



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

RESILIENCIA Y DUELO EN ADULTOS
ANTE LA PÉRDIDA DE UN SER
QUERIDO POR EL COVID-19: UNA
REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA
OPTAR EL GRADO DE MAESTRA EN
PSICOLOGÍA CLÍNICA

LEINA CARINA PINTO DAVILA

LIMA – PERÚ

2025

ASESOR

Mg. Rita Selene Orihuela Anaya

JURADO DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

DR. ALBERTO AGUSTIN ALEGRE BRAVO

PRESIDENTE

MG. GUISSOLA VANESSA MENDOZA CHAVEZ

VOCAL

DRA. JENNIFER FIORELLA YUCRA CAMPOSANO

SECRETARIA

DEDICATORIA.

En honor a mi padre, aunque ya no estés físicamente
conmigo, tus recuerdos viven en mi corazón.

AGRADECIMIENTOS.

A mis hijos y esposo que me dieron la oportunidad
de vivir nuevamente esta aventura.

FUENTES DE FINANCIAMIENTO.

Trabajo de investigación Autofinanciado



RESILIENCIA Y DUELO EN ADULTOS
ANTE LA PÉRDIDA DE UN SER
QUERIDO POR EL COVID-19: UNA
REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA
OPTAR EL GRADO DE MAESTRA EN
PSICOLOGÍA CLÍNICA

LEINA CARINA PINTO DAVILA

LIMA – PERÚ

2025

Informe estándar ⓘ
Informe en inglés no disponible [Más información](#)

14% Similitud [Filtros](#)

estándar

Fuentes
Mostrar las fuentes solapadas ⓘ

1	Internet	repositorio.upch.edu.pe	2%
12	bloques de texto	218	palabra que coinciden
2	Trabajos del estudiante	Universidad Peruana Cayetano H...	<1%
2	bloques de texto	105	palabra que coinciden
3	Internet	revhph.sld.cu	<1%
2	bloques de texto	98	palabra que coinciden
4	Internet	pmc.ncbi.nlm.nih.gov	<1%
2	bloques de texto	80	palabra que coinciden

TABLA DE CONTENIDOS

RESUMEN

ABSTRACT

I.	INTRODUCCIÓN	1
1.	Identificación del problema.....	1
1.1.	Objetivos de la investigación	6
II.	DESARROLLO DEL ESTUDIO	8
2.	Método	8
2.1.	Criterios de elegibilidad	8
2.2.	Fuentes de información	9
2.3.	Búsqueda	9
2.4.	Selección de estudios	10
2.5.	Lista de datos.....	13
2.6.	Síntesis de resultados	17
3.	Resultados	18
4.	Discusión.....	40
II.	CONCLUSIONES	45
III.	RECOMENDACIONES	46
IV.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	47

RESUMEN

La pandemia por COVID-19 ha dejado importantes rezagos en la salud mental de la población mundial, específicamente entre aquellos que perdieron a un ser querido. Muchas personas aún enfrentan duelos prolongados y secuelas emocionales significativas, que se exacerbaban por el aislamiento social y el limitado apoyo emocional. Así, la resiliencia emerge como una solución para la superación del duelo, permitiéndoles manejar el dolor de la pérdida y encontrar vías para sanar, lo que, a su vez, repercute en su crecimiento personal. Por ende, el objetivo fue examinar la relación entre la resiliencia y el proceso de duelo en adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19, mediante una metodología de carácter narrativo, diseño teórico, tipo revisión bibliográfica. Los hallazgos más relevantes indican que la resiliencia se relaciona significativamente con el duelo en adultos que perdieron a sus seres queridos por la pandemia, así como, en esta relación intervienen variables psicológicas, sociodemográficas y sociales; además, las estrategias de afrontamiento resiliente abarcan aspectos individuales (emocionales) y colectivos (sociales). Las limitaciones incluyen a la heterogeneidad en los métodos, expansión de la muestra y diversidad de los participantes, lo que dificulta la generalización de los resultados.

PALABRAS CLAVES

RESILIENCIA, DUELO, COVID-19, ADULTOS.

