



Universidad Autónoma Metropolitana, unidad Xochimilco

División de Ciencias Sociales y Humanidades

**Un lugar para las historias: Del duelo a la vida en un espacio heterotópico con personas
adultas mayores**

Trabajo terminal para obtener el título de Licenciatura en Psicología

Presentan:

Elguera Fuentes Areli, Lóngarez Hernández Xalli Montserrat, Morales Campos Casandra,
Paulino Santana Blanca Esthela, Pérez Rincón Johanan Adbeel y Sánchez De Anda Eduardo

Asesor responsable: Dr. Eliud Torres Velázquez

Lector responsable: Dr. Juan Federico Zúñiga Ramírez

Área de concentración Educativa

Ciudad de México, México.

Mayo, 2026

Índice

Introducción	3
Estado del Arte	5
Problema de investigación	12
Contextualización del terreno de intervención.....	21
1. Contexto general del programa PILARES	21
2. Contexto socioterritorial de la alcaldía Iztapalapa	25
3. Contexto local: PILARES José Revueltas y su entorno comunitario	29
Marco teórico	36
1. El duelo y sus resonancias: entre la ausencia, el vínculo y la palabra	36
2. Miradas sobre la vejez: entre el constructivismo social, la teoría psicosocial y el psicoanálisis	49
3. El grupo como espacio de anudamiento simbólico	53
4. Imaginarios sociales, instituciones y pedagogías del sentir en la experiencia de duelo	59
Metodología	66
1. Enfoque de investigación	66
2. Trabajo de campo	68
3. Técnicas de producción de información	69
4. Técnicas de expresión artística.....	74
Biografías	74
Resumen narrativo del trabajo en el campo.....	82
Análisis.....	86
La presencia de la ausencia: narrativas del duelo	86
Entre normas y cuidado: el papel de la institución	108
Imaginario: Normas invisibles: sentidos compartidos en lo social	117
El grupo como tejido de vínculos y significados.....	120
El Circulo de Duelo como un espacio donde aquello silenciado encuentra rumbo y sentido	126
Epílogo	127
Reflexión colectiva	127
Reflexiones individuales	130

Introducción

"...hay una persona que dice: '¿Tienes miedo a la muerte?' 'Sí, sí me da miedo, porque ya me acostumbré a la vida ¿no? Pero yo sé que va a llegar un momento en que ¡adiós, muchachos!'" (Héctor, comunicación personal, 2025).

El duelo atraviesa la experiencia humana como una presencia silenciosa que irrumpe cuando algo o alguien falta. No se limita a la muerte, sino que se inscribe en cada pérdida que transforma la vida: los vínculos que cambian, los cuerpos que envejecen, los roles que se desvanecen y los proyectos que ya no son posibles. En este sentido, el duelo no puede pensarse únicamente como una emoción pasajera, sino como un proceso psíquico complejo, un "trabajo de duelo", mediante el cual el sujeto, a través de sus recuerdos, su palabra y sus vínculos, va retirando progresivamente la carga afectiva del objeto perdido para reorganizar su relación con la realidad (Freud, 1917).

En la vejez, estas pérdidas se vuelven más visibles, más frecuentes y, en ocasiones, más profundas. La vida se puebla de ausencias que no siempre encuentran un lugar donde ser nombradas.

Como en el mito de Sísifo, el sujeto parece enfrentarse a una tarea incesante: cargar con aquello que no puede soltarse del todo, empujar día a día la roca de la pérdida, aun cuando esta parezca volver siempre al mismo punto. Sin embargo, en ese movimiento repetido, también se abre la posibilidad de construir sentido, de mirar la roca no solo como peso, sino como parte de la propia historia.

En el contexto contemporáneo y pospandémico, donde las redes de apoyo tradicionales se han transformado o debilitado, surge la necesidad de crear espacios donde el duelo pueda ser compartido. En la Ciudad de México, los Puntos de Innovación, Libertad, Arte, Educación y Saberes (PILARES) se configuran como lugares de encuentro comunitario que posibilitan la palabra, la escucha y la construcción colectiva de sentido. En particular, el Círculo de Duelo de PILARES José Revueltas se presenta como un espacio donde personas adultas mayores se reúnen para hablar, recordar y, en algunos casos, simplemente estar con otros.

Este espacio podemos pensarlo como una heterotopía: un “otro lugar” donde las lógicas cotidianas se suspenden parcialmente y donde aquello que en otros contextos permanece silenciado encuentra la posibilidad de ser dicho. En el Círculo, el duelo no aparece aislado, sino entrelazado con relatos sobre el amor, la familia, la memoria, el cuerpo y el paso del tiempo. Así, más que un espacio centrado exclusivamente en la pérdida se configura como un territorio simbólico donde las experiencias se reordenan en el encuentro con otros.

A partir de ello, la presente investigación tiene como objetivo observar cómo se configuran las experiencias del duelo en personas adultas mayores que participan en el Círculo de Duelo de PILARES José Revueltas. Asimismo, se propone explorar el grupo como un espacio en el que las vivencias de pérdida pueden reconfigurarse a partir de las dinámicas colectivas, así como identificar las temáticas que emergen en las narrativas de las y los participantes más allá del duelo.

Para aproximarse a este fenómeno, adoptamos un enfoque cualitativo de carácter interpretativo, que nos permitió comprender la experiencia desde la perspectiva de quienes la viven. A partir del trabajo de campo y diversas técnicas de producción de información, buscamos analizar de qué manera el duelo se construye, se expresa y se transforma en el espacio grupal, así como los procesos de reflexión y resignificación que emergen en la interacción.

En este sentido, el interés de esta investigación no radica únicamente en describir el duelo, sino en comprender qué ocurre cuando este se comparte. Si, como Sísifo, cada sujeto continúa empujando la roca de sus pérdidas, el grupo puede convertirse en ese instante en el que, al detenerse brevemente, la roca deja de ser únicamente un peso individual y se vuelve palabra, escucha y presencia compartida. Es en ese entre, en ese espacio con otros, donde tal vez no desaparece la pérdida, pero sí se transforma la manera de habitarla.

Estado del Arte

Trayectorias teóricas del duelo: de la transición a la reconstrucción narrativa de la vejez

En esta exploración del estado del arte, como parte de la búsqueda documental, hacemos una presentación sobre este entramado que nos lleva a mirar la población adulta mayor con sus vicisitudes, pérdidas y lo que implica el trabajo de duelo grupal.

El duelo es nombrado a partir de reflexionar sobre la muerte, a partir de una ausencia, de un vacío, de algo que no está; de la pérdida, del dolor de lo que ya no es. Una vez que es introducido el duelo con Freud (1917), es una vía para explorar más sobre este devenir; aparece *el proceso de duelo, trabajo de duelo o elaboración del duelo* para referirse a aquello que se va viviendo, sintiendo, experimentando tras una pérdida, sea natural o simbólica (p. 241). Ahora, el proceso de duelo implica que sea acompañado u orientado por un modelo, un esquema que muestra etapas o instancias que habitar.

En el presente estudio, nuestro objetivo principal es realizar una aproximación desde las investigaciones clásicas hasta las contemporáneas que se han realizado sobre el trabajo de duelo y los modelos que acompañan la elaboración del duelo en espacios grupales con personas adultas mayores.

La presente investigación documental inició con una fase de orientación y diálogo con el cuerpo docente del seminario, quienes nos aportaron títulos fundamentales y recomendaciones bibliográficas sobre el duelo y sus procesos de elaboración. Esta base bibliográfica se complementó con una búsqueda digital sistemática en diversas plataformas y bases de datos científicas, tales como Google Académico, Redalyc, Publicaciones UAM Xochimilco, Dialnet, SciELO. Bajo un enfoque cualitativo interpretativo, este proceso permitió contrastar las orientaciones teóricas con los hallazgos más recientes de la literatura académica.

Para esta investigación se hizo un rastreo con base en nuestras palabras clave: duelo, grupo, vejez/adultos mayores y pérdida. Intercambiamos las palabras para encontrar nuevos resultados: duelo-grupal, círculo de duelo-adultos mayores, duelo-adultos mayores, círculo

de duelo-vejez, duelo-grupo- vejez, duelo–pérdida, duelo-pérdida- vejez, trabajo de duelo-grupal, elaboración de duelo, duelo-modelos, trabajo del duelo.

Nuestro hallazgo dio como resultado, artículos publicados en los años 2009, 2015, 2018, 2019, 2020, 2021, 2023, 2024, 2025 y 2026.

En esta revisión bibliográfica seleccionamos los artículos y tesis doctorales de acuerdo con su fecha de publicación, relevancia y con relación a nuestro objeto de estudio.

Trayectorias teóricas del duelo: perspectivas históricas y contemporáneas

Dentro del horizonte teórico de la psicología, el duelo ha dejado de verse como una respuesta lineal, para entenderse como un proceso complejo de reconstrucción. Esta evolución conceptual tiene un punto de partida fundamental en la obra de Freud (1917, citado en Carceller, 2020), quien definió el duelo como la reacción frente a la pérdida de un ser amado, pero también ante la ruptura de vínculos con dimensiones simbólicas como la patria, la cultura, los ideales o la propia identidad.

Para comprender la profundidad de este quiebre, es preciso remitirse a los postulados de Bowlby (citado en Hartvig, 2021) quien estableció que la pérdida de una persona amada es una de las experiencias más difíciles de transitar para el ser humano, consideran esta respuesta inevitable frente a la ruptura del vínculo afectivo.

En sintonía con esta visión relacional, Payás (citado en Hartvig, 2021) define el duelo como la pérdida de alguien o algo valioso con el que se mantenía un lazo significativo, caracterizándolo como un proceso natural que es vivenciado de maneras distintas por cada sujeto.

En nuestra contemporaneidad, este campo de estudio se ha expandido en cuanto a sus concepciones sobre la pérdida; autores como (Limonero, 2009) y Stroebe et al (2017) coinciden en que el duelo es una experiencia multidimensional donde confluyen aspectos físicos, sociales, cognitivos y conductuales.

Por su parte, Oviedo (2009) refuerza esta idea al afirmar que la pérdida se sitúa en algo real o subjetivo. Bajo esta misma línea de pensamiento, Worden citado en Guillen et al. (2015)

propone que el duelo es esencialmente, el proceso por el cual la persona puede reconstruir su mundo y así misma sin el objeto perdido, se trata de una tarea activa para dar un nuevo sentido a su realidad.

Esta visión se complementa con lo expuesto por Barreto et al (2012), quienes definen el duelo como un proceso natural que conlleva experiencias únicas y dolorosas, manifestándose a través de reacciones emocionales, físicas, que se desencadenan en un tiempo posterior a la pérdida.

Si bien el duelo se reconoce como una experiencia humana, entendemos que la forma en que se vive no es universal sino singular. Al respecto, Cabodevilla (2007) enfatiza que el dolor ante la pérdida está regulado por el contexto sociocultural de acuerdo con el lugar de pertenencia del sujeto. Londoño Correa et al. (2024) menciona que las creencias religiosas o la idea que se configura a través de estas creencias sobre aquello que “hay más allá de la muerte” sirven de apoyo para expresar su sentir, estas creencias sobre las trascendencias ayudan a que la vida tenga un sentido más claro y que aceptar la pérdida sea un proceso más humano. Guillen et al. (2015) destacan que en las fases iniciales donde suele oscilar la creencia y la incredulidad los rituales, creencias y tradicionales como el funeral ayudan a muchas personas a aproximarse a la aceptación de la realidad.

Este recorrido por las trayectorias teóricas permite observar que el duelo ha transitado de ser comprendido como una reacción pasiva a entenderse como un proceso activo de resignificación biográfica. Esta transición no solamente teórica, sino del propio sujeto resulta fundamental para esta investigación, ya que sitúa al sujeto que padece la pérdida de su “objeto amado” como un sujeto mediado por su contexto social y sus historias de vida que busca reintegrar el sentido de sí mismo y de su realidad cotidiana.

Perspectivas sobre la elaboración del duelo: del tránsito emocional a la implicación activa

Tras comprender la naturaleza de la pérdida, nos resulta importante analizar los mecanismos propuestos para la elaboración del duelo. Históricamente, el estudio de este proceso estuvo marcado por el modelo de Kübler Ross (1969), quien propuso un tránsito a través de cinco etapas: negación, ira, negociación, depresión y aceptación.

En una línea similar de estadios definidos por Bowlby (1999, citado en Quito et al., 2019) retomando las clasificaciones de Oviedo et al. (2009) describe el proceso a través de cuatro fases fundamentales:

- I. Fase de embotamiento o shock, caracterizada por una intensa ansiedad y una duración que oscila entre horas y una semana.
- II. Fase de anhelo y búsqueda de la figura pérdida: que puede extenderse por meses o años, manifestándose a través de la melancolía y el apego a otras figuras.
- III. Fase de reorganización: la cual suele iniciar aproximadamente un año después de la pérdida, permitiendo un grado variable de restructuración de la vida del sujeto.

Estos esquemas fueron pioneros al visibilizar las reacciones emocionales tras el rompimiento o la pérdida de un vínculo. Hoy en día estos modelos se presentan como mapas descriptivos para esas trayectorias emocionales que le permiten al sujeto observar su tránsito en la elaboración del duelo. En contraposición a la idea de transitar estadios emocionales fijos, han cobrado fuerza los modelos que conciben la elaboración del duelo no como un estado de resignación sino como un trabajo de adaptación.

En esta línea Worden (citado en Guillen et, al. 2015) propone el modelo de tareas de duelo. Desde esta perspectiva, el trabajo de duelo implica que el sujeto asuma un rol protagónico para cumplir cuatro objetivos: I) aceptar la realidad de la pérdida II) trabajar las emociones y el dolor III) adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente IV) recolocar emocionalmente al ser querido para continuar viviendo. Será importante dar cuenta de que estas fases conllevan que la persona que ha tenido una pérdida decida de manera voluntaria intervenir en su propio proceso para reconstruir su realidad.

Por otro lado, el modelo de proceso dual de Stroebe et al., (citado en Hartvig 2021) ofrece un contraste fundamental al sugerir que la elaboración no es un camino de ida sin retorno hacia la aceptación, sino una oscilación constante. Para el doliente este modelo resulta particularmente revelador en la actualidad, pues permite entender que la elaboración del duelo no implica olvidar, sino aprender a integrar la ausencia en una nueva estructura de vida a través de un equilibrio entre el sentir y el hacer.

La revisión de estos modelos anteriores permite concluir que la comprensión del duelo ha transitado desde una visión estática y biológica hacia una perspectiva dinámica, social y profundamente humana.

Mientras que las fases y las etapas clásicas de (Kubler Ross, Bowlby) nos ofrecen un lenguaje para nombrar el caos emocional inicial y reconocer que el dolor tiene su tiempo, los enfoques contemporáneos de tareas y procesos duales (Worden, Stroebe y Schut) nos devuelven la imagen de un sujeto que no únicamente padece la pérdida, sino que habita su propia reconstrucción.

De estos modelos presentamos reflexiones que nos parecen fundamentales para esta investigación.

- El duelo no es una escalera en donde solo consiste en subir, sino una trayectoria, se está frente a un vaivén donde se permite validar el proceso, el llanto, las emociones que emergen y que son parte de este.
- Lleva consigo una consigna del sentir al hacer, elaborar el duelo no consiste en el transcurrir del tiempo y esperar a que algo pase sino una implicación activa.
- La elaboración no se da por sí sola, es decir que está ligada al contexto sociocultural, a través de familiares, amigos, grupos o redes de apoyo.

Este recorrido nos permite sostener que el duelo no es un evento que se supera, sino un proceso de resignificación donde el sujeto utiliza su historia de vida para integrar la pérdida. Mientras que las fases y etapas nos hablan de esa ruptura con el vínculo, las tareas y las oscilaciones nos hablan de la posibilidad de una nueva realidad.

Singularidades del duelo en la vejez: palabra y sentido colectivo

El duelo en las personas adultas mayores adquiere matices únicos porque es en esta etapa donde se presenta una multiplicidad de pérdidas, Mosquera (2024) y Betanzos (2025) señalan que no solo se enfrentan a las muertes de seres queridos sino a pérdidas que van desde los ámbitos sociales, tales como la pérdida de roles, autonomía económica, la independencia.

Así mismo, la imagen idealizada se ve confrontada por los cambios biológicos propios del envejecimiento; de acuerdo con Viel (2019) el sujeto se cuestiona sobre aquello que ya no se es. A esta complejidad se suma lo de Betanzos (2025) que identifica como una disminución de plasticidad emocional, lo que puede dar lugar a un estado de duelo anticipado no solo por el entorno sino por la propia finitud.

En la vejez el duelo afecta la temporalidad del sujeto; el tiempo deja de percibirse como un recurso inagotable y se convierte en un espacio de balance existencial. Como menciona Canal, Marina et al. (2023) la historia singular del adulto mayor cobra un valor terapéutico, pues es a través de la reminiscencia y el relato de sus propios acontecimientos que el sujeto puede reorganizarse subjetivamente frente a la muerte.

Ante esta fragmentación de identidad, Carlos et al. (2018), apoyados en el modelo de Baltes (1987), proponen que el adulto mayor debe activar procesos de regulación frente a la pérdida para reorganizar su funcionamiento y mantener su bienestar. Este proceso de mantenimiento y regulación es lo que permite que la persona no se estanque en el dolor, sino que busque nuevas formas de habitar su realidad. Sin embargo, para que esta regulación sea efectiva es indispensable contar con espacios de escucha donde puedan expresar sus problemas existenciales y el sentido de la trascendencia, permitiendo una reconciliación con el pasado y una aceptación digna del ciclo vital en su finitud.

Es aquí donde la dimensión social cobra una relevancia vital. Frente a la amenaza del aislamiento y la pérdida de redes institucionales que describe Pastano et al. (2018), la elaboración del duelo requiere de espacios que validen la historia singular del sujeto.

En este sentido, la intervención grupal se constituye como el escenario principal para transitar ese escenario de ese entramado de pérdidas. Siguiendo a Carceller (2020), el grupo funciona como el acto de “descorchar una botella” permitiendo que la palabra circule y que el dolor encuentre un eco de resonancia en el otro. Esto permite que las personas adultas mayores se reconozcan así mismas como narradoras y narradores siendo los propios protagonistas de su historia.

Reflexiones finales:

En esta búsqueda bibliografía del estado del arte encontramos algunas similitudes entre artículos de investigación con la primera referencia de la definición de duelo que Freud presentó en su trabajo de Duelo y Melancolía (1917) por consiguiente se encontraron otras definiciones de duelo que fueron surgiendo en las diferentes corrientes de estudio.

Por otro lado, la visibilidad del tema de la vejez como una etapa más del ciclo vital de la vida se muestran estudios del aumento de una población que habita esta etapa, por lo que algunos autores en concordancia sugieren que la elaboración del duelo es imprescindible en esta etapa. Las personas adultas mayores se enfrentan a una multiplicidad de pérdidas, evidentemente pérdidas naturales; de sus parejas, hijos o familiares en general. Sin embargo, estas pérdidas que ocurren durante esta transición de las etapas de la vida muchas veces son silenciadas o no se elaboran dentro del trabajo de duelo.

De tal modo que la función del grupo es un espacio o sostén donde se comparten situaciones actuales de la vida cotidiana, experiencias, pensares y sentires. Un espacio que brinda un sentido de pertenencia más allá de los prejuicios, más cerca de la expresión, más próximo a los vínculos que se forman. Se teje una red de apoyo que permite escucharse entre sí, e historiar las pérdidas que han vivido las personas adultas mayores.

Para la elaboración del duelo en los trabajos de estudio, se han presentado modelos que organizan en terapias grupales: modelo psicosocial de Kübler-Ross y Kessler (2009), la teoría del apego de Bowlby enfocándonos en la formación de vínculos (1999) y el modelo de Worden (2004) que muestra las fases del duelo. Estos modelos dan inicio y describen el proceso de duelo. Cabe decir que cada pérdida, sin importar que sea natural por muerte física u otros tipos de pérdidas, no excluye la intensidad, singularidad en la que siente y experimenta cada persona. Por lo que cada etapa o fase de acuerdo con los dos modelos expuestos no llevan una continuidad, o linealidad, sino que son acompañados por una multiplicidad de emociones y vicisitudes.

Así el grupo como una red de contención, es crucial fomentar estos espacios para las personas adultas mayores, considerando que de acuerdo con autores que trabajaron con

vejeces; es esta población la que tiende a olvidarse, así como de todo el cúmulo de pérdidas y cambios que atraviesan en las transiciones de la vida.

A partir de lo revisado, nos permitió pensar el duelo en la vejez no solo como un proceso que responde a la pérdida, sino como una experiencia que atraviesa distintas dimensiones de la vida del sujeto, en donde se entrelazan historia, vínculos, contexto y formas singulares de significar. En este entramado, las aportaciones teóricas y los modelos revisados no buscan establecer una ruta fija, sino ofrecer aproximaciones que permiten dar cuenta de la complejidad de estos procesos, reconociendo que cada experiencia de pérdida se inscribe de manera distinta en cada sujeto. En esta línea, se retomaron algunas de las ideas desarrolladas a lo largo del trabajo, con la intención de articularlas y abrir nuevas lecturas sobre el duelo en esta etapa de la vida.

En este horizonte, el lugar del grupo adquiere relevancia como un espacio donde dichas experiencias pueden ponerse en palabras, compartirse y transformarse. Más allá de pensarse únicamente como una técnica, el grupo se configura como un escenario de encuentro que posibilita nuevas lecturas sobre sí mismo, sobre las pérdidas y sobre el propio transitar en la vejez. De este modo, se abre la posibilidad de continuar problematizando estos espacios y sus alcances, considerando las particularidades de esta población y las formas en que se construyen sentidos frente a la pérdida en el devenir de la vida.

Problema de investigación

Todas las personas, en algún momento de la vida, atravesamos un duelo, no solo por la muerte, sino por cualquier pérdida significativa de la vida (Kübler-Ross y Kessler, 2009). Esto significa que el duelo no es una excepción dentro de la vida humana, sino una experiencia que forma parte de ella. En este sentido, surge una pregunta inicial: ¿podría el duelo comprenderse también como un problema existencial? Consideramos que sí.

Para comenzar a pensar esta cuestión, resulta pertinente retomar un mito fundamental analizado por Albert Camus¹ en su reflexión sobre la condición humana: el mito de Sísifo. Según la mitología griega, Sísifo fue el primer rey de Éfira, conocido por su ambición, astucia e inteligencia. En su deseo de imponer su voluntad, desafió a los dioses. Se cuenta que acusó a Zeus² de haber raptado a una ninfa. Cuando Zeus se enteró, envió a Tánatos³ para capturarlo y llevarlo al inframundo. Sin embargo, Sísifo logró engañar a la muerte misma, encadenando a Tánatos temporalmente y deteniendo así la muerte en la Tierra. Finalmente, Ares⁴ intervino y liberó a Tánatos, restableciendo el orden.

Este primer momento del mito resulta significativo. Sísifo intenta detener la muerte, intenta desafiar lo inevitable y alterar el orden del tiempo. Cuando alguien muere, muchas veces quisiéramos hacer algo similar: detener el tiempo, cambiar lo ocurrido, volver atrás. Pero la muerte, como en el mito, no puede permanecer encadenada para siempre.

Más adelante, Sísifo, consciente de que Tánatos podría ser liberado en cualquier momento, le pide a su esposa que no realice los rituales funerarios. Ya en el inframundo, convenció a Perséfone⁵ de que lo dejara regresar al mundo de los vivos para castigar la falta de honras fúnebres. Una vez libre, Sísifo se negó a volver, buscando prórroga y control sobre su destino. En el duelo también emerge este deseo: quisiéramos más tiempo, conversaciones pendientes o despedidas distintas. Sin embargo, así como en el mito, no es posible permanecer indefinidamente entre dos mundos.

Finalmente, Sísifo es condenado por Zeus a empujar eternamente una roca cuesta arriba, solo para verla caer una y otra vez. Nunca termina, nunca descansa. Empuja sin comprender del todo por qué, esforzándose una y otra vez en un ciclo interminable. Al principio, su

¹ García (2014) menciona que el absurdo desde Camus es el choque entre la necesidad humana de sentido y la indiferencia del mundo, un divorcio entre lo que esperamos de la realidad y lo que esta ofrece. Aparece cuando nuestras rutinas, ideales o certezas se derrumban y descubrimos que no existe un fundamento último que dé significado a la vida. Para Camus, esta constatación no es una conclusión, sino un punto de partida: aceptar que la vida carece de sentido objetivo, sin recurrir a consuelos metafísicos, y aun así vivir con lucidez y libertad.

² Se le considera el dios supremo.

³ Es la personificación de la muerte pacífica.

⁴ Es el dios griego de la guerra.

⁵ Reina del Inframundo.

castigo no es solo físico: es vivir el sinsentido. El peso más grande no es la piedra, sino la conciencia de que su esfuerzo parece no conducir a nada. Cada subida plantea la misma pregunta silenciosa: ¿para qué?

De alguna manera, la roca de Sísifo puede entenderse como metáfora de la pérdida. No podemos hacerla desaparecer ni abandonarla por completo; solo nos queda empujarla cada día, en un esfuerzo persistente. La cargamos no solo en el cuerpo, sino también en la memoria: en los recuerdos, en la nostalgia, en los silencios y en el amor que sostiene ese peso.

Así, la roca se vuelve ausencia, y esta permanece con nosotros, acompañándonos en cada paso del camino. Sin embargo, Camus plantea que, aun en esa condición, Sísifo no se rinde. Continúa empujando la roca y, en ese continuar, acepta lo absurdo de su existencia. No cambia su destino, pero sí transforma su manera de mirarlo.

Cuando Sísifo comprende que la piedra forma parte de su vida, deja de ser únicamente un castigo y se convierte en parte de su historia. Algo similar ocurre con el duelo: no dejamos de amar ni de recordar; seguimos viviendo con la pérdida. Como Sísifo, cada día implica un esfuerzo constante por sostener ese peso invisible, incluso cuando el mundo parece haber perdido su sentido.

Es precisamente en este punto donde el duelo se puede comprender como un problema existencial. No se trata únicamente de una reacción emocional ante la pérdida, sino de una confrontación con algunas de las condiciones fundamentales de la existencia humana: la finitud, la libertad y la búsqueda de sentido.

Desde el existencialismo⁶, y particularmente desde la perspectiva de Jean-Paul Sartre, el ser humano está llamado a construir el significado de su propia experiencia. Como señala en *El existencialismo es un humanismo*, se trata de “una doctrina que hace posible la vida humana y que, por otra parte, declara que toda verdad y toda acción implica un medio y una

⁶ El existencialismo de Sartre (1946) sostiene, en lo esencial, que la existencia precede a la esencia: el ser humano no tiene una naturaleza fija ni un propósito dado; primero existe, y luego, mediante sus elecciones, se hace a sí mismo. Al no haber un orden superior que dicte qué debemos ser, estamos condenados a ser libres, completamente responsables de nuestras decisiones y de la vida que construimos. Esta libertad absoluta genera angustia, pero también define al ser humano como el único autor de su propio sentido.

subjetividad⁷ humana” (Sartre, 1946, p. 10). Esta perspectiva sitúa al ser humano como responsable de otorgar sentido a lo que vive.

Aquí el vínculo con Sísifo se vuelve más claro. Al igual que el personaje del mito, el doliente se enfrenta a una realidad que no eligió. No puede cambiar el hecho de la pérdida, pero sí puede decidir cómo responder ante ella. En términos sartreanos, incluso en medio del dolor, seguimos siendo responsables de nuestras elecciones: podemos permanecer paralizados o podemos, gradualmente, construir un sentido que nos permita continuar. Así, el duelo no solo duele; también revela la condición existencial del ser humano. Nos enfrenta a la libertad de seguir viviendo cuando algo esencial ha cambiado y nos obliga a asumir que, aun en la pérdida, seguimos siendo quienes debemos decidir qué hacer con lo que nos ocurre.

Si el duelo es inevitable, surge entonces la pregunta: ¿cómo se vive el duelo? Si el sentido de la pérdida no está dado y debe ser construido ¿cómo se construye ese sentido? Y, si seguimos cargando la roca día tras día ¿qué implica continuar empujándola en medio de la vida?

Ospina (2003) señala que “la llave maestra para la elaboración del duelo es tener un hombro sobre el cual llorar” (p. 176), enfatizando que compartir nuestra pérdida es fundamental para darle sentido al duelo. La familia o los amigos pueden brindar compañía y comprensión, pero, hoy en día, el doliente se encuentra “más desprovisto”, es decir, sin el acompañamiento adecuado que le permita desahogarse y sentirse escuchado. Ante esta realidad, surge la necesidad de buscar espacios adicionales, más allá del ámbito familiar, donde sea posible recibir apoyo y encontrar herramientas para la elaboración del duelo.

Al respecto, Ospina (2003) menciona la consejería en duelo y los grupos de apoyo como alternativas. Estos grupos de apoyo se conciben como “espacios productivos para el manejo del duelo, porque permiten la expresión del dolor” (Ospina, 2003, p. 173). En ellos, el dolor

⁷ Como señala el Anzaldúa (2021), retomando a Foucault, la subjetividad se forma dentro de marcos de verdad, bajo reglas que determinan qué puede decirse hacerse o pensarse en un momento histórico determinado. En ese en este sentido, el objetivo no es simplemente lo íntimo privado, sino aquello que se produce en medio de relaciones de poder, discursos y prácticas sociales “siguiendo ciertas reglas de producción de verdad” (p. 198). En palabras de Colin (2018) “La subjetividad es todo lo que concierne a un sujeto de otros: mi lugar social, mi manera de hablar, de pensar, de interpretar mi relación con los demás ...” (p. 139).

puede compartirse con otros que atraviesan experiencias similares, abriendo la posibilidad de que el duelo deje de situarse únicamente en lo privado y se inscriba también en la relación con los demás.

En consonancia con lo anterior, resulta relevante atender al contexto donde estos espacios se configuran. Notamos que, en la Ciudad de México, los PILARES (Puntos de Innovación, Libertad, Arte, Educación y Saberes) son centros comunitarios orientados al desarrollo personal y social de la ciudadanía, ubicados principalmente en zonas con altos índices de marginación y rezago educativo (Chávez, 2022). Estos espacios se convierten en lugares relevantes para explorar cómo experiencias como el duelo pueden compartirse colectivamente. En este contexto, el Círculo de Duelo de PILARES José Revueltas funciona como un espacio donde los participantes, en su mayoría personas adultas mayores, comparten experiencias de pérdida, aunque algunas personas asisten por motivos distintos al duelo.

La población adulta mayor resulta particularmente significativa: representa solo el 7.6% de quienes asisten a los PILARES (Chávez, 2022), pero ha crecido de manera sostenida en México, pasando de 6% en 1990 a 12% en 2020 (Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores, 2023). Esta etapa de la vida supone, según Fernández (2004), un momento de reconfiguración interna en el que se entrelazan cuerpo, memoria, identidad y duelos acumulados a lo largo de la vida.

A partir de estas consideraciones, el grupo se vuelve un punto de partida para explorar la experiencia del duelo más allá del ámbito estrictamente individual. En el caso específico del grupo que abordamos, nos preguntamos: ¿cómo se concibe este espacio? ¿Es un lugar de catarsis, de escucha, de reconocimiento o de legitimación de la palabra? ¿Se trata de un taller de duelo o de un territorio simbólico donde puede resignificarse Tánatos y la experiencia de la falta? ¿Qué motiva a algunas participantes a continuar asistiendo incluso sin haber atravesado una pérdida reciente?

Asimismo, nos interesa qué se elabora realmente cuando el duelo no es el único tema: los mitos, la parentalidad, el amor, la familia... ¿desvían el eje o lo amplían? Desde una perspectiva foucaultiana, podemos considerar el grupo como una heterotopía, un espacio

social diferenciado donde los adultos mayores elaboran su experiencia de pérdida a partir del entrecruce de sus historias de vida, recuerdos y trayectorias. Sin embargo, esto plantea la interrogante: ¿hasta qué punto el grupo funciona efectivamente como un “otro lugar” distinto de la cotidianeidad?

Paralelamente, desde la reflexión sartreana, el grupo puede concebirse como un ámbito en el que se ensaya colectivamente la construcción de sentido de la propia subjetividad frente a la falta y la muerte. Siguiendo a Sartre (1946), quien plantea que el ser humano construye significado desde su subjetividad, el grupo podría constituirse en un escenario donde esa construcción se practica de manera compartida.

Nuestra problematización se centró en cuestiones clave: si el duelo deja de ser el único tema explícito, si el vacío no desaparece y si la pérdida no se borra, ¿qué se elabora realmente en el grupo? ¿Se trata de la muerte... o de la posibilidad de nombrar aquello que, fuera de ese espacio, no tiene lugar? Finalmente, es necesario comprender cómo viven, piensan y resignifican los participantes su experiencia de duelo dentro de este espacio, y cuáles son las dinámicas discursivas que lo atraviesan.

En este sentido, la figura de Sísifo puede mantenerse como una imagen de fondo para pensar estas experiencias. Si la pérdida puede asemejarse a esa roca que acompaña la vida de quien la atraviesa, resulta pertinente preguntarse cómo ese peso se vive y se nombra en espacios colectivos, como el Círculo de duelo de PILARES, particularmente entre personas adultas mayores, cuyas trayectorias de vida se han configurado a partir de diversas experiencias de pérdida. Más que resolver la metáfora, el interés radica en observar de qué manera estas experiencias aparecen en el discurso de los participantes y qué lugar ocupa el grupo en la forma en que se comparten o elaboran.

Desde esta perspectiva, consideramos que el duelo no es solo un fenómeno emocional; no se trata únicamente de sentir tristeza, sino de comprender cómo la mente construye significado frente a la pérdida. Para profundizar en esta idea, y en particular en lo que se activa o deviene con la pérdida, retomamos *Actos de significado: Más allá de la revolución cognitiva* de Jerome Bruner (1991). Bruner define el significado como “un fenómeno mediado culturalmente cuya existencia depende de un sistema previo de símbolos

compartidos”. Esto implica una representación mental que permite simbolizar y organizar el mundo social: una capacidad maleable que se ajusta a acciones, expresiones y contextos sociales en los que participamos (Bruner, 1991).

Según Bruner (1991), aunque no nacemos con una teoría explícita de la mente, sí contamos con una forma básica de interpretar la conducta de otros, a la que denomina “psicología popular”. Esta capacidad permite construir sentido a partir de la interacción y la experiencia social, incluyendo la manera en que se procesa y elabora la pérdida. En este marco, el grupo de duelo no solo ofrece un espacio para expresar emociones, sino también para transformar la experiencia de la pérdida en relato compartido y significado, haciendo tangible aquello que, como la roca de Sísifo, acompaña y desafía la vida cotidiana.

A partir de ello, y retomando la perspectiva de Bruner sobre el significado como fenómeno mediado culturalmente y construido a través de la interacción social, el grupo de duelo puede constituirse como un espacio heterotópico donde las y los participantes tengan la posibilidad de expresar sus emociones y compartir su experiencia de pérdida con otros, y quizá transformarla a través del relato compartido. Este círculo es un escenario propicio para observar de qué manera se conectan recuerdos, historias y trayectorias de vida, y cómo las pérdidas pueden encontrar un sentido a través de la interacción con otros.

Estas experiencias de vida que emergen en el grupo pueden comprenderse desde la perspectiva de la intersubjetividad de Margarita Baz (2003). Baz introduce este concepto en el marco de la subjetividad colectiva, señalando que “se refiere a aquellos procesos de creación de sentido instituidos y sostenidos por formaciones colectivas” (Baz, 2003). Es aquí donde lo intersubjetivo se relaciona con la alteridad y la dimensión grupal: la constitución del “yo” surge a partir de la mirada del otro y por identificación con él (Baz, 2003). Esto implica que las experiencias de vida de cada participante no se construyen de manera aislada, sino en interacción constante con las experiencias, narrativas y emociones de los demás. Así, el grupo se convierte en un espacio donde se entrelazan experiencias de vida, recuerdos, pérdidas y significados compartidos, construyendo un terreno que trasciende lo individual y se acerca a la idea de un ámbito heterotópico, donde la vida, la memoria y la ausencia dialogan y se resignifican colectivamente.

A partir de esta realidad, surgen interrogantes que permiten problematizar la experiencia de las y los participantes y su relación con el grupo como un espacio heterotópico singular: ¿qué significa para los adultos mayores habitar juntos este lugar, compartiendo sus pérdidas, recuerdos y emociones con otros que también cargan sus propias historias? ¿De qué manera este encuentro puede abrir caminos para construir sentido en medio del dolor? ¿Qué dinámicas y particularidades del grupo hacen del círculo un lugar distinto, donde el duelo puede nombrarse, sentirse y transformarse? ¿Cómo se entrelazan los recuerdos, las narrativas de vida y los temas que emergen más allá del duelo, y qué implica continuar regresando cada semana a este espacio, encontrando sostén, compañía y la posibilidad de resignificar la ausencia que acompaña sus vidas?

Sobre la base de esta reflexión teórica y de la metáfora de Sísifo, surge la necesidad de indagar cómo se viven y resignifican estas experiencias de pérdida dentro del Círculo de Reflexión de PILARES José Revueltas. Este grupo puede entenderse como un espacio heterotópico, donde los relatos, recuerdos y emociones de los adultos mayores se entrelazan y generan significados compartidos. En él, los participantes no solo enfrentan su duelo individual, sino que exploran colectivamente cómo sostenerlo y otorgarle sentido, compartiendo historias, recuerdos y emociones que dialogan entre sí.

En este marco, la presente investigación se orienta por la siguiente pregunta:

¿Cómo se configuran las experiencias del duelo en las personas adultas mayores que participan en el Círculo de Reflexión en PILARES José Revueltas?

Para profundizar en este problema de investigación, se plantean las siguientes preguntas específicas:

1. ¿De qué manera se configura el grupo de duelo como un espacio heterotópico donde la experiencia de la pérdida más allá de su elaboración individual propicia a procesos de construcción de sentido?
2. ¿Qué temáticas emergen más allá del duelo, y cómo se configuran discursivamente las narrativas biográficas de las personas adultas mayores en relación con sus múltiples experiencias de pérdida dentro del Círculo de Reflexión?

En función de lo expuesto y de las preguntas que orientan este estudio, se plantean los siguientes objetivos:

Objetivo general

Comprender cómo se configuran las experiencias del duelo en las personas adultas mayores que participan en el Círculo de Reflexión en PILARES José Revueltas.

Objetivos específicos

1. Observar cómo se configura el grupo de duelo como un espacio heterotópico con personas adultas mayores.
2. Explorar las temáticas emergentes en el grupo más allá del duelo y cómo se configuran discursivamente las narrativas biográficas de las personas adultas mayores respecto a sus múltiples experiencias de pérdida dentro del Círculo de Reflexión.

En nuestra búsqueda documental del estado del arte, se ha evidenciado que el duelo constituye un eje transversal en la experiencia de la pérdida; es decir, que atraviesa todas las dimensiones de la vida. Desde la aparición del trabajo de Freud, presentado en *Duelo y melancolía* (1917) emergen posteriormente diversas interpretaciones sobre el duelo.

