

## Inventario de Factores Vitales que Interfieren Duelo y Duelo Complicado- versión 2

A continuación encontrará un inventario de **situaciones que puede haber vivido** a raíz de un duelo por fallecimiento. El objetivo de este cuestionario es **profundizar en distintos aspectos que pueden complicar su proceso de duelo**. Conteste en función de la **frecuencia o la intensidad** con la que le suceden (o sucedieron) **durante su duelo** las situaciones que se mencionan. Tenga en cuenta que no hay respuestas buenas ni malas, sino la **experiencia real que tiene o ha tenido**, por favor, responda a todas las preguntas de manera **sincera**.

Teniendo en cuenta la siguiente escala de respuestas;

| 1 =<br>Nada<br>Nunca | 2 =<br>Poco<br>Pocas veces | 3 =<br>Nivel<br>medio | 4 =<br>Mucho<br>Muchas veces | 5 =<br>Totalmente<br>Siempre |
|----------------------|----------------------------|-----------------------|------------------------------|------------------------------|
|----------------------|----------------------------|-----------------------|------------------------------|------------------------------|

Responda **¿cuáles de estas experiencias se dan (o dieron en su duelo) y con qué frecuencia o intensidad?**

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. Pensar que “yo podía haber hecho algo” para evitar el fallecimiento                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Avergonzarse de sentir la presencia física del fallecido                                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Tras el fallecimiento, la economía familiar se convierte en un problema                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Para el doliente, la vivencia de su sexualidad, complica el proceso de duelo             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Los perfiles del fallecido en las redes ayudan al doliente a no sentir tanto su ausencia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. El proceso de herencia, si hay, genera resentimiento, rabia, desilusión...               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. A raíz del fallecimiento, el doliente se autoreprocha cosas de sí mismo                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Sentir la presencia física del fallecido le genera miedo al doliente                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. El doliente mantiene al fallecido en sus perfiles como forma de inmortalidad             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. El doliente se siente responsable de lo ocurrido alrededor del fallecimiento            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. El doliente se siente vigilado (o juzgado) por el fallecido                             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. La sexualidad se ve afectada de forma perjudicial o dañina para el doliente             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. El proceso de herencia genera conflictos entre los implicados                           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. Heredar complica el proceso de duelo  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. La pérdida lleva al doliente al rechazo de la propia sexualidad                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 16. El peso de lo económico oculta el dolor de la pérdida                               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. La vivencia de la propia sexualidad genera culpabilidad                             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. Las conversaciones sobre la herencia deterioran las relaciones familiares           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. Los cambios a nivel económico suponen un impacto difícil de asumir para el doliente | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. Pensar “por qué tuvo que pasar esto” se convierte en una obsesión                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21. Mantener al fallecido vivo en internet se convierte en una adicción                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22. Los cambios en la economía familiar generan conflicto interior al doliente          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23. Se siente incomprensión respecto a la vivencia de la propia sexualidad              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24. Sentir la presencia del fallecido lleva al doliente a creer que no se ha muerto     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Hemos dado en llamar “pulgas del duelo” (Factores Vitales que Interfieren Duelo y Duelo Complicado) a esos problemas que no deberían tener nada que ver con el mismo duelo, sino que son conflictos añadidos que, cuando se instalan en el doliente, le producen mucho dolor y que pueden alterar el proceso de elaboración del duelo y en algunos casos complicarlo o hacer de él una patología. Añaden un sufrimiento al que ya supone el proceso de elaboración del duelo por la pérdida de un ser querido.

Naturalmente estamos hablando de una metáfora. Las pulgas tienen mucho éxito en su desarrollo, entre otras cosas porque no son vistas ni por el propio hospedador. Las pulgas chupan la sangre e inoculan saliva que actúa como anestesia que les permite vivir más seguras. Tanto las reales como las del duelo, actúan de manera oculta, encubierta, disimulada. Tienden a esconderse. No siempre es fácil detectarlas, puesto que nacen en el interior de la persona o en el mundo de las relaciones, con esa preferencia al ocultamiento. Por esa razón hemos desarrollado este cuestionario que consta de 24 ítems en su segunda versión.

Para más información consulte;

Villacieros Durbán, M., Sánchez, P., Bermejo, J. C., Magaña, M., & Rodil, V. (2021). Validación de una versión breve del Inventario de Factores Vitales que Interfieren Duelo y Duelo Complicado (IFVIDv2). *Anales De Psicología / Annals of Psychology*, 37(1), 28-34.  
<https://doi.org/10.6018/analesps.414641>

Bermejo, J. C., Magaña, M y Villacieros, M. (2016). *Las cinco pulgas del duelo*. PPC: Madrid

Si desea conocer la puntuación obtenido, continúe en la siguiente página.

## Corrección:

Para obtener la puntuación basta con sumar las puntuaciones obtenidas (ya que todos los ítems son directos) en cada una de las siguientes dimensiones;

- **Culpa** (ítems 1, 7, 10 y 20): El sentimiento de culpa es un fenómeno complejo en general y en el duelo, en particular. No es lo mismo ser culpable de algo que sentirse culpable. Como no es lo mismo sentirse culpable por algo que efectivamente se ha hecho mal y duele porque podría haberse evitado, que sentirse culpable sin tener ninguna responsabilidad en el efecto producido, para nuestro caso, en la muerte del ser querido. Aquí nos referimos al sentimiento de culpa, racional o irracional, proporcionado o desproporcionado.

