



asociación
mexicana de
tanatología, a. c.

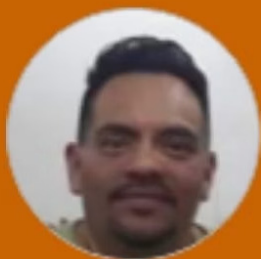


Sesión Académica virtual gratuita

**EL LEGADO INVISIBLE:
RECONSTRUYENDO LA VIDA
TRAS LA AUSENCIA DE MI PADRE**

Miércoles 11 de junio de 2025

18:00 Hrs. Por Zoom



Ponente:

Dr. Enrique Romero Juárez

El Legado Invisible: Reconstruyendo la Vida Tras la Ausencia de mi Padre

La reciente sesión académica de la Asociación Mexicana de Tanatología (AMTAC), liderada por el Dr. Enrique Romero, exploró a fondo el complejo fenómeno del duelo, con un enfoque particular en la ausencia de la figura paterna. Este documento detalla los puntos clave abordados, desde la conceptualización moderna del duelo hasta las implicaciones de la ausencia paterna en el contexto mexicano y las diversas formas en que esta pérdida impacta la vida de los individuos en distintas etapas. También se analizarán los factores que influyen en el proceso de duelo y la transformación identitaria que conlleva la orfandad en la adultez.

por Asociación Mexicana de Tanatología, A.C. (AMTAC) 



Conceptos Fundamentales del Duelo

El Dr. Romero inició la sesión estableciendo el duelo como la emoción humana más intensa frente a la pérdida, siendo el dolor su epicentro. La forma en que se gestiona este dolor es crucial para diferenciar entre un duelo "normal" y uno "complicado". A diferencia de las perspectivas clásicas, como las de Elisabeth Kübler-Ross, que delinean etapas y tiempos definidos, la investigación tanatológica contemporánea subraya la naturaleza variable del tiempo de resolución del duelo, con diferencias significativas entre niños y adultos.

Un punto fundamental que el Dr. Romero enfatizó es la idea de que, para muchos teóricos, el duelo no se "resuelve" sino que se "sobrelleva". Esto implica que el objetivo no es erradicar el dolor, sino aprender a integrarlo y vivir con la ausencia, adaptándose a una nueva realidad. Esta perspectiva resalta la resiliencia humana y la capacidad de transformar la experiencia de la pérdida en un componente de la propia historia de vida, sin que signifique el fin del sufrimiento, sino su integración.

Duelo "Normal"

Manejo adaptativo del dolor, que permite la progresión.

Duelo "Complicado"

Gestión disfuncional del dolor, que dificulta la adaptación.

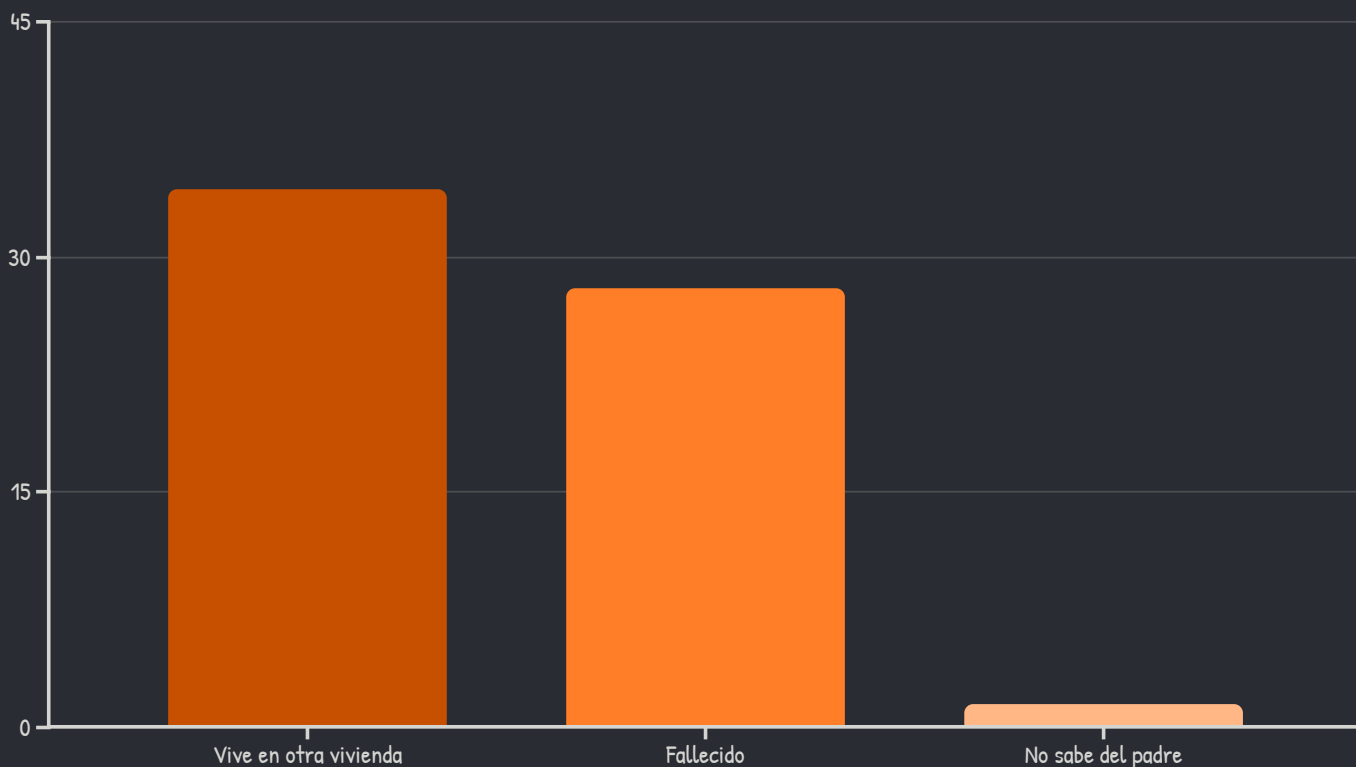
La Ausencia Paterna en México: Una Hipótesis de Duelo Colectivo