Para los autores Oviedo, Parra y Marquina (2009), es un sentimiento subjetivo que surge tras la muerte de un ser querido; un estado en el que el sujeto experimenta una respuesta natural que implica reacciones psicosociales y psicológicas ante una pérdida real o subjetiva.

Desde esta perspectiva, resulta pertinente aproximarse al fenómeno considerando la experiencia del duelo como aquello que le acontece al sujeto⁸ y lo transforma (Larrosa, 2006), así como los procesos de aprendizaje que pueden emerger en la interacción con otros dentro del espacio grupal (Savater, 1997). En estos intercambios, el significado de la pérdida

⁸Al momento en que hablamos de sujeto en esta investigación, nos referimos a lo dicho por Collin (1998), quien rescata dicho término para explicar la relación entre la niñez y la educación, planteando que el sujeto es aquel que no está definido por completo, que se encuentra en constante dinamismo con el entorno. Recibiendo y dando a partir de los saberes con los cuales fue configurado por su historia familiar y o cultural, de manera no lineal, pero sí fragmentada y repetida. Este sujeto no es libre en un sentido abstracto, sino condicionado, modelado, pero también capaz de afectar y transformar.

no se produce de manera aislada, sino que se construye y negocia en el vínculo intersubjetivo (Savater, 1997), lo que vuelve especialmente relevante observar qué sentidos circulan y se reconfiguran en el círculo de reflexión.

De igual forma, atender a los movimientos de reflexión que realizan las y los participantes, entendidos como la posibilidad de volver sobre la propia experiencia y otorgarle sentido (Menéndez, 2012), permite comprender cómo las narrativas sobre la pérdida se elaboran en el espacio compartido. En este proceso, la resignificación de las experiencias dolorosas aparece como una dimensión clave para explorar si el grupo opera únicamente como lugar de expresión emocional o también como un medio donde pueden generarse transformaciones en la manera de comprender la ausencia (Melina, 2024).

En este marco, analizar lo que acontece en el Círculo de Reflexión de PILARES José Revueltas resulta pertinente para comprender qué procesos se movilizan cuando el duelo se comparte en un espacio comunitario y qué formas de construcción de sentido emergen de la interacción. Ello implica atender al grupo no solo como un lugar de expresión, sino como un espacio simbólico y relacional donde la palabra, los vínculos y las narrativas organizan la experiencia, cuestión que hace necesario profundizar en los conceptos teóricos que permitan dar cuenta del funcionamiento grupal, de la experiencia y de los modos en que se produce y circula el significado.

Contextualización del terreno de intervención

1. Contexto general del programa PILARES

El acrónimo PILARES significa Puntos de Innovación, Libertad, Arte, Educación y Saberes, y hace referencia a su función como base para construir una mejor sociedad mediante espacios de desarrollo, principalmente para jóvenes (Mxcity, 2018, citado en Chávez, 2022). El programa fue planteado en 2018 y puesto en marcha en 2019, durante la administración de Claudia Sheinbaum como jefa de gobierno de la Ciudad de México.

De acuerdo con Chávez (2022), el programa PILARES tiene antecedentes en diversas iniciativas que sentaron las bases para su creación. Una de las primeras fue “CyberTlalpan”,

implementada en 2004 con 22 espacios equipados con computadoras, cuyo objetivo principal era facilitar el acceso a tecnologías digitales.

No obstante, con el paso del tiempo el programa se fue deteriorando y, para 2015, únicamente permanecían en operación cuatro centros, todos con equipo obsoleto (Gaceta Oficial de la Ciudad de México, 2018). En respuesta a esta situación, en 2016 se llevó a cabo una transformación significativa que no solo implicó un cambio de nombre a “Asesorías Educativas Presenciales y en Línea en Cibercentros de Aprendizaje con Jóvenes de Tlalpan”, sino también un replanteamiento de su enfoque.

Esta nueva etapa buscó convertir los espacios en centros de asesoría educativa orientados a combatir el rezago educativo, ofreciendo apoyo a población vulnerable para iniciar o concluir sus estudios, así como talleres dirigidos al desarrollo de habilidades cognitivas, motoras y recreativas (Chávez, 2022). De este modo, se pasó de un modelo centrado en el acceso a internet a uno enfocado en el acompañamiento educativo y el desarrollo integral de las personas.

En 2017, el proyecto volvió a transformarse y adoptó el nombre de “Ciberescuelas 2017”. Este cambio es especialmente relevante, ya que constituye el antecedente directo de las Ciberescuelas dentro de PILARES.

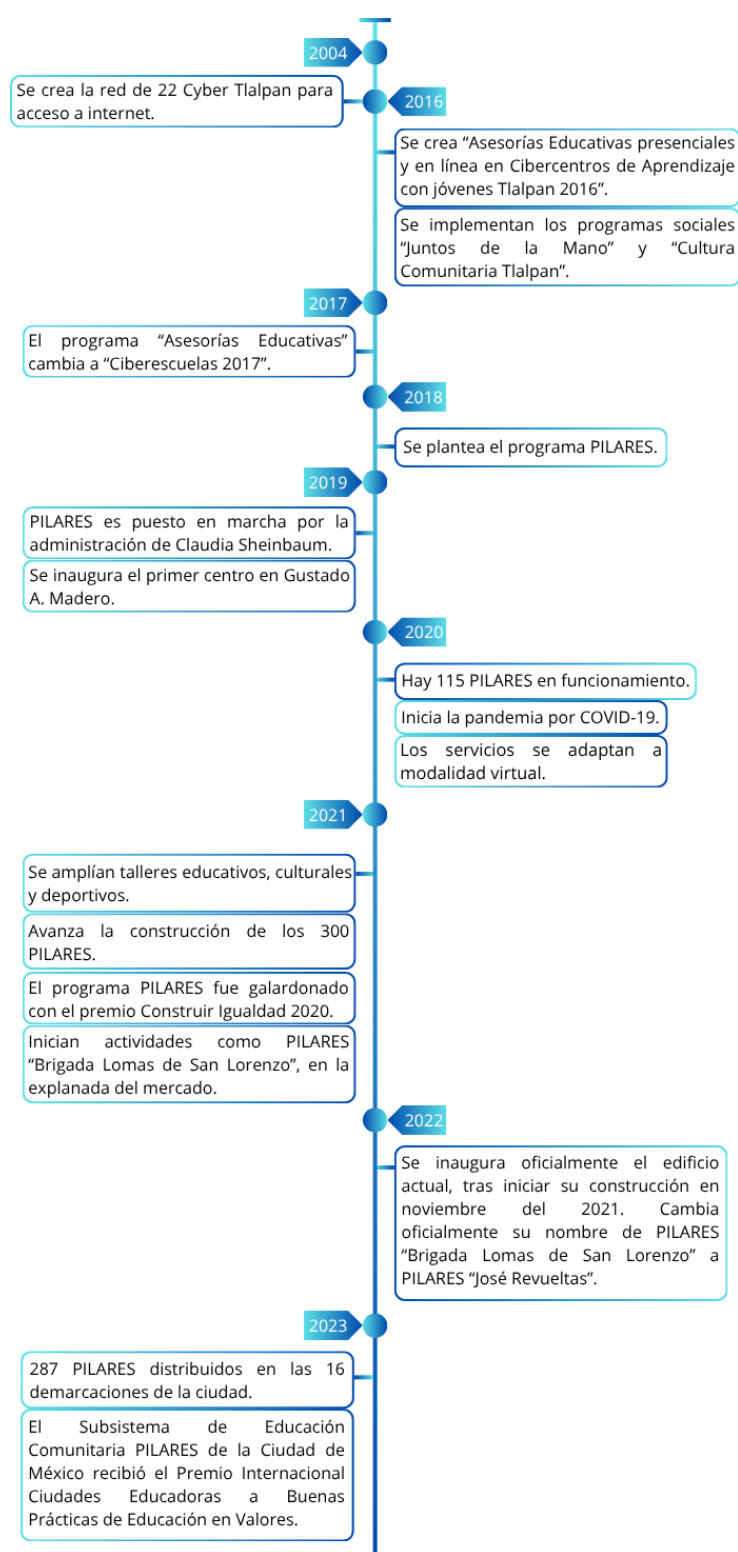
A diferencia de etapas previas centradas principalmente en el acceso a internet, este nuevo enfoque buscó consolidar espacios orientados a la educación formal, ampliando las oportunidades para que la población pudiera iniciar, continuar o concluir sus estudios.

El segundo antecedente fue el programa “Juntos de la mano”, iniciado en 2016, cuyo objetivo fue fortalecer el empleo y el autoempleo mediante talleres de formación. Por último, entre 2016 y 2018 se desarrolló el programa “Cultura Comunitaria Tlalpan”, orientado a fomentar la participación artística y cultural de la población. Estos tres programas fueron fundamentales para la creación y consolidación del programa PILARES.

Actualmente, el programa se integra por diversos subprogramas orientados al fortalecimiento del desarrollo social, educativo, cultural y económico de la población. Entre ellos se encuentra Educación para la Autonomía Económica, enfocada en la capacitación

para el trabajo y la generación de ingresos; Ciberescuela, que facilita la continuidad y conclusión de estudios con apoyo tecnológico y académico; los Talleres de Artes y Saberes Comunitarios, dirigidos a fomentar la formación artística y cultural; la Beca PILARES Bienestar, destinada a apoyar la permanencia escolar de jóvenes; y el programa Ponte Pila, orientado a promover la activación física y el deporte comunitario en espacios públicos (México, G.d, s.f.).

Con el fin de facilitar su comprensión, presentamos a continuación una cronología de los principales antecedentes y etapas de desarrollo del programa (véase Figura 1).

Figura 1

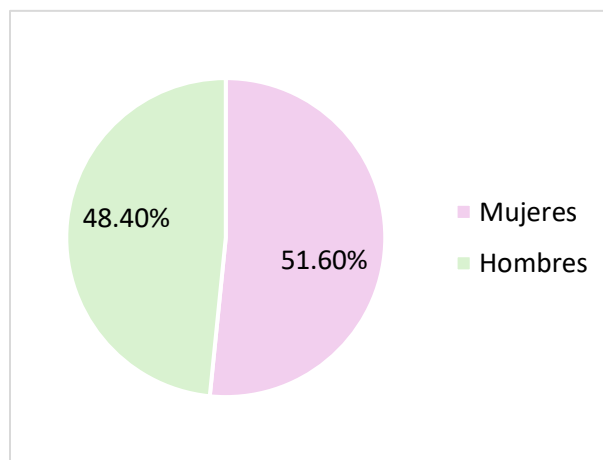
Fuente: Elaboración propia con base en Chávez (2022) y Brigada Lomas de San Lorenzo" (s. f.).

2. Contexto socioterritorial de la alcaldía Iztapalapa

Con el propósito de contextualizar el espacio de investigación, a continuación, se presentan algunos aspectos relevantes de esta demarcación territorial. La alcaldía de Iztapalapa cuenta con una población aproximada de 1,835,486 habitantes, lo que la convierte en la alcaldía más poblada de la Ciudad de México. Asimismo, presenta una ligera mayoría femenina, ya que el 51.60 % de su población son mujeres (véase Figura 2).

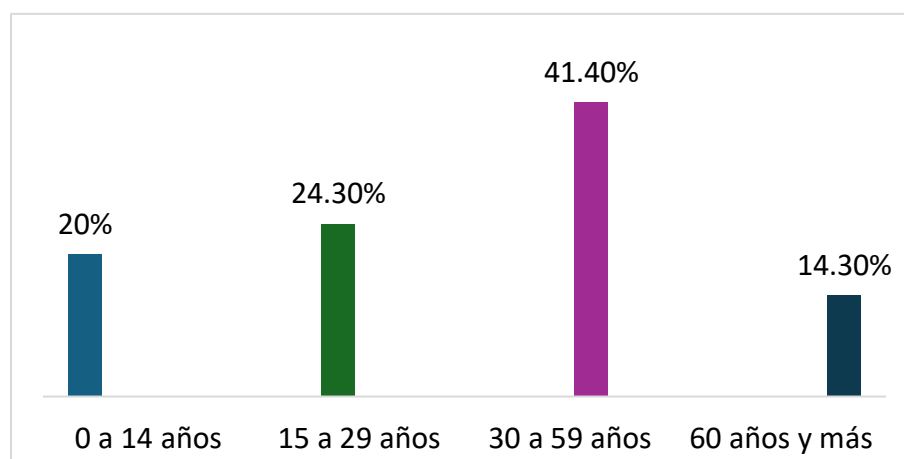
Figura 2

Población por sexo en Iztapalapa (2020).



Fuente: Elaboración propia con base en INEGI (2020).

Se caracteriza, además, por ser una demarcación predominantemente joven, dado que el 32% de sus habitantes tiene entre 15 y 34 años. No obstante, considerando que los participantes de esta investigación son en su mayoría personas adultas mayores, resulta pertinente destacar que la población de 60 años y más asciende a 262,064 personas, lo que representa aproximadamente el 14.3% del total (véase Figura 3), de acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2020).

Figura 3*Población por edad en Iztapalapa (2020).***Fuente:** Elaboración propia con base en INEGI (2020).

Con base en la *Evaluación de la Gobernanza de la Seguridad Urbana* elaborada por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (2021)⁹, se estima que, en los próximos 50 años, la población adulta mayor (personas de 60 años o más) podría representar cerca del 50 % del total poblacional. Esto implicaría una mayor presencia de las personas adultas mayores en la sociedad y un aumento de las demandas sociales y de atención.

Aunque la UNODC se centra en la prevención de drogas y delitos y en el fortalecimiento de la gobernanza, sus evaluaciones de seguridad urbana incluyen proyecciones demográficas. Nosotros recurrimos a estas proyecciones porque nos permiten analizar las necesidades de la población adulta mayor, rango de edad de nuestros participantes.

La condición de Iztapalapa como la alcaldía más poblada acentúa diversos desafíos para su desarrollo sostenible. Entre ellos destacan el rezago educativo, con un promedio de escolaridad de 10 años; la pobreza, que afecta al 35 % de la población; y la falta de acceso a servicios de salud, que impacta al 24 % de los habitantes. Asimismo, la alta densidad poblacional, estimada en 15,809 habitantes por km² —más del doble del promedio de la

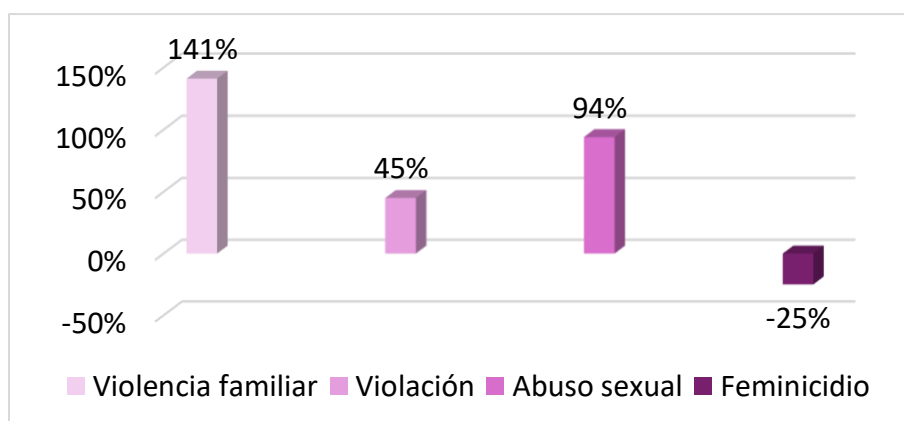
⁹ La evaluación se realizó en colaboración con la Alcaldía de Iztapalapa, la Secretaría de Seguridad Ciudadana de la Ciudad de México, la Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación de la Ciudad de México y el Instituto Nacional Electoral.

Ciudad de México (6,202 habitantes por km²)—, limita las condiciones de vivienda y favorece el hacinamiento en numerosos hogares. A lo anterior se suma la insuficiencia en servicios básicos, como el acceso al agua potable (69 %) y al drenaje (77 %), lo que incide negativamente en la calidad de vida de la población (Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito, 2021).

Es necesario ofrecer una visión general del contexto delictivo en la alcaldía, ya que en los testimonios reunidos se reflejan diversas situaciones vinculadas con la inseguridad y violencia. El 93.1 % de la población manifestó sentirse insegura en el transporte público. Asimismo, se reportaron con frecuencia conductas como el consumo de alcohol en la vía pública (85.8 %), disparos con armas (75.4 %), robos y asaltos (73.1 %) y venta o consumo de drogas (63.1 %) (UNODC, 2021). Entre 2015 y 2020, los delitos más reportados fueron el robo en sus distintas modalidades —a transeúnte, a negocio y de vehículo—, así como la violencia familiar. Durante este periodo, la violencia familiar aumentó 45 %, el abuso sexual 141 % y la violación 94 %, mientras que el feminicidio registró una disminución del 25 % (Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito, 2021).

Además, la colonia Lomas de San Lorenzo figura entre las zonas con mayor incidencia de delitos sexuales (véase Figura 4, elaboración propia) y se encuentra dentro de las 25 colonias con mayor incidencia delictiva en la alcaldía.

Figura 4



Variación porcentual de delitos contra la mujer.

Fuente: Elaboración propia con base en (Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito, 2021).

La colonia Lomas de San Lorenzo al presentar una alta incidencia delictiva, la convierte en una zona crítica, ya que las condiciones sociales y espaciales favorecen la comisión de delitos y limitan la capacidad comunitaria para enfrentar la inseguridad.

Este contexto permite ubicar de manera precisa el espacio de investigación, dado que el estudio se desarrolló en el PILARES José Revueltas, localizado en esta colonia. En este sentido, resulta coherente que durante el periodo 2015–2020 se impulsara la instalación de un PILARES en la zona, pues estos espacios se establecen prioritariamente en comunidades con altos índices de delincuencia, marginación y rezago educativo, con el objetivo de fortalecer la cohesión social mediante talleres y programas formativos (Chávez, 2022).

En este marco, las condiciones sociodemográficas, sociales y de seguridad que caracterizan a la alcaldía de Iztapalapa, particularmente en la colonia Lomas de San Lorenzo, evidencian la necesidad de contar con espacios comunitarios orientados al fortalecimiento del tejido social, la inclusión educativa y el desarrollo integral de la población.

En este contexto, la presencia del PILARES José Revueltas responde a dichas problemáticas al ofrecer alternativas formativas, culturales y de acompañamiento social orientadas a disminuir las desigualdades y ampliar las oportunidades de desarrollo. Su análisis resulta, por tanto, relevante para comprender tanto el impacto de las políticas públicas en contextos de alta vulnerabilidad como las dinámicas individuales y sociales que se configuran en estos espacios.

En estos espacios, los cuerpos son normados. Michel Foucault, en *Vigilar y Castigar* (2002), señala que “en toda sociedad, el cuerpo queda prendido en el interior de poderes muy ceñidos, que le imponen coacciones, interdicciones u obligaciones” (Foucault, 2002). A partir de esta perspectiva, es posible observar disposiciones espaciales, temporales y relacionales.

En primer lugar, existe una organización del espacio, ya que el taller se lleva cabo en un salón con una mesa y sillas dispuestas alrededor, lo que regula la proximidad y las formas de interacción entre los participantes. En segundo lugar, se establece una estructura temporal definida, con sesiones de aproximadamente dos horas y media, lo que delimita los momentos de participación. Finalmente, también hay una regulación de la palabra, en tanto

se promueve la escucha, el respeto de turnos y la empatía, constituyéndose como normas explícitas del espacio.

No obstante, esta normatividad no opera únicamente como un mecanismo de control. Siguiendo una lectura que entiende el poder como productivo (Foucault, 1977), es posible interpretar que estas condiciones también habilitan la expresión emocional y la elaboración del duelo. En ese sentido, la normatividad puede comprenderse como una condición de posibilidad que permite a los participantes construir sentido, e incluso, encontrar formas de libertad en su experiencia. Esta interpretación puede ponerse en diálogo con lo planteado en el mito de Sísifo, donde la repetición y la estructura no se conciben únicamente como imposiciones, sino como el marco desde el cual los sujetos construyen sentido. Así, al igual que Sísifo encuentra su propia condición la posibilidad de afirmarse, en el Círculo de Duelo la normatividad no anula la libertad, sino que configura las condiciones para que esta pueda emerger en la forma en que las participantes viven, comparten y resignifican su experiencia.

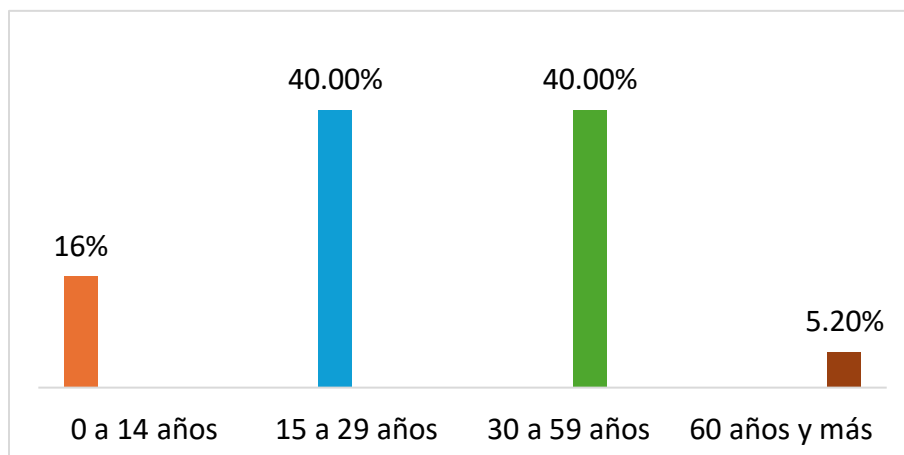
3. Contexto local: PILARES José Revueltas y su entorno comunitario

La presente investigación se llevó a cabo en el PILARES José Revueltas, ubicado en la Avenida Reforma, en la colonia Lomas de San Lorenzo, en la alcaldía de Iztapalapa, en la Ciudad de México. En el apartado previo se destacó el contexto delictivo como un elemento relevante de esta colonia; sin embargo, resulta pertinente incorporar otros datos que permitan comprender de manera más amplia el espacio territorial, social y económico en el que se desarrolló la investigación.

De acuerdo con MarketDataMéxico (s.f.), Lomas de San Lorenzo cuenta con una población aproximada de 43,200 habitantes distribuidos en 7,810 viviendas, lo que la posiciona como una de las colonias con mayor densidad poblacional de la ciudad. En cuanto a su estructura demográfica, se estima que cerca de 50,000 personas habitan en la zona, de las cuales aproximadamente 8,000 son menores de 14 años; 20,000 se encuentran en el rango de 15 a 29 años; otras 20,000 tienen entre 30 y 59 años; y alrededor de 2,600 corresponden a personas mayores de 60 años (Véase Figura 5).

Figura 5

Población por edad en Lomas de San Lorenzo (2020).



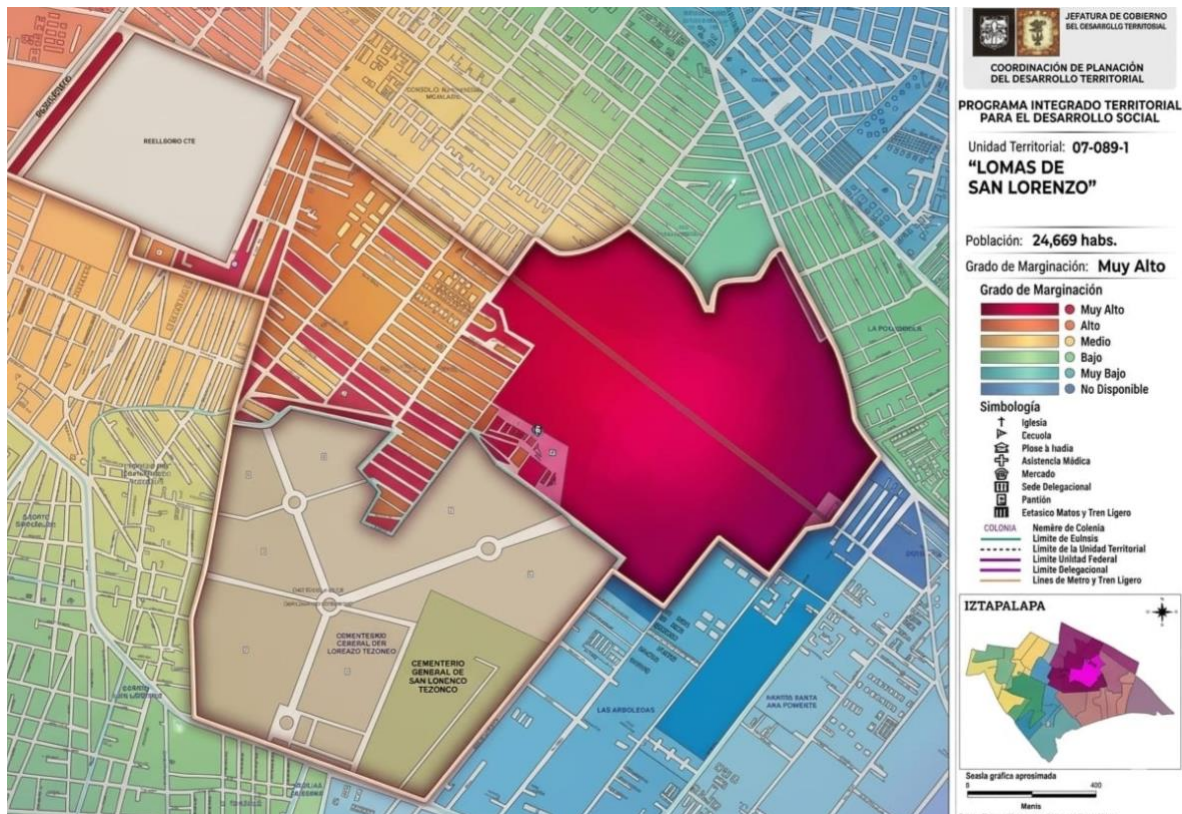
Fuente: Elaboración propia con base en MarketDataMéxico (s.f.).

Asimismo, el promedio de escolaridad es de nueve años cursados, lo que refleja un nivel educativo básico. En cuanto a la actividad económica, en la colonia operan alrededor de 1,300 establecimientos, de los cuales 943 corresponden al comercio minorista, lo que evidencia una marcada orientación hacia las actividades comerciales a nivel local.

Con el fin de complementar el análisis del contexto territorial, se presenta un mapa de la unidad territorial de Lomas de San Lorenzo (véase Figura 6), recuperado de la Jefatura de Gobierno del Distrito Federal y de la Coordinación de Planeación del Desarrollo Territorial. El análisis de este mapa permite identificar que una parte significativa del territorio de Lomas de San Lorenzo presenta condiciones de alta marginación, lo que refleja situaciones de vulnerabilidad social, económica y urbana. Estas condiciones se relacionan con limitaciones en el acceso a servicios, oportunidades educativas y espacios de desarrollo comunitario.

Figura 6

Unidad territorial de Iztapalapa.



Fuente: Elaboración propia a partir de mapa de la Jefatura de Gobierno del Distrito Federal y la Coordinación de Planeación del Desarrollo Territorial, con modificaciones realizadas mediante inteligencia artificial.

Retomando a Foucault, es posible comprender el Círculo de Duelo no solo como un espacio de acompañamiento, sino también como una heterotopía en la que se reflejan las condiciones sociales de la comunidad en la que se inserta. En ese sentido, el PILARES José Revueltas no se encuentra aislado, sino que condensa las características del contexto de la alcaldía de Iztapalapa y, de manera más específica, de la colonia Lomas de San Lorenzo.

En conjunto, la alcaldía de Iztapalapa presenta condiciones sociodemográficas y sociales complejas, caracterizadas por una alta densidad poblacional, una importante presencia de población joven y un crecimiento sostenido de personas adultas mayores. A ello se suman problemáticas estructurales como el rezago educativo, la pobreza, el acceso limitado a servicios de salud y la insuficiencia de servicios básicos, lo que incide en la calidad de vida

de sus habitantes. Asimismo, el contexto se ve atravesado por altos niveles de percepción de inseguridad y diversas manifestaciones de violencia, lo que configura un espacio de vulnerabilidad social que impacta tanto en las dinámicas comunitarias como en las experiencias individuales.

En este sentido, dichas condiciones no solo atraviesan las experiencias de pérdida de las y los participantes, sino también otras dimensiones de su vida cotidiana, como las relaciones familiares, las trayectorias educativas, las experiencias de violencia o las formas de habitar el territorio. Por ello, si bien el Círculo de Duelo se centra en el acompañamiento de procesos de pérdida, no se limita únicamente a este ámbito, sino que se configura como un espacio donde convergen múltiples experiencias. Esto permite comprenderlo como una heterotopía, en el sentido de que reúne, articula y resignifica diversas dimensiones de la vida social en un mismo lugar.

A partir de estas condiciones, resulta relevante correlacionar las características de la población con el espacio comunitario en el que se inserta el PILARES. Así, la comunidad puede entenderse como un espacio heterotópico en el que, a través de prácticas como el arte, la educación y la convivencia, se configuran formas específicas de interacción.

Más que tratarse de una simple homogeneización, este espacio produce determinadas maneras de relacionarse, en las que los sujetos, a partir de la experiencia, incorporan normas y formas de conducta.

En este proceso, los cuerpos de las y los participantes no solo ocupan el espacio, sino que se forman en él. Siguiendo a Foucault, estas dinámicas pueden entenderse a partir de la noción de docilidad, en tanto “es dócil un cuerpo que puede ser sometido, que puede ser utilizado, que puede ser transformado y perfeccionado” (Foucault, 2002). Esto implica que el cuerpo se configura mediante prácticas y en espacios organizados que producen ciertas conductas.

Esto se puede relacionar con la noción de biopoder, desarrollada por Michel Foucault en *Historia de la sexualidad, Volumen 1: La voluntad de saber* (1977). En esta obra, Foucault señala que el poder moderno ya no se limita únicamente a reprimir, sino que también

administra la vida. En este sentido, plantea que el antiguo derecho de soberanía —“hacer morir o dejar vivir”— se transforma en un poder orientado a “hacer vivir y dejar morir”. Este tipo de poder tiene como objetivo regular la manera en que las personas viven, se organizan y se comportan; es decir, su función principal es gestionar la vida. Para ello, el biopoder se desarrolla en dos formas principales o polos.

Por un lado, se encuentra la *anatomopolítica del cuerpo*¹⁰, centrada en el individuo, donde el cuerpo es concebido como una máquina que debe ser educada, entrenada y organizada, con el fin de volverlo dócil y útil mediante diversas disciplinas. Por otro lado, está la *biopolítica de la población*, que se enfoca en el conjunto de las personas como especie, atendiendo aspectos como la salud, la esperanza de vida, la mortalidad y las condiciones que influyen en estos procesos.

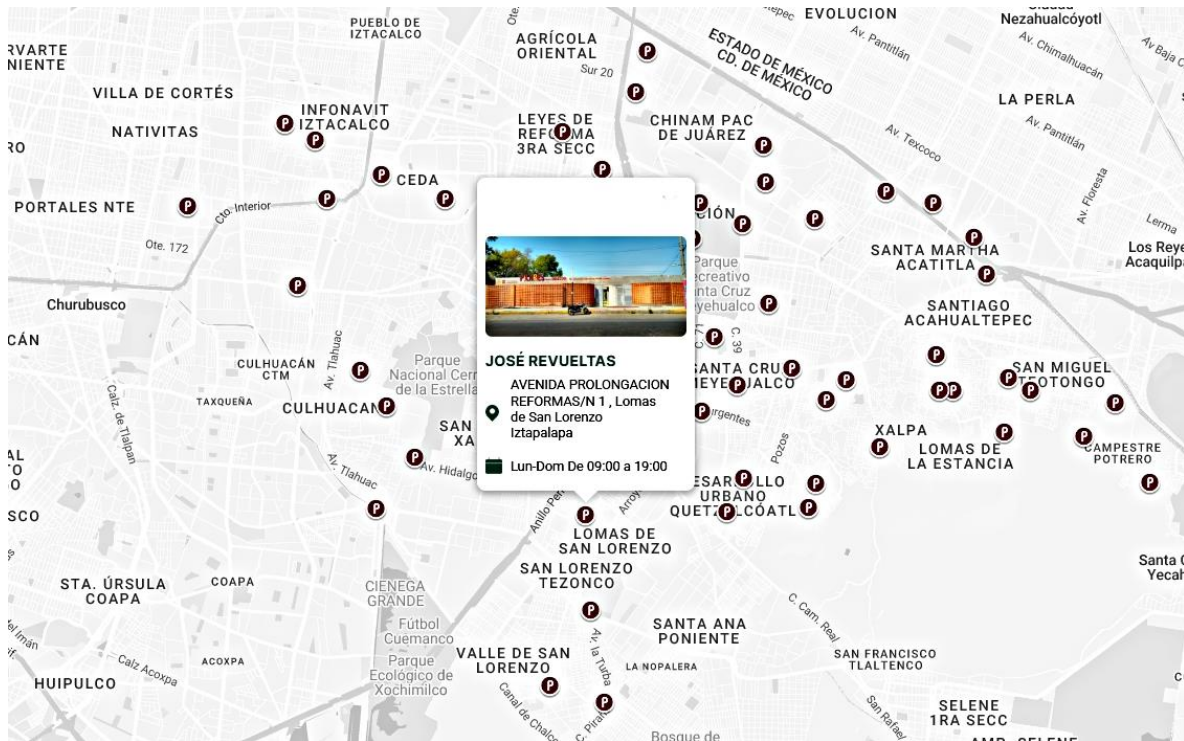
En este sentido, el espacio del Círculo de Duelo puede comprenderse como un lugar en el que ambas dimensiones del biopoder se articulan: por un lado, a través de prácticas concretas que configuran formas de expresión, regulación emocional y convivencia; y por otro, en tanto se inscribe en un contexto social más amplio que incide en las condiciones de vida, las experiencias, entre ellas el duelo, y las maneras de habitarlas.

En este contexto, la ubicación del PILARES José Revueltas adquiere una relevancia particular, ya que se inserta en una zona caracterizada por múltiples carencias estructurales. Esta sede forma parte de las 60 instalaciones del programa PILARES en la demarcación (véase Figura 7), la cual concentra el mayor número de estos espacios en la Ciudad de México, de acuerdo con Wikipedia (2025).

¹⁰ Foucault introduce el concepto de anatomopolítica en *Historia de la sexualidad, volumen 1: La voluntad de saber* (1976), donde lo define como una forma de poder centrada en el cuerpo individual (anátomo, en tanto cuerpo físico; política, como ejercicio de poder). La anatomopolítica refiere a un conjunto de técnicas orientadas a disciplinar el cuerpo con el fin de incrementar su utilidad y docilidad. En este sentido, el cuerpo deja de concebirse únicamente como entidad biológica para convertirse en objeto de intervención: puede ser entrenado (mediante la educación y la disciplina), optimizado (en términos de rendimiento y eficiencia), controlado (a través de la vigilancia y la normalización) y aprovechado (en función de su productividad económica y social).

Figura 7

Distribución de los PILARES en la alcaldía Iztapalapa.



Fuente: Elaboración propia a partir de mapa de PILARES del Bienestar (México, G. d. (s.f.), con modificaciones realizadas mediante inteligencia artificial.

De acuerdo con los objetivos del programa PILARES, estos centros se establecen principalmente en zonas con altos índices de marginación y vulnerabilidad social (Chávez, 2022), lo que refuerza el carácter estratégico de su localización en la colonia Lomas de San Lorenzo.

En este caso, el PILARES José Revueltas se localiza entre el Reclusorio Preventivo Oriente, inaugurado en 1976, y la UTOPIA Libertad, inaugurada en 2023 como la primera de su tipo en la demarcación. La cercanía de estos tres espacios —reclusorio, PILARES y UTOPIA— configura un contexto urbano y social marcado por contrastes: por un lado, instituciones asociadas al castigo y la contención; por otro, iniciativas que promueven la formación, el acceso a derechos culturales y la regeneración del tejido comunitario (véase Figura 8).

Figura 8

Localización del PILARES José Revueltas, el Reclusorio Preventivo Oriente y la UTOPIA Libertad en Iztapalapa.



Fuente: Elaboración propia a partir de Google Maps, con modificaciones realizadas mediante inteligencia artificial.

En este sentido, el PILARES José Revueltas puede comprenderse como un espacio de oportunidad dentro de un entorno atravesado por dinámicas de exclusión y control, al promover el acceso a derechos culturales, educativos y recreativos en una zona caracterizada por altos niveles de vulnerabilidad.

Asimismo, es importante considerar su proceso de conformación. Anteriormente conocido como Brigada Lomas de San Lorenzo, este espacio inició sus actividades en septiembre de

2021 con la impartición de talleres comunitarios en la explanada del mercado local (Brigada Lomas De San Lorenzo, s.f.). Entre las actividades ofrecidas se encontraban serigrafía, fomento a la lectura, cine club, ajedrez, atención educativa del Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, Prepa Abierta, Lengua de Señas Mexicana y danza árabe.

La construcción del edificio comenzó en noviembre de 2021 y fue inaugurado en septiembre de 2022. Posteriormente, en abril de 2023, adoptó su nombre actual. En la actualidad, próximo a cumplir tres años de funcionamiento, se ha consolidado como un referente local en el desarrollo cultural, educativo y social de la comunidad.

En este sentido, más allá de su consolidación institucional, el PILARES José Revueltas puede comprenderse como un espacio en el que se entrecruzan condiciones estructurales, experiencias de vida y prácticas comunitarias. Su inserción en un territorio marcado por la vulnerabilidad, así como su proximidad a instituciones asociadas tanto al control como a la reconstrucción social, permiten leerlo como un espacio heterotópico donde convergen múltiples dimensiones de la vida social.

De este modo, el PILARES no solo ofrece actividades, talleres o servicios, sino que configura un lugar en el que, a través de la interacción cotidiana, se producen formas de relación, de acompañamiento y de construcción de sentido. Así, este espacio incide en la manera en que las y los sujetos habitan sus experiencias, entre ellas el duelo, al tiempo que contribuye en la construcción de vínculos, formas de convivencia y maneras de habitar la vida en comunidad.

Marco teórico

1. El duelo y sus resonancias: entre la ausencia, el vínculo y la palabra

Comprender el duelo en esta investigación implica situarlo más allá de definiciones clínicas o listados de reacciones emocionales. Lo reconocemos como una experiencia compleja tejida por significaciones, relaciones y prácticas que atraviesan la vida cotidiana, especialmente cuando esta es interpelada por la pérdida. Espacios como el Círculo de Duelo funcionan como heterotopías donde lo instituido, las normas sobre cómo expresar o callar

el dolor, entra en tensión con lo instituyente, aquello que emerge en la palabra compartida, el gesto sostenido y la escucha colectiva.

Cuando hablamos de las resonancias del duelo, nos referimos a las formas concretas en que la pérdida reverbera en la vida del sujeto: la ausencia como vacío que reorganiza la experiencia, los vínculos que persisten aún en la falta y la palabra como vía simbólica a través de la cual este vacío puede ser nombrado. En los relatos compartidos en el Círculo de Duelo, estas resonancias aparecen encarnadas en historias de vida donde la ausencia no se limita a la muerte, sino que se entrelaza con los lazos familiares, los recuerdos y los significados contruidos en el tiempo.

