



Manifestaciones Potenciales del Duelo

Manifestaciones Físicas

- Fatiga, Sensaciones de Agotamiento
- Debilidad
- Falta de aliento
- Opresión en la garganta
- Palpitaciones
- Náusea
- Diarrea
- Estreñimiento
- Achaques y dolor
- Dolores de estómago, espalda y cabeza
- Vértigo, mareos
- Problemas de dormir
- Cambios de apetito, aumentado o decreciente
- Cambios en el peso
- Cambios en el apetito sexual
- Llanto, suspiros
- Inquietud

Manifestaciones Emocionales

- Emocionalmente voluble
- Tristeza
- Ira, Irritabilidad
- Pánico, Ansiedad
- Futilidad, Impotencia
- Apatía
- Entumecimiento, Incredulidad, Negación
- Añoranza
- Abandono, Soledad
- Autorecriminación
- Miedo
- Culpabilidad
- Alivio

Adaptado de:

http://dying.about.com/od/lossgrief/a/normal_grief_4.htm

Manifestaciones de Comportamiento/Psicológicas

- Olvido
- Dificultad para concentrarse, Procesamiento lento de los pensamientos
- Deambular sin propósito
- Sensación de estar en trance
- Sensación de irrealidad o vacío
- Sueños con la persona fallecida
- Búsqueda de la persona fallecida
- Sensación de presencia del ser querido
- Alucinaciones con la persona fallecida
- Sensación de su presencia (visual o auditiva)
- Adoptar las peculiaridades o los gestos
- Necesidad de volver a contar los sucesos de la muerte
- Evitar hablar de la muerte para que los demás no se sientan incómodos

Manifestaciones Sociales

- Demasiado susceptible
- Dependiente
- Introverso(a)
- Evitar a los demás
- Falta de iniciativa o interés
- Hiperactivo(a)
- Menos activo(a)
- Relaciones difíciles
- Baja de autoestima

Espiritual

- Dudar de la fe
- Dudar de los valores espirituales
- Daño espiritual
- Perder la fe
- Decepción con la religión, el clérigo y los feligreses
- Sentirse traicionado por Dios o Fuerza Espiritual
- Enojado(a) con Dios o deidad
- Preocupado con su propia muerte
- Sensación de presencia (visual o auditiva)