Uno de los ejes centrales de la presentación fue la audaz hipótesis del Dr. Romero: una porción significativa de la población mexicana podría estar inmersa en un proceso de duelo prolongado, no necesariamente por la muerte, sino por la ausencia de la figura paterna.

Los datos del INEGI presentados por el Dr. Romero son reveladores y sustentan esta hipótesis. En 2010, se registraron 6,916,206 hogares con una mujer como jefa de familia, una cifra que se disparó a 11,474,983 en 2020. Este incremento subraya una tendencia creciente en los hogares mexicanos donde la figura paterna no está presente de manera física.

Además, el censo de 2020 reveló que un 34.3% de la población declaró que su padre residía en otra vivienda, mientras que un 28% informó el fallecimiento del progenitor. Un inquietante 1.4% de la población no tenía información alguna sobre su padre. Estas estadísticas no solo apuntan al dolor que surge de la muerte física, sino también al que deriva de la ausencia en sus diversas manifestaciones: padres que viven separados, abandono, o la elección consciente de la madre de criar a sus hijos sin la presencia de un padre.

Incluso un niño pequeño, a partir de los 4 o 5 años, es consciente de la ausencia paterna al observar otras dinámicas familiares "completas". Esta percepción temprana puede sembrar semillas de dolor, confusión y sentimientos de abandono, impactando el desarrollo emocional y psicológico a largo plazo, lo que podría explicar un duelo latente y colectivo en la sociedad mexicana.



Formas de Ausencia y Dolor

El duelo paterno no se circunscribe únicamente al fallecimiento. La sesión destacó que existen múltiples formas de ausencia que pueden ser igualmente dolorosas y desencadenar un proceso de duelo complejo. Estas ausencias, aunque no impliquen la muerte física, generan un vacío emocional y una pérdida significativa en la vida de los hijos.

Una de las formas de ausencia más comunes es la de los padres que establecen una nueva familia. Aunque el padre pueda estar vivo y presente en la vida de otros hijos, su falta de participación activa o emocional en la vida de los hijos de una relación anterior puede ser devastadora. Esta situación puede generar sentimientos de abandono, celos y una profunda sensación de no ser suficiente o de no ser prioridad.



Otra manifestación dolorosa de la ausencia es la del padre emocionalmente distante. Estos padres, aunque físicamente presentes y cumpliendo con su rol de proveedores económicos, no ofrecen afecto, cariño ni apoyo emocional. Esta desconexión afectiva es particularmente común en varones criados con la creencia de que su única función es la provisión material. La "pérdida" de una figura que, aunque viva, está ausente en el plano emocional, puede ser tan o más impactante que el fallecimiento, ya que deja un vacío en el desarrollo afectivo y la construcción de la autoestima de los hijos.



El Impacto de la Pérdida Parental en Diferentes Etapas de la Vida

La función de los padres y, por ende, el impacto de su ausencia o pérdida, se transforma significativamente a lo largo de las distintas etapas del desarrollo humano.

Niños (0-7 años)

Para los niños pequeños, los padres son los pilares de seguridad y protección. Su ausencia o pérdida, incluso si es por abandono, puede generar una profunda sensación de que el mundo es un lugar peligroso e inseguro, afectando su desarrollo de confianza básica. La figura paterna, en particular, contribuye a la exploración del mundo y a la sensación de protección.