Recalamos que en esta investigación entendemos que es a través de la palabra, como medio simbólico, que las y los participantes del Círculo logran encontrarse con ese vacío que deja la pérdida, al nombrarlo y al compartirlo. Así, se expresan como la persistencia de los lazos con aquello que se hizo ausente, especialmente en el entramado familiar y en las historias de vida, donde el recuerdo, la memoria y el afecto continúan operando.

Por tanto, entendemos que el duelo se revela como una experiencia singular atravesada por la biografía, los vínculos y los imaginarios heredados. Por ello, se concibe simultáneamente como un fenómeno emocional, subjetivo, relacional y social: aparece en el cuerpo, se reorganiza en la memoria, se narra en la palabra y se transforma en presencia de otros.

Diversas perspectivas permiten comprender su complejidad: el psicoanálisis freudiano, que lo define como un proceso psíquico de desprendimiento; las propuestas contemporáneas de Elisabeth Kübler-Ross y David Kessler (2009) y George W. Worden (2004), que enfatizan su carácter no lineal; la teoría del apego de Bowlby, que lo vincula a la ruptura de la seguridad afectiva; y la ampliación de Jorge L. Tizón (2004) hacia múltiples formas de pérdida.

A estas lecturas se suma la noción de experiencia de Jorge Larrosa (2006), que nos permite comprender el duelo como “eso que me pasa”: un acontecimiento que irrumpe, afecta y transforma, comprensible solo desde su vivencia encarnada y singular. Con este marco, el capítulo explora el duelo desde sus dimensiones experiencial, emocional y vincular, dialogando siempre con lo que ocurre en el Círculo de Duelo.

En este trabajo, interpretar el duelo como experiencia encarnada y relacional no es solo una toma de posición teórica: es lo que permite leer lo que ocurre en el Círculo, palabras, silencios, gestos y legitimaciones, sin reducirlo a un listado de reacciones.

Los ecos de la ausencia: comprender el duelo como experiencia humana

Habitar el duelo implica escuchar los ecos de una ausencia que reordena silenciosamente la vida cotidiana. Más que un conjunto de síntomas, aquí se entiende como experiencia: algo que irrumpe, afecta y transforma al sujeto en su cuerpo, memoria y palabra. La etimología ya sugiere esa tensión, duellum y duo evocan la fractura del “dos”, mientras el campo léxico de dolor/dolēre nombra el padecimiento, ubicando al duelo en la confluencia entre ruptura de un vínculo y aflicción.

En esta línea, Freud (1917) lo concibe como una “reacción natural ante la pérdida de una persona amada o de aquello que representa un valor afectivo o simbólico en nuestra vida, por ejemplo, la patria, la libertad, un ideal o cualquier otra cosa significativa” (p. 241). Este proceso ocurre cuando la persona retira su energía emocional (libido) del objeto o persona que ha perdido, lo que provoca una especie de pausa o bloqueo que dificulta invertir esa energía en nuevas relaciones o actividades.

No obstante, esta pausa no es permanente: es el resultado de un trabajo interno mediante el cual la persona procesa la pérdida. Poco a poco, puede liberar su energía emocional del objeto perdido y orientarla hacia nuevas personas, proyectos o relaciones.

Para comprender qué le pasa al doliente más allá de la definición clínica, retomamos la noción de experiencia en Larrosa (2006): el duelo como “eso que me pasa”, un acontecimiento de exterioridad que desestabiliza, a la vez que moviliza subjetividad, reflexividad y transformación. Esta perspectiva subraya la singularidad e irrepetibilidad del proceso: cada biografía, cada trama de vínculos y cada historia de sentido imprime un recorrido propio.

Desde este enfoque, los modelos de orientación resultan útiles si no se usan de manera prescriptiva. Kübler-Ross y Kessler (2009) recuerdan que los movimientos del duelo no constituyen una secuencia rígida ni universal, mientras Worden (2004) cuestiona la etiqueta

de “duelos anormales” y propone pensar en complejidades o formas complicadas, poniendo el acento en la variabilidad de respuestas.

A su vez, Bowlby y Parkes enfatizan que las trayectorias difieren según la historia de apego y la configuración del vínculo previo, lo que explica ritmos, intensidades y retornos singulares (Yoffe, 2003). En el Círculo, estas ideas se hacen visibles cuando coexisten momentos de negación y enojo, o cuando el dolor reaparece en escenas cotidianas pese a avances en otros frentes.

Ahora bien, esta pluralidad no solo se capta en lo narrado, sino también en el paisaje afectivo que acompaña la pérdida. La noción de rueda emocional, que articula el modelo cromático de Díaz y Flores (2002) con la visualización de Plutchik, ayuda a mapear oposiciones, intensidades y combinatorias (tristeza-ira, miedo-calma, culpa-alivio, nostalgia-esperanza) que se suceden o coexisten. Este enfoque evita reducir el duelo a una sola emoción y permite comprender virajes y superposiciones afectivas a lo largo del tiempo, algo que el trabajo grupal hace emerger con claridad en el contraste de voces y en la resonancia entre relatos.

Desde esta perspectiva, el duelo puede comprenderse como un proceso dinámico de reorganización subjetiva. A medida que el sujeto atraviesa la pérdida, se ve interpelado a resignificar su historia, sus vínculos y su lugar en la vida cotidiana, asumiendo nuevas responsabilidades y roles. Este enfoque, de carácter constructivista y narrativo, permite observarlo como una experiencia en permanente elaboración, donde el sentido no está dado de antemano, sino que se construye, y se reconstruye, en el relato de lo vivido, especialmente cuando ese relato encuentra interlocutores en el espacio grupal.

La reconstrucción de significado en el duelo: una perspectiva constructivista y narrativa

Robert A. Neimeyer (2002) propone comprender el duelo como un proceso de reconstrucción de significado, desplazando el énfasis desde la adaptación emocional o el tránsito por etapas hacia la manera en que la pérdida desorganiza y posteriormente reconfigura los sistemas de sentido que estructuran la experiencia subjetiva. Para este autor, la muerte de un ser significativo no solo genera dolor afectivo, sino que produce una fractura

en los marcos simbólicos a partir de los cuales las personas comprenden quiénes son, cómo es el mundo y qué expectativas pueden sostener hacia el futuro (Neimeyer, 2002).

En este sentido, la pérdida irrumpe como un acontecimiento que desestabiliza narrativas previamente consolidadas: proyectos vitales, roles identitarios, certezas relacionales y creencias fundamentales se ven cuestionadas. Entonces, no se limita a una respuesta emocional ante la ausencia, sino que implica un trabajo activo de reorganización del sentido, mediante el cual el sujeto busca restablecer una coherencia biográfica que ha quedado quebrada. Elaborar el duelo supone, desde esta óptica, enfrentar la tarea de integrar la experiencia de pérdida en una historia de vida que ya no puede ser la misma que antes.

Neimeyer (2002) subraya que este proceso no equivale a “superar” la pérdida ni a dejar atrás el vínculo con quien ha muerto. Por el contrario, implica otorgarle un lugar simbólico distinto, narrativamente habitable, que permita al doliente continuar viviendo sin negar la importancia de lo perdido. El objetivo no es borrar la ausencia, sino construir una forma de relación con ella que resulte compatible con la continuidad de la vida.

En este punto, la reconstrucción de significado se entiende como un movimiento gradual, no lineal y abierto a reformulaciones, en el que el sentido no se descubre como algo preexistente, sino que se construye retrospectivamente en el relato de lo vivido (Neimeyer, 2002).

Desde esta perspectiva, la palabra adquiere un estatuto central. Narrar la pérdida, volver sobre los recuerdos, compartir preguntas, conflicto y ambivalencias, permite organizar la experiencia emocional y transformarla en una experiencia pensable y comunicable. La narración no opera únicamente como descarga afectiva, sino como dispositivo simbólico que articula emoción, memoria y significado. Allí donde el dolor permanece sin palabras, el duelo corre el riesgo de quedar fijado o encapsulado; en cambio, cuando encuentra formas narrativas, puede comenzar a ser elaborado y resignificado.

Asimismo, Neimeyer (2002) destaca que la reconstrucción de significado no se produce exclusivamente en el ámbito intrapsíquico. Se trata de un proceso profundamente relacional, que se despliega en interacción con otros. Los contextos de escucha, acompañamiento y reconocimiento, especialmente los dispositivos grupales, cumplen un

papel fundamental al ofrecer un espacio donde las experiencias individuales encuentran resonancia, validación y contraste. En estos escenarios, el sentido se construye: las historias se entrelazan, las emociones se reconocen como compartidas y la pérdida puede ser pensada desde múltiples miradas, ampliando las posibilidades de resignificación (Neimeyer, 2002).

De este modo, el duelo puede comprenderse como una experiencia narrativa y vincular en la que el sujeto no elabora la pérdida en soledad, sino en el entramado del lazo social. La reconstrucción de significado aparece, así como un proceso situado en la intersección entre subjetividad, lenguaje y vínculo, que permite al doliente reconfigurar su mundo emocional y simbólico frente a la ausencia.

En este marco, la elaboración de sentido se entrelaza con una experiencia emocional compleja y no lineal; por ello, a continuación, se aborda la rueda emocional como herramienta para mapear intensidades, oposiciones y combinatorias afectivas presentes en el duelo.

La rueda emocional: un paisaje de intensidades y oposiciones

Comprender el duelo como una experiencia emocional implica reconocer la pluralidad y simultaneidad de afectos que se ponen en juego frente a la pérdida. En los relatos de las y los participantes emergen una constelación de emociones que no se presentan de forma aislada ni estable, sino que coexisten, se superponen y varían en intensidad.

La propuesta teórica de Díaz y Flores (2002) en su artículo *La estructura de la emoción humana: un modelo cromático del sistema afectivo*, permite abordar las emociones desde su diversidad afectiva, concibiéndolas como componentes de un sistema estructurado organizado en relaciones de oposición, cercanía e intensidad. Con ello, las mismas no adquieren sentido de manera individual, sino en función de su posición relativa dentro de una estructura relacional, susceptible de ser representada esquemáticamente (Díaz y Flores, 2002).

De este modo, cada estado afectivo ocupa un lugar determinado dentro del sistema emocional, lo que posibilita pensar la experiencia afectiva como un campo dinámico y

gradual. Al privilegiar dicha lógica de los afectos, este modelo ofrece un marco conceptual que habilita posteriormente el dialogo con otras propuestas sistemáticas de organización emocional como el planteado por Plutchik.

Si bien Díaz y Flores (2002) permiten visualizar las emociones desde concepciones teóricas, en este trabajo se emplea como guía directa la rueda emocional. En dicho modelo puede explicarse que las emociones básicas se sitúan en el núcleo y se caracterizan por presentar mayor intensidad, a medida que se alejan del centro la intensidad disminuye y aparecen variaciones o combinaciones emocionales. Su base se organiza en torno a núcleos afectivos: alegría, miedo, tristeza, asco, ira, sorpresa, confianza y anticipación, que se oponen y se combinan entre sí.

Asimismo, contempla la existencia de emociones compuestas o secundarias, que surgen de la combinación de las primarias. Por ejemplo, la combinación de confianza y miedo da lugar a la sumisión; ira y asco al desprecio; mientras que alegría y aceptación el amor.

También destaca la presencia de pares emocionales antagónicos, es decir, emociones que se sitúan en posiciones opuestas dentro del sistema (Díaz y Flores, 2002). Entre estos pares se encuentran: alegría–tristeza, confianza–asco, ira–miedo y sorpresa–anticipación. Así, la rueda emocional, permite comprender no solo la intensidad de las emociones, sino también sus relaciones de oposición y proximidad dentro del sistema afectivo.

Aplicado al duelo, esta herramienta permite reconocer que la experiencia de la pérdida no se expresa únicamente a través de la tristeza, sino mediante una variedad de emociones que pueden coexistir, transformarse o intensificarse a lo largo del proceso. Sentimientos como la ira, la culpa, la nostalgia, el miedo o incluso momentos de alivio pueden emerger simultáneamente.

Comprender el duelo exige reconocer esta complejidad del mundo emocional que se activa frente a la experiencia de la pérdida. Tal como se ha señalado previamente, el duelo no puede reducirse a una única emoción ni describirse únicamente a partir de estados discretos. Por el contrario, constituye un proceso afectivo amplio en el que emergen emociones como rabia, culpa, miedo, nostalgia, confusión o incluso calma, que se transforman y entrelazan a lo largo del tiempo.

De este modo, la rueda emocional no funciona aquí como un esquema clasificatorio, sino como un dispositivo interpretativo que permite reconocer la heterogeneidad afectiva que atraviesa la experiencia de duelo. En el Círculo donde realizamos la intervención, las y los participantes narran y comparten sus duelos, esta perspectiva facilita reconocer que cada relato moviliza un entramado singular de emociones que no sigue trayectorias lineales, sino que se despliega de formas diversas en la memoria, en la palabra y en la experiencia compartida del dolor.

Así, comprender las emociones desde esta lógica, permite leer los movimientos del duelo como procesos afectivos que se despliegan progresivamente. Los afectos no aparecen de manera arbitraria: se articulan con distintos grados de intensidad emocional que van desde la vigilancia, el sobresalto o el temor inicial, hasta el enojo, la desesperación o, eventualmente, formas de integración afectiva.

Esta lectura permite vincular los modelos emocionales con las narrativas del duelo escuchadas en el Círculo, teniendo presente que emergen y se transforman en el curso de la experiencia compartida.

Tal multiplicidad ha sido destacada por diversas aproximaciones teóricas. En particular, Elisabeth Kübler-Ross (2009) describió el duelo como un proceso que implica transitar por diversas experiencias emocionales. Asimismo, John Bowlby, desde la teoría del apego, señaló que el duelo surge como respuesta a la ruptura de un vínculo significativo (Yoffe, 2003). La pérdida activa respuestas emocionales intensas mediante las cuales el organismo intenta adaptarse a la ausencia de la figura de apego (Worden, 2004). Entre estas respuestas, Bowlby subrayó la tristeza profunda, la protesta, la ansiedad, la ira y la desorganización emocional, evidenciando que el duelo implica una profunda reorganización del sistema afectivo del sujeto (Yoffe, 2003; Worden, 2004).

Duelo y vínculo: una lectura desde Bowlby, Worden y Tizón

Comprender el duelo desde una perspectiva vincular implica situarlo más allá de la pérdida concreta de una persona para atender a la ruptura de los lazos afectivos que organizan la experiencia subjetiva. Desde esta lectura, la ausencia no se experimenta únicamente como

un hecho externo, sino como un quiebre en las coordenadas de seguridad, pertenencia y sostén emocional que estructuraban la vida cotidiana del sujeto.

Teniendo esto en mente, la teoría del apego desarrollada por John Bowlby parte de una premisa fundamental: los seres humanos nacen en un estado de indefensión tal que la relación con un cuidador no es simplemente deseable, sino esencial para la supervivencia (Yoffe, 2003). En su artículo *El duelo por la muerte de un ser querido*, Yoffe (2003) explica con claridad que el apego constituye un mecanismo biológico compartido con otras especies; un sistema que impulsa al sujeto a mantenerse cerca de quien puede protegerlo, nutrirlo y brindarle seguridad emocional (p. 137).

Worden (2004) retoma los planteamientos de Bowlby (1977) para destacar que estos vínculos se dirigen a un número reducido de figuras significativas y tienden a perdurar a lo largo de la vida.

Desde esta perspectiva, establecer vínculos de apego constituye una experiencia humana fundamental tanto en la niñez como en la adultez (Worden, 2004, p. 29).

De esta manera, Worden (2004) narra estos elementos, al retomar a Bowlby y explicar que “la conducta de apego” tiene como objetivo mantener la cercanía con la figura significativa, quien proporciona una “base segura” desde la cual el niño puede explorar su entorno. Cuando esta figura desaparece o el vínculo se ve amenazado, se activa una “respuesta de ansiedad intensa y de fuerte protesta emocional”, evidenciando la función del apego como regulador de seguridad y equilibrio afectivo (Bowlby, 1977, citado en Worden, 2004, p. 30). Cuando estas conductas logran restablecer la cercanía, el sistema de apego se calma y disminuyen el estrés y la aflicción (Bowlby, 1977a, citado en Worden, 2004, p. 30). Desde esta lectura, en este trabajo el duelo puede comprenderse como una respuesta natural ante la ruptura o amenaza a esa base segura.

Si lo observamos desde la postura de Neimer (2001) la pérdida de una figura de apego no implica únicamente la ausencia de una persona, sino también una reorganización profunda del mundo interno del sujeto, que da lugar a una constelación de respuestas afectivas. Estas respuestas no siguen una secuencia rígida ni homogénea, sino que emergen de manera

fluctuante según la historia del vínculo y las condiciones subjetivas de cada doliente (Worden, 2004). Más que síntomas a corregir, dichas respuestas pueden comprenderse como intentos del organismo por restablecer algún tipo de continuidad afectiva frente a la pérdida. En esta línea, Tizón (2004), retomando la perspectiva de Melanie Klein, señala, que la experiencia de pérdida conlleva transformaciones profundas en la relación del sujeto con sus recuerdos, representaciones mentales y vínculos afectivos fundamentales, lo que puede implicar una verdadera reconfiguración de la vida psíquica (p. 58).

Tizón (2004) continua y nos dice que las personas atraviesan diferentes tipos de pérdidas que pueden movilizar procesos de duelo. Entre ellas se encuentran las pérdidas secundarias, aquellas que emergen como consecuencia de una pérdida principal, así como las pérdidas simbólicas, vinculadas con transformaciones en los vínculos, los proyectos o las etapas de la vida.

De ahí que, la experiencia del duelo se configura como un proceso complejo en el que distintos tipos de pérdidas —materiales, relacionales o simbólicas— pueden entrelazarse y dar lugar a múltiples formas de pesar que permanecen presentes en la vida de las personas.

Siguiendo las categorías propuestas por Tizón (2004), las experiencias de pérdida pueden adoptar distintas formas a lo largo de la vida, no limitándose a la muerte de un ser querido. El autor distingue entre pérdidas relacionales, intrapersonales, materiales y evolutivas, subrayando que todas ellas pueden movilizar procesos de duelo en la medida en que afectan un vínculo, una representación significativa o un aspecto central de la identidad del sujeto. Tizón (2004) va entendiendo cada una de la siguiente manera:

Las pérdidas relacionales remiten a la ruptura o transformación de vínculos significativos, como la muerte de un ser querido, las separaciones o los abandonos, donde lo que se pierde no es sólo a la persona, sino el lugar que ocupaba en la historia afectiva del sujeto. Las pérdidas intrapersonales se vinculan con cambios que afectan el self, como la pérdida de capacidades, ideales o aspectos de la identidad previa, implicando procesos de reorganización personal. Por su parte, las pérdidas materiales comprenden la ausencia de objetos u bienes investidos de valor simbólico, cuyo significado excede lo tangible. Finalmente, las pérdidas evolutivas se asocian a las transiciones propias del ciclo vital, en las

que dejar atrás determinadas etapas, roles o expectativas puede dar lugar a experiencias de duelo (Tizón, 2004).

De esta manera permite comprender el duelo como un proceso psicológico que se activa frente a cualquier pérdida afectivamente significativa, poniendo en relieve la complejidad y diversidad de experiencias que pueden movilizarlo. Esta lectura resulta especialmente pertinente para el análisis del Círculo de Duelo, donde la experiencia de la pérdida se manifiesta no solo en el sufrimiento individual, sino en la reconfiguración de modos de vincularse y habitar el tiempo.

Así, el duelo aparece como una experiencia profundamente relacional atravesada por la historia del vínculo, las condiciones subjetivas de cada doliente y los dispositivos colectivos que posibilitan su simbolización.

Esta comprensión vincular constituye un eje central para el análisis de lo que entendemos que ocurre en este espacio y sienta las bases para considerar el proceso de elaboración de la pérdida como un fenómeno que se construye en la intersección entre subjetividad, lazo social y experiencia compartida.

A partir de esta comprensión más amplia de la pérdida, distintos autores han desarrollado modelos teóricos que buscan explicar cómo las personas elaboran el duelo. Entre ellos destaca el modelo propuesto por Elisabeth Kübler-Ross, quien en *Sobre la muerte y los moribundos* (1969) presentó su conocido modelo psicosocial de las cinco etapas del duelo (NINDA). Posteriormente, en su trabajo junto a David Kessler, estas reflexiones se ampliaron para comprender el duelo ante la pérdida de un ser querido. Este enfoque será retomado en el siguiente apartado para explorar los movimientos emocionales que pueden surgir durante el proceso de elaboración de una pérdida.

En este sentido, las emociones que emergen en el duelo no solo expresan la reacción ante la pérdida, sino que también abren un campo de interrogación sobre el sentido mismo de la existencia. Sentimientos como la tristeza, la angustia o el vacío pueden vincularse con preguntas fundamentales como ¿por qué vivir? o ¿para qué vivir?, en la medida en que la ausencia de la figura significativa desestabiliza los referentes que antes otorgaban sentido, dirección e identidad a la vida del sujeto. Así, el duelo no solo implica la elaboración de una

pérdida afectiva, sino también un proceso de resignificación en el que cada persona se confronta con aquello con lo que se identifica, con sus vínculos y con las formas en que construye sentido en su experiencia vital.

Modelo psicosocial del duelo

Desde una lectura contemporánea, el duelo no puede entenderse como un proceso que avance de manera ordenada a través de etapas sucesivas, sino como una experiencia emocional en el que distintos estados afectivos emergen, se superponen y aparecen a lo largo del tiempo. En este sentido, los aportes de Elisabeth Kübler-Ross y David Kessler resultan útiles como un marco que permite nombrar algunos de los movimientos emocionales que pueden desplegarse frente a la pérdida.

Emociones como la negación, la ira, la negociación, la tristeza o la aceptación no constituyen momentos diferenciados ni universales. Estas experiencias pueden coexistir, alternarse o retornar en distintos momentos del proceso, configurando trayectorias singulares que dependen de la historia del vínculo y de las condiciones subjetivas.

Kübler-Ross y Kessler (2009) en la introducción a su trabajo *Sobre el duelo y el dolor* insisten en que estas cinco etapas: negación, ira, negociación, depresión y aceptación, no deben entenderse como una secuencia rígida ni como un recorrido universal. Más que pasos ordenados, funcionan como movimientos emocionales posibles dentro del proceso de duelo.

Desde esta perspectiva, los denominados movimientos del duelo permiten visibilizar la pluralidad afectiva que atraviesan la experiencia de pérdida. Leídos de manera situada, estos aportes permiten comprender la elaboración singular de la ausencia.

Negación: el movimiento que amortigua el impacto

La negación suele aparecer como una primera respuesta frente a la pérdida. Kübler-Ross y Kessler (2009) señalan que “nos ayuda a sobrevivir la pérdida” (p. 25), ya que permite que la realidad se incorpore de manera gradual. Este movimiento opera como un amortiguador

psíquico que protege al sujeto del impacto emocional inmediato, evitando que el dolor se presente de forma abrumadora.

Ira: el estallido que nombra el dolor

Cuando la pérdida comienza a sentirse como real, puede aparecer la ira. Según Kübler-Ross y Kessler (2009), esta emoción surge cuando la persona se siente lo suficientemente segura como para soportarla: “la ira sólo aflora cuando nos sentimos lo bastante seguros como para saber que probablemente sobreviviremos” (p. 27).

La rabia puede dirigirse hacia diferentes lugares: hacia quienes estuvieron implicados en la pérdida, hacia uno mismo o incluso hacia la vida misma. Sin embargo, más allá de su dirección, cumple una función importante al permitir la liberación de emociones que habían permanecido contenidas. Los autores la describen como una energía que puede sostener temporalmente al sujeto en medio del vacío de la pérdida, funcionando como una forma de conexión con aquello que se ha perdido (p. 31).

Negociación: el intento de darle orden al caos

En este movimiento la mente intenta lidiar con lo ocurrido buscando explicaciones o escenarios alternativos. Kübler-Ross y Kessler (2009) describen la negociación como un proceso marcado por preguntas y suposiciones sobre lo que podría haberse hecho de otra manera.

Los “ojalá” y los “¿y si...?” expresan este intento de reorganizar el pasado, muchas veces acompañado por sentimientos de culpa. Más que cambiar lo ocurrido, estas preguntas permiten a la mente procesar gradualmente la pérdida y ofrecer una narrativa temporal que hace más tolerable la realidad (pp. 32-35). Con el tiempo, este movimiento conduce al reconocimiento de que el ser querido realmente se ha ido.

Depresión: el contacto profundo con la pérdida

En algún momento del proceso, la pérdida se vuelve emocionalmente ineludible. Kübler-Ross y Kessler (2009) describen este momento como aquel donde la tristeza, el vacío o el

cansancio aparecen con mayor intensidad. Lejos de ser un signo patológico, los autores señalan que esta depresión constituye una respuesta natural ante el hecho (p. 36).

En este movimiento, el sujeto deja de intentar evitar el dolor y comienza a sentirlo con mayor profundidad. Aunque difícil, esta experiencia permite reconocer plenamente la ausencia y empezar a integrar la pérdida dentro de la propia vida emocional.

Aceptación: integrar la pérdida

La aceptación no implica olvidar ni dejar de sentir dolor. Más bien consiste en reconocer la realidad de la pérdida y comenzar a encontrar nuevas formas de convivir con ella. Kübler-Ross y Kessler (2009) subrayan que no se trata de un punto final, sino de un proceso en el que el vínculo se reconoce.

En este sentido, lo que desaparece es la presencia, pero no necesariamente la relación. La aceptación permite reconocer aquello que el vínculo significó y lo que permanece en la memoria, en los gestos, en las historias compartidas y en los aprendizajes que continúan dando forma. A través de pequeños cambios cotidianos, retomar actividades, reorganizar rutinas o recordar sin desbordarse, la pérdida comienza a integrarse en la experiencia vital. En el espacio del Círculo de Duelo, estos movimientos emocionales no aparecen como etapas ordenadas, sino como experiencias que emergen de manera singular en cada relato. Las participantes transitan entre recuerdos, preguntas, silencios y emociones que muestran cómo el duelo se vive de formas diversas, confirmando que estos movimientos funcionan más como orientaciones comprensivas que como un camino lineal.

2. Miradas sobre la vejez: entre el constructivismo social, la teoría psicosocial y el psicoanálisis

Antes de definir la vejez, conviene distinguirla del envejecimiento, pues ambos términos suelen generar confusión. Para ello, se retoma el libro *[De]construir la vejez: imágenes comunitarias y acciones educativas*, de Gabriela Aldana González *et al.* (2023). La autora concibe el envejecimiento como “un proceso gradual y de adaptación” que inicia aproximadamente a los 45 años y se caracteriza por cambios físicos, biológicos y psicológicos

asociados tanto al desgaste como a los cuidados acumulados a lo largo de la vida. Por su parte, la vejez se define como una etapa que, en el contexto mexicano, suele ubicarse alrededor de los sesenta años.

Desde esta perspectiva, el envejecimiento se comprende como un proceso biológico continuo a lo largo del curso de vida, mientras que la vejez se reconoce como una etapa específica del ciclo vital socialmente delimitada. No obstante, Aldana *et al.* (2023) subraya que no existe una única forma de vivir la vejez, sino múltiples maneras de experimentarla.

A partir de su trabajo con mujeres envejecidas de Tlaxcala, la autora muestra que se puede envejecer de distintas formas y en diversos espacios, desde el ámbito comunitario hasta el deportivo, lo que le permite visibilizar otras realidades del envejecer y contribuir a la deconstrucción del viejismo.

Desde una perspectiva comunitaria, Aldana *et al.* (2023) sostiene que la vejez es “una etapa de la vida con posibilidades de desarrollo, de generar proyectos compartidos, de ser líder, de posibilidades” (Aldana *et al.*, 2023, p. 4). Esta postura cuestiona las miradas deficitarias centradas exclusivamente en la edad cronológica, como el cumplimiento de los 60 años, y enfatiza, en cambio, el papel de los significados, discursos y expectativas sociales que cada sociedad construye en torno a esta etapa.

Un elemento central en su planteamiento es la singularidad. Aldana *et al.* afirma que “cada historia está llena de energía, de intensidad, de vida misma” (Aldana *et al.*, 2023, p. 5), lo que permite concebir múltiples formas de vivir la vejez. Así, esta etapa se configura a partir de un entramado de significaciones sociales que modelan lo que una sociedad entiende por ser viejo y orientan las prácticas asociadas a ello; es decir, existe un imaginario colectivo que se reproduce a través del lenguaje.

En diálogo con esta perspectiva socio-constructivista, resulta pertinente incorporar la mirada psicológica evolutiva de Erik Erikson de su libro *Identidad, juventud y crisis* (1968), el autor propone el ciclo vital compuesto por ocho estadios psicosociales: (I) Confianza vs. Desconfianza (II) Autonomía vs. Vergüenza y Duda (III) Iniciativa vs. Culpa (IV) Laboriosidad vs. Inferioridad (V) Identidad vs. Confusión de identidad (VI) Intimidad vs. Aislamiento (VII) Generatividad vs. Estancamiento y (VIII) Integridad vs. Desesperación.

Cada estadio se caracteriza por una “crisis” evolutiva, entendida no como peligro, sino como un momento decisivo de vulnerabilidad y potencial que puede derivar en crecimiento o desajuste.

El octavo estadio, Integridad versus Desesperación, ocurre en la vejez y supone la integración de las experiencias acumuladas a lo largo de la vida. Para Erikson (1968), la integridad es “la seguridad que obtiene el yo de su inclinación al orden y el significado [...]”. Es la aceptación de un ciclo vital único y propio [...] y aceptar la responsabilidad de su propia vida” (Erikson, 1968, p. 114). Por el contrario, el disgusto o la desesperación surge cuando no se logra esta integración, ya que “no se acepta el destino como marco de la vida ni la muerte como su límite definitivo”. La desesperación “expresa el sentimiento de que el tiempo es corto [...] para iniciar otro tipo de vida [...] que lleve a la integridad” y se manifiesta en el desprecio del sujeto por sí mismo (Erikson, 1968, p. 114).

Desde esta mirada, una vejez plena no depende únicamente de la longevidad, sino de la capacidad de otorgar coherencia y sentido a la propia trayectoria vital. La sabiduría, virtud asociada a este estadio, se expresa tanto en el conocimiento acumulado como en el juicio maduro y en la interpretación comprensiva de la experiencia humana.

En consecuencia, una vejez plena y significativa [...] está al servicio de [...] esa herencia integrada que da la perspectiva indispensable al ciclo vital. Aquí la fuerza toma la forma de [...] la vida limitada por la muerte, que denominamos sabiduría [...] No se trata de que cada hombre pueda desarrollar la sabiduría por sí mismo; para la mayoría, el núcleo de ella está en una tradición viviente (Erikson, 1968, p. 114).

En consonancia con Aldana *et. al.* (2003), la propuesta de Erikson permite comprender la vejez como una etapa con potencial de desarrollo y generación de sentido. Sin embargo, mientras Erikson (1968) centra su análisis en la integración psicosocial del sujeto al final del ciclo vital, Aldana *et. al.* (2003) enfatiza la construcción sociocultural de la vejez y las condiciones comunitarias que moldean su experiencia. La articulación de ambas miradas permite reconocer que el “bienestar” en la vejez depende tanto de procesos intrapsíquicos como de marcos sociales de valoración.

Como tercera aproximación, resulta pertinente incorporar la lectura psicoanalítica de Abel Fernández Fernán en *Psicoanálisis en la vejez: Cuando el cuerpo se hace biografía y*

narración (2004). Desde esta perspectiva, la vejez se concibe como un proceso subjetivo en el que el cuerpo, la historia personal y la identidad se reorganizan. El autor plantea que no se trata únicamente de una etapa definida por la edad cronológica, sino de una transformación profunda en la forma en que el sujeto se percibe a sí mismo y reescribe su biografía. A partir de la crisis de la mitad de la vida vemos comenzar muchas veces un proceso de incremento de la interioridad, proceso por el cual volvemos sobre nuestras vidas, sobre nuestros recuerdos, rememorando, reconstruyendo o historizando (Fernández, 2004, p. 171).

En las mejores condiciones, este periodo puede abrir nuevas posibilidades de crecimiento psíquico a partir de una resignificación del tiempo, la vida y la muerte. En este proceso, el cuerpo adquiere un lugar central como soporte biográfico donde se inscriben experiencias acumuladas y conflictos no elaborados (Fernández, 2004). Así, el envejecimiento corporal no remite únicamente al deterioro físico, sino que funciona como un relato que interpela al sujeto y le exige una reconstrucción identitaria (Fernández, 2004). Asimismo, la memoria opera como un mecanismo de reorganización psíquica que posibilita la elaboración de pérdidas y duelos, favoreciendo, aunque no sin tensiones, procesos de integración subjetiva (Fernández, 2004).

De este modo, la vejez puede comprenderse como un espacio de interioridad y narratividad en el que se entrelazan cuerpo, memoria e identidad. Esta lectura complementa las perspectivas de Aldana *et. al.* (2023) y de Erikson (1968) al enfatizar la dimensión subjetiva del envejecer y mostrar que, más allá de los determinantes biológicos y sociales, la vejez implica un trabajo psíquico de reorganización y otorgamiento de sentido.

En conjunto, las perspectivas revisadas permiten comprender la vejez como un fenómeno complejo y multidimensional que desborda las lecturas exclusivamente cronológicas o biologicistas. Mientras el enfoque socioconstructivista de Aldana *et. al.* (2023) visibiliza el carácter histórico, cultural y comunitario de las formas de envejecer, la teoría psicosocial de Erikson aporta una comprensión del trabajo de integración que el sujeto realiza al final del ciclo vital, y la lectura psicoanalítica de Fernández (2004) profundiza en la dimensión subjetiva y narrativa mediante la cual el cuerpo y la memoria se reorganizan en esta etapa.

La articulación de estas miradas evidencia que la experiencia de la vejez se configura en la intersección entre condiciones sociales, trayectorias vitales e historia psíquica singular, constituyéndose como un campo de posibilidades, tensiones y resignificaciones atravesado tanto por lo subjetivo, en la elaboración de la propia historia, de los procesos psíquicos y de los duelos acumulados a lo largo de la vida, como por lo social, a través de los imaginarios y marcos de sentido que cada persona despliega en su trayectoria vital; en este entramado, el grupo se constituye como un nudo que articula ambas dimensiones, posibilitando la elaboración de las pérdidas, la construcción de sentido y la resignificación de la experiencia en la vejez.

3. El grupo como espacio de anudamiento simbólico

La propuesta de Ana María Fernández (1992) introduce una noción central para comprender la dinámica grupal: el nudo, entendido como una figura que reorganiza, condensa y posibilita los movimientos simbólicos y afectivos que atraviesan a un colectivo. En este sentido, el nudo no opera como un elemento fundante del psiquismo, sino como un operador estructurante del campo grupal, en tanto organiza, condensa y redistribuye significaciones, afectos y posiciones subjetivas en el aquí y ahora del encuentro. Aquí, lo fundante se refiere a aquello que da origen al psiquismo, mientras que lo estructurante alude a cómo estos elementos se organizan dentro del grupo.

Ana María Fernández (2002), retomando a Anzaldúa, define al nudo como la “cohesión necesaria entre los miembros del grupo” (p. 31) y remite al juego continuo de anudamientos y desanudamientos que ocurre cuando un conjunto numerable de personas se reúne. No se trata de un lazo estable, sino de un proceso dinámico de condensación donde se articulan significaciones, afectos y posiciones que pueden fijarse o disolverse según las condiciones del dispositivo.

En tanto productor de significación, el nudo permite pensar al grupo como un espacio donde circulan movimientos subjetivos que exceden lo individual, en diálogo con las lecturas psicoanalíticas del grupo, desde los supuestos básicos hasta el yo-piel grupal de Anzieu y el pacto denegativo de Kaës. Sin embargo, Fernández (2002) complejiza estas perspectivas al

incorporar dimensiones históricas, institucionales y políticas, mostrando que los anudamientos y desanudamientos resultan de la interacción simultánea entre fuerzas internas y externas que atraviesan la subjetividad grupal.

En este marco, el carácter numerable del grupo no remite a una cantidad de integrantes, sino a una propiedad estructural que permite la distinción de los cuerpos y la organización de las relaciones en un registro óptico-afectivo (Fernández, 2002). La disposición circular, habitual en prácticas clínicas y comunitarias, instituye un régimen de visibilidad donde todos ven y son vistos, generando juegos de mirada atravesados por el reconocimiento, amenaza y sostén.

El campo óptico, en este sentido, no es neutro; se encuentra cargado de una fantasmática grupal que condensa tanto las historias individuales como las tramas colectivas que cada participante porta. Como en el sueño, la escena grupal se despliega sobre una imagen desrealizada del propio cuerpo, sostenida por un fondo imaginario compartido.

Así, “los participantes se dan como representación colectiva el mayor denominador común de sus fantasmas¹¹ individuales” (Fernández, 2002, p. 118). En este juego de miradas se desencadenan procesos identificatorios y transferenciales que afectan y desafectan los cuerpos, abriendo o bloqueando la producción de vínculos y sentidos (Fernández, 2002, p. 100). El nudo aparece entonces como una condensación óptica-afectiva, donde deseos, amenazas, fantasmas y posibilidades simbólicas se articulan en movimiento.

Desde esta perspectiva, Fernández (2002) señala que los nudos grupales están conformados por múltiples hilos que se entrecruzan unos con otros, pudiendo comprenderse como entramados de inscripciones múltiples. En ellos se entrecruzan dimensiones históricas, institucionales, subjetivas y afectivas que laten simultáneamente en cada acontecimiento grupal. En ese sentido, el nudo constituye como un operador capaz de mostrar cómo, en los colectivos, se producen subjetividades y modos de existencia. Como señala Fernández (2002):

¿Qué acontece cuando un número numerable de personas hacen nudo? Se producen redes de procesos identificatorios y transferenciales propios y únicos de ese grupo [...] genera efectos singulares e inéditos, despliega la producción de sus formaciones, la generación de multiplicidades

imaginadas e imaginarias, invenciones simbólicas y fantasmáticas, como así también sus niveles de materialidad (Fernández, 2002, p. 142).

De este modo, el grupo se configura como un campo de fuerzas donde circulan impulsos, afectos, discursos y prácticas que reconfiguran la subjetividad a partir de los nudos que se general (Fernández, 2002). En esta lógica, el nudo, en tanto operador, desestabiliza lecturas lineales y habita una multireferencial, permitiendo comprender cada escena grupal como una condensación histórica, institucional y subjetiva que desborda lo explícito. Así, el grupo no solo expresa sentidos: los produce.

Procesos subjetivos en el grupo: Reflexión y elaboración

Tras haber situado al grupo como un espacio productor de sentidos a partir de la palabra, la mirada y las resonancias afectivas, resulta necesario precisar la operación subjetiva que sostiene estos procesos: la reflexión, entendida como el retorno del sujeto a su propia tensión entre lo vivido y lo interpretado.

