijo. *Psicología y Salud*, 27(1), 45–58.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying*. Macmillan.
- Llácer, L. A., Campos, M. R., Martín, P. B., & Marín, M. P. (2019). Modelos psicológicos del duelo: Una revisión teórica. *Calidad de Vida y Salud*, 12(1), 65–75.

- Maxwell, J. A. (2012). *A realist approach for qualitative research*. SAGE Publications.
- Merriam, S. B. (2009). *Qualitative research: A guide to design and implementation* (2^a ed.). Jossey-Bass.
- Neimeyer, R. A. (2016). *Techniques of grief therapy: Assessment and intervention*. Routledge.
- Neimeyer, R. A. (2019). *Meaning reconstruction in bereavement: Development of a research agenda*. *Death Studies*, 43(2), 79-91.
- Norman, D. M. R. (2017). Cuando muere un ser querido... Variables asociadas a la vivencia ante la muerte. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 1103–1112.
- Ortega-Bastidas, J. (2020). ¿Cómo saturamos los datos? Una propuesta analítica “desde” y “para” la investigación cualitativa. *Interciencia*, 45(6), 293-299.
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice* (4^a ed.). SAGE Publications.
- Payás, A. (2010). *Las tareas del duelo: Psicoterapia de duelo desde un modelo integrativo-relacional*. Ediciones Paidós.
- Pérez Trenado, M. (1999). *El proceso de duelo y la familia. La familia y la terminalidad*. Sociedad Vasca de Cuidados Paliativos.
- Rosenblatt, P. C. (2000). *Parent grief: Narratives of loss and relationship*. Brunner-Routledge.
- Strauss, A., & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques*. SAGE Publications.

- Stroebe, M., & Schut, H. (2016). *Bereavement and health: The psychological and physical consequences of loss. Psychoneuroendocrinology*, 72, 2-7.
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1998). *Introduction to qualitative research methods: A guidebook and resource* (3^a ed.). John Wiley & Sons.
- Torres, R. G. (2019). El proceso de duelo desde la terapia familiar sistémica: El papel del apego adulto. *Miscelánea Comillas: Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, 77(151), 341–363.
- Urzola, M. (2020). Métodos inductivo, deductivo y teoría de la pedagogía crítica. *Revista Crítica Transdisciplinar*, 3(1), 36-42.
- Worden, J. W. (2009). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (4th ed.). Springer Publishing.

7. ANEXOS

Anexo A. COREQ (COnsolidated criteria for REporting Qualitative research) Checklist	40
Anexo B. Hoja de información al participante	44
Anexo C. Consentimiento informado y asentimiento	47
Anexo D. Excel: clasificación de información relevante	49
Anexo E. Coding Tree	50
Anexo F. Tablas de clasificación según el impacto del duelo en la pareja	53

Anexo A. COREQ (COnsolidated criteria for REporting Qualitative research) Checklist

A checklist of items that should be included in reports of qualitative research. You must report the page number in your manuscript where you consider each of the items listed in this checklist. If you have not included this information, either revise your manuscript accordingly before submitting or note N/A.

Topic	Item No.	Guide Questions/Description	Reported on Page No.
Domain 1: Research team and reflexivity			
<i>Personal characteristics</i>			
Interviewer/facilitator	1	Which author/s conducted the interview or focus group?	Pág 15, línea 365
Credentials	2	What were the researcher's credentials? E.g. PhD, MD	Pág 15, línea 365
Occupation	3	What was their occupation at the time of the study?	Pág 15, línea 370
Gender	4	Was the researcher male or female?	Pág 15, línea 366
Experience and training	5	What experience or training did the researcher have?	Pág 15, línea 367
<i>Relationship with participants</i>			
Relationship established	6	Was a relationship established prior to study commencement?	Pág 15, línea 370

Participant knowledge of the interviewer	7	What did the participants know about the researcher? e.g. personal goals, reasons for doing the research	Pág 15, línea 374
Interviewer characteristics	8	What characteristics were reported about the interviewer/facilitator? e.g. Bias, assumptions, reasons and interests in the research topic	Pág 15, línea 374
Domain 2: Study design			
<i>Theoretical framework</i>			
Methodological orientation and Theory	9	What methodological orientation was stated to underpin the study? e.g. grounded theory, discourse analysis, ethnography, phenomenology, content analysis	Pág 13, línea 316
<i>Participant selection</i>			
Sampling	10	How were participants selected? e.g. purposive, convenience, consecutive, snowball	Pág 16, línea 397
Method of approach	11	How were participants approached? e.g. face-to-face, telephone, mail, email	Pág 20, línea 539
Sample size	12	How many participants were in the study?	Pág 15, línea 384
Non-participation	13	How many people refused to participate or dropped out? Reasons?	Pág 17, línea 444
<i>Setting</i>			
Setting of data collection	14	Where was the data collected? e.g. home, clinic, workplace	Pág 17, línea 448
Presence of non participants	15	Was anyone else present besides the participants and researchers?	Pág 21, línea 551