Adolescentes

Durante la adolescencia, los padres son fundamentales en la formación de la identidad. Sirven como modelos a seguir, ya sea por semejanza o por contraste. La ausencia paterna en esta etapa puede obstaculizar este proceso, generando confusión, dificultades para definir quiénes son y qué desean ser, y una búsqueda prolongada de roles de identidad.

Adultos

Aunque la seguridad y la identidad ya estén en gran medida construidas, la pérdida de los padres en la adultez sigue siendo un golpe significativo. Trae consigo una sensación renovada de inseguridad y miedo, enfrentando al individuo a su propia mortalidad y a la vulnerabilidad.

Sin embargo, el Dr. Romero destacó que la pérdida más profunda, sin importar la etapa de vida, es la de la fuente de amor incondicional, tanto para recibirlo como para ofrecerlo. Los padres son considerados los vínculos más seguros y las figuras de "amor seguro" para la supervivencia física y emocional. Esta conexión fundamental es la que, al romperse, genera el duelo más profundo y duradero.



El Duelo por la Figura Paterna Masculina

La muerte del padre varón posee características distintivas que lo diferencian de otras pérdidas. El proceso de duelo, en este caso, puede comenzar mucho antes del fallecimiento físico, manifestándose a través de cambios graduales en la percepción de la figura paterna.

El duelo puede iniciarse cuando los padres enferman o envejecen, forzando a los hijos a confrontar y modificar la imagen idealizada de fortaleza y resiliencia que habían mantenido. Ver a un padre fuerte volverse frágil es una primera pérdida.

Cuando enfermedades neurológicas, como el Alzheimer, impiden a los padres reconocer a sus propios hijos, se produce una dolorosa desconexión que precede a la muerte física. La persona, tal como se le conocía, ya no está.

Cuando los padres se convierten en una carga económica, de preocupación o de cuidados físicos, se genera una inversión de roles que, aunque necesaria, puede ser agotadora y dolorosa para los hijos. La pérdida de su autonomía y calidad de vida también es un factor de duelo anticipado.

Tradicionalmente, el padre varón ha sido el símbolo de provisión, fortaleza y la figura que resuelve problemas. Su muerte, por lo tanto, representa la pérdida de esta representación de seguridad y apoyo, una diferencia importante con respecto al duelo por la madre. La figura de Dios, a menudo referida como "Dios Padre" o "Padre Redentor," refuerza esta imagen masculina de protección y cuidado, lo que añade una capa de significado cultural y espiritual a esta pérdida.



El Propósito del Duelo

El duelo, como proceso inherente a la experiencia humana de pérdida, se manifiesta cuando existe un vínculo emocional significativo con la persona ausente. Respecto a su propósito, la tanatología ofrece dos perspectivas principales que, aunque distintas, buscan comprender la naturaleza de este fenómeno.

El Duelo como Enfermedad Temporal

Esta visión concibe el duelo como una condición transitoria, con síntomas definidos (tristeza, miedo, apatía, alteraciones del apetito y del sueño) que requieren de una "recuperación". Bajo esta perspectiva, los síntomas pueden ser controlados, incluso con el apoyo de medicación, buscando una pronta estabilización del individuo.

El Duelo como Proceso Adaptativo

Desde este enfoque, los síntomas del duelo no son meramente molestias a erradicar, sino expresiones necesarias para la elaboración de la pérdida. Son mecanismos adaptativos que permiten al individuo procesar la ausencia y aceptar una nueva realidad. La tristeza profunda, el miedo a la soledad o la falta de apetito son parte integral del trabajo psicológico que conduce a la aceptación.

En este contexto, la sesión enfatizó la importancia fundamental de aceptar la realidad de la muerte. Es crucial poder decir "mi papá murió" en lugar de frases eufemísticas como "trascendió" o "partió". Esta aceptación literal es un primer paso indispensable para iniciar un procesamiento sano del duelo. Además, se subrayó que la madre puede desempeñar mejor sus funciones cuando cuenta con el respaldo y la protección de una figura paterna, lo que pone de relieve la importancia complementaria de ambos padres en el desarrollo equilibrado de los hijos, no solo en su presencia física, sino en el cumplimiento de sus roles afectivos y de apoyo.

Factores que Influyen en el Duelo por el Padre Fallecido

La experiencia y la capacidad para sobrellevar la muerte de un padre son profundamente individuales y están moldeadas por una compleja interacción de factores. Estos elementos determinan la intensidad del duelo, su duración y las estrategias de afrontamiento que el individuo adoptará.

1

Tipo de Relación con el Padre

La naturaleza de la relación preexistente con el padre es uno de los factores más determinantes. Ya sea una relación de profundo agradecimiento y amor, de resentimiento u odio, o de abandono (incluso si nunca hubo convivencia física), la calidad del vínculo afectará directamente el proceso de duelo. Las relaciones ambivalentes o conflictivas pueden dar lugar a duelos más complejos y prolongados.