Menéndez, (2012) retoma el concepto de reflexión en Edmund Husserl y Paul Ricoeur, mostrando dos tradiciones complementarias. Desde la fenomenología husserliana, la reflexión es la actividad mediante la cual la conciencia puede dirigirse hacia sus propias vivencias para examinarlas, posibilitando una descripción de los objetos intencionales y una comprensión de sus estructuras esenciales (pp. 253-254). En este sentido, se trata de un movimiento interno que permite a la conciencia observarse a sí misma, constituyendo una “conciencia de la conciencia”.

Por su parte, Ricoeur redefine la reflexión en clave hermenéutica como “el esfuerzo por volver a captar el Ego del Ego cogito en el espejo de sus objetos, de sus obras y finalmente de sus actos” (p. 259). A diferencia de Husserl, el acceso al sí mismo no es inmediato ni transparente, sino mediado por el lenguaje, los símbolos y la historia. La reflexión se convierte así en interpretación, en una “vía larga” (p. 261) que reconoce la opacidad del sujeto y la necesidad de rodeos simbólicos para la autocomprensión.

En el espacio grupal, esta articulación entre vivencia e interpretación permite que las experiencias sean elaboradas, resignificadas y transformadas, abriendo la posibilidad de nuevas comprensiones de sí mismo en relación con los otros.

El grupo como espacio social: heterotopía y memoria

La concepción foucaultiana de las heterotopías como contra-espacios reales, en los que se yuxtaponen realidades incompatibles y donde el cuerpo utópico experimenta otras formas de habitar, resulta especialmente fecunda para comprender fenómenos contemporáneos como el Círculo de Reflexión en PILARES José Revueltas. Sin embargo, el contexto del siglo XXI, caracterizado por la creciente porosidad entre lo propio y lo ajeno, así como por una creciente fragmentación social, exige una actualización de esta noción. En esta línea, María García Alonso (2014), en *Los territorios de los otros: memoria y heterotopía*, propone una revisión crítica desde la perspectiva de la memoria colectiva que amplía el alcance interpretativo de estos espacios.

García Alonso (2014) sostiene que, en la actualidad, las heterotopías ya no pueden concebirse como lugares fijos, sino como espacios relacionales y cambiantes que dependen de los parámetros de exclusión establecidos por los grupos sociales dominantes. Dichos parámetros se transforman constantemente debido a la aparición de nuevos actores, las tensiones entre grupos preexistentes o las modificaciones en las condiciones de la vida cotidiana. En consecuencia, la existencia de una heterotopía puede ser efímera o perdurar en el tiempo, dependiendo de quién controle la narrativa sobre el espacio y de cómo se gestionen los sentidos que lo sostienen.

En este marco, cobra especial relevancia el papel de los gestores de la memoria colectiva, instituciones, universidades, autoridades políticas, ancianos depositarios de relatos familiares o especialistas en rituales, quienes contribuyen a reafirmar o reconfiguran la persistencia de estos contra-espacios mediante prácticas discursivas y simbólicas. García (2014) enfatiza que la memoria no constituye un depósito pasivo del pasado, sino como un proceso activo de producción de sentido que configura identidades a través de la rememoración y la conmemoración. En contextos de exclusión, como el asociado a la vejez,

estos gestores pueden imponer memorias que invisibilizan ciertos sufrimientos; no obstante; también pueden emerger narrativas contrahegemónicas que recuperan lo silenciado y transforman el territorio como un espacio de resistencia, agencia y encuentro.

Lo aquí señalado nos permite mirar al Círculo de Duelo como un entramado en el que es entre cruzan dos líneas. Desde Castoriadis, comprendemos que las instituciones condensan significaciones imaginarias que estabilizan la vida social —lo instituido—, pero que siempre coexisten con la potencia instituyente que reinventa sentidos y prácticas cuando lo heredado ya no alcanza para habitar lo que duele. En el Círculo, ese movimiento se vuelve visible cuando frases sedimentadas comienzan a resquebrajarse frente a nuevas enunciaciones, dando paso a configuraciones de cuidado, vejez y duelo menos normativas y más habitables.

La idea de heterotopía nombra el modo específico en que ese reacomodo sucede: el Círculo no rompe con el mundo, pero lo dobla para permitir experiencias que afuera se vuelven impronunciables o ininteligibles. Es un contra espacio sostenido por prácticas concretas, la disposición circular, los silencios compartidos, los gestos de cuidado, la validación de la voz propia, en el que las reglas ordinarias se reorganizan y las narrativas encuentran nuevos soportes de verdad. En ese territorio relacional y cambiante, la memoria colectiva y los “gestores locales” (participantes, coordinación, equipo) reafirman día a día sus condiciones de permanencia de distintas formas.

La importancia de la escucha activa y el discurso

Si la reflexión permite al sujeto volver sobre su propia experiencia y abrirla a nuevas interpretaciones, en el espacio grupal este movimiento solo se vuelve posible gracias a las condiciones relacionales que lo sostienen. Es decir, la reflexión no se produce de manera individual, sino en el marco de la interacción humana, donde al escuchar y ser escuchado, el sujeto se confronta con otras experiencias y miradas que lo llevan a repensar la propia.

Entre ellas, la escucha activa ocupa un lugar central, pues crea el clima afectivo y comunicativo en el que las vivencias pueden ser dichas, reconocidas y elaboradas colectivamente. En este sentido, la escucha no solo permite la comunicación, sino que

funciona como una condición que posibilita procesos de reflexión e introspección en los participantes.

A partir de aquí, resulta pertinente explorar cómo la escucha y el vínculo configuran un terreno compartido donde la palabra circula, los significados se negocian y los participantes comienzan a pensarse a sí mismos en relación con otros.

La escucha activa puede entenderse como un proceso mediante el cual una persona presta atención de manera consciente y profunda a lo que otra está comunicando. No se trata únicamente de oír palabras, sino de intentar comprender el significado de lo que el otro expresa. En este sentido, la escucha no solo permite la comunicación, sino que funciona como una condición que posibilita procesos de reflexión e introspección en los participantes. Escuchar implica atender, captar e interpretar el mensaje considerando no solo lo verbal, sino también los elementos emocionales y no verbales que acompañan la experiencia del otro (Ariste Mur, s. f.).

Desde esta perspectiva, la escucha activa requiere un esfuerzo sostenido de atención y concentración. Supone centrarse en lo que la otra persona comunica, interpretar sus ideas y emociones, y ofrecer alguna retroalimentación que muestre que el mensaje ha sido realmente recibido. De este modo, la interacción que se produce a través de la escucha no solo fortalece la comunicación, sino que incide en la manera en que cada sujeto comprende y resignifica su propia experiencia. Así, la escucha activa se convierte en una forma de comunicación que favorece la comprensión mutua y fortalece el intercambio en el grupo (Ariste Mur, s. f.).

En esta línea, Ariste Mur retoma a Carl Rogers para afirmar que comprender a otra persona implica captar qué significado tiene para ella lo que está viviendo. Desde el enfoque humanista centrado en la persona, la escucha activa se articula con la empatía, entendida como la capacidad de comprender lo que el otro comunica —verbal y no verbalmente— y transmitir esa comprensión sin emitir juicios. Cuando esto sucede, la persona no solo se siente escuchada, sino genuinamente comprendida, lo que crea un clima de confianza que facilita la expresión emocional y la reflexión personal (Ariste Mur, s. f., pp. 10–11).

En los grupos, este proceso de escucha y de intercambio no solo organiza la comunicación: también da forma a los vínculos entre quienes participan. Las experiencias compartidas permiten que las historias individuales encuentren resonancia en las de los otros, facilitando la construcción de lazos grupales. El concepto de vínculo es especialmente útil para abordar esta dimensión relacional. Desde su raíz etimológica en el latín vinculan —derivado de vincire, “atar” o “ligar”— remite a la acción de unir; trasladado al ámbito relacional, permite pensar el vínculo como aquello que conecta y sostiene a las personas entre sí (Berenstein, 2007, pp. 106–107).

Desde la psicología social y el psicoanálisis de los grupos, el vínculo se comprende como una relación que se construye en la interacción. Pichon-Riviére distingue dos dimensiones: una ligada a las experiencias tempranas que cada sujeto porta y otra vinculada a las relaciones que establece con otros en el presente. De este modo, el vínculo no se limita a lo que cada sujeto piensa o siente de forma aislada, sino que se constituye en el encuentro con el otro, donde se incorporan nuevas experiencias que orientan modos de relacionarse (Kaës, 2009, pp. 98–99 citado en Berenstein, 2007).

En este sentido, el vínculo puede entenderse como una relación que se edifica en la experiencia compartida y se sostiene mediante la interacción dentro del espacio grupal (Berenstein, 2007; Kaës, 2009). Así, la escucha activa no solo favorece la comunicación: sostiene el lazo, permite que los participantes se reconozcan mutuamente y abre la posibilidad de producir significados comunes en el proceso grupal.

4. Imaginarios sociales, instituciones y pedagogías del sentir en la experiencia de duelo

Resulta difícil desarrollar los conceptos de lo instituido y lo instituyente sin considerar previamente la forma en que se comprende el imaginario social desde la perspectiva de Cornelius Castoriadis. En términos generales, el imaginario social puede entenderse como el entramado de significaciones que una sociedad construye históricamente y que orienta la forma en que los sujetos interpretan la realidad.

En este sentido, Rodríguez (2019) señala que estas significaciones toman forma a través de un intercambio constante entre sujetos e instituciones. Mientras las instituciones se

constituyen a partir de las prácticas y acciones de los sujetos, estos, a su vez, se encuentran moldeados por las normas, valores y significados que dichas instituciones transmiten.

Esta relación de reciprocidad permite comprender que el desarrollo, la identidad y la construcción subjetiva se encuentran profundamente vinculados al contexto social en el que los sujetos se inscriben desde su nacimiento. De este modo, al observar nuestros hábitos, costumbres, experiencias y narrativas, es posible advertir que muchos de estos elementos funcionan como reflejos de la sociedad a la cual pertenecemos (Randazzo, 2012).

Desde esta perspectiva, el imaginario social no sólo organiza la vida colectiva, sino que también orienta la manera en que los sujetos interpretan experiencias fundamentales de la existencia, entre ellas la muerte, la pérdida y el duelo.

Lo instituido

A partir de la noción de imaginario social, es posible comprender el concepto de lo instituido. Randazzo (2012) lo define como el conjunto de interpretaciones de la realidad que se van inscribiendo en los sujetos a través de procesos sociales e institucionales. Las instituciones funcionan como el principal medio mediante el cual estas significaciones se transmiten, se reproducen y se naturalizan dentro de la vida social.

Este proceso se manifiesta en distintos niveles de la experiencia cotidiana: en el lenguaje que utilizamos, en las formas de interacción con los otros, en las decisiones que tomamos e incluso en los sistemas morales que orientan nuestras acciones. A través de estos mecanismos, lo instituido establece marcos de referencia que delimitan aquello que una sociedad considera permitido, esperado o prohibido.

De esta manera, las normas sociales, las leyes y los valores colectivos se internalizan en los sujetos, configurando pautas que orientan la forma en que habitamos los espacios sociales y comprendemos nuestra propia experiencia. Un ejemplo de ello puede observarse en el ámbito del género, donde los roles sociales pueden entenderse como interpretaciones instituidas de la realidad. Estos roles establecen formas socialmente aceptadas de comprender y desempeñar determinadas experiencias en función de características biológicas o culturales que han sido históricamente atribuidas a los sujetos.

Lo instituyente

Para comprender plenamente estas dinámicas, es necesario aclarar que lo instituido y lo instituyente no se oponen entre sí, sino que funcionan de manera complementaria. Mientras lo instituido refiere a aquellas significaciones que se han consolidado y que orientan la interpretación social de la realidad, lo instituyente representa la capacidad de las sociedades y de los propios sujetos para producir nuevas significaciones y transformar aquellas estructuras previamente establecidas.

Rodríguez (2019) describe lo instituyente como un entramado emergente de significaciones que surge a partir de la interacción entre distintos contextos sociales, cuyas estructuras pueden entrar en tensión. Estas tensiones pueden abrir espacios de cuestionamiento y reflexión sobre aquello que previamente se asumía como natural o incuestionable.

Si se retoma la idea de que el imaginario social da forma a las instituciones y que los sujetos las sostienen a través de sus prácticas cotidianas, puede entenderse que el movimiento instituyente aparece cuando dichas significaciones comienzan a ser cuestionadas. En ese momento, aquello que antes se consideraba necesario o natural puede ser transformado, reformulado o incluso abandonado.

Este proceso permite comprender que las instituciones no son estructuras estáticas, sino configuraciones dinámicas que se transforman a lo largo del tiempo. De esta manera, la relación entre lo instituido y lo instituyente configura un movimiento continuo que permite la permanencia y, al mismo tiempo, la transformación de las estructuras sociales.

Instituciones, familia/educación y construcción de la experiencia

Dentro de la estructura social, existen diversas instituciones que cumplen la función de integrar, regular y orientar la vida de los sujetos. Entre ellas se encuentran la escuela, la religión, el Estado y la familia. Cada una de estas instituciones participa en la transmisión de significaciones sociales que permiten a los sujetos comprender el mundo y situarse dentro de él.

En el marco de este trabajo, resulta particularmente relevante prestar atención a la familia. Además de cumplir una función reguladora e inscriptora dentro del imaginario social, la familia constituye el primer espacio de socialización con el que interactúan los sujetos desde el nacimiento. Esta característica la diferencia de otras instituciones, ya que en ella se establecen las primeras identificaciones, valores y marcos interpretativos a través de los cuales los sujetos comienzan a comprender la realidad.

Bezanilla y Miranda (2013) describen a la familia como un grupo social estructurado por sistemas de interacción, cohesión, alianzas y jerarquías, donde cada miembro ocupa posiciones diferenciadas según roles y tareas, lo que configura modos particulares de circulación del poder y de la palabra. En continuidad, López-Chávez (2016) subraya que la influencia familiar se proyecta hacia la vida adulta mediante la transmisión de valores, creencias y modelos de relación, constituyendo el primer espacio donde se forma la identidad y el sentido de pertenencia. La educación emerge como uno de los dispositivos privilegiados para la producción y circulación del poder. Como señala Durkheim, la educación forma al “ser social”, pues “se encuentra constituida por [...] el sistema de ideas, sentimientos y costumbres” que la sociedad transmite y naturaliza en cada sujeto (Durkheim, 1922, p. 34 citado en Luengo Navas, 2004). Desde esta perspectiva, educar no es únicamente transmitir conocimientos, sino formar modos de ser que se ajustan a lo que una colectividad define como verdadero, valioso o deseable.

En este marco, la educación aparece no solo como un proceso escolar, sino como un fenómeno que “acompaña al ser humano desde el inicio de su vida”, donde los “primeros cuidados familiares, las interacciones sociales y la asistencia a instituciones educativas” configuran los modos iniciales de relación con el mundo (Luengo Navas, 2004, p. 30). La educación no opera aislada: se articula con otros espacios de socialización, donde se transmiten mitos culturales, mandatos de género y narrativas identitarias que se naturalizan como verdades cotidianas. Aparece no como un proceso circunscrito al aula, sino como una trama íntima y cotidiana que acompaña al ser humano desde el inicio de la vida.

La familia se vuelve así primer dispositivo educativo: un sistema de interacciones y roles donde circulan valores, creencias y significados culturales que se encarnan en prácticas

concretas (Bezanilla & Miranda, 2013; Carol, 2009). Allí se aprenden matrices de sentido (quién cuida, quién decide, quién calla) que organizan la subjetividad y el lazo social; la escuela y otros espacios formales no hacen sino ampliar, formalizar o disputar esos aprendizajes. Allí se obtienen conocimientos intergeneracionales que introducen al sujeto en la cultura, en las costumbres y en las creencias de la comunidad (Del Valle López, 2005).

A través de las dinámicas familiares se transmiten formas de interpretar la vida, la muerte, el dolor y la memoria. En este sentido, la familia no sólo organiza vínculos afectivos, sino que también funciona como un espacio donde se encarnan y reproducen los imaginarios sociales instituidos. Sin embargo, también puede convertirse en un espacio donde emergen movimientos instituyentes, en los que las experiencias individuales y colectivas permiten cuestionar o resignificar dichas significaciones.

Imaginarios sociales y experiencia del duelo

Desde esta perspectiva, la distinción entre lo instituido y lo instituyente permite comprender que experiencias como la muerte y el duelo no se viven únicamente en el ámbito individual, sino que se encuentran profundamente atravesadas por los marcos simbólicos que cada sociedad construye para interpretar la realidad.

Los imaginarios sociales configuran formas colectivas de comprender la pérdida, el dolor y la ausencia, orientando tanto las prácticas sociales como las interpretaciones culturales en torno a la muerte. Muchas de las formas en que las personas experimentan el duelo se encuentran vinculadas con imaginarios sociales instituidos; es decir, con significaciones que se han consolidado históricamente dentro de una sociedad.

Estas significaciones se expresan en rituales, normas culturales, discursos religiosos y prácticas de acompañamiento que organizan la manera en que la pérdida es reconocida, compartida y elaborada colectivamente. A través de estos marcos simbólicos, la sociedad establece formas culturalmente aceptadas de expresar el dolor, recordar a quienes han fallecido y otorgar sentido a la experiencia de la ausencia.

No obstante, los imaginarios sociales no son estructuras fijas. Desde la dimensión instituyente, las experiencias de duelo pueden abrir espacios de reflexión, reinterpretación

y resignificación de la pérdida. Es en estos espacios donde los sujetos elaboran nuevas formas de comprender la muerte, la memoria y el vínculo con quienes ya no están.

En este sentido, el duelo puede entenderse como un proceso situado en la tensión entre continuidad y transformación: por un lado, las personas experimentan la pérdida dentro de marcos culturales previamente establecidos; por otro, la propia experiencia del duelo puede generar nuevas significaciones que cuestionan, reformulan o amplían dichos marcos.

Habitar el dolor según el género: mandatos, silencios y resistencias

La experiencia del duelo no se configura únicamente como una respuesta individual ante la pérdida, sino como una vivencia profundamente situada en marcos sociales que regula la expresión emocional, la vulnerabilidad y las formas legítimas de habitar el dolor. En este sentido, las diferencias observables en la manera en que hombres y mujeres transitan el duelo no remiten a disposiciones naturales ni a estilos psicológicos individuales, sino a pedagogías de género que enseñan qué emociones pueden mostrarse, cuáles deben reprimirse y quiénes están autorizados a sostener el dolor.

Rita Segato (2018) propone comprender estas pedagogías como pedagogías de la crueldad, en tanto producen sujetos entrenados para la insensibilización, el distanciamiento afectivo y la baja empatía. Desde esta perspectiva, la masculinidad hegemónica se construye como un proyecto que exige fortaleza, autocontrol emocional y negación de la fragilidad, mientras que la feminidad queda históricamente asociada al cuidado, la sensibilidad y la gestión emocional de la vida cotidiana. Estas trayectorias diferenciales configuran modos específicos de experimentar el duelo, al tiempo que delimitan las posibilidades de su elaboración simbólica.

Investigaciones recientes centradas en el duelo masculino muestran cómo estos mandatos se traducen en estrategias de afrontamiento predominantemente evitativas y disfuncionales. Estudios cualitativos realizados en contextos comunitarios mexicanos señalan que, ante la muerte de un ser querido, los hombres tienden a recurrir a la negación, el aislamiento y el enojo como formas principales de afrontamiento, dejando de lado la búsqueda de apoyo social y la expresión emocional abierta. Esta tendencia se encuentra

directamente relacionada con la creencia socializada de que “ser fuerte” implica no llorar ni mostrar debilidad, ya que la expresión del sufrimiento suele vivirse como motivo de juicio o desvalorización social.

Desde una lectura de género, Ma. del Rocío Figueroa Varela (2021) documenta, a partir de la práctica clínica y del trabajo en grupos de ayuda mutua, cómo el estoicismo opera como un atributo central de la masculinidad hegemónica. Este mandato no solo regula la vida cotidiana, sino que se intensifica frente a la pérdida, produciendo duelos marcados por la represión emocional, la hiperactividad o el refugio en conductas evasivas como el trabajo excesivo o el consumo de sustancias. En estos casos, el dolor no desaparece, sino que queda encapsulado, dificultando su simbolización y aumentando el riesgo de duelos complicados.

De manera significativa, estos estudios muestran que muchos hombres viven el duelo atravesado por la culpa asociada a no haber cumplido con los imperativos de la masculinidad —proteger, proveer, sostener— especialmente ante la pérdida de la pareja o de figuras familiares cercanas. La experiencia del duelo se ve así tensionada entre el dolor por la ausencia y la exigencia de ocupar el rol de “pilar” emocional de la familia, lo que refuerza el silenciamiento del sufrimiento propio.

En contraste, las mujeres suelen desplegar una mayor diversidad de estrategias de afrontamiento, combinando la expresión emocional, la búsqueda de apoyo social y la elaboración narrativa del duelo. Sin embargo, esta mayor legitimación para expresar el dolor no implica necesariamente una vivencia menos sufriente. Por el contrario, como advierte Segato, las mujeres suelen quedar sobrecargadas con la tarea de sostener afectivamente a otros en contextos de pérdida, asumiendo el cuidado emocional del grupo familiar y comunitario aun cuando ellas mismas se encuentran atravesando el duelo. De este modo, el dolor femenino se vuelve visible, pero también institucionalmente exigido.

Estas dinámicas revelan que el duelo es una experiencia generalizada, producida en la intersección entre mandatos sociales, trayectorias biográficas y condiciones relacionales. Lo instituido se manifiesta en normas tácitas que dictan cómo se debe doler según el género; sin embargo, estas normas no operan de manera absoluta. Espacios colectivos de palabra y escucha —como los grupos de ayuda mutua o los círculos de duelo— muestran un potencial

instituyente al permitir que los hombres ensayen formas alternativas de expresión emocional y que las mujeres compartan el peso del dolor, transformando el duelo en una experiencia relacional y no solitaria.

Desde esta perspectiva, el duelo se presenta como un territorio privilegiado para observar los regímenes sociales de la afectividad que estructuran la vida social y, al mismo tiempo, como un espacio de posible resistencia a las pedagogías de la crueldad. Cuando el dolor encuentra palabras, cuerpos que escuchan y vínculos que sostienen, se abren fisuras en los mandatos de género que empobrecen la experiencia humana de la pérdida, habilitando formas más sensibles, empáticas y compartidas de elaborar la ausencia.

Metodología

1. Enfoque de investigación

La presente investigación fue de tipo cualitativo, con un enfoque etnográfico, fenomenológico y de análisis narrativo. Este tipo de investigación se eligió para comprender las experiencias, significados y reflexiones que las personas adultas mayores construyen en torno al duelo dentro del Círculo de Duelo de PILARES José Revueltas. La investigación cualitativa permitió aproximarse a estas experiencias desde la perspectiva de las propias participantes, considerando cómo vivieron, interpretaron y resignificaron sus pérdidas en un espacio grupal de diálogo.

De acuerdo con Hernández Sampieri (2014), la investigación cualitativa se basa en una lógica inductiva que parte de lo particular a lo general. En este tipo de estudio fue flexible y permitió que la investigación se desarrollara a partir de las respuestas de las participantes, de manera que nosotras como investigadoras pudimos desplazarnos constantemente entre los datos y su interpretación. Asimismo, permitió construir la realidad tal como la percibieron las actoras de un sistema social estudiado, considerando los fenómenos de manera holística y atendiendo al contexto en el que se produjeron.

A partir de este tipo de investigación cualitativa, se adoptaron tres enfoques metodológicos complementarios: etnografía, fenomenología y análisis narrativo.

- **Etnografía:** Según Hammersley y Atkinson (1990), la etnografía es un método de investigación social que implica que el investigador se integre, de manera abierta o discreta, en la vida cotidiana de las personas durante un periodo prolongado. Esta integración tiene como propósito comprender los significados, prácticas e interacciones que se construyen dentro de un contexto social específico, buscando comprender la realidad desde la perspectiva de los propios participantes. Para ello, el enfoque etnográfico se apoya en diversas técnicas de trabajo de campo que permiten aproximarse a lo que ocurre en la vida cotidiana de las personas.
- **Fenomenología:** Schütz incorpora a las ciencias sociales el enfoque fenomenológico desarrollado por Edmund Husserl, con el propósito de comprender cómo los sujetos interpretan y otorgan significado a la realidad social. La realidad se concibe como un mundo que se presenta en la experiencia de los sujetos, ya sea en forma de fenómenos reales, imaginarios o ideales. Este planteamiento se relaciona con la idea del mundo de la vida cotidiana, en el cual las personas actúan desde una actitud natural basada en el sentido común. A partir de esta actitud, los sujetos asumen la existencia de un mundo social compartido, donde las experiencias propias y las de los otros adquieren significado y pueden ser comprendidas en un marco común de interpretación (Schütz, 1932, citado en Universidad del Bio, s. f.). En este sentido, la fenomenología permite aproximarse a la forma en que los sujetos viven, interpretan y dan sentido a sus experiencias en el mundo social, posibilitando comprender aquellos significados que, aunque forman parte de la vida cotidiana, no siempre son visibles de manera inmediata y requieren ser interpretados a partir de la experiencia de los propios sujetos.
- **Análisis narrativo:** Kohler (1990) señala que el análisis narrativo se centra en las historias que las personas construyen sobre su propia experiencia. A partir de los relatos que emergen en entrevistas, este enfoque busca comprender cómo los sujetos organizan y dan sentido a los acontecimientos de su vida. En este tipo de análisis no solo interesa el contenido de lo que se dice, sino también la manera en que la experiencia es narrada y los recursos que se utilizan para construir el relato.

2. Trabajo de campo

El trabajo de campo se llevó a cabo en el PILARES José Revueltas, ubicado en la colonia Lomas de San Lorenzo, alcaldía Iztapalapa, Ciudad de México, durante el periodo comprendido entre el 4 de octubre y el 13 de diciembre de 2025. Las sesiones del Círculo de Duelo se realizaron los sábados de 11:30 a 14:00 horas, con un total de nueve sesiones, además de dos actividades de convivencia adicionales para fortalecer la interacción entre las y los participantes.

La selección del grupo se definió de manera progresiva. Inicialmente se consideraron varios escenarios, PILARES y Casas Hogar, se evaluaron criterios como disponibilidad, asistencia constante y relevancia del grupo. Tras visitas exploratorias, se eligió el Círculo de Duelo debido al tipo de experiencias compartidas y a la predominancia de mujeres adultas mayores.

El grupo estuvo conformado principalmente por mujeres adultas, con la participación de un hombre, y las edades oscilaron entre 35 y 67 años. La asistencia promedio fue de cinco a siete participantes por sesión, manteniendo un núcleo base que permitió dar continuidad al proceso grupal. Entre los participantes constantes se encontraban Blue (35 años), Beatriz (47 años), Paz (60 años), Paty (60 años), MC (60 años), y Héctor (67 años).

En este contexto, el Círculo de Duelo puede comprenderse como un grupo y, más específicamente, como un dispositivo grupal. Según Margarita Baz (1999), el grupo constituye un “espacio de producción subjetiva”, donde las experiencias no solo se comparten, sino que se transforman a través del encuentro con otros. Así, se configura como un territorio en el que emergen historias, afectos, tensiones y modos de comprender el mundo que difícilmente podrían manifestarse de manera individual.

El grupo no se reduce a un conjunto de personas que coinciden en un mismo lugar, sino que funciona como espacio simbólico donde las relaciones se intensifican y adquieren nuevos significados. Elementos que en la vida cotidiana podrían pasar desapercibidos como acercamientos, tensiones, silencios, chistes internos, rechazos o complicidades revelan la trama subjetiva que se construye colectivamente.

De esta manera, el grupo se convierte en el verdadero espacio de intervención: es en la dinámica colectiva donde surgen sentidos, transformaciones y procesos de subjetivación. Las experiencias se comparten no solo mediante la palabra, sino a través de gestos, silencios y formas de interacción que transmiten significados propios del proceso grupal.

3. Técnicas de producción de información

Para comprender las experiencias compartidas por las participantes, se emplearon varias técnicas cualitativas, entre ellas, la observación participante, las notas y el diario de campo, las entrevistas semiestructuradas, las historias de vida y grabaciones de audio.

Estas herramientas no se utilizaron de manera aislada, sino que permitieron acercarse a la experiencia desde distintos niveles, recuperando tanto lo que ocurría en las sesiones como los significados que se iban construyendo en torno al duelo y a la convivencia grupal.

En este sentido, aunque se retoman técnicas propias de la etnografía, como la observación participante y el diario de campo, estas se articulan con un enfoque más amplio que también considera elementos fenomenológicos y narrativos. Esto permitió no solo describir lo que pasaba en el espacio, sino también comprender cómo las participantes daban sentido a sus experiencias.

Observación participante: Fue una de nuestras principales estrategias de acercamiento al campo, ya que permitió acompañar de manera constante las sesiones del Círculo de Duelo y registrar directamente las interacciones, emociones y narrativas que surgían en el espacio grupal. En este sentido, su uso se inscribe dentro de una perspectiva etnográfica, en tanto implica la presencia situada de quien investiga y su involucramiento en el contexto de estudio.

Desde esta perspectiva, nuestra presencia en el taller no se limitó a la de observadores externos, sino que implicó una participación dentro del espacio compartido. Esto permitió interactuar con las asistentes y acompañar sus procesos a lo largo de las sesiones, atendiendo tanto a lo que se expresaba en el discurso como a lo que se manifestaba en las dinámicas del grupo.

De acuerdo con Taylor y Bogdan (1987), la observación participante supone una forma de interacción social entre el investigador y los participantes en su propio contexto, lo que posibilita la generación de información de manera sistemática y poco intrusiva. Por su parte, Hammersley y Atkinson (1990) señalan que toda investigación social implica algún grado de participación en el mundo que se estudia, lo que conlleva, a su vez, un ejercicio constante de reflexión sobre los alcances y efectos de dicha implicación en el proceso de investigación. A partir de ello, fue posible reconocer cómo la experiencia de duelo no solo se vivía de manera individual, sino que también se configuraba en lo colectivo, a través de las formas en que se compartía, se nombraba y se resignificaba dentro del grupo.

Notas y diario de campo:

- **Notas de campo:** Las notas de campo fueron un recurso esencial para registrar sistemáticamente lo observado durante las primeras visitas y el período de sondeo en el Círculo de Duelo. Permitieron acercarse al contexto, explorar el terreno y captar dinámicas grupales relevantes. Según con Hammersley y Atkinson (1990), consisten en “descripciones más o menos concretas de procesos sociales y de sus contextos” (p. 162) y buscan reflejar los procesos sociales en su integridad. Los autores señalan que el investigador debe decidir qué registrar, cómo hacerlo y en qué momento, ya que “nunca es posible registrarlo todo; las escenas sociales son realmente inagotables” (p. 167). Estas notas facilitaron la sistematización de la información.
- **Diario de campo:** El diario de campo constituyó un espacio más amplio para la escritura y la reflexión sobre la experiencia del trabajo de campo y sobre la propia experiencia etnográfica del investigador. Según Lourau (1993), citado en Livia do Nascimento y Silveira Lemos (2022), el diario “es un dispositivo de intervención para hacernos pensar y romper con los órdenes instituidos” (p. 92), permitiendo que la escritura cotidiana genere creatividad y análisis. Como señalan Alberich González y García García (2020), este tipo de registro ayuda a organizar la información y compensa los límites de la memoria, evitando que los detalles de la experiencia se pierdan con el tiempo. El diario acompañó la observación participante, incorporando

percepciones, dudas, intuiciones y nuevas preguntas del investigador, y permitió profundizar en el análisis de la experiencia, mantener la continuidad entre sesiones y reflexionar sobre cómo la participación y el propio punto de vista del investigador influyeron en la comprensión del Círculo de Duelo.

Entrevistas semiestructuradas:

Se recurrió a la entrevista para profundizar en las dinámicas y objetivos del Círculo de Duelo, explorando las perspectivas de quienes participan en su organización y coordinación. Según Woods (1986), la entrevista permite conocer visiones personales y recopilar información sobre situaciones específicas, y puede entenderse como un “proceso libre, abierto, democrático, bidireccional e informal”, donde los participantes se expresan sin roles rígidos (p. 77-82).

En la misma línea, Calderón Noguera y Alvarado Castellanos (2011) señalan que la entrevista construye información a partir del diálogo, facilitando la interacción directa y la elaboración conjunta de significados sobre la realidad. Esta técnica se caracteriza por su flexibilidad y permite profundizar reflexivamente en las experiencias y perspectivas de los participantes.

Acevedo Ibáñez (1996, citado en Calderón Noguera & Alvarado Castellanos, 2011) distingue tres modalidades de entrevistas: estructuradas, semiestructuradas y no estructuradas. Las estructuradas siguen preguntas definidas para obtener respuestas concretas; las no estructuradas se desarrollan con mayor apertura; y las semiestructuradas combinan una guía de temas con la flexibilidad de profundizar en aspectos emergentes.

Para esta investigación se eligieron entrevistas semiestructuradas, ya que ofrecieron un equilibrio entre orientación y apertura, permitiendo recuperar no solo información puntual, sino también matices, énfasis y reflexiones personales de los entrevistados. Se realizaron al responsable del taller y al coordinador del centro PILARES, quienes aportaron conocimiento sobre la organización, la dinámica de participación y los objetivos de los programas.

La información obtenida permitió comprender con mayor claridad el contexto institucional del Círculo de Duelo y contrastar los discursos institucionales con las prácticas observadas durante las sesiones del taller, enriqueciendo así la interpretación del proceso investigado.

Historias de vida:

Se recurrió a la técnica de historias de vida para profundizar en las trayectorias personales de algunas participantes y comprender los significados que atribuyen a sus experiencias de duelo. Según Ken Plummer (2011), “contar la historia de una vida puede ser uno de los núcleos de la cultura”, ya que estas narrativas conectan el mundo interior con el exterior, dialogan entre lo subjetivo y lo objetivo y contribuyen a definir los límites de la identidad. Escuchar estas historias resulta, por tanto, central en la investigación etnográfica, al permitir comprender cómo las personas interpretan y dan sentido a sus propias experiencias.

Las historias de vida pueden originarse en diversas fuentes —como biografías, cartas, diarios, entrevistas, fotografías o materiales digitales— y presentarse de múltiples maneras: largas o breves, centradas en el pasado o en el presente, generales o específicas, superficiales o profundas (Plummer, 2011, p. 3). A pesar de esta diversidad, todas permiten construir una visión compleja y significativa de las experiencias vividas.

En esta investigación, la técnica se aplicó respetando plenamente a las participantes como sujetos de derecho con voz propia. Tal como señalan Taylor y Bogdan (1984), las historias de vida reúnen los acontecimientos y experiencias significativas narrados con las propias palabras de la persona. Se realizaron seis historias de vida con participantes que asistían de manera constante al taller, organizando cada relato según la forma en que cada persona decidió contarlo, con el objetivo de preservar su voz y estilo propio.

El análisis consistió en identificar etapas y momentos significativos que influyen en la manera en que cada participante se concibe a sí misma y comprende su trayectoria (Taylor & Bogdan, 1984, p. 174). A través de sus relatos fue posible reconocer experiencias relevantes que ayudan a entender su proceso personal de duelo y el sentido que atribuyen a su participación en el taller.

La guía que se siguió para realizar la historia de vida se encuentra incluida en el Anexo I del presente documento, donde se detallan las preguntas y apartados que orientaron la recopilación de la información. Esta guía fue elaborada y adaptada con base en la metodología propuesta por Chárriez Cordero (2012), quien plantea el uso de historias de

vida como una herramienta de investigación cualitativa que permite comprender las experiencias y contextos de las personas a partir de sus propios relatos.

Asimismo, las historias de vida permitieron conectar las experiencias individuales con lo que ocurre en el espacio colectivo, revelando aspectos que no siempre se observan directamente, como recuerdos significativos, interpretaciones particulares y sentidos contruidos a partir de la experiencia personal. De este modo, la técnica aportó una comprensión más amplia del proceso investigado, vinculando las trayectorias personales con las dinámicas del taller y enriqueciendo la interpretación general del estudio.

Grabaciones de audio:

Se utilizaron grabaciones de audio como recurso complementario para documentar tanto las sesiones del Círculo de Duelo como las entrevistas y las historias de vida. Este tipo de registro permitió recuperar con mayor precisión las intervenciones y los discursos expresados por las participantes, preservando matices y detalles que podrían perderse en notas escritas o de memoria.

No obstante, las grabaciones de audio no siempre reflejan de manera completa lo que ocurre en cada encuentro. Factores como el ruido del entorno pueden afectar la calidad del registro y dificultar su comprensión, y este material no permite captar gestos, miradas u otros elementos contextuales. Por ello, aunque constituyen un apoyo importante, no sustituyen la observación directa, que complementa la información que el audio no logra registrar (Hammersley & Atkinson, 1990, pp. 204–205).

En el proyecto, a partir de la segunda intervención se comenzaron a documentar las sesiones mediante grabaciones de audio. De las nueve sesiones del Círculo de Duelo, ocho fueron registradas, y todas las entrevistas y las historias de vida se grabaron para garantizar un respaldo completo de los relatos. Las grabaciones resultaron valiosas para revisar fragmentos específicos, aclarar detalles y complementar la información obtenida en tiempo real.

Además, las grabaciones sirvieron como base para la transcripción de las sesiones, entrevistas e historias de vida, lo que facilitó un análisis más detallado de los discursos y

relatos. Al escuchar nuevamente los audios, fue posible identificar ideas recurrentes, matices en las intervenciones y elementos que inicialmente podrían pasar desapercibidos, enriqueciendo así la interpretación del proceso investigado.

4. Técnicas de expresión artística

Durante algunas sesiones del Círculo de Duelo se implementaron actividades de expresión creativa, un portarretrato, un collage y un mural, con el propósito de observar manifestaciones emocionales y relaciones dentro del grupo.

Aunque estas actividades no formaban parte de la planificación inicial, permitieron explorar la expresión creativa de las participantes, sus interacciones y las emociones que se manifestaban en el contexto grupal. Según Ordóñez y Vergara (1999), el arte surge de la capacidad humana para experimentar sentimientos y se expresa mediante signos exteriores que comunican emociones a través de líneas, colores, imágenes verbales y otros recursos. Más allá de la imitación de la realidad, el arte se entiende como lenguaje, expresión y juego; constituye un “principio de creación” de la mente humana que genera símbolos, fantasías y mitos, funcionando como un medio de liberación y transformación de la realidad.

De esta manera, las actividades creativas desarrolladas en el Círculo permitieron captar dimensiones emocionales y relacionales que complementaron los datos obtenidos mediante la observación participante, los diarios de campo y las historias de vida, enriqueciendo la comprensión de las experiencias compartidas por las participantes.

Biografías

A continuación, se presentan las biografías de los participantes del Círculo de Reflexión en PILARES José Revueltas. Estas historias de vida permiten contextualizar la experiencia de cada persona y comprender cómo el sujeto se construye a través del discurso y la memoria, en interacción con otros.

Estas biografías se incluyen porque el Círculo funciona como un espacio heterotópico (Foucault, 1986), donde los participantes no solo elaboran su duelo, sino que resignifican sus experiencias vitales y familiares. Al compartir recuerdos y relatos de pérdida, amor,

maternidad/paternidad y educación, los participantes pueden nombrar aquello que fuera de este espacio carece de lugar, construyendo sentido de manera intersubjetiva (Baz, 2003; Bruner, 1991).