Description of sample	16	What are the important characteristics of the sample? e.g. demographic data, date	Pág 18, línea 458
<i>Data collection</i>			
Interview guide	17	Were questions, prompts, guides provided by the authors? Was it pilot tested?	Pág 20, línea 532
Repeat interviews	18	Were repeat inter views carried out? If yes, how many?	Pág 18, línea 458
Audio/visual recording	19	Did the research use audio or visual recording to collect the data?	Pág 19, línea 500
Field notes	20	Were field notes made during and/or after the inter view or focus group?	Pág 21, línea 561
Duration	21	What was the duration of the inter views or focus group?	Pág 21, línea 561
Data saturation	22	Was data saturation discussed?	Pág 20, línea 544
Transcripts returned	23	Were transcripts returned to participants for comment and/or correction?	Pág 21, línea 571

Domain 3: analysis and findings

Data analysis

Number of data coders	24	How many data coders coded the data?	Pág 21, línea 564
Description of the coding tree	25	Did authors provide a description of the coding tree?	Pág 22, línea 612
Derivation of themes	26	Were themes identified in advance or derived from the data?	Pág 22, línea 607
Software	27	What software, if applicable, was used to	Pág 22, línea

		manage the data?	595
Participant checking	28	Did participants provide feedback on the findings?	Pág 21, línea 571
<i>Reporting</i>			
Quotations presented	29	Were participant quotations presented to illustrate the themes/findings? Was each quotation identified? e.g. participant number	Pág 23, línea 628
Data and findings consistent	30	Was there consistency between the data presented and the findings?	Pág 33, línea 964
Clarity of major themes	31	Were major themes clearly presented in the findings?	Pág 27, línea 761
Clarity of minor themes	32	Is there a description of diverse cases or discussion of minor themes?	NA

Anexo B. Hoja de información al participante

TÍTULO DEL ESTUDIO: Factores asociados al duelo parental

CÓDIGO: UCV/2022-2023/024

TIPO DE ESTUDIO: Tesis Doctoral

INVESTIGADOR: Lucía Pelacho Ríos | 616 71 22 63 | 23938818G

CONTACTO: lucia.pelacho@ucv.es

CENTRO de trabajo del investigador: Universidad Católica de Valencia

1. INTRODUCCIÓN

Nos dirigimos a Ud. para informarle sobre un estudio de investigación, que llevará a cabo el autor del mismo y arriba nombrado procedente de la Escuela de Doctorado de la Universidad Católica de Valencia. De esta forma, se le invita a participar en el estudio de investigación arriba reseñado. La intención es tan sólo que Ud. reciba la información correcta y suficiente para que pueda evaluar y juzgar, si quiere o no que sus datos se incluyan en nuestro estudio. Para ello le ruego lea esta hoja informativa con atención antes de su firma, pudiendo consultar con las personas que considere oportuno, y le aclararemos las dudas que le puedan surgir.

2. PARTICIPACIÓN VOLUNTARIA

Debe saber que su participación en este estudio es totalmente voluntaria, y que puede decidir no participar, o cambiar su decisión y retirar su consentimiento en cualquier momento.

3. DESCRIPCIÓN Y OBJETIVOS GENERALES DEL ESTUDIO

El estudio consiste en la realización de una entrevista compuesta por una serie de preguntas abiertas con una duración aproximada de una hora. Con la finalidad de analizar en profundidad la información obtenida, la entrevista será grabada. Con esta información conoceremos la vivencia relacionada con la pérdida de su hijo, las variables implicadas en el afrontamiento del duelo parental y los procesos de adaptación posteriores a la pérdida. Debe conocer además que, aunque sus datos se recogerán al completo, en el estudio no figurarán sus datos personales, puesto que les someteremos a

un proceso de anonimización de manera que nadie externo al proyecto pueda relacionarla con el mismo.

4. BENEFICIOS Y RIESGOS DERIVADOS DE SU PARTICIPACIÓN EN EL ESTUDIO.

No existe ningún tipo de riesgo ni coste asociado para usted en la participación de la investigación, pero debe saber que siempre que lo desee podrá interrumpir su participación en el proyecto.

Aunque no recibirá beneficios económicos por participar en este estudio de investigación, su colaboración nos será de gran ayuda para aportar datos empíricos a este campo de investigación de forma que cada vez sean más los padres que puedan beneficiarse de un acompañamiento adecuado en estos momentos de atravesar el duelo parental.

