

# ¿Qué es Tanatología ?

---

---

**TERESITA TINAJERO FONTAN**

Integrante  
Instituto Mexicano de Tanatología, A. C.

---

---

*En la vida de toda persona, hay felicidad, alegría, dolor, sufrimiento y muerte. La muerte es algo importante en la vida.*

La muerte siempre ha inquietado al hombre, ha sido estudiada desde tiempos muy remotos, de diferentes puntos de vista, religioso, médico, filosófico, psicológico, estético, etc. Ha preocupado al ser humano y a través del tiempo ha hecho infinidad de estudios para alargar la vida, ya que al enfrentarse con su muerte, a lo desconocido, se atormenta, se angustia, sufre y la trata de evitar.

La muerte puede causarnos miedo, rebelión, temor, pero no puede causarnos duda. Es el destino temporal más cierto del hombre y su aceptación es prueba de madurez del ser humano. La mayoría de las personas no tienen miedo a la muerte misma, sino al morir, a la enfermedad larga, dolorosa, a la agonía, al deterioro físico, a la pérdida de autocontrol e independencia.

El hombre experimenta el dolor más fuerte y profundo de su vida al enfrentarse con su propia muerte. Es un problema existencial, todos los seres vivos moriremos, es el hombre el único ser que se la cuestiona, no se reduce a un proceso químico ni a un proceso mecánico, no es la causa del mundo exterior, pertenece a la irrecusable interioridad de la vida, a la espiritualidad de la persona.

La muerte humana es un fenómeno multifacético que afecta la vida, en la actualidad no es aceptada, ni asumida como un suceso natural, se ha convertido en una problemática personal, social y familiar, en una crisis; por lo cual es necesario el estudio formal sistemático y científico de la muerte.

La Tanatología es la disciplina que se encarga del estudio integral e interdisciplinario de la muerte.

La Tanatología, es un estudio integral e interdisciplinario, que reúne en su quehacer elementos sociales, que influyen en cada individuo y busca resolver las situaciones conflictivas que existen en torno a la muerte, como la eutanasia, el suicidio, el abandono de enfermos terminales y ancianos, etc.

La Tanatología considera que la muerte humana tiene distintas dimensiones y por lo tanto la estudia apoyándose en diferentes ciencias considerando los factores que se relacionan con ella (psicológicos, espirituales, religiosos, sociales, corpóreos, legales, culturales, etc.) Por ejemplo en el área psicológica se interesa por sus reacciones, como la depresión, neurosis, enojo, mecanismos de defensa, ansiedad, aprehensión, culpa, tristeza, etc.

La Tanatología estudia los sentimientos y los efectos que la muerte provoca, a los familiares, o personas involucradas afectivamente con el paciente, es difícil aceptar la muerte de un ser querido como algo natural.

Apoya también al equipo sanitario en la liberación de las emociones que el trabajo constante con la enfermedad, el dolor y la muerte conllevan.

Debido a esa visión integral de la muerte, el tanatólogo puede comprender los temores y estados emocionales de quienes están involucrados en un proceso de muerte (familiares, médicos, amigos, etc.)

y debe contribuir a que todos ellos sean tomados en cuenta en la medida de lo posible y que se consideren sus diferentes inquietudes.

*Negación.*- Consiste en ignorar el suceso



Fuente: Instituto Mexicano de Tanatología, A.C.

doloroso o incluso afirmar que no es real. Es un mecanismo de defensa primario. Al ignorar el evento desarrolla su vida como si nada estuviera

sucediendo. Esta etapa trae consigo angustia y aislamiento. Angustia a lo desconocido, al futuro incierto y aislamiento pues considera que nadie podrá entender lo que está viviendo.

*Ira o Rabia.*- Sentimiento de enojo por la impotencia que se experimenta, al enfrentar el sufrimiento, generalmente dirigida hacia una persona querida, involucrada sentimentalmente, también se manifiesta contra el equipo médico muy comúnmente, o contra Dios.

En esta etapa es importante atender al paciente y a las personas involucradas, hacerles entender lo que les está sucediendo y de esa manera evitar

conflictos. Es característica de esta etapa el enojo, odio y envidia hacia otros.

*Negociación o Regateo.*- Se pretende intercambiar algún bien presente o futuro por el bien que se ha perdido. Es el ofrecimiento de actitudes y sacrificios a cambio de la pérdida. Lo que se va a negociar, son sentimientos de culpa, ocultos o manifiestos. Se promete dejar de hacer algo, a cambio de salud y hacer sacrificios para recuperar lo que se pierde.

*Depresión.*- Se manifiesta a través de sentimientos de tristeza, decepción, desamparo y soledad. Es una etapa de mucha tristeza, se tiende al llanto, es importante llorar pues es una forma positiva de externar el dolor.

*Aceptación.*- Es la capacidad de reconstruir una nueva vida a pesar de las pérdidas y adoptando una actitud activa ante ellas, dándole un sentido positivo al sufrimiento.

Actualmente en México, hay una carencia casi total de la formación de personas que se dediquen a dar esa ayuda tan especial que requieren tanto en el enfermo terminal como el crónico y a sus familiares. Es por eso que se creó el Instituto Mexicano de Tanatología, A.C. cuyo propósito es ayudar a tantos seres humanos, que al enfrentarse con una enfermedad terminal o crónica, se

sienten desesperados, con una enorme angustia. Se busca ayudar a la familia para que comprenda el proceso de este sufrimiento, que se dé cuenta de que el duelo tiene un curso progresivo y al final se podrá seguir viviendo y experimentando la alegría de vivir.

La finalidad del Instituto es ayudar al enfermo a bien morir, a morir con dignidad, a aceptar la muerte como una culminación de vida, como algo trascendental y aprovechar al máximo el tiempo de vida que le queda, sin darse por vencido ante su deterioro biológico, considerando que psicológica, social y espiritualmente todavía le queda mucho por hacer. Además, pretende que todos aceptemos nuestro pasado, por más doloroso que parezca, y planeando hoy nuestro futuro, aunque indudablemente tarde o temprano tendremos que despedirnos.