Así, las historias de vida no son solo relatos individuales, sino herramientas que permiten observar cómo las experiencias familiares, las normas de crianza y las relaciones de autoridad configuran los vínculos, la autonomía y la manera en que cada persona enfrenta sus pérdidas, evidenciando la dimensión colectiva y transformadora del grupo.

Beatriz:



Beatriz nació el 2 de enero de 1978 en Tlaxcala. Proviene de una familia numerosa formada por siete hermanos, cuatro mujeres y dos hombres, siendo ella la tercera. Sus abuelos se dedicaban al campo y al comercio, actividades que formaban parte de la vida familiar. Poco tiempo después de que sus padres se casaron, la familia se estableció en la Ciudad de México, aunque mantenían relación con Tlaxcala por las actividades del campo. Durante su infancia ayudaba a su madre, quien se

dedicaba al comercio, por lo que desde pequeña participó en algunas actividades del negocio familiar. También recuerda que en casa era común apoyar en el cuidado de los hermanos menores. Describe a sus padres como personas trabajadoras y responsables, quienes, a pesar de algunas dificultades económicas, procuraron sacar adelante a la familia. En la escuela se consideraba una buena estudiante y durante los primeros años llegó a recibir algunos reconocimientos académicos. Sin embargo, cuando cursaba la preparatoria atravesó una etapa complicada, ya que su padre perdió su trabajo y la situación económica de la familia se volvió más difícil. Ante esto decidió comenzar a trabajar para apoyar a su madre, por lo que dejó la preparatoria durante un año. Después regresó a la escuela y logró concluir sus estudios. Al terminar el bachillerato ingresó a la universidad con la intención de estudiar enfermería. Durante ese periodo fue diagnosticada con una enfermedad

relacionada con las articulaciones, situación que influyó en su decisión de cambiar de carrera. Posteriormente ingresó a la licenciatura en matemáticas en la Universidad Nacional Autónoma de México, donde también realizó estudios de maestría en ciencias matemáticas. Actualmente trabaja como profesora de matemáticas en el Colegio de Bachilleres plantel 7. A lo largo de su vida ha tenido que enfrentar algunos retos, entre ellos problemas de salud y ciertas situaciones familiares, pero ha continuado con sus estudios y con su trabajo. En su tiempo libre le gusta leer, escuchar música y salir a caminar, especialmente en lugares donde pueda estar en contacto con la naturaleza. También disfruta pasar tiempo con sus mascotas. Entre sus metas personales se encuentra continuar con sus estudios, retomar en algún momento el doctorado y lograr mayor independencia.

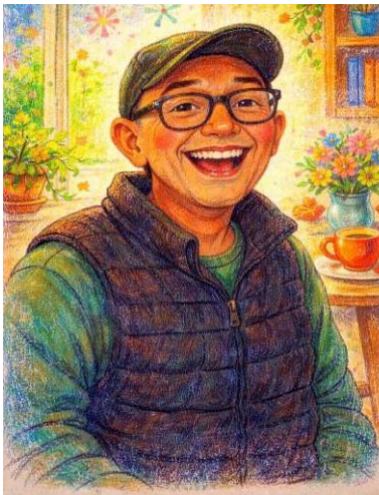
Blue:



Nació el día 5 de Julio de 1991. Su familia es originaria de Guerrero, y es la tercera de cuatro hermanos. La mamá de Blue fue madre soltera a partir de que ella tenía alrededor de 3 años y en ese momento se mudaron por primera vez al Estado de México, su mamá para poder sustentar a la familia trabajó en varias cosas; entre ellas: de limpieza en una fábrica de galletas, en una fábrica de ropa y en oficinas. Blue no tiene buena relación con sus hermanos porque durante su niñez sufrió de violencia física y verbal por parte de sus hermanos mayores y por ello mismo tuvo rencor y coraje hacia ellas. Desde pequeña siempre fue muy independiente, asistía sola al kínder y se regresaba de la misma manera. Durante la secundaria solía competir con uno de sus compañeros para ver quien sacaba mejor promedio. Cuando tenía 15 años y entró a la vocacional su familia y ella se la pasaron mudándose varias veces de la Ciudad de México al Estado de México y viceversa. Debido a que la mamá de Blue se estaba haciendo cargo de su hermana menor con síndrome de Down, Blue prefirió salirse de estudiar a los 18 años para dejar de sentirse como una carga; a partir de ahí, trabajó en Pizzas Hut y en Domino's Pizza. Hoy en día cuenta con dos perritas, antes tenía otra perrita, pero falleció hace nueve años cuando regresaron a la Ciudad, este

suceso le pegó muy fuerte porque se le juntaron muchas cosas, al grado de hacer referencia que se deprimió. Uno de los mayores retos de Blue es aprender bien inglés para poder viajar a Canadá, si bien ya lo había visitado junto con su expareja, esta vez se quiere demostrar que puede aprender bien el idioma. Además de que se quiere impulsar a terminarlo, ya que anteriormente ya había asistido a sus clases de inglés, pero debido a recaídas por su separación de pareja no asistía y las dejaba por un mes entero, esta vez quiere cambiar eso.

Héctor:



Héctor nació el 3 de marzo de 1959 en la Ciudad de México. Actualmente tiene 67 años. Durante su infancia, vivió con sus padres y sus cinco hermanos (tres varones y dos mujeres) en la casa de una tía materna. La vivienda en la que habitaban era de cartón. Héctor recuerda su niñez como una etapa marcada por carencias materiales: “Mi niñez fue feliz, con carencias sí, muchas carencias, pero fue feliz”. Entre las principales limitaciones menciona la ausencia de televisión y juguetes. No obstante, señala que la alimentación no constituyó una carencia grave, aunque refiere que llegó a sentirse “hastiado” del consumo cotidiano de caldo de pescado y sardina, alimentos que, según sus palabras, “eso nos ayudó a vivir”. A pesar de las dificultades económicas, evoca una infancia feliz gracias al tiempo de juego con sus hermanos. Recuerda actividades como jugar con un aro, con un perrito y participar en juegos tradicionales como los encantados y el avión. En el ámbito familiar, su madre trabajaba como empleada del hogar, actividad en la que Héctor solía acompañarla desde pequeño. Su padre, por su parte, se desempeñaba como zapatero y también era ciclista, a quien Héctor describe como “el mejor zapatero de México que yo haya conocido”. Desde su propia valoración, asocia la figura materna con ideales de respeto, amor, cariño, honestidad y transparencia. En contraste, caracteriza a su padre como golpeador, conformista y machista. Más adelante, Héctor identifica la etapa de la secundaria como la mejor de su vida. Según relata: “en la secundaria fue padrísimo... para mí fue la mejor etapa de mi vida”. Este periodo representó para él, ya que pasó “de la niñez a la adolescencia”,

momento en el que comenzó a interesarse por su arreglo personal, su apariencia y la manera de relacionarse con las niñas. Tras concluir la secundaria, Héctor ingresó al bachillerato. En ese momento manifestaba interés por estudiar arquitectura y mantenía un marcado gusto por el fútbol. Con el propósito de contribuir al sostenimiento de sus estudios, comenzó a trabajar desde temprana edad, realizando actividades como lavar y cuidar coches, así como hacer mandados. Al terminar el bachillerato, Héctor buscó un empleo formal e ingresó a los 18 años a Estudios Cinematográficos México, donde trabajó primero en limpieza y luego como proyccionista. Allí conoció a Alejandra, secretaria de la empresa y posteriormente su esposa. Mantuvieron un noviazgo de seis años con algunas rupturas por el carácter de ambos. Héctor la consideraba compatible porque compartían metas de vida; según él, “fue padrísimo mi vida ¿no?, porque ella pensaba no igual que yo, parecido...trabajar, salir adelante, tener casa, tener hijos... disfrutar lo que es la vida y ese para mí sí fue compatible o empática con ella”. Tras el cierre de la empresa, a los 18 años ingresó a Organización Bimbo, donde laboró hasta los 36. En su relación de pareja, se juntó con Alejandra a los 24 años y se casaron por lo civil y la iglesia a los 25. A los 27 planearon tener hijos; a los 29 nació el primero, momento en que su esposa dejó de trabajar. Posteriormente, a los 31 tuvieron su segundo hijo y a los 32 su primera hija. Héctor y su esposa manifestaron el deseo de tener más hijos; sin embargo, el médico les advirtió que un nuevo embarazo implicaba riesgos debido a la complexión frágil de Alejandra y a que todos los partos habían sido naturales. Por ello, decidieron no ampliar la familia. En este contexto, Héctor optó por realizarse la vasectomía (procedimiento que él refiere como “salpingo”), pues señalaba que “no quería yo que usara anticonceptivos y no porque fuera machista, porque me la ponía muy nerviosa”. Héctor refiere que su matrimonio fue feliz: “Yo viví feliz, o sea, para mí era... la mujer perfecta y siguió siendo la mujer perfecta”. Señala que compartió con su esposa 48 años desde que se conocieron y que ambos se apoyaban mutuamente, pues cada uno tenía claro su rol dentro de la relación. Respecto a la crianza de sus hijos, Héctor refiere que procuró enseñarles el respeto y a ser “hacendosos”. Menciona que, cuando se portaban mal, únicamente a los varones les llegaba a pegar, lo cual él considera que hacía con justificación. Sus dos hijos mayores se independizaron

alrededor de los veinte años, cuando Héctor tenía aproximadamente 49 años. Tras su salida de Organización Bimbo a los 36 años, Héctor continuó su trayectoria laboral en diversos empleos. Primero se desempeñó en labores de mantenimiento en una universidad; posteriormente trabajó como repartidor en una papelería. A los 40 años ingresó al área de comedores, empleo al que renunció, y más adelante, a los 48 años, comenzó a trabajar en limpieza y jardinería, ocupación en la que permaneció durante 12 años. Durante la pandemia fue dado de baja junto con otros trabajadores; sin embargo, la empresa continuó pagándoles durante dos años. Finalmente, Héctor se pensionó a los 64 años. Ese mismo periodo estuvo marcado por el deterioro de la salud de su esposa, quien a los 63 años enfermó de diabetes mellitus tipo 2 y falleció a los 64 años. Tras el fallecimiento de su esposa, Héctor comenzó a asistir a distintos grupos de apoyo. Actualmente participa en un grupo de duelo en PILARES José Revueltas. En el presente mantiene un noviazgo reciente con MC y expresa que espera que, “si sigo fortaleciendo y sigo teniendo esta relación, quiero verme feliz lo mejor que yo pueda”.

MC:



MC creció en una casa alquilada junto a la Basílica de Guadalupe, sexta de once hermanos (uno falleció al nacer), bajo un silencio impuesto por el dueño que dormía de día. Pasos leves, cortinas quietas, risas solo en la tarde. Su padre, chofer, aparecía poco, pero los llevaba al bosque de Aragón, dejando recuerdos luminosos. Su madre, dura por haber criado a sus propios hermanos, daba órdenes y frases hirientes, sin abrazos ni afecto. A Leticia la golpeaban y criticaban por estar “muy flaca”, aunque la comida escaseaba. A los 12 la enviaron a cuidar a su abuela quemada; luego a primos, a una sobrina, y más tarde, cuando su madre tuvo otro hijo a los 45 y cayó en depresión, Leticia sostuvo la casa: cocinaba, acarreaba agua, cuidaba bebés. Su adolescencia fue responsabilidad pura. Quiso estudiar, pero su madre no la dejó ir a secundaria. A los 17 intentó ingresar a la

secundaria abierta para enfermería, pero trabajó 12 horas diarias en litografía y cosía por encargo. A los 20 se fue con el padre de sus hijos para escapar del hogar opresivo. Tuvieron un hijo a los 24 y una hija a los 28. La crianza fue casi toda suya. Sufrió infidelidades, ausencias y violencia (una vez la golpeó fuerte al proteger al niño: tuvo el ojo morado por un mes). Tras 35 años de tensión y promesas rotas, el matrimonio terminó en 2018 con divorcio; él cedió la casa a los hijos. Después cayó en depresión severa. El 26 de diciembre tomó sobredosis de gotas para dormir y caminó hacia el frío cerca del Popocatepetl. Despertó y envió su ubicación; sus hijos la rescataron. Ese fue el quiebre: su relación con ellos se fortaleció. Tuvo relaciones breves después: una con hombre 22 años menor, otra con un pastor-abogado llena de contradicciones, y luego con Héctor, a quien advirtió su dificultad para confiar. En 2021 perdió a sus padres con cuatro días de diferencia. Hoy vive con su hijo en la planta baja de su casa familiar y su hija se encuentra arriba. Comparten comidas, charlas y cotidianidad. Tras años de cargas tempranas, violencia, duelos y rupturas, su vida se sostiene en la cercanía con sus hijos y en el hogar que construyeron juntos.

Paz:



Paz es una mujer mexicana de 60 años que nació el 24 de enero de 1966, es ama de casa, madre de tres hijos y abuela de cuatro nietos. Creció en una familia de cinco hermanos, donde desarrolló un fuerte vínculo afectivo con su padre y una relación más distante con su madre. Desde joven trabajó como secretaria, pero a los 18 años se fue a vivir con quien sería su esposo, con quien compartió 41 años de matrimonio. En sus primeros años sufrió la pérdida de dos embarazos antes de lograr tener a su primer hijo. Durante su

vida conyugal dejó de trabajar para dedicarse al hogar y a la crianza, viviendo en un entorno marcado por el control y los celos de su pareja. También enfrentó conflictos y distanciamiento con sus hermanos, especialmente durante la enfermedad y muerte de sus padres, duelos que le dejaron un profundo dolor emocional. Años después, cuidó a su

esposo durante su enfermedad renal hasta su fallecimiento. Tras enviudar, inició un proceso de acompañamiento psicológico que le permitió sanar, perdonar y reconstruir su vida. Actualmente se dedica a su hogar, convive con sus hijos y nietos, y busca vivir con mayor tranquilidad y autonomía.

Paty



Ella es Patricia, pero le gusta que le digan Paty, nació un 24 de abril de 1963 en Lomas de San Lorenzo, Ciudad de México. Es la hija menor de nueve hermanos entre hombres y mujeres esposa y madre de dos hijos: un hijo y una hija, y abuela de tres niños. La mayor parte de su vida ha vivido en Lomas de San Lorenzo, recuerda su barrio, su infancia a lado de su hermano Ignacio a quien siempre le llamó Nacho. Su niñez estuvo llena de adversidades, carencias y ausencias, pero creció con la compañía de su hermano y el cariño de su madre. A pesar de aquellas faltas, también sus buenos momentos era cuando salía a jugar con sus primos y hermano o cuando uno de sus tíos les daba dinero a ella y a su hermano Nacho para irse a comprar dulces. La compañía de Nacho fue esencial para su vida, pues siempre pensó que su papá no los quería, porque nunca les regalo una sonrisa, un cariño; pero Paty tenía a su hermano, se tenían el uno al otro. Nacho su hermano, la acompañó sus primeros años de su vida hasta que Paty se casó y aun así nunca dejaron de frecuentarse. Para Paty, Nacho fue como su padre porque la procuraba cuando Paty necesitaba cualquier cosa que su padre no podía o quería comprarle. Uno de los momentos más significativos en la vida de Paty fue su fiesta de quince años, la boda de sus hijos y sus cumpleaños, y su propia boda que fue parte de sus deseos. Para ella, su familia ha sido un fundamental en su proceso personal, el cariño de sus hijos, nietos, de sus hermanos, y de su madre con quien estuvo hasta los últimos años de su vida. Paty además de ser hija, esposa, madre, abuela; también fue “enfermera” aunque no realizó una carrera, ejerció el papel de cuidadora; durante mucho tiempo siendo la hija y hermana menor cuidó de su hermano que había

nacido con una discapacidad hasta su muerte, atendió a su padre, madre y hermano durante sus enfermedades, hasta que también los vio partir en camillas del hospital o en su propio hogar. Una creencia de ella era que tal vez “en su otra vida, había sido enfermera o cuidadora”. Paty siempre ha gustado de cantar, de bailar, de ser alegre aun a pesar de sus pesares.

Resumen narrativo del trabajo en el campo

Antes de comenzar con los diarios de campo narrativo en estas nueve sesiones, nos gustaría retomar brevemente sobre nuestra aproximación inicial. Conocimos PILARES José Revueltas gracias a una integrante del equipo, quien mencionó que su madre asistía a un taller en dicho espacio. Después de tomarle foto a la cartelera de actividades, decidimos enfocarnos en tres talleres: “Círculo de jóvenes”, “Círculo de Duelo” y “Manejo del estrés”.

Se asistió el 28 de junio para solicitar información sobre los requisitos para ingresar a los talleres, al comentarle nuestro interés al Coordinador de PILARES llamado Vladimir Antonio Ramírez Sandoval, nos comentó que los únicos requisitos que se necesitarían sería el CURP para tener el folio de PILARES, una copia de credencial de estudiante y la carta de presentación de la Universidad.

El día 12 de julio visitamos los talleres y también se hizo la entrega de los documentos a Vladimir. Debido a que había muy pocas participantes en el taller de duelo solo dos integrantes tuvieron acceso (Casandra y Adbeel) mientras estaban en la sesión, los demás integrantes fueron a conocer la Utopía que se encuentra detrás de PILARES, al pasar alrededor de una hora, se unieron a la sesión ya que les hicieron saber que no se encontraba el círculo de jóvenes, debido a que no asistían jóvenes al lugar y que el taller de manejo de estrés se impartía junto con el de duelo.

Al terminar todos platicamos qué nos había parecido el taller, y al estar de acuerdo qué nos llenó de interés, se le hizo saber a Fernando el querer realizar la investigación ahí mismo. Antes de retirarnos nos recomendó dividirnos por grupos de dos con tres integrantes cada uno.

Para el 19 de julio tres compañeras asistieron porque en la anterior visita entraron tarde a la sesión. Se tocaron temas sobre las experiencias de duelo y la importancia del espacio como apoyo. Al terminar se comentó el interés por hacer la investigación en dicho lugar y se aclaró que no sería nada terapéutico, además de aclarar que se les daría un consentimiento para respetar el anonimato. Fernando propuso incluir a las integrantes del equipo al grupo de WhatsApp.

Durante las vacaciones se mantuvo la duda en saber si el grupo se lograría mantener después. Al ver que el tallerista Fernando seguía compartiendo las fotos por medio de WhatsApp se logró conservar esa esperanza de poder conseguir ese campo.

El taller de duelo y manejo de estrés se da en conjunto y estos talleres solamente están disponible los días Sábado en un horario de 11:00 am a 14:00 pm.

En la **primera sesión** se dividió el equipo en dos para tener un equilibrio entre el grupo del taller y de la investigación. Las participantes compartieron experiencias sobre cómo vivieron la pérdida que habían tenido, siendo la más destacada el dolor y lo complicado que es llorar enfrente de los familiares sin preocuparlos. En el transcurso de la sesión se pudo percatar el vínculo que se tienen las participantes en situaciones emocionales y como apoyo se brindaban tanto palabras de consuelo como papel higiénico. Al ser la primera sesión también se dio apertura a explicar el motivo de la investigación en el taller, además de entregar el consentimiento informado para resolver dudas que se tuvieran. Si bien no todas en ese momento firmaron, se aceptó que en la próxima sesión se firmaría. Esta sesión nos ayudó para acercarnos al grupo de taller y que se diera un acercamiento de confianza para poder llevar a cabo el trabajo terminal.

De este modo en la **segunda sesión** se pudieron obtener los faltantes consentimientos informados. El tema central en esta sesión fue el manejo del enojo en el duelo, hubo participantes donde comentaron que reprimieron sus emociones, entre ellos estaba la culpa y el arrepentimiento por haber perdido a un ser querido, otro tema que se tocó fue “lo no dicho” y esto ayudó a que el grupo reflexionara en conjunto sobre la importancia de hablar las cosas en el momento antes de que sea tarde. De esta manera también se tocó el tema de las experiencias de crianza y el machismo en la familia, en donde se habló sobre la

importancia de romper con los patrones de crianza y machismo debido a la violencia con la que se había crecido por parte de los participantes. Por último, se habló sobre la importancia de validar todo tipo de proceso de duelo debido a que no solamente existe uno, sino que también se da la pérdida en las mascotas y en lo material. Esta sesión ayudó a reconocer todo tipo de duelo y que cada uno tiene su propio ritmo en el transcurso del proceso, además de que cada uno/a tiene su manera de llevarlo.

Al realizarle una entrevista semiestructurada al tallerista Fernando se logró tener mejor conocimiento sobre el taller de duelo en PILARES, se pudo conocer que el taller lleva alrededor de dos años y la mayoría de los participantes han sido mujeres, a lo largo de los años solo han asistido un aproximado de 3 hombres al taller. Además de que nunca ha habido situaciones de enojo dentro del taller y que ha sido todo lo contrario, es un lugar seguro en donde las participantes van construyendo sus ideas y contando sus experiencias. Esto se puede demostrar en la **tercera sesión** en donde se tocó el tema de la importancia de cuestionarse las creencias y los roles de género, esto salió debido a que el único participante hombre compartió su experiencia de infidelidad hacia su esposa justificando sus actos. Al surgir estos temas se pudo observar que el lugar también servía para hablar sobre lo que se espera del hombre y de las mujeres y la importancia de tener en cuenta que las ideas pueden cambiar. Si bien todavía en esta sesión hubo cuestionamientos sobre la investigación, se logró resolver las dudas que se tuvieran para generar más confianza.

En la **cuarta sesión** el tallerista no estuvo tan presente en la sesión debido a un curso que debía de tomar, pero esto le ayudó al equipo de investigación a observar cómo es que se desenvolvía el grupo de duelo al no estar presente el tallerista y uno de los principales temas que surgió fueron las tradiciones y cómo es que las generaciones van cambiando al pasar del tiempo, en este punto se habló desde la violencia que se genera hoy en día hasta el uso de la tecnología y su gran utilidad. Al hablar sobre las distintas generaciones nuevamente se retomó la educación y en conjunto en grupo se estuvieron compartiendo reflexiones sobre los valores que se daban anteriormente y los que se dan en el presente. Esto mostró que en el grupo no solamente del duelo sino también de otros temas para llevar a cabo una participación entre todas.

En la **quinta sesión** se llevó a cabo la dinámica del portarretratos en donde además de ayudar a los participantes a dejarse llevar por su creatividad a la hora de decorarlo, también sirvió para seguir fortaleciendo el vínculo y continuar manteniendo una convivencia agradable entre los integrantes del equipo y el grupo del taller. En el transcurso de la sesión se retomó la educación y el machismo, esto dio oportunidad para que el grupo compartiera sus experiencias, pero también al ser temas fuertes el ambiente se volvió sensible y emocional, esto demostró que el grupo también es un espacio de apoyo y empatía, donde primero se escucha y después se dan palabras para validar lo que se siente y se expresa en el momento.

Durante la **sexta sesión** se realizó la dinámica de un cuento en donde al relatar y al realizar la actividad se pudieron llevar reflexiones mediante palabras que se iban conectando entre los participantes, algunas de las palabras reflexivas sobre el cuento leído fueron: esperanza, alegría, inicio, fin, lealtad. Esto demuestra que en grupo se da un aprendizaje en conjunto, además de la importancia de sentirse seguros en el lugar para poder expresar lo que uno siente, así manteniendo un espacio donde se comparten y validan vivencias.

En la **séptima sesión** se realizó un collage con las participantes, esto nos ayudó a conocer cada uno de los intereses o emociones de cada una de las participantes mediante lo artístico. Además de que también se pudo observar la confianza tanto del tallerista como de las participantes hacia el equipo de investigación, debido a que el grupo fue quien guio la sesión sin la presencia del tallerista. Al tener al grupo solo se demostró tener un espacio de confianza en donde se pudo dialogar sobre los gustos de cada integrante y también se logró tener respeto para realizar una retroalimentación en base al collage realizado.

Para la **octava sesión** se retomó la actividad del collage para poder conversar sobre cómo se sintieron los participantes al estar solos con el equipo y también para que se pudiera compartir la experiencia que se llevaron. Esto fue importante debido a que se reconoció al equipo de investigación y se agradeció por la actividad realizada, además de que el tallerista agradeció al equipo por lograr llevar a cabo la actividad. La dinámica que se realizó en esta octava sesión fue un árbol de vida y esto permitió observar cada una de las interpretaciones

de los aspectos importantes de cada una de las participantes, para algunos el soporte es la familia o inclusive lo más importante es valorar la vida misma, esto último llevó a que cada una de las participantes compartieran una pequeña reflexión. Es importante mencionar que en esta sesión también se acordó una convivencia en la casa de una de las integrantes, esto evidencia cómo la cercanía entre el equipo y las participantes se fue fortaleciendo al punto de tener un encuentro fuera de PILARES.

Para la **novena y última sesión** se llevó a cabo el cierre y la despedida, al realizar el mural colectivo en conjunto (el tallerista, las participantes y las integrantes del equipo) se pudo expresar cada uno/a mediante palabras, dibujos o inclusive mediante poemas. Esta sesión demostró el agradecimiento que se tenían por ambos lados, entre el grupo de investigación y el grupo de duelo (incluyendo a Fernando, el tallerista). Se compartieron regalos y también sentires junto con aprendizajes que se lograron obtener a lo largo de estas nueve sesiones. En el transcurso de la última sesión se mostró tener una convivencia cálida y de respeto, además de evidenciar cómo se logró crear un espacio de confianza y amistad aun cuando desde un inicio hubo dudas sobre el proyecto. También se mostró haber creado un espacio valioso en donde generaciones diferentes pudieran expresarse sin sentirse juzgados.

De esta manera se puede ver que a lo largo de las sesiones se fue fortaleciendo el vínculo, se pasó de ser simples desconocidos a tener la confianza de asistir a una casa de las integrantes e inclusive compartir vivencias personales en dicha convivencia. Esto muestra como el espacio de intervención fue también un espacio donde se crearon lazos dejando así una huella en el grupo y también en el equipo de investigación.

Análisis

La presencia de la ausencia: narrativas del duelo

Nuestro análisis se sustenta en las narrativas de seis personas participantes del Círculo de Duelo: Beatriz, Blue, Héctor, MC, Paz y Paty, a quienes también se les realizó una historia de vida como parte del trabajo de investigación. A partir de estos relatos, nos fue posible

identificar distintos tipos de pérdidas presentes en sus experiencias, así como la forma en que estas son significadas y elaboradas en sus trayectorias personales.

En su mayoría, las experiencias narradas corresponden a pérdidas relacionales que, de acuerdo con Tizón (2004), refieren a aquellas que afectan los vínculos que una persona establece con otras. Este tipo de pérdida no se limita a la desaparición del vínculo, sino que implica una reestructuración del papel que la persona tenía en la vida del doliente y en la manera en que este organiza y otorga sentido a su propia historia y a sus relaciones.

En el caso de Héctor, la pérdida relacional se vincula con el fallecimiento de su esposa, Alejandra, a quien él llamaba cariñosamente “Patitas”, ocurrido en el año 2023 a causa de un accidente cardiovascular. La relación entre ambos se caracterizaba por una larga historia compartida, marcada por 48 años de convivencia y 43 años de matrimonio, lo que da cuenta de la profundidad del vínculo como se muestra en los siguientes fragmentos:

“Y entonces ahora fallece mi esposa, en el 23” (Héctor, en la historia de vida).

“Pues 48 de conocernos y 43 de casados. Y si hoy estuviera, como dice el dicho, ¿no?, hoy lo haría mejor” (Héctor, en la historia de vida).

Por su parte, en la narrativa de Paz la pérdida también se vincula con el fallecimiento de su esposo, quien padecía una enfermedad cardiovascular y con quien compartió más de 40 años de vida. En su relato, Paz describe el proceso de enfermedad como una experiencia prolongada de desgaste emocional y físico, particularmente debido al rol de cuidadora que asumió durante el deterioro de la salud de su esposo, esto se puede observar cuando señala:

“Como cinco o seis veces al día lo dializaba yo y pues era muy desgastante...muy esclavizado...cuando falleció ya quedó bien acabado. Pero todo eso me dejó muy traumada...porque pues lo fui viendo cómo se fue deteriorando” (Paz, en la historia de vida).

Sin embargo, en su historia de vida Paz también menciona otras pérdidas relacionales que han marcado de manera significativa su trayectoria vital. Entre ellas, refiere la pérdida de dos embarazos, ocurridos con aproximadamente un año de diferencia.

“Yo me fui con él a los 18 años... perdí a los 18 el primero, a los 19 perdí el segundo” (Paz, en la historia de vida).

Asimismo, señala el fallecimiento de sus padres como otro evento significativo. Ambos estuvieron hospitalizados por motivos de salud y fallecieron con una diferencia aproximada

de un año, aunque en otro momento de la narrativa menciona que la distancia temporal fue de ocho meses.

“Ahora lo de mis papitos, pues este mi mamá tiene 10 años que falleció. Y mi papá, 9 años” (Paz, en la historia de vida).

En el caso de Paty, otra de las participantes, la experiencia de pérdida se entrelaza con una larga historia de cuidado familiar. Desde aproximadamente los once años comenzó a asumir responsabilidades en el cuidado de su hermano Martín, quien nació con una discapacidad. Aunque inicialmente se le había dado una expectativa de vida de tres años, Martín vivió hasta los 54 años y falleció en el año 2021. A lo largo de su vida, Paty mantuvo un rol constante de cuidado hacia él, lo que implicó una responsabilidad emocional y cotidiana significativa.

En sus palabras, el proceso de duelo por su hermano estuvo limitado por la necesidad de sostener emocionalmente a su madre:

“...El duelo de mi hermanito no lo pude vivir porque mi mamá no me podía ver triste, porque ella se iba a poner mal” (Paty, en la sesión).

Posteriormente, seis meses después del fallecimiento de su hermano, murió su padre a causa de COVID-19, menciona:

“...Murió mi papá y dije bueno, a lo mejor hubo algo que yo no hice bien con ellos, pero tengo a mi mamá...Tuve que volver a ser fuerte...” (Paty en la sesión).

Debido a la cercanía temporal de estos acontecimientos, Paty menciona que no tuvo el tiempo suficiente para elaborar cada una de estas pérdidas. Más adelante, en 2024, falleció también su madre a los 98 años, lo que representó otra pérdida significativa en su historia reciente.

“Mi pobre madre murió de noventa y ocho, pobre porque ya decía: “Ya no quiero, ocho meses que murió... bueno, ahí lo entiendo porque era su tiempo...Me duele porque era mi compañera, pero ya era su tiempo...Me derrumbé y tuve que volver a ser fuerte para estar atendiendo a mi hermano” (Paty, en la sesión).

Posteriormente, experimentó otra con el fallecimiento de su hermano, ocurrido en el año 2025 a causa de una enfermedad.

La proximidad entre estos acontecimientos reforzó en su narrativa la sensación de repetición de la pérdida mencionando:

“A los cuatro meses de morir ella empieza mi hermano a estar malo y dije: ‘No, otra vez’. Y muere en tres días y se va mi compañero porque de hermanos éramos los que apoyábamos a mis papás. Bien difícil, bien difícil” (Paty, en la sesión).

En el caso de MC, la experiencia de pérdida se relaciona principalmente con el divorcio de su pareja, relación que se mantuvo durante 35 años y que concluyó en el año 2018. Este acontecimiento representó un punto crítico en su vida emocional, esto se puede observar cuando relata:

“...Yo me separé entré en depresión e intenté suicidarme...” (MC, en la historia de vida).

Asimismo, refiere el fallecimiento de sus padres como otro evento significativo en su trayectoria personal. La proximidad temporal entre ambas muertes fue de cuatro días, es necesario resaltar que su reacción, inicialmente, se manifestó de forma inhibida.

“Él murió un 7... sí, un 7 de enero...Y el 11 de enero falleció mi mamá, a los 4 días se fue...Mi mamá se quedó sentada así, viendo hacia la ceniza. Ya cuando le fueron a hablar, ya estaba muerta...” (MC, en la historia de vida).

En el caso de Blue, una de las pérdidas significativas en su narrativa corresponde a la ruptura de una relación amorosa ocurrida aproximadamente un año antes.

“Bueno, me separé de él. Bueno, me separó. Bueno, él se separó” (Blue, en la sesión).

“... yo no dejaba de pensar en esta persona. No podía yo avanzar...Porque no dejaba de pensar en lo bonito. Y nada más lo estaba idealizando... y en todo lo que prometió, todo lo que iba a hacer. Todo lo que no lo hizo” (Blue, en la sesión).

Asimismo, Blue menciona otro acontecimiento significativo en su historia de vida: el fallecimiento de su perrita “Frida”, quien tenía 14 años al momento de morir. Este suceso ocurrió aproximadamente nueve años atrás y fue experimentado como una pérdida profundamente significativa.

“Y la de mi perrita sí me deprimí mucho, me puse muy mal. Entonces cuando ella falleció, pues sí les dije, pues se fue mi vida porque desde mi infancia” (Blue, en la historia de vida).

En el caso de Beatriz, refiere una pérdida vinculada con el fallecimiento de su abuela, acontecimiento que, según su relato, tuvo repercusiones en la dinámica familiar.

“Cuando se murió mi abuelita, pues ya toda la familia se desintegró por parte de mi mamá” (Beatriz, en la historia de vida).

Por otra parte, también se identifican pérdidas de tipo intrapersonal. De acuerdo con Tizón (2004), estas se refieren a aquellas relacionadas con la pérdida de aspectos asociados con la identidad del sujeto, lo que puede implicar procesos de reconstrucción personal, tales como proyectos no realizados, cambios corporales o la pérdida de capacidades físicas, sexuales o cognitivas.

En la narrativa de Beatriz se observan dos experiencias que pueden comprenderse desde esta dimensión. La primera se relaciona con la imposibilidad de ingresar a la licenciatura que deseaba estudiar, situación que ocurrió cuando tenía 19 años, esto se puede observar cuando expresa:

“...Yo originalmente quería estudiar medicina, pero pues, cuando yo salí de la prepa, pues ya ingresé a la universidad, porque por haber perdido el año, pues no me dieron la carrera...” (Beatriz, en la historia de vida).

La segunda pérdida se vincula con el diagnóstico de una enfermedad autoinmune (artritis), lo cual dificultó la continuidad de sus estudios.

“...Entonces yo ingresé a enfermería, pero luego me enfermé, o sea, sí me vi muy mal y bueno, dice mi mamá que ya no le daban esperanzas de que, bueno, daban muy mal los pronósticos, entonces perdí ese año porque era por año y ya luego pues ya medio me recuperé...” (Beatriz, en la historia de vida).

A partir de los fragmentos presentados, es posible señalar que las experiencias de pérdida no responden a una sola forma ni a un único momento en la vida de las personas participantes. Por el contrario, estas se manifiestan en distintos ámbitos de su experiencia, vinculadas tanto con los vínculos significativos como con aspectos relacionados con su propia historia personal.

Posteriormente, una vez identificados los distintos tipos de pérdida presentes en las narrativas de las participantes, los procesos emocionales asociados a estas experiencias pueden analizarse desde el modelo propuesto por Kübler-Ross y Kessler, conocido como NINDA (negación, ira, negociación, depresión y aceptación), perspectiva que permite aproximarse a las formas en que las personas transitan y elaboran el duelo.

Negación

Como se mencionó en el marco teórico, la negación puede entenderse como el momento en que se rechaza la pérdida y se intenta ordenar la experiencia mediante narrativas que permitan darle sentido. En este momento inicial, algunas personas buscan mantener la sensación de continuidad de la vida cotidiana o cuestionan la realidad de la pérdida.

En el relato de Héctor se observa cómo, inmediatamente después de la pérdida, la vida cotidiana continúa desarrollándose con aparente normalidad. La acción de salir a barrer y saludar a los vecinos muestra un intento de sostener las rutinas habituales, mientras que el dolor permanece contenido en el ámbito interno.

“El primer día que ya no estaba mi pareja, salí, barrí y la gente, normal, normal ‘hola, buenos días’ y yo barriendo. El dolor que sentía yo por dentro, nadie lo sentía. La vida es normal. La vida sigue, ¿no? Entonces, ahí, ¿qué pasa, ¿no? El duelo es personal” (Héctor, en la sesión).

Esta coexistencia entre la continuidad de las actividades diarias y la vivencia íntima del sufrimiento refleja una forma inicial de procesamiento de la pérdida, en la que el sujeto comienza a confrontar la ausencia mientras el espacio social sigue funcionando como si nada hubiese cambiado. En este sentido, la negación no aparece como una negación absoluta de la muerte, sino como un mecanismo que permite asimilar gradualmente el impacto emocional de la pérdida.

En el relato de Paz, la negación se manifiesta a través de la dificultad para imaginar su vida sin la presencia de su pareja. La expresión “el mundo se me acababa” refleja la ruptura que produce la pérdida en la organización cotidiana de su vida, generando incertidumbre respecto a cómo continuar sin esa figura significativa.

“...Ahora con la pérdida, pues yo sentía que el mundo se me acababa, la verdad, me dolió mucho, mucho y pues yo pensé que no lo iba a poder superar, ¿no? Yo decía, ‘No, ¿cómo solita? ¿Qué voy a hacer, solita?’” (Paz, en la historia de vida).

Asimismo, la escena nocturna en la que describe la cama vacía evidencia la persistencia simbólica del vínculo con su pareja. El hecho de no ocupar el lugar que antes pertenecía a él puede interpretarse como una forma de preservar su presencia dentro de la vida cotidiana. De esta manera, el espacio doméstico se convierte en un lugar donde se hace

visible la ausencia, al tiempo que se mantienen gestos que conservan la sensación de continuidad del vínculo mientras Paz comienza a confrontar la realidad de la pérdida.

“En las noches es cuando más se siente la soledad porque es cuando te entra la nostalgia... ‘¿Qué hago en esta camota tan grande y ya no está mi pareja?’ y no me vas a creer que donde me duermo ahí amanezco porque ni siquiera invado su lugar de él” (Paz, en la sesión).

En el testimonio de Paty, la negación aparece de manera explícita a través de la reiteración de la frase “no es cierto”, la cual expresa la dificultad inicial para aceptar la muerte de su hermano. La insistencia en esta expresión refleja un intento de resistirse a la realidad de la pérdida, especialmente considerando que el hermano era descrito como una figura de apoyo fundamental en su vida:

“Me digo no es cierto, mi hermano no está muerto, pues era mi apoyo, mi incondicional para todo... No es cierto, no es cierto, todo el día me la pasé así...” (Paty, en la sesión).

Este momento ocurre mientras Paty observa fotografías y videos junto con su tía, en los que aparecen distintos fragmentos de la vida de su hermano desde la infancia. La evocación de estos recuerdos pone de manifiesto la fuerte carga afectiva del vínculo, ya que el hermano no solo era una figura familiar cercana, sino que también ocupaba un lugar significativo como apoyo constante en su vida, llegando a ser percibido en ocasiones como una figura casi paternal o como un amigo íntimo. En este contexto, la revisión de imágenes y recuerdos compartidos reactiva la presencia simbólica del hermano, al tiempo que evidencia la tensión entre la persistencia del vínculo afectivo y la dificultad para asimilar su ausencia. De esta manera, la reiteración de “no es cierto” puede comprenderse como una expresión del impacto emocional que produce la pérdida de una figura central en su historia personal.