El investigador principal renuncia a cualquier derecho de naturaleza económica sobre los resultados o beneficios que puedan derivarse, de manera directa o indirecta, de la investigación.

5. CONFIDENCIALIDAD Y PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES

El tratamiento, la comunicación y la cesión de los datos de carácter personal de todos los sujetos participantes se ajustará a lo dispuesto en el Reglamento General de Protección de Datos (RGPD), que entró en vigor el 25 de mayo de 2018 que supone la derogación de Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre referidos a la protección de las personas físicas en lo que respecta al tratamiento de datos personales.

En cumplimiento del RGPD, se le informa que, si participa en este estudio, sus datos personales serán tratados por el Investigador Principal exclusivamente para los fines que usted autorice al firmar la hoja de consentimiento.

Los investigadores/as tratarán los datos con las medidas de seguridad, conforme a Ley, necesarias para garantizar la confidencialidad y la integridad de toda esta información, la cual siempre estará codificada para impedir la identificación de los participantes.

6. DERECHO DE ACCESO, RECTIFICACIÓN, SUPRESIÓN, PORTABILIDAD Y OPOSICIÓN

De acuerdo a lo que establece la legislación mencionada, usted puede ejercer los derechos de acceso, modificación, oposición y cancelación de datos, para lo cual se

deberá dirigir a la responsable del estudio a la dirección de correo señalada anteriormente, para dejar constancia de su decisión.

Anexo C. Consentimiento informado y asentimiento

El/La Inv./Inv. María Gloria Bernabé Valero y Lucía Pelacho Ríos están llevando a cabo un proyecto de investigación titulado "Factores Asociados al Duelo Parental", con código UCV/2022-2023/024, con el objetivo de estudiar las variables implicadas en el afrontamiento del duelo parental y profundizar en los procesos de adaptación posteriores a la pérdida.

La participación en este proyecto consistirá la realización de una entrevista en la cual se responderán a una serie de preguntas abiertas, la cual será grabada con la finalidad de estudiar en profundidad la información obtenida.

Las grabaciones de audio no serán difundidas o utilizadas para ningún otro propósito más que el de su análisis en la labor de su investigación. Asimismo, la información recogida en las entrevistas podría ser utilizada en un futuro en áreas relacionadas expresamente relacionadas con el presente estudio.

Los investigadores/as tratarán los datos con las medidas de seguridad, conforme a Ley, necesarias para garantizar la confidencialidad y la integridad de toda esta información, la cual siempre estará codificada para impedir la identificación de los participantes.

De conformidad con la Ley Orgánica 3/2018, de Protección de Datos de Carácter Personales y Garantía de los Derechos Digitales, Vd. puede ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y, en su caso, oposición, presentando una solicitud por escrito, acompañada de una fotocopia de su D.N.I., Pasaporte, N.I.E. u otro documento de identificación equivalente, dirigida a la Secretaria de la Universidad Católica de Valencia – LOPD INVESTIGACIÓN C/ Quevedo, 2 46001 de Valencia.

Si usted está conforme con lo anteriormente dicho, firme por favor donde se le indica.

Yo, D./Dña. (Nombre y Apellidos):.....con
DNI....., autorizo por este medio para que la sesión de entrevista sea grabada sirva para los propósitos mencionados arriba.

Firmado:

En, a de de 20.....

REVOCACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

D./D^a _____ (nombre del participante) con DNI n.º.
_____. Revoco el consentimiento prestado en
fecha _____ (indicar fecha en la que se prestó el consentimiento)
para mi participación en el estudio _____ (indicar
título del proyecto) y lo doy por finalizado el día de hoy, sin tener que dar explicaciones
y sin que esto repercuta negativamente para mí.

En Valencia a ____ de _____ de 202__

Anexo E. Coding Tree

1. Diferencias en el afrontamiento del duelo

- **Estilos de afrontamiento**
 - Expresión emocional vs represión del dolor
 - Necesidad de hablar vs necesidad de silencio
- **Ritmos del duelo**
 - Asincronía emocional
 - Negociación de tiempos emocionales
- **Percepción del otro**
 - Malinterpretación de reacciones emocionales
 - Juicios sobre la intensidad del dolor

2. Distancia emocional y ruptura comunicacional

- **Aislamiento emocional**
 - Evitación del tema por miedo a herir
 - Soledad en el dolor compartido
- **Culpabilización**
 - Culpas explícitas o implícitas
 - Conflictos por decisiones médicas o accidentales
- **Malinterpretación**
 - Dolor percibido como indiferencia
 - Reacción emocional vista como insuficiente o excesiva
- **Espacios de comunicación saludable**
 - Diálogo empático
 - Validación emocional