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has left significant gaps in the mental health of the global population, specifically among those who lost a loved one. Many people still face prolonged grief and significant emotional aftereffects, exacerbated by social isolation and limited emotional support. Thus, resilience emerges as a solution for overcoming grief, allowing them to manage the pain of loss and find avenues for healing, which, in turn, impacts their personal growth. Therefore, the objective was to examine the relation between resilience and grieving process in adults who have experienced the loss of a loved one due to COVID-19, using a narrative methodology with a theoretical design and a literature review. The most relevant findings indicate that resilience is significantly related to grief in adults who lost loved ones due to the pandemic, and that psychological, sociodemographic, and social variables intervene in this relationship. Furthermore, resilient coping strategies encompass both individual (emotional) and collective (social) aspects. Limitations include heterogeneity in methods, sample size, and participant diversity, making it difficult to generalize the results.

KEYWORDS

RESILIENCE, GRIEF, COVID-19, ADULTS.

I. INTRODUCCIÓN

1. Identificación del problema

El COVID-19 se identificó por primera vez en diciembre de 2019 en Wuhan, China, rápidamente se convirtió en una pandemia global (Zheng et al., 2020). A lo largo de 2020 y 2021, el virus provocó millones de infecciones y muertes en todo el mundo, sumando un alrededor de 15 millones de fallecidos (Naciones Unidas, 2023); lo que llevó a gobiernos a implementar estrictas medidas de salud pública, como confinamientos, restricciones de movilidad y distanciamiento social (Li et al., 2020).

Estas medidas, aunque necesarias para controlar la propagación del virus, también generaron efectos secundarios significativos en la salud mental de las personas, aumentando los niveles de ansiedad, depresión y duelos no resueltos debido a la pérdida de seres queridos (Zhai & Xue, 2020). Por ende, la pandemia transformó la forma en que las personas se relacionan, trabajando y viviendo, y subrayó la importancia de la resiliencia emocional en tiempos de crisis (Zheng et al., 2020).

Este contexto ha llevado a muchas personas a enfrentar un proceso de duelo, el cual puede entenderse como una respuesta psicológica tras la pérdida de un ser querido, siendo una experiencia dolorosa y común a todos (Sapo et al., 2023). De acuerdo con Fernández-Fernández y Gómez-Díaz (2022), el duelo implica adaptarse a una situación nueva afectando al funcionamiento diario de la persona, especialmente si se prolonga o se intensifica.

Sin embargo, a pesar de haber transcurrido más de cuatro años desde el confinamiento y el pico de la pandemia de COVID-19, muchas personas aún

enfrentan duelos prolongados y secuelas emocionales significativas (Bedoya et al., 2020). La pérdida de seres queridos, marcada por la ausencia de despedidas adecuadas debido a las restricciones sanitarias, generó un profundo dolor y una sensación de cierre incompleto, exacerbada por el aislamiento social y la limitada disponibilidad de apoyo emocional (Nestorovic, 2021).

Cuando el duelo se cronifica, puede derivar en el denominado “Trastorno por Duelo Persistente”, según el DSM-V (Ubillús, 2024). Además, la psicóloga Shear menciona que este trastorno implica un duelo persistente y debilitante de sufrimiento que ocurre cuando la persona no puede adaptarse a la pérdida de un ser querido, caracterizada por una intensa añoranza, pensamientos intrusivos sobre el fallecimiento, dificultad para aceptar la muerte y una incapacidad para retomar las actividades cotidianas (Pardo, 2023).

Además, la incertidumbre y ansiedad prolongada durante la pandemia exacerbaron problemas de salud mental, como la depresión y la ansiedad, dificultando el proceso del duelo (Bedoya et al., 2020). También, como se mencionó antes, la falta de una despedida adecuada contribuyó en dificultades para adaptarse a la vida cotidiana y presentar un ciclo de tristeza persistente, afectando no solo el bienestar individual, sino también las relaciones interpersonales y la calidad de vida (Parra & Reyes, 2020).

En ese sentido, la resiliencia se presenta como una solución crucial para ayudar a las personas a superar el duelo y las secuelas emocionales derivadas de la pandemia de COVID-19 (Zhai & Xue, 2020). Esta capacidad de adaptación y recuperación permite a los individuos enfrentar el dolor de la pérdida y encontrar formas de sanar; por ende, fomentar la resiliencia implica cultivar habilidades como

la auto-empatía, la búsqueda de apoyo social y la reflexión sobre las experiencias vividas, lo que puede facilitar un procesamiento más saludable del duelo (Parro-Jiménez et al., 2021).