2

Sistema de Apoyo Social

La presencia de un sólido sistema de apoyo social es crucial. Otras figuras paternas sustitutas, como abuelos, tíos o hermanos mayores, pueden mitigar la sensación de pérdida y ofrecer un consuelo esencial. Contar con una red de amigos, familiares o terapeutas que brinden soporte emocional facilita significativamente el proceso de duelo.

3

Contexto Cultural y Religioso

Las creencias espirituales o religiosas juegan un papel vital. Para muchas personas, la fe ofrece consuelo, esperanza y la convicción de una "conexión" que trasciende la muerte física. Esta perspectiva puede facilitar la elaboración del duelo al proporcionar un marco de significado. La ausencia de estas creencias o un conflicto con ellas puede ser un factor de riesgo para un duelo más complicado.

Factores que Influyen en el Duelo por el Padre Fallecido (Continuación)

Continuando con los factores que modulan la experiencia del duelo paterno, es fundamental considerar cómo las circunstancias de la muerte y el estado emocional del doliente impactan la trayectoria de la pérdida.

1 Forma del Fallecimiento

La manera en que ocurre la muerte del padre es un factor crítico. Fallecimientos traumáticos, como accidentes, suicidios, o incluso presenciar el deceso, pueden desencadenar un "duelo traumático". Estas experiencias pueden dejar imágenes impactantes, recuerdos intrusivos y un estrés postraumático que complica enormemente el proceso de duelo normal, requiriendo a menudo intervención especializada. La inesperada o violenta naturaleza de la pérdida puede impedir la anticipación del dolor, haciendo la adaptación mucho más difícil.

2 Estado Emocional de los Hijos Dolientes

El estado emocional preexistente del hijo que sufre la pérdida influye directamente en su capacidad de afrontamiento. Si la persona ya está lidiando con problemas emocionales significativos, como ansiedad, depresión, estrés por un divorcio, preocupaciones financieras o cualquier otra crisis personal, la muerte del padre puede agravar drásticamente su estado. Un psique ya vulnerable tiene menos recursos para procesar un evento tan devastador, lo que puede llevar a un duelo patológico o a la exacerbación de condiciones preexistentes. Es crucial evaluar el bienestar psicológico del individuo antes de la pérdida para proporcionar el apoyo adecuado.

Orfandad: Una Nueva Identidad en la Adulthood

La sesión académica concluyó con una profunda reflexión sobre la transformación identitaria que se produce con la muerte del primer progenitor. Sin importar la edad del doliente, la muerte de un padre o una madre marca el inicio de una etapa distintiva en la vida adulta: la orfandad.

Convertirse en huérfano es un impacto significativo que se añade a la identidad personal. Es un antes y un después, un cambio de rol vital que redefine la relación con el mundo, con uno mismo y con los vínculos familiares restantes. Esta nueva identidad puede implicar sentimientos de soledad, una confrontación con la propia mortalidad y la asunción de nuevas responsabilidades o el reconocimiento de vacíos antes no percibidos.

"El duelo nos confronta con la realidad de que perder a alguien que se ama no es fácil, y el mayor obstáculo para superarlo es creer que hay una única forma de resolverlo."

Esta poderosa afirmación del Dr. Romero resume la esencia del proceso de duelo. No existe una fórmula universal ni un cronograma predefinido para el "éxito" en el duelo. Cada individuo transitará por este proceso de manera única, con sus propias complejidades y tiempos. La resistencia a aceptar esta variabilidad y la adherencia a ideales rígidos sobre cómo debería ser el duelo pueden convertirse en el mayor impedimento para la elaboración saludable de la pérdida. Reconocer la diversidad de caminos en el duelo es fundamental para ofrecer un acompañamiento empático y efectivo a quienes transitan por la ausencia de sus seres queridos, especialmente en el complejo contexto de la ausencia paterna.



 YouTube 
El Legado Invisible: Reconstruyendo la Vida Tras la ...

Podcast de la Sesión Académica

Podcast de la Sesión Académica 



asociación
mexicana de
tanatología, a. c.

Síguenos en nuestros medios de comunicación:
Nuestra página web:

[Haz clic aquí](#)

Únete a nuestro Grupo de
difusión en WhatsApp y enterate
de nuestros próximos eventos
organizados por la
Pionera de la
Tanatología en México



ASOCIACIÓN MEXICANA
DE TANATOLOGÍA, A. C.

**Cursos, Talleres, Diplomados
Congreso, Conferencias**



Únete a
nuestro grupo de
difusión en
TELEGRAM

<https://t.me/tanatologiamex>



Blogger