3. Impacto en la convivencia e intimidad

- **Desconexión cotidiana**
 - Automatización de la convivencia
 - Disminución de interacciones afectivas
- **Reconexión a través de rutinas**

- Actividades conjuntas
- Reestructuración del hogar post-duelo
- **Intimidad emocional y física**
- Cambios en la vida sexual
- Modificaciones en la cercanía emocional

4. Apoyo externo y redes de contención

- **Grupos de ayuda**
- Renacer u otras redes de padres
- Compartir experiencias en comunidad
- **Terapia de pareja o individual**
- Intervención profesional
- Reconstrucción de la comunicación
- **Valoración del acompañamiento externo**
- Reducción de la soledad emocional
- Validación sin juicio

5. Proyectos conmemorativos compartidos

- **Rituales simbólicos**
- Plantar un árbol
- Escribir cartas
- Crear memoriales
- **Acciones altruistas**
- Fundaciones o campañas en memoria del hijo
- Voluntariado relacionado con la causa de la pérdida
- **Impacto en la pareja**
- Significado compartido
- Unión en torno a un propósito

6. Transformación de la relación de pareja

- **Resignificación del vínculo**
- Reestructuración afectiva
- Fortalecimiento a partir del duelo

- **Separación o distanciamiento**
 - Ruptura definitiva
 - Convivencia sin vínculo emocional
- **Factores que influyen en la transformación**
 - Calidad del vínculo previo
 - Capacidad comunicativa
 - Apoyo externo disponible

Anexo F. Tablas de clasificación según el impacto del duelo en la pareja

Tabla 3

Parejas que se unieron a raíz de la pérdida

Entrevista	Descripción	Patrones Comunes
1	La pérdida reforzó su relación, se adaptaron al ritmo del otro.	Adaptación mutua, apoyo constante.
3	Se unieron más, compartiendo apoyo emocional y creciendo juntos.	Apoyo mutuo, comunicación abierta.
5	La comunicación y el apoyo constante fueron clave para superar el duelo.	Comunicación abierta, apoyo emocional.
6	Unidos más que nunca, cuidándose mutuamente.	Apoyo mutuo, confianza.
7	La pérdida fortaleció su vínculo, compartieron tiempo y apoyo.	Apoyo mutuo, convivencia constante.
8	Se apoyaron mutuamente en el proceso, respetando el ritmo de cada uno.	Apoyo emocional, respeto.
10	Crecieron como pareja, aprendiendo a apoyarse y comprenderse.	Apoyo mutuo, comunicación.
11	Fortalecieron su relación respetando los tiempos y emociones del otro.	Comprensión, comunicación.

16	Descubrieron que ambos sufrían y se apoyaron.	Apoyo emocional, reconocimiento del dolor.
18	Decidieron estar juntos en todo el proceso de enfermedad y duelo.	Unión constante, apoyo mutuo.
21	Mantuvieron vivo el recuerdo de su hijo a través de homenajes.	Homenajes, unión emocional.
22	El duelo se convirtió en una oportunidad para fortalecer su vínculo.	Adaptación conjunta, apoyo constante.

Tabla 4

Parejas que ni se unieron ni se distanciaron

Entrevista	Descripción	Patrones Comunes
2	Cada uno gestionó el duelo de manera independiente.	Distancia emocional, respeto mutuo.
4	La relación no cambió significativamente tras la pérdida.	Estabilidad, convivencia sin cambios.
9	Siguen casados y unidos, pero sin grandes cambios.	Estabilidad, convivencia funcional.
12	No hubo alteraciones significativas en la relación.	Estabilidad, respeto mutuo.
15	Relación cordial para apoyar a su hija, pero sin cambios profundos.	Respeto mutuo, estabilidad.

17	La relación se mantuvo igual, aunque fortalecida por el apoyo.	Estabilidad, apoyo mutuo.
24	No se observaron grandes cambios tras la pérdida.	Estabilidad previa, respeto.

Tabla 5*Parejas que se distanciaron tras la pérdida*

Entrevista	Descripción	Patrones Comunes
13	El esposo se encerró en sí mismo debido a su enfermedad, creando distancia.	Aislamiento emocional, falta de comunicación.
14	Prefieren no hablar del tema, generando desconexión emocional.	Aislamiento emocional, diferencias en el duelo.
19	Las diferencias en el manejo del duelo generaron conflictos.	Conflictos emocionales, falta de comunicación.
20	El esposo evitó hablar del duelo, lo que generó desconexión emocional.	Aislamiento emocional, falta de apoyo mutuo.
23	Diferencias en la forma de procesar el duelo llevaron al distanciamiento.	Falta de comunicación, distanciamiento emocional.