En MC la negación se observa en la separación ambigua con su exmarido, cuando ambos continuaban conviviendo y comportándose como si la relación siguiera vigente. Esta dinámica sostenía la ilusión de continuidad del vínculo, retrasando la confrontación directa con la ruptura.

“...Vivíamos juntos todavía y hacíamos como si fuéramos pareja...” (MC, en la historia de vida).

También aparece tras la muerte de sus padres en el año 2021. La ausencia de una reacción emocional inmediata sugiere una forma de entumecimiento emocional frecuente en las

primeras fases del duelo. Este mecanismo permite amortiguar temporalmente el impacto de la pérdida mientras la persona comienza a asimilar su significado.

“Él murió...y el 11 de enero falleció mi mamá...No me dolió al principio...no lloré” (MC, en la historia de vida).

En conjunto, los relatos de Héctor, Paz, Paty y MC permiten apreciar que la negación no se expresa únicamente como un rechazo explícito de la muerte o de la pérdida, sino también a través de distintas formas de sostener la continuidad del vínculo en la vida cotidiana.

En el caso de Héctor, esta se manifiesta en la permanencia de las rutinas diarias, como salir a barrer y saludar a los vecinos, mientras el dolor permanece en el ámbito íntimo.

En Paz, la negación aparece vinculada a la dificultad para imaginar la vida sin su pareja, lo cual se hace visible en gestos cotidianos como evitar ocupar el lugar de su compañero en la cama.

Por su parte, en Paty la negación se expresa de forma más directa en la reiteración de la frase “no es cierto”, la cual refleja la resistencia inicial a aceptar la muerte de su hermano, especialmente considerando el lugar central que ocupaba en su vida afectiva.

Finalmente, en MC la negación se relaciona con la continuidad de dinámicas relacionales que sostenían la ilusión de que el vínculo con su expareja seguía vigente, así como con la ausencia de una reacción emocional inmediata frente a la muerte de sus padres.

Ira

Retomando lo expuesto en el marco teórico, la ira surge como el momento en que el sujeto comienza a tomar mayor conciencia de la realidad de la pérdida, confrontando su irreversibilidad. Esta emoción puede dirigirse hacia diversos objetos —la persona fallecida, quienes se perciben como responsables, las circunstancias de la pérdida o incluso hacia uno mismo— y funciona como una vía para exteriorizar el sufrimiento emocional que no siempre encuentra expresión directa en la tristeza.

En el caso de Paz, la ira se manifiesta de manera retrospectiva y acumulada en el recuerdo del rol de cuidadora prolongada que asumió durante más de dos décadas. Describe el

carácter de su esposo como “muy fuerte, muy poco tolerante” y el agotamiento extremo de las diálisis caseras:

“yo lo dializaba a las 6 de la mañana... a las 9 salía... a las 2 entraba... a las 3 salía... a las 3 de la tarde a las 6 y ya su última diálisis a las 9... como cinco o seis veces al día lo dializaba yo y pues era muy desgastante, muy esclavizado” (Paz, en la historia de vida).

Este enojo apunta principalmente a las circunstancias desiguales de la enfermedad y el cuidado, revelando una indignación por la carga casi exclusiva que recayó sobre ella y por la falta de reciprocidad en el vínculo.

Por su parte, Héctor expresa una ira más defensiva y cuestionadora hacia las presiones externas que intentan apresurar o patologizar su duelo. Cuando le dicen “Ah, ya no llores, ya suéltalo”, responde con frustración: “porque a mí me han dicho, ¿no? ‘¿a quién?’, no tengo amarrado a nadie. Sí ¿a quién suelto? En realidad, no sabemos en dónde está... ¿por qué lo lloramos? Porque quiero, porque son mis sentimientos” (Hector, en grupo). Aquí la ira se dirige hacia quienes minimizan su proceso, defendiendo el derecho legítimo a sentir y expresar el dolor en sus propios términos, en un contexto donde el mandato de contención masculina le exige silencio.

En MC, la ira adopta un tono más ambivalente y se dirige tanto hacia el pasado relacional como hacia sí misma. Tras el divorcio, describe la infidelidad de su exmarido con frases cargadas de frustración: “Después ya después ‘no es que... fue una pendejada’, pues ya me cansé de tanta pendiente. Yo creo que ya es justo así, hasta que se tuvo otra, encontró a alguien”. Más adelante, ante la muerte de sus padres, surge un enojo mezclado con culpa: “Yo digo ¿estaría yo mal por no extrañar a mi mamá? ¿Hasta cierto punto sentirme agradecida de que se haya muerto? Siento culpa, luego digo... pero luego me da coraje. Digo ¡Hay ya superen eso! Ya ¿Qué están allí? Que su mamá y que su mamá”. Esta rabia se reactiva en contextos de rechazo o desvalorización, pero lejos de ser solo destructiva, cumple una función movilizadora: le permite reconocer el daño acumulado y establecer límites que antes no podía, afirmando progresivamente su dignidad.

En síntesis, la ira en estas narrativas no se reduce a una emoción aislada o puramente negativa, sino que actúa como una energía psíquica que exterioriza el dolor, cuestiona las

circunstancias y, en algunos casos, impulsa rupturas con dinámicas dañinas. Al ser compartida en el espacio grupal, esta intensidad se transforma en un recurso para nombrar injusticias y comenzar a recuperar agencia sobre la propia historia de pérdidas.

Negociación

En esta etapa, la persona intenta dar sentido a lo ocurrido mediante reflexiones sobre lo que pudo haber sido diferente, en un esfuerzo por procesar gradualmente la pérdida.

“... pues me cae el 20 porque digo, ‘Dios no me va a dar más de lo que no pueda yo aguantar o superar’” (Blue, en historias de vida).

“... yo siento que mi marido reencarnó en esa gatita... no me deja para nada, donde voy, subo y está ya con mis pies” (Blue, en historias de vida).

“... ahora que pasó lo de mi esposo... pues dije: ‘pues ya voy a rehacer mi vida, pero con mis hijos... dedicarme a ellos más que nada, a mis nietos’” (Blue, en historias de vida).

La negociación se expresa en la historia de Blue a través de intentos repetidos por restablecer o reparar vínculos que han sido dañados. Este movimiento suele aparecer en forma de expectativas o promesas de cambio que buscan recuperar la estabilidad perdida.

“Pues he tenido como recaídas con eso de la separación” (Blue, en la historia de vida).

Este proceso de recapitulación permite dar cuenta a Blue sobre los malos tratos recibidos, conciliando y reafirmando su decisión de mantenerse lejos, dando espacio a tener otras oportunidades de relacionarse, pero ya teniendo en cuenta lo que quiere y lo que no.

“A mí sí me sirvió pensar en lo malo porque precisamente yo no me había puesto a pensar que desde el principio esto no fue una buena idea” (Blue, en la sesión).

Otro ejemplo puede ser MC, las reconciliaciones con su exmarido representan uno de los ejemplos más claros. Después de episodios de conflicto o violencia, surgen promesas de que la situación cambiará y de que el daño no volverá a repetirse. Estas expectativas reactivan la esperanza de que la relación pueda transformarse, lo que la lleva a retomar el vínculo en varias ocasiones.

“... ‘jamás voy a volver con otra... ya nunca más va a suceder’. Pues ahí está MC otra vez” (MC, en historias de vida).

Más adelante en la pérdida de su madre y su padre, se encuentra ligado/mezclado con la ira, en un arrebató donde empiezan a hacerse preguntas sobre el porqué de los malos tratos

por parte de su familia, en concreto de su madre. Se cuestiona a sí misma y su reacción ante el suceso.

“¿Estaría yo mal por no extrañar a mi mamá? ... sentirme agradecida de que se haya muerto?” (MC, en historias de vida).

En su manifestación, aunque estos procesos ofrecen momentos de esperanza, también contribuyen a prolongar ciertas dinámicas dolorosas, ya que mantienen viva la expectativa de recuperar una relación que ya se encuentra profundamente deteriorada.

Depresión

En esta etapa la pérdida se vuelve emocionalmente ineludible y comienzan a aparecer sentimientos de tristeza, vacío o desánimo. Este momento implica un contacto más directo con el dolor, permitiendo reconocer la ausencia y comenzar a confrontar lo que la pérdida representa en la propia vida.

En el caso de Paz, este momento aparece asociado tanto al fallecimiento de su esposo como al proceso de deterioro que vivió durante su enfermedad. En su relato expresa:

“yo sentía que se me acababa el mundo. Yo sentía que no iba a poder, no iba a poder a salir adelante” (Paz, en la historia de vida).

“Lo fui viendo cómo se fue deteriorando” (Paz, en la historia de vida).

“...todo eso me dejó muy traumada... porque lo fui viendo cómo se fue deteriorando” (Paz, en la historia de vida).

De manera similar, Blue menciona que la muerte de su perrita representó una experiencia profundamente dolorosa, que se manifestó en sentimientos de tristeza y depresión:

“Y la de mi perrita sí me deprimí mucho” (Blue, en la historia de vida).

“sí me dolió mucho su muerte” (Blue, en la historia de vida).

En el caso de Héctor, el contacto con la ausencia de su esposa aparece acompañado por una sensación de vacío en la vida cotidiana, como él mismo describe:

“Yo existía, no vivía, hacía mis cosas, pero yo sentía que algo me faltaba, aparte de mi esposa me faltaba algo” (Héctor, en la historia de vida).

Por su parte, Paty describe momentos en los que el dolor se expresó a través del llanto y el aislamiento, especialmente tras el fallecimiento de su hermano:

“Yo me paraba, me bañaba, pijama y todo el día en mi habitación... Lloro mucho, sí, lloro mucho, es mi hermano y es muy bueno” (Paty, en la sesión).

“...me quedé solita en la salita y lloré mucho” (Paty, en la sesión).

En la narrativa de MC, el impacto emocional de la separación y de otras pérdidas significativas aparece asociado a un estado de profunda desesperanza, que incluso la llevó a intentar quitarse la vida:

“...a mí ya no me quería... se iba a ir con ella...” (MC, en la historia de vida).

“entré en depresión e intenté suicidarme... me tomé medio frasco... ‘voy a morir de hipotermia’” (MC, en la historia de vida).

“¿Estaría yo mal por no extrañar a mi mamá? ... sentirme agradecida de que se haya muerto?” (MC, en la historia de vida).

En conjunto, estos fragmentos permiten observar cómo el contacto con la pérdida se expresa a través de distintas emociones y formas de malestar, que van desde la tristeza profunda y el llanto hasta sentimientos de vacío, desesperanza o confusión frente a lo vivido.

Aceptación

La aceptación implica reconocer la realidad de la pérdida y comenzar a integrar la ausencia en la propia vida. No significa olvidar ni dejar de sentir dolor, sino encontrar nuevas formas de convivir con el recuerdo y reorganizar la vida cotidiana, permitiendo que el duelo se transforme en una presencia que no paraliza, sino que acompaña.

“conmigo, ni va a venir, ni la voy a ver, ni nada” (Héctor, en la historia de vida).

Más adelante, en el grupo, profundiza en esta integración sin negación del sentimiento:

“Tenemos que aceptar que ya esa persona no está [...] ni borra, ni sentimientos, ni estado de ánimo, o sea, nosotros seguimos así. Pero se extraña la persona” (Héctor, en la sesión).

Aquí la aceptación no borra el extrañar, sino que lo incluye como parte de una vida que continúa, rompiendo con el mandato de contención absoluta.

Blue, por su parte, describe la aceptación como un proceso intenso pero liberador de “soltar” la relación pasada. Afirma:

“Cuando ya entré en el verdadero proceso de soltarlo, este, sí fue fuerte para mí darme cuenta de todo eso” (Blue, en la sesión).

Este movimiento se traduce en una reorganización cotidiana visible:

“Sí, ya he estado mejor. (...) en estos tres meses que, pues, ya no vivo con él, este, hasta le dije la otra vez a una amiga, le digo, no inventes, he salido más que todos esos tres años y medio (...) he salido con mis amigos y mis amigas y todo eso” (Blue, en la sesión).

La aceptación se manifiesta en la recuperación de espacios sociales y en la expansión de la vida más allá del vínculo perdido.

Paz integra la ausencia reorientando su vida hacia los vínculos que permanecen. Expresa:

“Voy a rehacer mi vida, pero con mis hijos y mis nietos” (Paz, en la historia de vida).

y añade un cambio en su interacción cotidiana:

“Desde que él falleció ahora saludo a todo mundo” (Paz, en la historia de vida).

Esta apertura hacia los demás y la priorización de los lazos familiares y comunitarios indican una reorganización que transforma la soledad en conexión activa.

En Paty, la aceptación se construye desde el reconocimiento del amor y el tiempo compartido, junto con la entrega simbólica a un orden mayor. Reconoce:

“...las personas que más aparte de las que más he amado y que toda mi vida estuve con ellos ya no están” (Paty, en la sesión).

y afirma:

“con amor, todos los cuatro ya entregué a Dios. Lo hice con amor y creo que fue su tiempo” (Paty, en la sesión).

A pesar del dolor persistente —“Sí me duele, sí los extraño, eran mis compañeros” (Paty, en la sesión)—, esta entrega y el mantenimiento del afecto permiten convivir con la ausencia sin que anule su capacidad de seguir adelante.

Por último, en MC la aceptación se presenta como una afirmación vital tras momentos de profunda desesperanza.

Tras reflexionar:

“yo debería de estar muerta... pero por algo estoy aquí” (MC, en la historia de vida)

Describe un proceso de reconciliación:

“Nos pedimos perdón, nos abrazamos, lloramos...” (MC, en la historia de vida).

Finalmente, afirma:

“ya no me quiero dejar... lo que no me parezca lo voy a expresar (MC, en la historia de vida).

Esta resolución de no abandonarse y de expresar lo que antes callaba marca una integración activa de las pérdidas, donde la aceptación se convierte en compromiso con la propia vida y con límites renovados.

Si lo observamos desde la postura psicoanalítica dada por Freud (1923) podemos entender que lo que está en juego dentro de la experiencia humana son dos fuerzas contradictorias, las pulsiones de vida y las de muerte: mientras Eros impulsa al sujeto a vincularse a ligar afectos y a sostener la vida, Tánatos orienta hacia el retiro y la ruptura de los lazos. Si tomamos como ejemplo el caso de MC la aceptación de las pérdidas no supone una resolución definitiva del duelo, más bien la posibilidad de habitar una tensión constante de ambas pulsiones.

Las historias de cuidado excesivo, agotamiento y ruptura que atraviesan su biografía pueden leerse como expresiones de la pulsión de muerte en tanto tendencia al apagamiento y desgaste subjetivo. No obstante, el sostén del vínculo con sus hijos y la apertura a la palabra en conjunto con el recuerdo, permiten dar cuenta de movimientos pulsionales orientados a la vida. En este sentido el espacio grupal, no únicamente enfocado al Círculo de Duelo, puede mostrarse como un dispositivo que posibilita el anudamiento pulsional: un lugar donde la pulsión de muerte no queda actuada en soledad, sino puesta en palabra, donde la pulsión de vida encuentra soportes simbólicos y relacionales para anudarse.

En conjunto, la aceptación en estas narrativas aparece como un proceso dinámico de reorganización que permite convivir con el recuerdo y el dolor sin que dominen la existencia. Aparece menos como un punto de llegada que como un equilibrio precario y dinámico, sostenido por la coexistencia de fuerzas como lo son el Eros y el Tanátos.

A partir de las narrativas de las participantes del Círculo de Duelo se evidencia que las experiencias de pérdida no se limitan únicamente a la muerte física de un ser querido, sino que abarcan múltiples dimensiones de la vida. Predominan las pérdidas relacionales, asociadas a la muerte de parejas, familiares cercanos o la ruptura de vínculos significativos,

aunque también se identifican pérdidas intrapersonales vinculadas a cambios en la identidad, proyectos de vida interrumpidos o transformaciones en la salud y en las capacidades personales. Estas experiencias muestran que, en la adultez mayor, las pérdidas suelen presentarse de manera acumulativa, a menudo superponiéndose y afectando distintos ámbitos de la vida.

El análisis desde el modelo de Kübler-Ross y Kessler (2009) permitió reconocer expresiones emocionales diversas —negación, ira, negociación, depresión y aceptación— que no se experimentan de manera lineal ni uniforme. En el Círculo de Reflexión, estas emociones emergen de manera singular en cada relato, donde las participantes transitan entre recuerdos, preguntas, silencios y sentimientos. Esto muestra que el duelo se vive de formas diversas y funciona más como orientaciones comprensivas que como un proceso secuencial rígido.

A partir de estas consideraciones, se consideró pertinente presentar una síntesis de la experiencia singular de cada participante del Círculo de Duelo. Si bien el duelo se comparte en un espacio colectivo, no deja de constituirse como una vivencia profundamente individual. En este sentido, retomando a Larrosa (2005), la experiencia puede pensarse como “eso que me pasa”, es decir, como aquello que irrumpe en el sujeto, lo afecta y deja una marca. No se trata simplemente de un hecho que ocurre, sino de un acontecimiento que transforma, en tanto implica una apertura del sujeto a algo que no controla ni domina completamente.

Desde esta perspectiva, la experiencia supone una relación singular con lo vivido, que no puede generalizarse ni repetirse de manera idéntica en otros. Cada sujeto, atravesado por su historia, sus vínculos y sus condiciones de existencia, elabora de manera particular aquello que le acontece. Por ello, el duelo no puede comprenderse como un proceso universal, lineal o estandarizado, sino como una experiencia que se configura de manera única en cada trayectoria vital. Así, la presentación de estas experiencias singulares permite dar cuenta de la multiplicidad de formas en que la pérdida es vivida, significada y elaborada por cada participante.

Beatriz:

El duelo de Beatriz se entrelaza con varias experiencias de pérdida que se han ido manifestando a lo largo de su vida. Aunque inicialmente lo menciona de manera breve en una de las primeras sesiones, posteriormente vuelve a referirse a la muerte de su abuela. Señala que, con el paso del tiempo, fechas como Navidad o Año Nuevo comenzaron a marcarse por compromisos entre los miembros de la familia que hicieron que las reuniones ya no fueran como cuando sus abuelos estaban presentes.

Los recuerdos de encuentros familiares del pasado contrastan con la situación actual, en la que algunos vínculos familiares parecen haberse distanciado. En su relato, la abuela aparece como una figura central que reunía a los distintos integrantes de la familia, organizando encuentros y celebraciones que fortalecían la dinámica familiar. Su ausencia no solo representa la pérdida de una persona cercana, sino también un cambio en los espacios de convivencia que antes mantenían cierta cercanía entre los familiares. Así, la pérdida se refleja tanto en la ausencia de un ser querido como en la transformación de las relaciones familiares y en la manera en que los miembros continúan interactuando.

En su historia, también aparecen experiencias relacionadas con su salud, que han implicado cambios significativos en su vida cotidiana. Beatriz recuerda que durante su juventud solía llevar un estilo de vida activo, realizando actividades físicas como correr. Con el tiempo, sin embargo, tuvo que adaptarse a ciertas limitaciones derivadas de su condición de salud, lo que implicó modificar su rutina diaria y replantear la relación con su propio cuerpo, ya que algunas actividades que antes realizaba de manera habitual dejaron de ser posibles.

De manera similar, la interrupción temporal de su doctorado y los ajustes que ha tenido que realizar en su trayectoria académica emergen en su relato como momentos de reestructuración, donde ha debido replantear tiempos, metas y expectativas respecto a su formación profesional. Estas experiencias la han llevado a reorganizar sus proyectos personales y adaptarse a nuevas condiciones.

A partir de estos elementos, puede observarse que el proceso de duelo en Beatriz no se limita a un único acontecimiento. Por el contrario, se configura a lo largo de distintos momentos de su vida, en los que ha tenido que hacer ajustes tanto en sus relaciones

familiares como en su vida personal y en sus proyectos, reflejando un duelo complejo y multidimensional.

Blue:

El duelo de Blue surgió a raíz de la ruptura de su relación amorosa. En su relato, comenta que su expareja la “agarró” en un momento vulnerable de su vida y que ella creyó que él la salvaría. Desde el primer mes de la relación, surgieron conflictos muy fuertes, lo que le generó miedo de que cada nuevo mes juntos trajera consigo otra pelea. Tras confrontar a su expareja por su engaño con otras mujeres, Blue expresa que, al terminar la relación, le resultó difícil avanzar.

Durante el proceso de duelo, Blue recurrió a escribir una carta a su madre para expresar cómo se sentía y pedir apoyo:

“le escribí una carta porque pues había días que obviamente me levantaba de muy mal humor, que no me quería levantar y todo eso y así como que ya levántate o ya esto y ya así y ya” (Blue, en la historia de vida).

“necesito tu apoyo, tu apoyo no necesariamente necesito que estés ahí conmigo todos los días, pero sí que no me molestes, unos días voy a estar bien, entre comillas, unos días voy a estar muy mal, no quiero ver a nadie, no quiero salir, no quiero levantarme, entonces te pido por favor que respetes eso” (Blue, en la historia de vida).

Posteriormente, aunque ha tenido recaídas, Blue se esfuerza por no abandonar sus metas y visiones para el futuro, como aprender inglés y viajar a Canadá:

“es que sí quiero ir, quiero demostrarme a mí misma que si puedo ir yo solita” (Blue, en la historia de vida).

Héctor:

La experiencia de duelo de Héctor se caracteriza por ser profundamente íntima, progresiva y no lineal, atravesando distintas formas de vivir y resignificar la pérdida.

En un inicio, el duelo se vive como una experiencia solitaria y silenciosa, donde el dolor no se comparte: “...a nadie le interesa... el dolor que está pasando la persona de enfrente nadie lo sabe... pero no lo comunicaba porque el dolor era mío.” Aunque su familia estuvo presente al principio, con el tiempo se retiró, reforzando esta vivencia de soledad propia de la vejez. Posteriormente, atraviesa un estado de shock y desconexión, donde no logra

procesar la pérdida: “...yo estaba en shock... No nos da hambre, no nos da frío. Estamos en shock.”

Con el tiempo, su experiencia cambia al buscar apoyo en grupos, donde encuentra identificación y contención: “Anduve en varios grupos, pero no me llenaba hasta que llegué a un grupo... me empezó a llenar eso y me empecé a sentir y fortalecer.” A partir de ello, inicia una aceptación gradual, entendida como un proceso difícil de integrar la ausencia: “...empezó primero la aceptación de saber que ya no está... y sí me ha costado un trabajo empezar a aceptar...” Sin embargo, enfrenta presiones sociales que minimizan su duelo, frente a las cuales él cuestiona: “Ah, ya no llores, ya suéltalo porque a mí me han dicho ¿no? ¿a quién? No tengo amarrado a nadie sí ¿a quién suelto?”.

Para sostener el vínculo con su esposa, desarrolla prácticas simbólicas, como el cuidado del panteón: “¿Cómo voy a ir a un cementerio donde está feo? En lugar de darme alegría... En cambio, yo voy y la tiene bonita. Tiene sus puertas de aluminio, tiene sus gavetas, sus repicitas...”

Finalmente, Héctor comprende su duelo como un proceso complejo y no lineal, donde coexisten múltiples emociones: “Los duelos son diferentes... el camino del duelo no es una línea recta... en el corazón caben muchos estados de ánimo.” (Héctor, en historias de vida)

En síntesis, su experiencia de duelo transita de la soledad y el shock hacia una reconstrucción emocional apoyada en otros, la aceptación progresiva y la creación de vínculos simbólicos que le permiten convivir con la pérdida.

MC:

El divorcio representa para MC una pérdida que no sólo implica la separación de su pareja, sino también el derrumbe de un proyecto de vida construido durante décadas. Tras 35 años de matrimonio, su esposo decide iniciar una relación con otra mujer, lo que desencadena el proceso de separación y posterior divorcio.

Para MC, la ruptura se experimenta inicialmente con sentimientos intensos de dolor, coraje e impotencia. En sus propias palabras, la noticia de que su esposo estaba rehaciendo su vida le provocó cuestionamientos profundos sobre el sentido de su historia matrimonial:

“¿Por qué me jodió la vida tanto tiempo? ¿Por qué, si no quería estar conmigo, por qué?” (MC, en la historia de vida).

Esta pregunta expresa una forma de duelo marcada por la revisión retrospectiva de la vida conyugal, donde el pasado se resignifica desde la experiencia de traición y abandono. La separación no solo significó perder a la pareja, sino también confrontar la sensación de haber vivido muchos años bajo una relación caracterizada por infidelidades, violencia y desvalorización.

Además, MC experimenta otro tipo de pérdida: la del rol familiar del padre hacia sus hijos. Ella señala que lo que más le dolió fue que su exesposo también “se divorció de ellos”, pues dejó de buscarlos y de mantener una relación cercana.

Sin embargo, con el paso del tiempo su discurso muestra una transición hacia la resignificación. MC menciona que comenzó a pensar en el futuro y en la posibilidad de vivir de manera más tranquila junto a sus hijos:

“Al menos lo que me resta de vida ya no va a ser esto; ya voy a tratar de estar bien, estar bien con mis hijos, llevar una vida tranquila” (MC, en la historia de vida).

Este cambio evidencia un proceso de elaboración del duelo donde el dolor inicial se transforma gradualmente en una búsqueda de bienestar personal y autonomía.

La muerte de sus padres ocurre en enero de 2021, en plena pandemia. Su padre falleció primero y su madre muere apenas cuatro días después.

El relato de MC sobre este acontecimiento revela una experiencia de duelo diferente a la vivida en el divorcio. Ante la noticia de la muerte de sus padres describe una reacción corporal intensa, pero sin manifestación inmediata de tristeza:

“La noticia te impacta... todo mi cuerpo sentía que temblaba, pero no lloré” (MC, en la historia de vida).

Esta reacción sugiere un estado inicial de shock o anestesia emocional, una forma común en algunos procesos de duelo. Aunque el cuerpo reacciona con temblor e impacto, la emoción del llanto no aparece en ese momento.

La forma en que narra la muerte de ambos padres también está atravesada por la historia conflictiva de la familia. MC describe una relación distante con su madre, marcada por

frialidad, críticas constantes y falta de afecto durante la infancia. Esta historia previa influye en la manera en que vive su muerte, generando una respuesta emocional ambivalente.

Al mismo tiempo, le llama la atención el hecho de que sus padres murieran prácticamente uno después del otro, lo cual interpreta como una especie de vínculo profundo entre ellos, a pesar de las constantes peleas que caracterizaron su relación:

“Hasta cuando se murieron... ahí van, uno tras otro” (MC, en la historia de vida).

Desde esta mirada, MC reflexiona sobre el matrimonio de sus padres como una relación contradictoria, donde el conflicto coexistía con una dependencia mutua que se mantuvo hasta el final de sus vidas.

Tanto el divorcio como la muerte de sus padres muestran que el duelo de MC no puede entenderse como un evento aislado, sino como parte de una trayectoria vital marcada por experiencias tempranas de violencia, responsabilidades prematuras y relaciones afectivas conflictivas.

En el divorcio predomina una vivencia de pérdida vinculada al engaño y a la ruptura de un proyecto de vida, mientras que en la muerte de sus padres aparece una respuesta más distante, posiblemente influida por la compleja relación afectiva que tuvo con ellos.

A pesar de ello, su narrativa muestra un proceso gradual de reelaboración y reconstrucción de sentido, en el que intenta reinterpretar su pasado y orientarse hacia una vida más tranquila, centrada en su bienestar y en la relación con sus hijos.

Paty:

“Cuando ya le toca a uno, hasta en su propia casa” (Paty, en sesión).

“Patricia ‘la que es noble’”.

A los once años, Paty recibió una consigna que no pidió: ser la tutora de un hermano que necesitaba la totalidad de sus cuidados. Cuando él se fue, ella no lloró, sólo iba agregando una pérdida más, volteó hacia esa otra ausencia para sostener el silencio de un padre distante y la devoción por su 'mamita'. Pero la muerte fue persistente en su visita y también se llevó la nobleza de su madre, provocando un derrumbe que Paty contuvo a fuerza de

voluntad, ocultando sus lágrimas tras una sonrisa, para cuidar al hermano que aún quedaba, que ella amaba. Solo unos meses después, ese último vínculo también se rompió. Murió su hermano y también su compañero. Sin nadie más a quien cuidar, el silencio se ensordecedor. Ahora, Paty habita una casa donde las lágrimas, contenidas durante años, finalmente pueden inundarlo todo. Observando los videos donde aparecía su madre y cantando su hermano, esperando a quedarse sola en casa para poder llorar.

“[...] ahorita ya me acuerdo de él y me acuerdo de mi mamá y me acuerdo de mi hermanito y me acuerdo de mi papá, porque a pesar de todo era mi papá, tenía sus formas, pero pues, así como muy malo no fue” (Paty, en la historia de vida).

“Mucha gente me dice, yo sé que tú fuiste enfermera en tu vida pasada, yo no sé qué sería, pero gracias a Dios me tocó entregar a los seres que más he querido” (Paty, en la historia de vida).

Sonríe mientras nos narra, con sus ojos cansados, con sus memorias, con su pasado.

Paz:

El duelo de Paz se inició mucho antes del fallecimiento de su esposo, durante el prolongado proceso de su enfermedad. Él padecía insuficiencia renal, y durante sus últimos meses de vida, Paz asumió el rol de cuidadora principal, administrándole varias diálisis al día en casa. Este período fue extremadamente desgastante, ya que fue testigo del progresivo deterioro físico de su esposo: un hombre que había sido alto y robusto, llegando a pesar alrededor de 100 kilos, pero que al final de su vida quedó frágil y muy delgado debido a la enfermedad, la diabetes y la anemia que sufría.

Cuando él falleció, Paz sintió que su mundo se derrumbaba. A pesar de los conflictos que existieron en su relación, él había sido su primer amor y la persona con quien compartió más de cuarenta años de vida. Su duelo se vio además complicado por la falta de apoyo familiar: ninguno de sus hermanos acudió a darle el pésame; uno de ellos asistió a la misa únicamente porque iba a participar con el coro, sin acompañarla realmente.

Con el tiempo, Paz ha comenzado a reconstruir su vida. Actualmente forma parte del Círculo de Reflexión en PILARES, mantiene el contacto con amigas de la secundaria, realiza viajes y se permite tomar decisiones personales que antes no podía, como elegir su ropa o salir con

mayor libertad. Además, encuentra sostén y motivación en sus hijos y en sus cuatro nietos, quienes se han convertido en su principal impulso para seguir adelante.

En estas historias se identifican múltiples similitudes entre los relatos. En primer lugar, destaca la multidimensionalidad del duelo: no se limita únicamente a la muerte de un ser querido, sino que también abarca rupturas amorosas, divorcios, pérdida de salud, cambios familiares o la pérdida de roles significativos (Beatriz, Blue, MC, Paty, Paz). Así, se manifiesta en distintos planos de la vida: emocional, familiar, social y personal, afectando cuerpo, memoria, vínculos y prácticas cotidianas.

Este efecto se refleja en las relaciones y vínculos. La ausencia de figuras centrales —como abuelos, pareja, padres o hermanos— altera la dinámica familiar y social (Beatriz, MC, Paty, Paz). Frente a esta transformación, surge la necesidad de sostener lazos simbólicos o buscar apoyo externo, estrategias que permiten elaborar, atravesar y dar significado a la pérdida (Héctor, Blue, Paz). La ausencia no solo deja un vacío; también moviliza la capacidad de construir nuevas formas de sentido vitales y replantear los vínculos existentes.

A medida que se atraviesan estas experiencias, los relatos muestran un tránsito desde el dolor intenso, la soledad o el shock hacia procesos de resignificación y reconfiguración de la vida (Héctor, MC, Paty). Este recorrido incluye esfuerzos por mantener proyectos, metas personales y relaciones significativas, incluso en medio de la falta y la incertidumbre (Blue, MC, Paz). De esta manera, el duelo se convierte en un motor de transformación, que impulsa a reorganizar la vida y a reconstruir sentido en medio de la pérdida.

Pese a la intensidad de estas experiencias, cada persona encuentra maneras de seguir adelante, elaborar su duelo y resignificar su existencia (Paty, Paz, Beatriz). Este impulso, semejante al esfuerzo constante de Sísifo empujando su roca, atraviesa todos los relatos, mostrando que el duelo no es únicamente sufrimiento, sino también un proceso que interpela, transforma y habilita nuevas formas de presencia y significado.

En síntesis, estas historias evidencian que el duelo se vive en la intersección entre lo individual y lo social, desplegándose en cuerpo, emociones, memoria y relaciones. Cada pérdida —ya sea de personas, proyectos, roles o salud— constituye un proceso vital y transformador, que obliga a reorganizar la vida, reconstruir vínculos y generar sentido frente

al dolor. Su elaboración no ocurre en aislamiento: se desarrolla en el entramado de relaciones familiares, comunitarias y culturales, y se sostiene en espacios de palabra compartida, donde silencios, gestos y escucha colectiva permiten integrar lo perdido.

Así, el duelo se revela como un proceso singular y plural a la vez: singular porque cada biografía y vínculo imprime un recorrido único; plural porque se construye en interacción con otros y en la construcción de significado. En este tránsito, las personas descubren su capacidad de renacer, reconstruirse y sostener la continuidad de su vida, integrando lo perdido sin negarlo, y creando nuevas formas de presencia y sentido en su mundo afectivo y social.

Entre normas y cuidado: el papel de la institución

Los relatos muestran cómo las experiencias de vida están atravesadas por normas, creencias y expectativas construidas en su contexto familiar, educativo y social. A través de la narración, los acontecimientos se organizan y adquieren sentido dentro de su historia personal (Ricoeur, 2004).

En esta sección del análisis veremos las jerarquías, roles de género y formas en que las temáticas emergentes adquieren fuerza. En este ámbito, sus configuraciones permiten entender las herramientas que la sociedad proporciona para lidiar con el dolor, específicamente las pérdidas y los sueños truncados, y cómo, a partir de procesos de moldeamiento y adecuación a la realidad, se generan entramados de entendimiento sobre la propia experiencia.

Para analizar cómo el género atraviesa estas pérdidas y duelos, recurrimos a la comprensión de Ana María Fernández (1993) y su manera de retomar el poder, ya que lo define como “la capacidad de afectar en mayor grado que se es afectado” (Fernández, 1993, p. 240), y se ejerce mediante imposiciones normativas por un Otro (persona, institución o sociedad), lo que Segato (2018) califica como “una expropiación inevitablemente violenta” (p. 19). El deseo no se separa del poder: se convierte en herramienta al servicio de su ejercicio, como en la herida narcisista del complejo de Edipo (Freud, 1924;2003), donde límites impuestos generan sumisión por temor a perder el amor.

Fernández (1993) identifica tres mitos patriarcales que organizan la subjetividad femenina:

- Mujer = Madre: reduce la identidad a reproducción y cuidado incondicional, confinándola al hogar —visible en Paz (cuidadora de esposo enfermo) y Paty (sostén de hermano y padres).
- Pasividad erótica femenina: construye a la mujer como objeto complementario bajo dominación-sumisión —resonante en MC (violencia y reconciliaciones) y Blue (idealización dañina).
- Amor romántico: ata la felicidad a la dependencia de un hombre protector —como en Paz (pérdida del “primer amor”) y Blue (dificultad para soltar).

Estos mitos naturalizan la expropiación de agencia, convirtiendo cuidado y duelo en espacios de violencia simbólica. Sin embargo, en el Círculo surgen fisuras instituyentes: al compartir y cuestionar, las participantes inician un proceso de resignificación de la pérdida al darle sentido y validación.

Desde esta perspectiva, la resistencia se comprende como un movimiento instituyente que emerge en la experiencia grupal, a través del cual las personas participantes cuestionan, fisuran o resignifican los sentidos sociales instituidos sobre el dolor, la pérdida, el cuidado y la vejez, generando nuevas formas de habitar el duelo mediante la palabra, la escucha y el vínculo (Fernández, 1993; Randazzo, 2012; Segato, 2018). En los testimonios analizados, la familia como institución se configura como un espacio en el que la autoridad familiar se articula con dinámicas de control, disciplina y, en algunos casos, violencia. Estas prácticas no sólo expresan relaciones de poder en el ámbito doméstico, sino que también dan cuenta de la reproducción de imaginarios sociales vinculados al género y a la moral familiar.

De acuerdo con Bezanilla y Miranda (2013), el ámbito familiar se organiza a partir de jerarquías relacionales en las que los distintos roles suponen responsabilidades y expectativas diferenciadas. Sin embargo, el análisis de los fragmentos permite observar que dichas jerarquías no operan de manera neutra, sino que se encuentran atravesadas por mandatos de género que configuran formas específicas de ejercicio de la autoridad.

En algunos relatos, estas configuraciones derivan en modalidades de poder poco flexibles, particularmente cuando la figura masculina concentra funciones económicas y simbólicas

asociadas al rol de proveedor. En este sentido, Inda (1996) señala que el varón ha ocupado históricamente una posición privilegiada en la organización social, al concentrar instancias de decisión tanto en el ámbito público —leyes, economía, política— como en el privado, a través del lugar de jefe de familia (p. 220).

No obstante, como advierte Ma. del Rocío Figueroa Varela (2021), estas formas de autoridad no pueden comprenderse únicamente como expresiones de dominación, sino también como el resultado de pedagogías de género que entrenan a los hombres en el control emocional, la autosuficiencia y la negación de la vulnerabilidad. Estos mandatos, al tiempo que sostienen jerarquías familiares, dificultan la expresión del dolor, la negociación afectiva y la elaboración de conflictos y pérdidas.

Estas dinámicas pueden observarse con claridad en los relatos biográficos, donde la autoridad familiar no siempre se expresa mediante la coerción directa, sino a través de mecanismos simbólicos que regulan la conducta y producen posiciones subjetivas específicas. En este sentido, los juicios morales, las valoraciones sobre el “deber ser” y las expectativas ligadas al género y la sexualidad operan como formas eficaces de control y sanción, al interiorizarse en los vínculos familiares. Así, la autoridad se encarna no sólo en quien ocupa una posición jerárquica, sino también en los discursos que legitiman ciertas normas y deslegitiman otras prácticas, configurando experiencias de culpa, falta o adecuación al orden familiar.

En el relato de Beatriz, el abuelo aparece como una figura de autoridad que regula la conducta a través de la sanción moral, haciendo sentir a su hija que había “fallado” por haber tenido una hija fuera del matrimonio. Este caso permite observar cómo la autoridad familiar no sólo opera mediante la imposición directa, sino también a través de juicios que refuerzan jerarquías familiares e ideales normativos sobre lo que se considera aceptable dentro del orden familiar.

“...Mi abuelito, pues, siempre era lo que él decía y sí la reprimió mucho. Incluso cuando ella...mi hermana mayor, pues, nació fuera del matrimonio...entonces sí le hizo sentir...que había fallado y todo eso... Aún de casada, pues, le hacía sentir esa responsabilidad...” (Beatriz, en la historia de vida).

Por su parte, en el testimonio de Héctor se evidencia una dinámica donde la violencia y la sumisión estructuran la relación entre sus padres, mostrando cómo las jerarquías familiares pueden sostenerse mediante relaciones profundamente desiguales. En este sentido, la autoridad no sólo organiza la convivencia, sino que también delimita posiciones de subordinación que configuran los vínculos afectivos.