En esta dimensión se recoge la medida en la que la culpa, o los autorreproches obsesivos, pueden estar complicando el proceso de duelo. La puntuación mínima que se puede obtener es de 4 y la máxima de 20 puntos. A mayor puntuación, mayor es la intensidad de la interrupción que puede estar generando.

- **Herencia** (ítems 6, 13, 14 y 18); La herencia representa un momento decisivo en el funcionamiento familiar, ya que la pérdida de la persona querida obliga a todos los miembros de la familia, no solo a entenderse, también a reorganizar una estructura familiar, ocupando nuevos roles que sustituyan o compensen la pérdida del rol del fallecido, aquí surgen disputas por el poder y la posición que cada hermano debe adoptar. A veces las dificultades surgen al ser necesario juntar dinero para pagar impuestos, antes incluso de recibir bienes. Sin duda, la situación es incómoda, particularmente cuando las personas tienen dificultades entre ellas o, sencillamente, dificultades de liquidez económica. Por eso son muchas también las herencias a las que se renuncia o que “se pierden” en la cadena de sucesión.

En esta dimensión se recoge la medida en la que la herencia, o mejor el deterioro de las relaciones familiares debido a la herencia, pueden estar complicando el proceso de duelo. La puntuación mínima que se puede obtener es de 4 y la máxima de 20 puntos. A mayor puntuación, mayor es la intensidad de la interrupción que puede estar generando.

- **Economía** (ítems 3, 16, 19, 22); Generalmente, a la pérdida de alguien amado, le sigue un cambio económico. Pueden ser menos ingresos mensuales tras el fallecimiento del cónyuge, o haber gastado los ahorros o incluso contraído deudas en el intento de ganar la batalla a la enfermedad. A veces se hace necesaria la búsqueda de nuevas fuentes de ingresos para hacer frente a los gastos que se tenían y se mantienen en la familia. También pueden ser los propios costes del entierro lo que suponga un impacto económico fuerte en una familia con economía débil. La atención a este aspecto, pueden dejar el duelo atascado, sin expresarse, sin experimentar.

En esta dimensión se recoge la medida en la que la dimensión económica puede estar complicando el proceso de duelo. La puntuación mínima que se puede obtener es de 4 y la máxima de 20 puntos. A mayor puntuación, mayor es la intensidad de la interrupción que puede estar generando.

- **Sexualidad** (ítems 4, 12, 15, 17, 23); En la vida sexual nos expresamos, nos entregamos, nos decimos, nos construimos, experimentamos placer y reconocimiento. El duelo puede significar, para algunas personas, un gran golpe en este espacio que navega entre íntimo y social. No solo cuando la persona perdida es la pareja, perdiéndose el referente de las relaciones habituales, sino también cuando el que fallece es otro, pero el proceso del duelo afecta a la energía sexual, al deseo. Para algunas personas, la vida sexual, realizada o impedida, puede convertirse en una interrupción en el trabajo del duelo. En esta dimensión se recoge la medida en la que la sexualidad, o las complicaciones debidas a experiencias sexuales difíciles que aparecen después de la pérdida, pueden estar complicando el proceso de duelo. La puntuación mínima que se puede obtener es de 5 y la máxima de 25 puntos. A mayor puntuación, mayor es la intensidad de la interrupción que puede estar generando.
- **Inmortalidad virtual** (ítems 5, 9, 21); El camino del duelo es un camino que no tiene retorno. Podemos detenernos a un lado de la vereda a descansar, quedarnos acurrucados en la línea de salida negándonos a caminar, asustarnos y aturdirnos. Podemos pedir que alguien nos acompañe al ritmo que podamos o queramos. Negar la pérdida y resistirse a aceptar la muerte y la separación mediante el cultivo de formas de supervivencia virtual, puede constituir una pulga que dificulte el proceso del duelo. En efecto, las tecnologías están transformando el modo en que nos enfrentamos a nuestro final y al de nuestros seres queridos. Un usuario de cualquier red social puede recibir una petición de amistad de un muerto. Hay redes que ofrecen la posibilidad de crear una cuenta conmemorativa de los usuarios que nos han dejado y empresas que permiten recopilar el legado digital del difunto y conservarlo en la red. En esta dimensión se recoge la medida en la que la inmortalidad virtual, o las consecuencias de mantener vivo al amado a través de redes sociales y perfiles web, pueden estar complicando el proceso de duelo. La puntuación mínima que se puede obtener es de 3 y la máxima de 15 puntos. A mayor puntuación, mayor es la intensidad de la interrupción que puede estar generando.
- **Sensación de presencia** (ítems 2, 8, 11, 24): La persona en duelo puede pensar que el fallecido aún está de alguna manera en la dimensión de espacio y tiempo de los vivos. Esto puede ocurrir durante los momentos posteriores a la muerte. A lo largo de los días, la sensación de presencia del ser querido va disminuyendo. Las alucinaciones visuales como las auditivas suelen ser experiencias ilusorias pasajeras, muchas veces se producen en las semanas siguientes a la pérdida. Aunque desconciertan a algunos, muchos otros las consideran útiles. En esta dimensión se recoge la medida en la que la sensación de presencia, o la vergüenza y la vigilancia que genera esta sensación de presencia "física" del fallecido puede estar complicando el proceso de duelo. La puntuación mínima que se puede obtener es de 4 y la máxima de 20 puntos. A mayor puntuación, mayor es la intensidad de la interrupción que puede estar generando.