En el caso de Blue, la figura paterna no asume el rol de proveedor y ejerce violencia, lo que obliga a la madre a asumir el sostenimiento económico. No obstante, en ella también se observa el ejercicio de una autoridad punitiva hacia los hijos, lo que sugiere la reproducción de formas de control internalizadas, evidenciando cómo los imaginarios sociales no sólo se imponen, sino que también se encarnan y se reproducen en las prácticas cotidianas.

“este señor (papá) pues no le daba mucho gasto en realidad y era alcohólico y la maltrataba pues realmente no daba cómo mucho dinero a la casa, entonces mi mamá pues de ahí hacía para darles de comer a mis hermanos” (Blue, en la historia de vida).

Asimismo, en el relato de Paz se identifica una forma de autoridad basada en la coerción y el castigo físico, donde la disciplina se sostiene a través del miedo. Estas prácticas refuerzan la centralidad de la obediencia como valor dentro de la organización familiar, mostrando su operación no sólo como normas implícitas, sino como mecanismos de regulación del comportamiento.

“...Mi mamá nunca tuve la comunicación porque, pues, ella fue muy estricta. Ella era la que nos daba con el palo, luego nos daba permiso de salir, pero nos decía: ‘Si no llegan aquí a las 10 o a las 12, no entran y las voy a estar esperando.’ Y lo dicho, lo hecho: salía con el palo al zaguán. Y dale... a mí no me van a ver la cara” (Paz, en la historia de vida).

En conjunto, los relatos permiten identificar que la familia, en tanto institución, no sólo organiza la convivencia inmediata, sino que funciona como un espacio de socialización primaria donde se internalizan esquemas de autoridad, mandatos e imaginarios sociales que tienden a reproducirse generacionalmente. De este modo, la familia no sólo constituye un ámbito de afecto, sino una estructura fundamental en la configuración del sujeto, en la que se naturalizan prácticas, roles y formas de relación que difícilmente son cuestionadas.

Roles y expectativas normativas dentro de la vida familiar

De acuerdo con Del Valle López (2005) en *Educación Familiar* comenta sobre como desde la familia se educa siempre, de esta manera se entiende que se aprenden normas, valores, formas de crianza dentro de la institución familiar y como es que la familia transmite de generación en generación. “la adquisición y el desarrollo de valores culturales, de actitudes y habilidades” (pp. 26-30)

De esta manera, emergen en los testimonios analizados algo que nombraremos mandatos familiares entendiéndolos como un conjunto de normas, expectativas y exigencias que regulan el comportamiento de los integrantes dentro del sistema familiar. A diferencia de reglas explícitas, estos mandatos operan de manera implícita, a través de discursos cotidianos, comparaciones y formas de interacción que delimitan lo que cada persona “debe ser” y “debe hacer” según su posición dentro de la familia.

En este sentido, los mandatos no funcionan de manera aislada, sino que se articulan con la autoridad familiar, que actúa como el mecanismo que los legitima y los hace operativos en la vida cotidiana. A su vez, estos mandatos se sostienen en imaginarios sociales que definen roles de género, expectativas conyugales y formas de organización familiar que tienden a naturalizarse.

En el caso de Paz, se identifican mandatos vinculados con el cumplimiento de roles tradicionales de género, particularmente en torno a la obligación de atender a la familia, sostener la relación de pareja y asumir la maternidad como un deber. Estas exigencias no solo provienen del núcleo familiar, sino que se refuerzan a través de la familia política donde su valor como mujer es evaluado en función de su capacidad de cuidado y reproducción. De este modo, los mandatos operan como mecanismos de regulación que trascienden el espacio inmediato del hogar y se extiende a otros ámbitos relacionales.

"Eres hija y tienes la obligación de venir a verlos" (Paz, en la historia de vida).

"Mira cómo tu hermana atiende a su marido" (Paz, en la historia de vida).

"Yo oía los comentarios de su familia, más que nada de mi suegro, que decía: 'Esa mujer no te sirve. Déjala, no te sabe dar un hijo, no se sabe cuidar. ¿Qué haces con ella?'" (Paz, en la historia de vida).

Por su parte, en la narrativa de Lucy se observa cómo estas configuraciones se traducen en prácticas de subordinación dentro de la relación de pareja, donde la obediencia aparece como una forma esperada y progresivamente naturalizada de comportamiento. En este sentido, su relato permite identificar el mito de la pasividad erótica femenina (Fernández, 1993), que construye a la mujer como un objeto complementario dentro de una lógica de dominación-sumisión. Desde esta matriz, la posición femenina queda asociada a la disponibilidad, el acatamiento y la regulación del vínculo en torno al deseo, la demanda y la autoridad masculina.

“Como dice la señora, lo que decía él era lo que tenía que hacer y mientras estuvimos solos yo acataba todas sus órdenes...” (Lucy, en la sesión).

Esto da cuenta de cómo esta lógica no solo organiza la dinámica vincular, sino que es asumida internamente. La obediencia no aparece vivida como imposición externa, sino como parte de un orden relacional centrado en el varón que orienta sus prácticas y delimita lo posible dentro del vínculo. En este sentido, siguiendo a Rodríguez (2019) y en diálogo con Castoriadis, estas configuraciones pueden comprenderse como efecto de significaciones imaginarias sociales que instituyen lo que se considera natural, válido y esperable en las relaciones.

De este modo, la internalización del mito evidencia que las relaciones de poder no sólo se ejercen desde el exterior, sino que son incorporadas por los propios sujetos, configurando modos de vínculo que se perciben como naturales. Así, la subordinación no se sostiene únicamente por la coerción, sino también por su inscripción en un orden simbólico que legitima la centralidad masculina y ubica a la mujer en una posición subordinada, dificultando su cuestionamiento.

En la historia de Paty, se hacen visibles relaciones familiares que se expresan a través de restricciones a su autonomía, particularmente en relación con el trabajo. La negativa del padre a permitirle trabajar pone en evidencia un mandato de género que asocia al hombre con la provisión económica y a la mujer con el ámbito doméstico. Asimismo, se observa como estos mandatos se sostienen incluso en contextos de vulnerabilidad, como el estado

de salud de la madre, lo que refuerza su carácter normativo y por consiguiente poco cuestionado.

“Mi papá era exigente y veía que mi mamá venía con su bastón, apenas podía, y quería que lo atendiera” (Paty, en la historia de vida).

“Mi mamá le comentó: ‘Paty va a trabajar’ y le dijo: ‘No, si la va a poner a trabajar que me la regrese; si no la puede mantener, que me la regrese’” (Paty, en la historia de vida).

En conjunto, los relatos permiten observar que la familia no sólo opera como un espacio de afecto, sino también como un ámbito de regulación social donde se producen y sostienen desigualdades, especialmente en función del género. A través de estos mandatos, se configuran roles, responsabilidades y formas de relación que tienden a reproducir estructuras jerárquicas y expectativas normativas dentro de la vida familiar.

Educación familiar: entre el cuidado y la disciplina

En las narrativas de vida, la educación no aparece únicamente vinculada al espacio escolar, sino como un proceso que se desarrolla dentro del ámbito familiar, en tanto institución de socialización primaria. A través de prácticas cotidianas, normas y formas de relación, la familia se convierte en uno de los primeros espacios donde los sujetos aprenden a comportarse, a vincularse con los otros y a interpretar lo que se considera correcto o incorrecto dentro de su entorno social. En este sentido, la educación desde la casa no sólo implica la transmisión de valores, sino que se articula con la autoridad y los mandatos familiares, funcionando como un mecanismo de regulación que orienta la conducta y configura formas de relación desde edades tempranas.

Como ha mencionado Worden (2004) las figuras familiares y los vínculos tempranos son fundamentales en la estructuración psíquica, influyendo de forma duradera en cómo la persona se percibe a sí misma y se relaciona con los demás.

En algunos relatos, la educación se expresa como una forma de control y restricción de la autonomía, particularmente en lo que respecta a la regulación de vínculos y decisiones personales. El testimonio de Paty evidencia cómo la figura paterna limitaba sus relaciones sociales y su libertad de acción:

“A nosotros nos dieron una educación tan estricta que yo no tuve amigas, amigos; este, por mi papá no me dejaba, mi marido fue el único novio que tuve porque a mí no me dejaban salir. En una ocasión, una amiga me fue a visitar y llegó mi papá, me dijo: ‘¿Qué, no tienes que hacer? Métete’...” (Paty, en la sesión).

En este sentido y en diálogo con lo que se ha mencionado con del poder, el fragmento muestra cómo la educación familiar se articula con estas dinámicas: la autoridad paterna no solo regula la conducta, sino que, a través de prácticas de vigilancia y restricción, limita la construcción de vínculos sociales y la autonomía personal, delimitando las experiencias posibles y configurando relaciones basadas en la obediencia y el control.

Asimismo, la educación dentro del hogar también se expresa en las formas de trato y comunicación entre sus integrantes, donde pueden emerger dinámicas de desvalorización y jerarquización. En este sentido, algunos relatos evidencian cómo el lenguaje se convierte en un medio de reproducción de relaciones de poder:

“Mi mamá no sabía leer y él toda la vida: ‘Eres una inepta, un burro.’ Entonces yo le decía a mi hermano: ‘Papá le habla mal a mi mamá...’” (Paty, en la sesión).

A partir de este testimonio, se observa cómo las formas de comunicación dentro del entorno familiar contribuyen a normalizar prácticas de desvalorización y jerarquización, en las que el desprecio y la descalificación se integran a la vida cotidiana como modos legítimos de relación. Estas dinámicas no siempre se viven como violencia explícita, sino que se inscriben de manera sutil en el lenguaje, en los gestos y en las interacciones repetidas, produciendo efectos profundos en la construcción de la subjetividad.

Desde esta perspectiva, las relaciones de poder no operan únicamente mediante la imposición directa, sino a través de mecanismos simbólicos que llevan a los sujetos a interiorizar dichas formas de trato como “naturales” o inevitables. De este modo, las jerarquías familiares se reproducen sin necesidad de coerción constante, ya que las personas aprenden a ubicarse en posiciones de subordinación o autoridad como parte del orden cotidiano, dificultando el cuestionamiento de estas relaciones y reforzando su permanencia a lo largo del tiempo.

Por otro lado, los relatos también muestran cómo la educación familiar influye en la reproducción de formas de relación en la vida adulta. En particular, se observa la transmisión de roles de género que posteriormente se replican en otros vínculos:

“Entonces, es la educación que los padres les transmiten a sus hijos, porque, pues, mi esposo era un machista muy estricto...” (Paty, en la sesión).

Este fragmento permite observar cómo ciertos mandatos familiares —especialmente aquellos vinculados al género— se inscriben tempranamente en la subjetividad y operan como marcos de referencia para interpretar y organizar las relaciones posteriores.

En este sentido, los aprendizajes adquiridos en la infancia no permanecen confinados a esa etapa del ciclo vital, sino que se proyectan a lo largo de la vida, configurando modos de vinculación que tienden a reproducirse de manera automática. Así, las formas de relación no siempre emergen como decisiones conscientes, sino como efectos de un proceso de socialización temprana que moldea expectativas, prácticas y posiciones subjetivas frente al otro.

De este modo, la educación familiar se revela como un dispositivo central en la producción y reproducción de imaginarios sociales, particularmente aquellos relacionados con el género, el poder y el cuidado. Sin embargo, como se observa en el espacio grupal, estos sentidos instituidos pueden ser interrogados y resignificados cuando encuentran un lugar donde ser nombrados, compartidos y puestos en reflexión colectiva.

Finalmente, algunos testimonios refieren a formas de crianza basadas en el miedo y la disciplina, lo que permite observar cómo estas estrategias educativas influyen en la manera en que los sujetos interpretan su entorno y se posicionan frente a las normas sociales:

“Algunas personas nos criaban o nos informaban con miedo... es el entorno, cómo nos crían” (Paty, en la sesión).

Desde esta perspectiva, la crianza puede pensarse como un proceso que no solo regula comportamientos, sino que participa activamente en la formación de los modos de pensar, sentir y significar la realidad. En el entramado de los vínculos familiares y de las prácticas cotidianas, las personas incorporan sentidos, normas y narrativas que orientan su forma de comprender el mundo y de situarse en él. Así, el espacio familiar se constituye como un

escenario privilegiado donde se transmiten imaginarios sociales y se construyen interpretaciones que dejan huella en la experiencia subjetiva.

Estos elementos permiten comprender que la educación familiar constituye un proceso continuo mediante el cual se transmiten no sólo normas y valores, sino también formas de relación y estructuras de sentido que acompañan a los sujetos a lo largo de su vida.

Imaginario: Normas invisibles: sentidos compartidos en lo social

En las narrativas analizadas no sólo emergen experiencias individuales, sino también formas en las que los sujetos interpretan, reproducen y, en algunos casos, cuestionan normas sociales, expectativas culturales y modelos de comportamiento que regulan la vida colectiva. A través de sus relatos, los participantes no se limitan a describir vivencias, sino que ponen en evidencia la presencia de marcos simbólicos que orientan la manera en que hombres y mujeres deben actuar, relacionarse y expresar sus emociones dentro de determinados contextos sociales.

En este sentido, los imaginarios sociales operan como estructuras de sentido que configuran lo que se considera adecuado, legítimo o esperado, influyendo tanto en la vida cotidiana como en la forma en que los sujetos interpretan su propia experiencia (Randazzo, 2012).

Algunos fragmentos permiten observar cómo estas regulaciones se inscriben en el cuerpo, la apariencia y la conducta cotidiana, particularmente en relación con los roles de género.

En el relato de Héctor, esta lógica se expresa de manera explícita:

“...desde que me casé: ‘Yo le voy a decir una cosa. Yo, como no quiero verte a las 11 de la mañana saliendo en chanclas con las pantuflotas de león, si ni toda despeinada... tú eres la etiqueta de la casa. Si yo vengo mugroso, es por mi trabajo’ (Héctor, en la historia de vida).

Este fragmento no sólo remite a una experiencia individual, sino que configura un imaginario en el que la mujer funciona como portadora de la imagen pública del hogar, depositando en ella una responsabilidad simbólica que trasciende el ámbito privado. De esta manera, para Fernández (1993) se comprende que *la mujer de la ilusión* habita el lugar del objeto de deseo, donde “ser bella” equivale a “ser valiosa”. Esta exigencia crea una realidad estética estandarizada, por lo tanto, el cuerpo femenino deviene de un espacio de regulación social

y de consumo donde se articulan diversas expectativas sobre la apariencia, la moral y la representación familiar.

Asimismo, en las narrativas aparece el reconocimiento de que estas formas de regulación no operan de manera aislada, sino que se sostienen en marcos normativos más amplios que organizan la vida en sociedad. Esto se observa cuando se señala:

“...y nosotros como sociedad, o sea, tenemos una libre expresión, una libertad de hacer las cosas, pero, hay normas y hay reglamentos, hay leyes...” (Héctor, en la sesión).

Aquí se hace evidente que la experiencia individual se encuentra enmarcada dentro de un sistema de reglas que delimita las posibilidades de acción, mostrando cómo la libertad se articula constantemente con mecanismos de regulación social.

En esta misma línea, varios testimonios evidencian la presencia del machismo como un elemento central en la configuración de los roles de género. Estas formas de organización no sólo asignan funciones diferenciadas, sino que también legitiman ciertas prácticas dentro de la vida cotidiana:

“...Entonces eres el machismo que nosotros no entras a la cocina, no lavas, no cocinas, nada de nada, ¿no? ¿Por qué? Porque ustedes bien macho” (Héctor, en la sesión).

Este tipo de discursos pone de manifiesto cómo los imaginarios sociales no sólo describen la realidad, sino que producen y sostienen formas específicas de relación, estableciendo límites claros sobre lo que corresponde o no a cada género.

Sin embargo, estos imaginarios no sólo regulan las prácticas visibles, sino también las formas en que los sujetos experimentan y expresan su mundo emocional. En este sentido, algunos relatos muestran cómo los mandatos de género influyen en la construcción de la masculinidad:

“El hombre también tiene sentimientos, nada más que como nos criaron machistas... nos aguantamos, pero también tenemos sentimientos y no podemos llorar con los compañeros...” (Héctor, en la historia de vida).

Este fragmento permite observar cómo la regulación social no sólo opera a nivel conductual, sino también a nivel afectivo, limitando las formas legítimas de expresión emocional y configurando identidades atravesadas por la contención y el silencio.

Por otro lado, las narrativas también evidencian la dimensión colectiva de estos imaginarios, particularmente en la influencia que ejerce la mirada social sobre las decisiones individuales:

“Es que muchas veces nos dejamos guiar por los criterios que diga la gente”.

Aquí se pone en juego la presencia de un otro social que funciona como referente de validación, reforzando la internalización de normas y contribuyendo a su reproducción dentro de la vida cotidiana.

En esta misma dirección, algunos testimonios hacen explícita la manera en que estas prácticas llegan a naturalizarse:

“...se normalizaba el machismo” (Beatriz, en la historia de vida).

Lo anterior muestra cómo ciertos esquemas de relación, al repetirse de manera constante, adquieren un carácter de normalidad que dificulta su cuestionamiento, integrándose como parte del orden social.

No obstante, también emergen elementos de tensión que evidencian que estos imaginarios no son estáticos, sino que se encuentran en constante disputa:

“cuando uno quiere romper todo eso, pues viene la resistencia” (Beatriz, en la historia de vida).

Este último fragmento permite identificar la presencia de procesos de cambio que, aunque posibles, se enfrentan a mecanismos de resistencia que buscan preservar el orden establecido.

En conjunto, los testimonios analizados permiten comprender que los imaginarios sociales no sólo orientan el comportamiento, sino que configuran formas de percibir, sentir y habitar el mundo social. A través de estos se articulan normas, valores y expectativas que, al mismo tiempo que regulan la vida cotidiana, también abren espacios de tensión donde pueden surgir procesos de cuestionamiento y transformación. En este caso, los imaginarios sociales se trabajan como una categoría de análisis que permite entender los significados compartidos en torno al duelo y las formas en que estos se construyen y transforman dentro del espacio grupal.

El grupo como tejido de vínculos y significados

Antes de dar inicio al presente análisis, resulta necesario establecer una precisión conceptual: a lo largo de este trabajo, la noción de “Círculo de Reflexión” será utilizada para referir al Círculo de Duelo, entendido como el grupo constituido por sus miembros.

Realizada esta aclaración, se señala que, durante el trabajo de campo, dicho Círculo fue inicialmente conceptualizado como un dispositivo grupal, en articulación con la perspectiva teórica de Margarita Baz (1999). En este sentido, el grupo no se limita a la mera reunión de sus integrantes, sino que opera como un espacio de intervención en el que, a partir de la interacción, se producen, sostienen y transforman subjetividades.

A partir de ello, se identifican diversas expresiones que dan cuenta de cómo la participación en el grupo incide en la manera en que las personas se perciben a sí mismas y se relacionan con los otros, favoreciendo un ambiente de confianza y apertura. Esto puede observarse en fragmentos como:

“...es que siento yo en el grupo, más seguro...” (Héctor, en la sesión).

“No te preocupes tú. Estamos en confianza. Para eso estamos” (Paty, en la sesión).

“...no me juzgaron en el aspecto de que como siempre les digo, o sea, iba a otros lugares o así y era...como que lo mío no lo toman como importante...otras personas tuvieron una pérdida física de sus familiares, de sus seres queridos y pues yo no fue física, pero sí no me tiene, para mí fue está siendo dolorosa, ¿no?” (Blue, en la sesión).

“No me juzgaron...” (Blue, en sesión).

Asimismo, el grupo fue pensado como un nudo, en el sentido propuesto por Ana María Fernández. Desde esta perspectiva, el nudo alude a la articulación y condensación de múltiples dimensiones —afectos, significaciones, identificaciones e historias— que se entrelazan en la dinámica grupal, configurando una trama compleja en permanente movimiento.

Esto se hace visible en el Círculo de Reflexión, donde convergen distintas experiencias, emociones y formas de afrontar la vida, como se observa en las siguientes expresiones:

“Pero cada quien, cada quien sabe cómo llevar sus duelos, cómo sus sentimientos y cómo se fortalecen” (Héctor, en la sesión).

“Sí para compartir cada quien su experiencia. Lo que me ha pasado o cómo ha vivido sus procesos” (Blue, en la sesión).

“yo pensé que yo era la única que a mí me pasaban cosas y escuchando ahora las prácticas de las versiones de las compañeras y todo, me doy cuenta de que no, pues ahora sí que todos de un modo o de otro todos vivimos nuestra vida, sufrimos” (Paz, historia de vida).

En este marco, durante el trabajo de campo se observó que dentro del grupo no solo se generan relaciones de convivencia, sino también lazos cercanos basados en la confianza, la amistad y el apoyo mutuo. En algunos casos, estos vínculos incluso trascienden el espacio grupal, como ocurre con el vínculo amoroso entre Héctor y MC, lo que evidencia que el dispositivo también posibilita la construcción de relaciones más íntimas.

En este sentido, el vínculo puede entenderse como aquello que une y sostiene a los sujetos, en tanto se construye en la interacción y adquiere consistencia en el encuentro con otros. Desde esta perspectiva, y en sintonía con lo que plantea Fernández (2002), el vínculo no se reduce a una relación entre individuos, sino que implica una trama de sentidos, afectos y posiciones que se configuran en lo compartido. Así, a lo largo de la participación en el Círculo de Duelo, se fueron configurando relaciones significativas, en las que no solo los participantes establecieron lazos entre sí, sino que también el equipo coordinador formó parte de esta trama vincular. Esto se puede visualizar en los siguientes fragmentos:

“Nunca pensé tener amigas tan jovencitas... tanto ustedes aprendieron de nosotros, como nosotros de ustedes” (Paty, en la sesión).

“y confianza que nos dan los jóvenes. Yo a la tercera edad y la confianza que nos dan todos. La amistad tan bonita que hemos hecho” (Paty, en la sesión).

“Ahorita somos comadres y compadres” (Héctor, en la sesión).

“Ustedes cada uno de ustedes hicieron una comunidad que somos nosotros... al menos ya formaron una comunidad bien sana, bien amistosa que somos nosotros (Héctor en la sesión).

“Cada día pues sí, encuentras algo bonito. Y si me preguntan ya encontraste algo bonito, sí, ya lo encontré. Gracias a ustedes eh” (Héctor, en la sesión).

“O sea, ustedes nos transmiten la alegría de la juventud. Al menos en mi papel, yo como mi caso, me siento ahora sí que orgullosa de haberlos conocido. Y que toda su alegría, su juventud, no la transmiten a nosotros” (Paz, en la sesión).

“En ese espacio me di la oportunidad y pues esa amistad hizo un vínculo con todos” (Blue, en la sesión).

“...Este grupo que se ha creado, pues sí, ya de tanto compañerismo y amistad. Y pues también fue grato conocerlas a ustedes y pues qué bueno que nos, la vida o el destino nos dio esa oportunidad de estar en ese grupo” (Beatriz en la historia de vida).

Además de la construcción de vínculos, durante las sesiones también se hizo evidente la importancia de la escucha dentro del espacio. La escucha activa implicó prestar atención a

la otra persona para comprender no solo lo que decía, sino también lo que sentía, en la medida en que supone una disposición a comprender la experiencia del otro desde una perspectiva empática (Ariste Mur, s. f.).

En este sentido, no se trata únicamente de escuchar para responder, sino de hacerlo para comprender, lo que favorece la interacción grupal y permite que las personas se sientan validadas sin ser juzgadas, generando así un ambiente de confianza y apertura. Esto se refleja en expresiones como:

“No se discrimina” (Blue, en la sesión).

“Son muy pocos los espacios que hay. Entonces sí como dice Bety fomenten más estos espacios...Que no te juzguen” (Blue, en la sesión).

“Te escuchamos” (Héctor, en la sesión).

“Este año ya que estoy aquí en psicología con el profe Fer, me ha servido de mucho porque me he desahogado, porque he sacado todo lo que traía acumulado porque siempre hace falta desahogarte y sacar todo lo que traes aquí acumulado” (Paz, en la historia de vida).

“Me gusta porque platicamos. Nos desahogamos, nos ayudamos” (Paty, en la sesión).

En síntesis, el Círculo de Duelo se configura como un dispositivo grupal que trasciende la mera reunión de sujetos, constituyéndose como un espacio de producción y transformación de subjetividades. A través de la interacción, la escucha y el compartir experiencias, los participantes no solo elaboran sus procesos de duelo, sino que también reconfiguran la manera en que se perciben a sí mismos y a los otros.

Asimismo, al pensarse como un nudo, el grupo permite comprender la complejidad de la trama vincular que se teje en su interior, donde afectos, historias y significaciones se entrelazan, dando lugar a un espacio dinámico en constante movimiento. En este entramado, los vínculos adquieren un papel central, en tanto sostienen a los sujetos y posibilitan la construcción de relaciones basadas en la confianza, la empatía y el reconocimiento mutuo.

En este sentido, la escucha activa emerge como una condición fundamental del dispositivo, ya que no solo habilita la expresión de las experiencias individuales, sino que también genera un espacio donde estas pueden ser validadas sin juicio, favoreciendo así la construcción de un ambiente seguro. Esto resulta particularmente significativo en contextos donde los espacios para la expresión emocional son limitados.

De este modo, el Círculo de Duelo no solo opera como un lugar para compartir el dolor, sino como un espacio de sostén colectivo en el que los participantes transitan de experiencias de aislamiento hacia la construcción de un “nosotros”. Así, el grupo se constituye como una comunidad que no solo acompaña el duelo, sino que también produce formas de estar con otros, donde el reconocimiento, la escucha y el vínculo se vuelven elementos fundamentales para la elaboración de la experiencia.

La vejez como territorio de memoria y cambio

A continuación, abordaremos la categoría de análisis de vejez, con el propósito de explorar cómo se comprende y se experimenta esta etapa de la vida desde la experiencia de nuestros participantes. Su abordaje como equipo nos resultó importante para nuestra investigación, ya que la mayoría de la población estuvo conformada por personas adultas mayores. De este modo, se identificó que la vejez se presentaba constantemente a lo largo de las sesiones grupales, tanto de forma explícita como implícita, lo que reforzó su relevancia como eje central en nuestro análisis.

En primera instancia queremos retomar la distinción que plantea Aldana *et. al.* (2003) entre envejecimiento y vejez: el primero es un proceso gradual a lo largo de la vida, mientras que la vejez corresponde a una etapa socialmente delimitada, generalmente situada alrededor de los sesenta años en el contexto mexicano. Por ello, se consideraron únicamente los fragmentos de los participantes mayores de 60 años (MC, Paty, Héctor y Paz), cuyas narrativas permiten observar cómo esta etapa se experimenta a partir de los vínculos familiares, la identidad personal, los cambios generacionales y la percepción del propio lugar en la sociedad.

Desde la perspectiva socio constructivista, Aldana *et. al.* (2003) plantea que la vejez no tiene un significado único, sino que se construye socialmente a partir de discursos y representaciones culturales sobre lo que implica ser una persona mayor.

En las narrativas del grupo se mencionaron los siguientes:

“¿qué va a decir la gente si me ven en bailes, si me ven en fiestas?” (Paz, sesión grupal).

“yo veía toda la juventud y decía: ¿qué hago yo aquí? Yo no soy yo” (Paz, sesión grupal).

“Los chicos después del 2000 empiezan a crecer con eso, con el teléfono, con el celular, el iPhone, la Tablet, la computadora, ¿está mal? no, están creciendo con eso, ¿estamos mal? no, nosotros opinamos de esta manera porque ya somos adultos, ya vemos la vida de otra manera” (Héctor, sesión grupal).

“¿Los jóvenes están mal? No, están bien. Están creciendo con eso. ¿Pero qué pasa? Pues que ciertos han perdido ese respeto que antes nos hacían” (Héctor, sesión grupal).

En el caso de Paz, aparece una preocupación por la mirada de los otros y por la adecuación de su presencia en actividades asociadas con la juventud, lo que evidencia cómo algunos contextos se perciben socialmente como propios de determinadas etapas de la vida. Por su parte, Héctor reflexiona sobre las diferencias entre generaciones, especialmente en relación con los cambios tecnológicos y las formas actuales de convivencia, lo que le permite interpretar transformaciones en las normas de respeto y en las relaciones entre jóvenes y adultos.

En conjunto, estos relatos muestran cómo estos imaginarios influyen en la manera en que los participantes interpretan su propia experiencia de la edad y su lugar dentro de ciertos espacios sociales.

Desde la teoría psicosocial, Erikson (1968) plantea que la vejez corresponde al estadio de integridad versus desesperación, momento en el que las personas tienden a revisar su trayectoria vital. La integridad implica aceptar la propia vida como un ciclo completo, mientras que la desesperación puede surgir cuando se percibe falta de sentido o de reconocimiento en esta etapa.

En las narrativas del grupo se observan ambas dimensiones:

“En mis metas está mi familia [...] las alegrías, las decepciones, las instituciones, todo lo que uno vive. Te enseñas a ser autónoma, tienes hijos que son los frutos [...] esos hijos también tienen que saber aprovechar la vida [...] uno tiene que enseñarse a ser independiente [...] lograr ser una buena persona para que ese árbol siga adelante [...] Llegará el tiempo en que algún día se le caigan los frutos” (Paz, sesión grupal).

“Perdónenme por todo el daño que les hice... Ahora abrazo a mis hijos, los beso, les digo que los quiero...” (MC, historia de vida).

“Es feo para uno vivirlo porque pues te sientes como una carga ¿no? ya como que qué hago aquí o sea ya nadie me ven, ya nadie me procura, tú mismo estas pidiendo y pensando que ya llegué la muerte” (Paz, sesión grupal).

“Se va uno haciendo la idea de que no vas a recibir ayuda de nadie” (MC, historia de vida).

Paz y MC reflexionan sobre su vida y sus vínculos familiares, reconociendo experiencias pasadas, aprendizajes y el valor de la familia en su trayectoria. Esto muestra un proceso de integración de la propia historia, donde las experiencias vividas adquieren significado en el presente. Sin embargo, en sus discursos también aparecen preocupaciones relacionadas con la falta de apoyo, el sentirse una carga o la pérdida de reconocimiento. De esta manera, las narrativas reflejan la tensión entre la aceptación de la propia vida y las inquietudes sobre el lugar que se ocupa en la vejez, tal como lo plantea Erikson.

En las narrativas también observamos lo que plantea Fernández Ferman (2004) sobre la vejez como un momento en el que el sujeto vuelve sobre su historia personal y reorganiza su biografía a partir de la memoria, reinterpretando el pasado y otorgándole nuevos sentidos en el presente.

Con esto interpretamos que Paz destaca la construcción simbólica de su historia al representar la vida como un árbol que produce frutos, lo que sugiere una mirada reflexiva sobre el legado y el papel dentro de la familia.

Mientras que por otro lado MC menciona:

“Perdónenme por todo el daño que les hice... Ahora abrazo a mis hijos, los beso, les digo que los quiero...” (MC, historia de vida).

“Ya no me quiero dejar. Lo que no me parezca lo voy a expresar” (MC, historia de vida).

Lo cual muestra con claridad un proceso de resignificación de las relaciones familiares al reconocer errores del pasado y expresar una forma distinta de vincularse con sus hijos en el presente.

En conjunto, las narrativas analizadas permiten observar que la vejez se vive como una etapa en la que las personas reflexionan sobre su trayectoria de vida, reinterpretan sus experiencias y dan nuevos significados a sus vínculos familiares y a su lugar dentro de la sociedad. A partir de sus relatos también se evidencian las influencias de los imaginarios sociales sobre la edad y los cambios generacionales, los cuales forman parte de la manera en que los participantes comprenden y experimentan esta etapa de la vida.

La vejez adquiere un significado importante en nuestra investigación al mostrar los duelos que específicamente esta etapa conlleva, los cuales los participantes compartieron y

abordaron de manera constante. Asimismo, nos resulta relevante visibilizar esta etapa de la vida, reconociéndola como valiosa y no menos importante, frente a una sociedad que tiende a invisibilizarla.

El Círculo de Duelo como un espacio donde aquello silenciado encuentra rumbo y sentido

A partir del conjunto de análisis realizados —sobre el duelo, las emociones, las trayectorias biográficas, las dinámicas grupales, la escucha activa, los micro relatos y los imaginarios sociales que atraviesan a las personas adultas mayores— se vuelve posible articular una lectura más amplia del lugar que el Círculo de Duelo ocupa dentro de la experiencia subjetiva de quienes participan en él.

En efecto, las conclusiones parciales permiten observar que el Círculo no solo funciona como un taller o un espacio de acompañamiento emocional, sino que opera como un territorio simbólico que suspende momentáneamente las lógicas normativas del afuera. En este espacio, el duelo deja de ser un asunto privado o silenciado para convertirse en una experiencia compartida, legitimada y resignificada en interacción con otros. Las narrativas recuperadas muestran que el grupo habilita modos de expresión emocional que, por fuera de él, serían vistos como inapropiados, excesivos o socialmente incómodos. Allí, llorar no es signo de debilidad, sino de reconocimiento; recordar no es obstáculo, sino vía; detenerse no es retroceso, sino parte del proceso.

Asimismo, las dinámicas grupales analizadas evidencian que el Círculo produce subjetividad: las historias no solo se cuentan, sino que se transforman; la memoria no solo se recupera, sino que se reorganiza colectivamente; las emociones no solo se expresan, sino que encuentran eco y resonancia en los cuerpos y las palabras de los demás. El grupo opera como un dispositivo de reconfiguración simbólica, donde las experiencias de pérdida adquieren nuevos sentidos que no surgirían en soledad.

Otro elemento central derivado del análisis es la manera en que el Círculo altera temporalidades. El tiempo lineal, orientado a la productividad y al mandato de “seguir adelante”, se ve interrumpido por un tiempo circular, marcado por el retorno de los recuerdos, el vaivén de las emociones y la convivencia entre pasado y presente. En cada

sesión coexisten simultáneamente la presencia del grupo y la presencia simbólica de quienes ya no están. Esta coexistencia de mundos —la vida cotidiana y el territorio de la ausencia— constituye uno de los rasgos de mayor impacto en el espacio.

Igualmente, el análisis mostró cómo el cuerpo adquiere una relevancia especial: tiembla, suspira, llora, sostiene, es sostenido. Los cuerpos son vehículos de sentido y participan en la construcción del espacio emocional y simbólico. A través de ellos, la ausencia se vuelve tangible y el dolor encuentra vías de expresión que la palabra a veces no alcanza.

Finalmente, las microrelaciones de poder observadas —quién habla, quién escucha, cómo se legitima el saber y cómo circulan las emociones— no reprimen la experiencia, sino que la estructuran y la sostienen. Permiten que el grupo no sea una suma de singularidades, sino un entramado que habilita procesos de resignificación colectiva.

En conjunto, todos estos elementos —la suspensión de normas, la reorganización simbólica, la temporalidad alterada, la centralidad del cuerpo, la construcción de memoria colectiva y la circulación productiva del poder— permiten articular un argumento sólido: el Círculo de Duelo funciona como una heterotopía, un “otro lugar” donde el duelo se vuelve habitable de un modo distinto.

Epílogo

Reflexión colectiva

La implicación subjetiva en el campo

Nuestra presencia en el PILARES José Revueltas, en el Círculo de Duelo, no ocurrió desde una observación neutral o externa, sino a través de una disposición habitada por la reflexividad y el encuentro con el otro. El acercamiento a las historias de vida de las y los participantes permitió reconocer que las experiencias de pérdida no son eventos aislados, sino que atraviesan las trayectorias personales en múltiples dimensiones, revelando que el duelo es como ese hilo que borda la ausencia en la vida de cada ser humano.

Al escuchar estas narrativas, nos descubrimos en un ejercicio de espejeo: sus pérdidas resonaban en nuestros propios duelos, permitiendo que aquello que permanecía silenciado

en nosotros descifrando nuestra propia herida a través de su palabra. Esta experiencia fracturó nuestra posición de supuesta neutralidad, revelando a través de la dinámica grupal de Margarita Baz (1993) que como investigadores no solo observamos un fenómeno, sino la subjetividad de cada una, uno de nosotros está implicada en el vínculo. Comprendimos que el duelo no es lineal ni estático; es una experiencia singular, profundamente contextualizada y marcada por las relaciones que definen la vida.

El grupo como espacio de resistencia

En este proceso, comprendimos la potencia instituyente de sostener un espacio libre de juicios. El círculo, dentro del marco comunitario del PILARES, se configuró como una heterotopía, concepto de Foucault (1984) para nombrar esos "lugares otros" que abren formas de relación y expresión silenciadas en la estructura social rígida. En esta apertura, emergieron narrativas simultáneas sobre la cotidianeidad, el deseo, el amor y la memoria, permitiendo que el duelo dejara de vivirse desde la soledad para abrirse a una dimensión colectiva, donde la fragilidad es reconocida y sostenida por el otro.

Entre espejos y resonancias

A la par, este recorrido también nos implicó como equipo, en tanto el encuentro generó resonancias que transformaron nuestra manera de situarnos en la experiencia. Así, la intervención se configuró como un punto de convergencia entre ambos grupos, donde se fue construyendo un espacio compartido de encuentro y reconocimiento. Más que ofrecer un cierre definitivo, este trabajo abre la posibilidad de seguir pensando el duelo como un proceso en constante construcción, atravesado tanto por lo individual como por lo colectivo.

Horizontes que nos gustaría explorar

En este recorrido, emergieron otras interrogantes que creemos convenientes que se continúe una línea de investigación como la dimensión territorial y el acceso simbólico a como la configuración del territorio que rodea a los centros PILARES, específicamente el espacio donde realizamos nuestra investigación. Resulta relevante cuestionar sobre esas barreras físicas, pero sobre todo simbólicas y sociales que operan en la periferia, impidiendo

que la comunidad se apropie plenamente de estos espacios comunitarios. ¿Por qué aun siendo lugares de acceso gratuito no acuden las personas?

Nuestro proyecto de investigación resaltó una temática de género. Siendo en su mayoría mujeres que acudieron al círculo de duelo y un solo hombre; resultó relevante cuestionar esas ausencias y resistencias de género ¿qué configuraciones de la masculinidad tradicional impiden que los hombres se acerquen a estos círculos? Y así comprender cómo intervienen los mandatos de resistencia y silencio en la población masculina.

A través de nuestra investigación tuvimos unas aproximaciones de cómo se vive el duelo desde la masculinidad, sin embargo, por ser en mayoría mujeres, nos acercamos a una noción más profunda sobre las narrativas desde la mujer, pero la presencia de un varón en nuestra investigación fue punto de contraste y aproximación a esos mandatos que regulan las emociones y el proceso de duelo tras una pérdida.

Así mismo consideramos necesario desplazar la mirada hacia aquellas pérdidas suelen quedar invisibilizadas, nos referimos a esos duelos que se entrelazan en todas las etapas de la vida, la pérdida de salud, despojo, del territorio o la propia autonomía. Estas muertes simbólicas a veces silenciadas también reclaman su voz para ser nombradas.

¿Será posible proyectar estos espacios comunitarios como utopías reales, escenarios donde el desaprendizaje de los mandatos masculinos permita que la vulnerabilidad rompa su silencio y por fin aquello latente como las propias pérdidas encuentren su lugar en la palabra?

La fragilidad como fuerza instituyente

Finalmente, este vínculo se configuró como un ejercicio de cuidado colectivo. La red de apoyo observada se volvió la estructura interna que nos permitió transformar la experiencia sensible en conocimiento compartido. Siguiendo a Baz, comprendimos que el grupo es el lugar donde la fragilidad individual se articula en fuerza colectiva. Al final, aquellos que íbamos a "estudiar" terminaron por enseñarnos que cuidar de la vulnerabilidad ajena es, esencialmente, la única forma humana de aprender a cuidar de nosotros mismos.

En este ciclo de acompañamiento y memoria en el espacio compartido de José Revueltas, nos queda una última reflexión ¿Y si, al final, el duelo solo fue un pretexto para reencontrarnos?

Reflexiones individuales

Adbeel:

A lo largo de esta investigación, el tema del duelo no solo fue un objeto de estudio académico, sino también una experiencia profundamente personal que removi6 aspectos significativos de mi historia de vida. Haber atravesado la pérdida de seres queridos, especialmente la de mi mamá a causa del cáncer, marcó un antes y un después en mi manera de entender la vida y los vínculos. Este proceso, aunque doloroso, dejó huellas que hoy reconozco como parte de mi construcción personal y profesional.

Resulta significativo para mí reconocer que, en medio de ese proceso de duelo, hubo dos elementos que funcionaron como sostén: el ingreso a la universidad y mi participación en un grupo de reflexión en PILARES cerca de mi casa.

Ambos espacios me ayudaron mucho en mi proceso de duelo, ya que no solo me dieron contención, sino que también me permitieron distraerme, reflexionar y escuchar a otras personas, lo cual fue muy importante para mí en ese momento.

Esta investigación y los temas que abordamos fueron una forma de confrontarme con procesos que han sido complicados para mí, pero al mismo tiempo me hace muy feliz haber podido vivir y aprender a profundidad todo lo que trabajamos. Haber conocido a los participantes y poder conectar con ellos fue algo muy significativo, porque me permitió acercarme a sus historias, conocer un poco de su dolor y también empatizar e imaginar todo lo que han vivido.

Se me hizo muy interesante ver que el grupo no solo hablaba de duelo, sino que también surgían otras narrativas que, en lo personal, me parecieron muy importantes de escuchar e imaginar. Eso hizo que la experiencia fuera mucho más rica y que pudiera entender que el duelo no es lo único que atraviesa a las personas, sino que hay muchas otras historias que también necesitan ser contadas.

Me quedo muy satisfecha con toda esta experiencia y muy agradecida por todo lo que me dejó. A mi mamá, por motivarme a estudiar psicología y por ayudarme a ver lo bonito que mi mente y mi corazón pueden crear cuando se unen; a mi hermano, por respaldarme y escucharme en mis momentos de crecimiento y en las confrontaciones conmigo misma a lo largo de la carrera; y a mi papá, por sus vivencias, que incentivo mi interés por buscar lo que hay detrás de cada persona, de cada contexto y de cada historia.

También agradezco a mis amigos, profesores y a mi equipo de investigación, porque cada uno formó parte importante de este proceso.

Areli:

Realizar este trabajo de investigación me permitió comprender el duelo desde una perspectiva distinta a la que tenía inicialmente. Entendí que toda pérdida implica procesos y etapas, y que, aunque no existe un manual ni un tiempo definido para transitar el dolor, compartirlo resulta fundamental. A lo largo de las sesiones en el Círculo de Duelo, fui reconociendo que estas experiencias no se viven de manera aislada, sino que se construyen en relación con otros y con los espacios que permiten expresar lo vivido. Desde el inicio no solo observamos el proceso, sino que también fuimos parte de él. Esto me llevó a identificar la diversidad de formas en que las personas atraviesan sus pérdidas. Cada relato evidenciaba trayectorias únicas, pero también puntos en común que generaban empatía entre quienes participábamos.

Escuchar estas experiencias hizo visible que el duelo no siempre encuentra un lugar para ser nombrado en la vida cotidiana. Por ello, la existencia de espacios donde estas vivencias puedan compartirse y ser reconocidas adquiere un valor significativo. En este sentido, el grupo se convirtió en un espacio que también hicimos nuestro, donde fue posible dialogar, construir vínculos y sentirnos parte de una comunidad. Asimismo, fue posible observar y vivir, cómo se generaban relaciones de confianza, amistad y solidaridad, fortaleciendo un sentido de pertenencia dentro del grupo. La convivencia, tanto dentro como fuera de las sesiones, permitió la creación de vínculos que trascendieron lo investigativo, convirtiéndose en una experiencia compartida más que en un simple trabajo académico.

En lo personal, esta experiencia me permitió darme cuenta de que en estos espacios no solo se habla del duelo, sino también de otras narrativas de vida que atraviesan a las personas. A veces no pensamos en la muerte de manera consciente, pero estamos inmersos en ella en distintos momentos y formas.

Finalmente, quiero agradecer a mi equipo de investigación, con quienes no solo compartí este proceso académico, sino también una experiencia significativa que nos permitió involucrarnos, aprender juntos y construir algo más allá del trabajo.

Blanca:

Del lat. *patiscĕre, de pati Padecere¹¹

No supe que terminaría hablando sobre la muerte, pero es bueno dedicarle un capítulo, o al menos pensar una vez al mes en ella. No supe que la muerte en su arquetipo significa también transformación, hasta que dejé mirarle con temor. No supe que se instala, en las calles, en los museos, en el patio de tu casa, en cualquier rincón. Hasta hoy supe que, aunque parece muerta, da inspiración. Apenas me enteré de que a lo largo de mi vida tuve pérdidas que nunca yo nombré. Apenas escuché mis silencios, apenas fui a esos rincones, apenas comprendí lo sincera que es la muerte en sus lecciones.

No sabía que terminaría hablando de “eso que me pasa” no sabía que hablar de ella es desnudar la franca línea que cubre el alma. No sabía que pende de esa fina línea que se llama vida. Que trastoca y que sosiega las fibras dactilares de la melancolía.

No sabía que de eso se trataba esta travesía. Que, con anhelos, sueños, angustias dolores y risas; elaboré duelos, y en los pesares compartí con hermanas para dignificar la vida, alegrías y utopías... Para elogiarla a ella, soltura de mi soledad entre insomnios y soliloquios.

Fragmentos que dedico a este proyecto, que entrañó en las partes que yacían dormidas, esperando. Y para cada una, uno, de quienes caminaron conmigo en esta travesía, nada se hizo por sí mismo ocurrió porque hubo también una fuerza que se ejerció desde otro lugar.

Cassandra:

¹¹ tr. Sentir física y corporalmente un daño, dolor, enfermedad, pena o castigo.

Sinceramente no sé por dónde comenzar esta reflexión debido a que hay muchas cosas que se vio tanto en la intervención como a lo largo de la investigación teóricamente.

Si bien en la primera investigación de 10mo se vio un porcentaje para conocer el subsistema de PILARES y sus objetivos, en este trimestre se comprendió que los diversos PILARES se imparten dependiendo del contexto de la alcaldía, un ejemplo es el PILARES que se encuentra por mi casa ya que se imparte un taller para evitar inundaciones y es curioso que en el lugar donde vivo siempre se inunda. Dependiendo de lo que "necesiten" las personas pareciera que el gobierno trata de ajustar aquellos talleres. Puede que sí o puede que no, esto es lo que he notado a lo largo de conocer el subsistema de PILARES.

Durante la intervención no creí que pudiera crear un vínculo con personas adultas mayores, si bien al inicio se sentía el desconocimiento tanto de mi equipo como del círculo de duelo, se logró dar esa paciencia y apertura para conocernos. En este momento de la intervención me ayudó a dejarme en claro que a veces la intervención te puede atravesar bastante y eso es normal ya que al final somos personas. Es normal también que la intervención te interpele, eso demuestra que somos empáticos con las personas y hacemos valer la experiencia del otro.

Además de que lo último es lo que se nos muestra en el Círculo de Duelo. Nos enseñan a la importancia de la escucha y la empatía con las demás personas. Algo pertinente a mencionar también es el recordatorio de continuar reconociendo las experiencias de otros, en especial cuando encuentran el lugar perfecto para poder hablar y expresar lo que usualmente se callan.

Me llevo bastantes aprendizajes respecto a esta intervención, haber pasado por esto demuestra que muchas veces se nos olvida valorar la vida y que en cualquier momento uno puede fallecer. Sin duda este proyecto me hizo recordar y dejarme en claro que existen tantas vivencias bastante difíciles, pero que también existen lugares en donde uno puede ser escuchado sin ser juzgado.

Agradezco a mi equipo de investigación por compartir este divertido e interesante camino que ahora se quedará como un buen recuerdo, de igual manera le agradezco al taller de duelo por aceptarnos y por compartir bellos momentos divertidos.

Como en Spring Day de BTS: *“ninguna oscuridad ni estación dura para siempre; es posible volver a encontrar la primavera”*.

Eduardo:

Participar en la realización de este proyecto no fue solo una experiencia académica: fue, sobre todo, un encuentro profundo con la vida, con el dolor y con la fuerza de las personas adultas mayores que compartieron con nosotros su historia. Desde la primera vez que asistí al Círculo de Duelo, algo en mí cambió. Llegué con la mirada del estudiante-investigador; salí con la conciencia de que estaba entrando a un espacio donde la palabra tenía peso, donde cada silencio estaba cargado de significado y donde los lazos se construían desde una honestidad que pocas veces se ve.

Uno de los momentos que más me marcó ocurrió durante mi primera sesión, el 11 de octubre de 2025, cuando formé parte del equipo 2. Escuchar a Paz hablar sobre la muerte de su esposo y los años de desgaste emocional que vivió cuidándolo me hizo ver que el duelo no es un evento aislado, sino una historia larga que se va escribiendo con lágrimas, resistencias y silencios.

Ese día entendí que, más que observar, tenía que aprender a escuchar con el cuerpo entero.

Otro momento significativo fue cuando realicé la entrevista semiestructurada al coordinador del PILARES. Ahí comprendí la dimensión institucional del círculo y lo difícil que resulta sostener espacios comunitarios en un contexto como Lomas de San Lorenzo, marcado por violencia, carencias y una evidente necesidad de acompañamiento emocional.

Esa conversación me ayudó a situar nuestro trabajo en un territorio donde la intervención no solo es útil, sino urgente.

También recuerdo la dinámica del cuento que presenté a mediados de noviembre. El propósito era trabajar la resignificación de los finales y de la muerte, pero lo que ocurrió superó cualquier expectativa técnica: las palabras escritas por las participantes, sus frases espontáneas y la manera en que compartieron sus interpretaciones me mostraron que el grupo tenía una capacidad enorme para transformar el dolor en reflexión y sentido.

Uno de los aprendizajes más profundos fue comprender que, aunque llegamos como equipo externo, con el tiempo fuimos integrados afectivamente al grupo. Cuando Paty me buscó para pedirme unas palabras de apoyo, aquel día en que no pudo asistir al evento de muertos, sentí que la frontera entre “investigador” y “acompañante” se había desdibujado. Ese gesto, para mí, fue un honor y un recordatorio de lo poderosa que puede ser la presencia humana cuando se ofrece sin juicios.

Otro tiempo fuerte fue la resistencia de Héctor en la sesión de respiración. Él necesitaba que alguien le explicara no solo el ejercicio, sino su lógica. Cuando intervenía, no lo hacía solo desde la teoría, sino desde lo aprendido de mi propio abuelo, y ese puente permitió que Héctor finalmente se abriera a la experiencia.

Ese instante me enseñó que el conocimiento técnico solo tiene sentido cuando se vuelve cercano, humano.

Finalmente, el día del mural —nuestra última intervención— me generó emociones difíciles de poner en palabras. Ver cómo cada persona plasmaba en el papel su historia, sus pérdidas, sus agradecimientos y su cariño hacia nosotros, me confirmó que este proyecto dejó huella no solo en quienes lo vivieron, sino también en nosotros. El cierre, con abrazos, palabras cálidas y la sensación de haber tejido un lazo genuino, marcó mi forma de comprender lo que significa acompañar a alguien en su duelo.

Hoy entiendo que mi participación en este trabajo no se reduce a transcribir entrevistas o tomar notas. Mi participación fue estar ahí: escuchar, sostener, dialogar, aprender y dejarme afectar.

Me llevo una convicción que antes no tenía tan clara: el duelo se transforma cuando se comparte, y la comunidad puede ser un espacio de reparación.

Lo que viví en este proyecto seguirá acompañándome más allá de la carrera. Me enseñó a mirar la vida desde el respeto absoluto por las historias ajenas, y a valorar la fragilidad como un lugar de encuentro, no de distancia.

Xalli:

El estar, el participar, el hablar y compartir no solo palabras, opiniones, sentires en este grupo, me permitió conocer otras vidas, otras historias, otros cuerpos, tener una empatía más profunda sobre el dolor, el sufrimiento, el llanto y demás emociones y situaciones que se transforman en luchas propias y que quizá no tienes con quien compartirlas. El sentirme acompañada y no en un duelo, en la vida, fue una experiencia muy linda, pero también me implicó confrontarme a la idea de la muerte. Siempre me da miedo pensar que todos moriremos, que las personas que más amo algún día partirán, como dice Paty mi hermano está en un viaje, quizás se niega la muerte pero a la vez pienso que se le da un nuevo lugar y significado, no se puede romantizar, pero se asimila de la forma más conveniente para uno, eso es algo que en este grupo surgió cada quien contaba sus propias formas de acompañarse y salir adelante, Héctor decía la vida sigue, todos siguen y es verdad nadie se detiene cuando muere alguien, todo el mundo continua y él mismo lo dijo, tengo que seguir. Después menciono que le daba miedo la muerte porque le gustaba vivir, y sí a quien no le gusta la vida, pero eso para mí abrió o me puso a pensar que debo disfrutar todos los momentos, sí, no todos serán buenos, agradables, bonitos, pero si estás rodeada de personas que te quieren, que te cuidan y te protegen, debo disfrutarlo y atesorarlo.

Este tiempo de intervención me mostró muchas cosas, me hizo vivir muchos momentos y también crear nuevas formas de estar con los otros, son adultas mayores, pero no es como si la edad, o las etapas fueran un impedimento para socializar o establecer vínculos, al contrario, hubo un enriquecimiento de historias y de posiciones, donde si hubo desacuerdos, pero también posibilidades de cuestionarnos no solo yo sino también ellos. Y es lindo, ver que aún estamos en contacto, que ellas y ellos nos consideren sus amigos, su familia, sus compadres y comadres.

Creo que es un proyecto que demandó mucho, y con el miedo de no superar esas expectativas individuales y también académicas, creo que lo que me reconforta es saber que pudimos aportarles algo a todas esas vidas y que ellas y ellos también saben que nos brindaron una bonita experiencia en medio de su dolor y que ese dolor también fue compartido y nos trastocó. Me llevo estos momentos de disfrute, gozo, cariño, aprecio, presión, cansancio, estrés, en mi corazón y como cierre de una bonita etapa que está

culminando y que espero nos volvamos a ver, quizás no frecuentemente, pero que sepan que aquí tienen a una amiga y que yo los tengo a ellos, porque ese sentimiento y la sensación de apapacho mutua que se da cuando nos saludamos es algo que se siente como si fuera mi mamá o mis abuelitos. Gracias por darme un espacio donde pude y me sigo sintiendo en casa, y por contarnos las pérdidas más valiosas e importantes para ustedes, por la confianza, y que sepan que en este proyecto no solo se hizo visible la experiencia sino también la vida de todas las personas que están viajando...y que en algún momento nos reencontraremos. Y también por formar un espacio, donde todas y todos tengamos voz, tengamos palabra, agencia, libertad, autonomía para expresarnos, para que no solo hablemos a través de la palabra, sino con el cuerpo, con gestos y con la memoria. Gracias a mi grupo de comadres y compadres, y a mi equipo por sostenernos y acompañarnos.

Bibliografía

- Alberich, Neus y García, Beatriz (2020). El diario de campo. *Universitat Oberta de Catalunya*, 1-22. Obtenido de <https://openaccess.uoc.edu/server/api/core/bitstreams/03787333-d611-4f74-a742-92db3936d317/content>
- Aldana González, Gabriela (2023). *(De)construir la vejez: imágenes comunitarias y acciones educativas*. Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza. Obtenido de https://www.zaragoza.unam.mx/wp-content/2023/Publicaciones/libros/csociales/Deconstruir_la_vejez.pdf
- Álvarez, Esteffanía y Cataño, Liseth (2019). *Procesos de duelo y estrategias de afrontamiento*. Tesis, Universidad de Antioquia, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, Psicología, Medellín. Obtenido de <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/server/api/core/bitstreams/7d9b46e1-098d-42ad-bd98-ffe8b1c763d2/content>

- Arcila, Paola et al. (2010). Comprensión del significado desde Vygotsky, Bruner y Gergen. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 6(1), 37-49. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67916261004>
- Ariste Mur, Elena (2021). *Escucha Activa. Aprender a escuchar y responder con eficacia y empatía*. Madrid: Díez De Santos. Obtenido de <https://www.marcialpons.es/media/pdf/9788490523155.pdf>
- Baz, Margarita (2003). La dimensión de lo colectivo: reflexiones en torno a la noción de subjetividad en la psicología social. En *Tras las huellas de la subjetividad* (págs. 37-152). Ciudad de México: Universidad Autónoma Metropolitana. Obtenido de https://publicaciones.xoc.uam.mx/temp/i6vfTR3O19Qh_U7cey82.pdf
- Bentazos Marentes, Jairo (2025). Importancia de la tanatología en la vejez: acompañamiento, duelo y sentido de vida. *Lux Médica*, 20(61). Obtenido de <https://revistas.uaa.mx/luxmedica/article/view/8485/6488>
- Benzanilla, José y Miranda, María (2013). La familia como grupo social: una re-conceptualización. *Alternativas en Psicología*, 17(29), 58-73. Obtenido de <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/alpsi/v17n29/n29a05.pdf>
- Berenstein, Isidoro (2007). La noción de vínculo. En *Del Ser al Hacer. Curso sobre vincularidad* (págs. 105-158). Buenos Aires: Paidós. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/483030459/Berenstein-I-2007-Clase-5-Nocion-de-vinculo-pdf>
- Brigada Lomas de San Lorenzo (s.f.). Obtenido de Facebook: <https://facebook.com/pilaresjoserevuelas>
- Calderón, Donald y Alvarado, Julia (2011). El papel de la entrevista en la investigación sociolingüística. *Cuadernos de Lingüística Hispánica*(17), 11-24. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=322227523002>
- Canal, Marina et al. (2023). El duelo y sus efectos en la temporalidad envejecente. *Repositorio Institucional de la UNPL*, 28-32. Obtenido de

https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/161412/Documento_completo.pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Melina, Claudia (2024). La Resignificación: Un análisis multidisciplinar y terapéutico.

Authorea, 2-8. Obtenido de

<https://www.authorea.com/users/836275/articles/1228317-la-resignificaci%C3%B3n-un-an%C3%A1lisis-multidisciplinar-y-terap%C3%A9utico>

Carceller, Telva (2020). El grupo. Un lugar para los duelos y las despedidas. Dónde y cómo cuidar para comprender y crecer. En S. S. Grupo, *La invisibilidad: Cada ola nos trae voces invisibles* (págs. 51-63). Cullera. Obtenido de <https://septg.eu/wp-content/uploads/2023/02/SEPTG-37.pdf>

Carol, Alfredo (2009). La familia como institución. En S. d. Investigaciones, & U. d. Facultad de Psicología (Ed.), *MEMORIAS. I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Obtenido de <https://es.scribd.com/doc/23156484/I-Congreso-Internacional-de-Investigacion-y-Practica-Profesional-en-Psicologia-Memorias-Tomo-1>

Dio Bleichmar, Emilce , y Burin, Mabel (1996). *Género, Piscoanálisis, Subjetividad*. Buenos Aires: Paidós. Obtenido de <http://anamfernandez.com.ar/wp-content/uploads/2014/12/A.-M.-Fern%C3%A1ndez-De-eso-no-escucha.-Libro-Burin-Dio-Bleichmar.pdf>

Chavez Lopez, Jorge (2022). *Los PILARES y su estrategia para la transformación y la cohesión social*. Tesis, Universidad Autónoma Metropolitana. Unidad Xochimilco, Sociología, Ciudad de México. Obtenido de <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/handle/123456789/27314>

Colín, Carmen (1998). La historia familiar, la subjetividad y la escuela. En M. E. Toledo Hermosillo, E. Sosa Peinado, C. Aguilar Hernández, & A. Colín Cabrera, *El traspaso escolar. Una mirada al aula desde el sujeto* (págs. 135-180). Barcelona: Paidós.

Obtenido de <https://www.studocu.com/es-ar/document/universidad-nacional-del-comahue/psicologia-educacional/la-historia-familiar-la-subjetividad-y-la-escuela-colin-cabrera-ocred/64251633?shared=u>

Del Valle Lóopez , Angela (2005). Educación familia. *Educación*, 14(26), 21-41. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=717876765002>

Díaz , José y Flores, Enrique (2002). La estructura de la emoción humana: Un modelo cromático del sistema afectivo. *Salud Mental*, 24(4), 20-35. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58242403>

Erikson, Erik (1968). Ciclo vital: epigénesis de la identidad. En *Identidad, juventud y crisis* (págs. 75-116). Buenos Aires: Paidós. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/493752824/Erikson-Erik-H-Identidad-Juventud-Y-Crisis>

Fernández, Abel (2004). Psicoanálisis en la vejez: Cuando el cuerpo se hace biografía y narración. *Revista Uruguaya de Psicoanálisis*(99), 169-182. Obtenido de https://www.apuruguay.org/revista_pdf/rup99/rup99-fernandez.pdf

Fernández, Andrea (2024). *La elaboración del duelo en personas mayores que han quedado viudas y el papel del trabajador social*. Trabajo final, Universidad Pontificia, Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, Madrid. Obtenido de <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/83574/TFG%20-%20Fernandez%20Nunez%2C%20Andrea.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Fernández, Ana (1992). De lo imaginario social a lo imaginario grupal. En *Tiempo histórico y campo grupal:Tiempo histórico y campo grupal* (págs. 69-91). Buenos Aires: Nueva Visión. Obtenido de https://www.arte.unicen.edu.ar/web_2010-2012/secretarias/academica/catedra/dinamica/unidad3/tiempo.pdf

Fernández, Ana (1993). *La mujer de la ilusión*. Buenos Aires: Paidós. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/353815542/Fernandez-La-mujer-de-la-ilusion-pdf>

- Fernández, Ana (2002). *El campo grupal. Notas para una genealogía*. Buenos Aires: Edición Nueva Visión. Obtenido de <https://www.anamfernandez.com.ar/wp-content/uploads/2014/12/Libro-completo-El-Campo-Grupal.pdf>
- Figuerroa, María del Rocío (2021). "Debo ser fuerte". La confrontación de la masculinidad. En Figuerroa, María del Rocío y González Fabiola. J. Pablos (Ed.), *Aportación al estudio e intervención de las masculinidades* (págs. 121-144). Ciudad de México. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/359384510_Debo_ser_fuerte_La_confrontacion_de_la_masculinidad_durante_procesos_de_duelo
- Foucault, Michel (1977). Derecho de muerte y poder sobre la vida. En *Historia de la sexualidad I. La voluntad del saber* (págs. 23-65). Buenos Aires: Siglo XXI Editores. Obtenido de
- Foucault, Michel (2002). Disciplina. En *Vigilar y Castigar. Nacimiento de la prisión*. (págs. 124-210). Buenos Aires: Siglo XXI Editores. Obtenido de
- Gaceta Oficial de la Ciudad de México (2018). *Delegación Tlalpan*. Informe de gobierno, Jefatura Delegacional de Tlalpan, Ciudad de México.
- García, Adriana, González, Montserrat, Gutiérrez Arely, Hernández, Verónica y Salinas Karen (2024). Perspectiva del adulto mayor durante el proceso de duelo. *Horizonte de Enfermería*, 35(2), 388-400. doi:
- García, Gustavo (2019). Aproximaciones al concepto de imaginario social. *Civilizar*, 19(37), 31-42. doi:
- Guillén, Elena (2015). El grupo me ayudó a no estancarme. el avance en el proceso de duelo. *INFAD de Psicología*, 2(1). doi:
- Hammersley, Martyn y Atkinson, Paul (1990). ¿Qué es la Etnografía? En *Etnografía. Métodos de Investigación* (págs. 13-40). Barcelona: Paidós. Obtenido de

Hammersley, Martyn y Atkinson, Paul (1990). La observación participante como trabajo de campo. En *Etnografía: Métodos de investigación* (págs. 31-49). Barcelona: Paidós. Obtenido de

Hammersley, Martyn y Atkinson, Paul (1990). Registrar y ordenar la información. En *Etnografía: Métodos de investigación* (págs. 161-190). Barcelona: Paidós. Obtenido de <https://webdelprofesor.ula.ve/humanidades/franco/Materiales%20de%20apoyo%20didactico/Etnografia.%20Metodos%20de%20Investig%20-%20Hammersley,%20Martyn%20y%20Atkinson,%20.pdf.pdf>

Hartvig, María (2021). *El proceso de duelo en un adulto mayor institucionalizado*. Trabajo final, Universidad de Palermo, Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, Buenos Aires. Obtenido de <https://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/2366/Hartvig%2C%20Mar%C3%ADa%20Micaela.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hernández, Roberto (2014). Definiciones de los enfoques cuantitativo y cualitativo, sus similitudes y diferencias. En Roberto Hernández, Carlos Fernández y Pilar Baptista. *Metodología de la Investigación* (págs. 2-20). Ciudad de México: Internamericana. Obtenido de https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

Hernández, Zoila, Hernández, Oralia y Rodríguez Erika (2010). El Grupo de Ayuda como Alternativa para Mejorar la Calidad de Vida del Adulto Mayor. *Psicología Iberoamericana*, 18(2), 47-55. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915921006>

Hidalgo, Vilma (2016). Subjetividad familiar en familias de alto capital cultural y bajo capital económico. Estudio de caso. *Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 4, 257-270. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=552377259021>

INEGI (2020). *México en cifras – Áreas geográficas*. Obtenido de Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI):

<https://www.inegi.org.mx/app/areasgeograficas/?ag=090070001#collapse-Resumen>

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (2023). Obtenido de Gobierno de México: https://www.gob.mx/inapam/articulos/la-vinculacion-productiva-del-inapam-permite-a-las-personas-adultas-mayores-en-mexico-ejercer-sus-derechos-humanos?idiom=es&utm_source=chatgpt.com

Kübler, Elizabeth y Kessler, David (2009). *Sobre el duelo y el dolor: Cómo encontrar sentido al duelo a través de sus cinco etapas*. Barcelona : Luciérnaga. Obtenido de https://www.academia.edu/75429219/Sobre_el_duelo_y_el_dolor_Elisabeth_Kubler_Ross

Larrosa, Jorge (2006). Sobre la experiencia. *Psicología i Ciències de l'Educació*, 19, 87-112. Obtenido de <https://hdl.handle.net/2445/96984>

Lívia do Nascimento, María y Silveira, Flávia (2022). La investigación-intervención en psicología: los usos del diario de campo. En Minerva Gómez, Norma Del Río, Valeria Falletti y Estela Scheinvar. *Análisis Institucional: Diálogos entre Francia y Brasil*. (págs. 89-104). Ciudad de México: Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco. Obtenido de https://publicaciones.xoc.uam.mx/TablaContenidoLibro.php?id_libro=969

Lleonart , Martha y Mateu, Gloria (2016). La psicoterapia de grupo en la vejez. Un proyecto de investigación. *Temas de Psicoanálisis*(11). Obtenido de <https://www.temasdepsicoanalisis.org/wp-content/uploads/2017/05/LA-PSICOTERAPIA-DE-GRUPO-EN-LA-VEJEZ.-UN-PROYECTO-DE-INVESTIGACION.-Plantilla.pdf>

Londoño, Diana, Rivera Maricela, Montoya Mónica, Román Natalia y Chaverra Lina (2024). *Estudio Descriptivo del Duelo en Adultos Mayores*. Tesis, Tecnológico de Antioquia,

Facultad de Educación y Ciencias Sociales, Psicología, Medellín. Obtenido de <https://dspace.tdea.edu.co/handle/tdea/6390>

Luengo, Julian (2004). La educación como objeto de conocimiento. El concepto de educación. En María del Mar del Pozo, Antoni Colom, Julián Luengo, José Álvarez y Jaume Sarramona. *Teorías e instituciones contemporáneas de educación* (págs. 30-47). Madrid: Biblioteca Nueva. Obtenido de <https://www.ugr.es/~fjirios/pce/media/1-EducacionConcepto.pdf>

Mancilla, Andra, Arteaga María, Cabrera Israel y Palomé Gabriela (2025). Diferencias de género en la percepción de las estrategias de afrontamiento masculinas ante la muerte. *Revista Salud Y Bienestar Social*, 9(1), 12-29. doi: <https://doi.org/10.32776/saludybienestarsoc.v9i1.176>

Marentes, Jair (2025). Importancia de la tanatología en la vejez: acompañamiento, duelo y sentido de vida. *Lux Médica*, 20(61). doi: <https://doi.org/10.33064/61lm20258485>

MarketDataMéxico. (s.f.). *Colonia Lomas De San Lorenzo, Iztapalapa, en Ciudad de México*. Obtenido de <https://www.marketdatamexico.com/es/article/Colonia-Lomas-De-San-Lorenzo-Iztapalapa-Ciudad-Mexico>

Martínez, Francisco (2024). *El concepto del absurdo en Albert Camus y la tradición existencialista*. Trabajo final, Universidad de Oviedo, Facultad de Filosofía y Letras, Asturias. Obtenido de https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/73914/TFG_FranciscoMartinezGarcia.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Menéndez, Robert (2012). El concepto metodológico de reflexión en Husserl y en Ricoeur. *Investigaciones Fenomenológicas*(9), 249–268. doi: <https://doi.org/10.5944/rif.9.2012.752>

México, G. d. (s.f.). Obtenido de PILARES Ciudad de México: <https://pilares.cdmx.gob.mx/>

México, G. d. (s.f.). *CIBERESCUELA*. Obtenido de PILARES: <https://interno.pilares.cdmx.gob.mx/ciberescuela>

México, G. d. (s.f.). *EDUCACIÓN PARA LA AUTONOMÍA ECONÓMICA*. Obtenido de PILARES:

<https://interno.pilares.cdmx.gob.mx/autonomia>

México, G. d. (s.f.). *Ponte Pila*. Obtenido de Ciudad de México Capital de la Transformación:

<https://gobierno.cdmx.gob.mx/acciones/ponte-pila/>

México, G. d. (s.f.). *Talleres de Artes y Saberes Comunitarios PILARES 2024*. Obtenido de Sistema de Información para el Bienestar:

https://tubienestar.cdmx.gob.mx/detalle_publico/resumen/programa/1170/2024_PS_005_36CD02

Mira la Historia/Mitología Griega (2019). *El Mito de Sísifo: El Engañador - Mitología Griega - Mira la Historia*. Obtenido de Youtube: <https://youtu.be/c7vhrPCKQyo>

Neimeyer, Robert (2002). La actividad del duelo; Contexto y conexión. En R. Neimeyer, *Aprender de la pérdida: Una guía para afrontar el duelo* (págs. 37-44). Barcelona:

Paidós. Obtenido de <https://globalfacilitators.org/wp-content/uploads/2021/05/Aprender-de-la-perdida.-Una-guia-para-afrontar-el-duelo.pdf>

Neimeyer, Robert (2002). La experiencia de pérdida. En *Aprender de la pérdida: Una guía para afrontar el duelo* (págs. 14 - 25). Barcelona: Paidós. Obtenido de

<https://globalfacilitators.org/wp-content/uploads/2021/05/Aprender-de-la-perdida.-Una-guia-para-afrontar-el-duelo.pdf>

Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (2021). *Evaluación de la Gobernanza de la Seguridad Urbana*. Reporte, Ciudad de México. Obtenido de

https://www.unodc.org/documents/Urban-security/210521_EGSU_Iztapalapa_Espanol.pdf

Ospina, Ana María (2003). Los grupos de apoyo: Una alternativa para la elaboración del duelo. *Prospectiva*(8). doi: <https://doi.org/10.25100/prts.v0i8.7371>

Plummer, Ken (2011). El llamado de las historias de vida en la investigación etnográfica. En Paul Atkinson, Amanda Coffey, Sara Delamont, John Lofland y Lyn Lofland. *Handbook*

- of Ethnography* (págs. 1-31). Reino Unido: SAGE Publications. Obtenido de https://drive.google.com/file/d/1EGtTG6WTi-QNOS4mb5Fa7qXTgJMWY3_Y/view?usp=drivesdk
- Ram Talks (2021). *VIVIR en el ABSURDO (Albert Camus) – El MITO de SÍSIFO y la Filosofía del ABSURDISMO*. Obtenido de YouTube: <https://youtu.be/MyPwMe2bux0>
- Ranzazzo, Francesca (2012). Los imaginarios sociales como herramienta. *Imagonautas*, 2(2), 77-96. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4781735.pdf>
- Ricoeur, Paul (1981). Aporías de la experiencia del tiempo. El libro XI de las confesiones de San Agustín. En *Tiempo y narración* (Vol. 1, págs. 41-80). Buenos Aires: Siglo XXI Editores. Obtenido de <https://textosontologia.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/11/tiempo-y-narracic3b3n-i.pdf>
- Ricoeur, Paul (1981). Tiempo y narración. La triple "mimesis". En *Tiempo y narración* (Vol. 1, págs. 113-139). Buenos Aires: Siglo XXI Editores. Obtenido de <https://textosontologia.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/11/tiempo-y-narracic3b3n-i.pdf>
- Kohler, Catherine (1990). Contextos Teóricos . En *Análisis Narrativo* (págs. 9-27). Madrid: Morata. Obtenido de https://drive.google.com/file/d/1oEJsVDKDVDOsiUTjodbhOug_qORZXzCo/view?usp=drivesdk
- Ruiz, Ana (2024). El duelo desde el Trabajo Social. Experiencia de intervención social con grupos. *Documentos De Trabajo Social. Revista De Trabajo Social Y Acción Social*(63), 29-42. doi: <https://doi.org/10.24310/dts.63.2020.21620>
- Sandoval, Carlos (2018). Pérdidas a lo largo del ciclo vital en adultos mayores. *Psicología Y Salud*, 29(1), 79-90. doi: <https://doi.org/10.25009/pys.v29i1.2570>
- Sartre, Jean (1946). *El existencialismo es un humanismo*. (Moro, Ed.) Barcelona: epublire. Obtenido de https://proletarios.org/books/Sartre-El_existencialismo_es_un_humanismo.pdf?utm_source=chatgpt.com

- Savater, Fernando (1977). El aprendizaje humano. En *El valor de educar* (págs. 11-17). Barcelona: Ariel. Obtenido de <https://www.ivanillich.org.mx/Conversar-educar.pdf>
- Segato, Rita (2018). *Contra-pedagogías de la crueldad*. Buenos Aires: Prometeo Libros. Obtenido de <https://alejandroquinteros.wordpress.com/wp-content/uploads/2021/04/rita-segato-contra-pedagogi-as-de-la-crueldad-pdf.pdf>
- Sigmund , Freud (1917). Duelo y Melancolía. En *Contribución a la historia del movimiento psicoanalítico. Trabajos sobre metapsicología y otras obras*. (Vol. 14, págs. 235-256). Buenos Aires: Amorrortu. Obtenido de <https://www.psicopsi.com/wp-content/uploads/2021/05/Freud-Amorrortu-14.pdf>
- Sigmund, Freud (1923-1925). Algunas consecuencias psíquicas de las diferencia anatómica entre los sexos (1925). En *El ello y otras obras* (Vol. 19, págs. 259-276). Buenos Aires: Amorrortu. Obtenido de <https://drive.google.com/drive/folders/1EkKOyA2DwH3uLomioek702zxxk1HzZaAc>
- Sigmund, Freud (1923-1925). El sepultamiento del complejo de Edipo (1924). En *El yo y el ello y otras obras* (Vol. 19, págs. 177-188). Buenos Aires: Amorrortu. Obtenido de <https://drive.google.com/drive/folders/1EkKOyA2DwH3uLomioek702zxxk1HzZaAc>
- Sigmund, Freud (1923-1925). La organización genital infantil (Una interpolación en la teoría de la sexualidad). En *El yo y el ello* (Vol. 19, págs. 141-149). Buenos Aires: Amorrortu. Obtenido de <https://drive.google.com/drive/folders/1EkKOyA2DwH3uLomioek702zxxk1HzZaAc>
- Sigmund, Freud (1992). El yo y el ello (1923). En *El yo y el ello y otras obras (1923-1925)* (págs. 1-66 Vol. 19). Buenos Aires: Amorrut editores. Obtenido de <https://drive.google.com/drive/folders/1EkKOyA2DwH3uLomioek702zxxk1HzZaAc>
- Sigmund, Freud (2003). El retorno del totemismo en la infancia (1913). En *Tótem y Tabú y otras obras* (págs. 103-143). Buenos Aires: Amorrortu. Obtenido de <https://drive.google.com/drive/folders/1EkKOyA2DwH3uLomioek702zxxk1HzZaAc>

Sistema de Información para el Bienestar Social (SIBIS). (s.f.). *Beca PILARES Bienestar 2024*.

Obtenido de Sistema de Información para el Bienestar Social (SIBIS):

https://tubienestar.cdmx.gob.mx/detalle_publico/resumen/programa/1152/2024_PS_002_%2036CD02

Taylor, Steven y Bogdan, Robert (1987). Introducción: Hacia la gente. En *Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados* (págs. 15-23).

Buenos Aires: Paidós. Obtenido de <https://pics.unison.mx/maestria/wp-content/uploads/2020/05/Introduccion-a-Los-Metodos-Cualitativos-de-Investigacion-Taylor-S-J-Bogdan-R.pdf>

Tizón, Jorge (2004). *Pérdida, pena, duelo: Vivencias, investigación y asistencia*. Buenos

Aires: Paidós. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/755061657/Pena-Perdida-Duelo-Jorge-L-Tizon>

Universidad del Bío-Bío. (s.f.). *La fenomenología de Alfred Schutz y la teoría del significado*.

Obtenido de <https://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/267/22292750-La-fenomenologia-de-Alfred-Schutz-y-la-teoria-del-significado.pdf>

Wikipedia (2025). *Wikipedia*. Obtenido de PILARES CDMX:

https://es.wikipedia.org/wiki/Pilares_CDMX?utm_source=chatgpt.com

Worden, J. William (2004). *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia*

(3ra ed.). Barcelona: Paidós. Obtenido de

<https://es.scribd.com/document/420762480/Worden-W-El-Tratamiento-Del-Duelo-Asesoramiento-Psicologico-y-Terapia-1>

Yoffe, Laura (2003). El duelo por la muerte de un ser querido: Creencias culturales y

espirituales. *Psicodebate*, 127-158. doi: <https://doi.org/10.18682/pd.v3i0.507>