La resiliencia en el duelo es fundamental porque permite a los individuos adaptarse y recuperarse de la pérdida de un ser querido, facilitando un proceso de sanación más saludable (Sapo et al., 2023). Durante el duelo, las personas pueden experimentar una amplia gama de emociones, desde tristeza y desesperanza hasta confusión, es así que la resiliencia ayuda a manejar estas emociones, promoviendo la aceptación y la búsqueda de apoyo social (Parro-Jiménez et al., 2021). Además, fomenta la capacidad de encontrar significado en la pérdida, lo que puede contribuir a un crecimiento personal significativo (Parra & Reyes, 2020).

En este sentido, cultivar la resiliencia no solo ayuda a mitigar el impacto negativo del duelo, sino que también permite a las personas reconstruir sus vidas y mantener conexiones significativas con los demás, promoviendo así su bienestar emocional a largo plazo (Bedoya et al., 2020). Es así que, comprender cómo la pandemia por COVID-19 ha impactado emocionalmente a las personas es sumamente importante, ya que la pérdida de un ser querido es una experiencia profundamente dolorosa.

Además, al desarrollar resiliencia, los individuos pueden transformar su dolor en crecimiento personal, ya que la resiliencia no significa eliminar el dolor, sino aprender a convivir con él y a encontrar significado en la pérdida (Sapo et al., 2023). Esto puede incluir recordar a los seres queridos de manera positiva, honrar su memoria y buscar nuevas maneras de conectarse con otros (Velazquez, 2022). Asu vez, las estrategias resilientes, como la práctica de la gratitud y la atención

plena, pueden ayudar a mitigar los efectos negativos de la depresión y la ansiedad, proporcionando herramientas para enfrentar los desafíos emocionales que surgen en el proceso de duelo (López, 2020).

En base a ello, se debe entender que la resiliencia es la capacidad de los individuos para enfrentar y superar situaciones difíciles y estresantes, desarrollándose de manera positiva a pesar de las adversidades (Ubillús, 2024). Además, resaltó que la resiliencia se refleja en cómo las personas responden a las adversidades prolongadas y a eventos específicos (Chacaliza, 2022). Por ello, los procesos complicados, como el duelo, accidentes o enfermedades, puede dejar marcas psicológicas, pero también brinda oportunidades para el aprendizaje y el crecimiento personal (Francis & Noriega, 2023). Entonces, para mejorar la situación de quienes sufren, es fundamental considerar su entorno, involucrar a la familia y abordar estigmas culturales relacionados con el duelo y las dificultades (Cano & Sanchez, 2023).

Por otro lado, aunque se reconoce la importancia de la resiliencia en el manejo del duelo, existe una falta de estudios que exploren esta relación en adultos durante el COVID-19, ya que la mayoría de investigaciones están centrados en el personal de salud, por ende, la información es escasa y fragmentada en la literatura actual. Así, este estudio pretende cerrar esta brecha al integrar hallazgos previos y proporcionar un contexto sobre la relación entre resiliencia y duelo en este contexto crítico. Se espera que el análisis no solo enriquezca el conocimiento teórico, sino que también ofrezca aportes prácticos para diseñar intervenciones más efectivas en salud mental.

De acorde a lo mencionado anteriormente, se planteó la siguiente pregunta basada en la estructura PEO (population – exposure – outcome): “En adultos que han perdido a un ser querido por COVID-19, ¿cómo se relaciona la resiliencia y el proceso de duelo?”. Esta pregunta principal sirvió como guía para la revisión bibliográfica, dado que la población fueron los adultos que han perdido a un ser querido debido al COVID-19; la exposición fue la resiliencia como capacidad para afrontar y adaptarse a situaciones difíciles que influyen en el proceso de duelo; y, por último, el resultado hizo referencia al proceso de duelo, en base a su intensidad, duración o características. Por ende, al responder esta pregunta, la investigación identificó cómo la resiliencia afecta en el proceso de duelo y en qué medida ayuda a los adultos a lidiar con este proceso que conlleva diversas situaciones difíciles.

Esta revisión bibliográfica se justificó por razones de índole teórica, práctica y social, las cuales destacan la relevancia de la resiliencia en el proceso de duelo en adultos. Este estudio contó con relevancia teórica, dado a la necesidad de comprender la relación entre las variables en el contexto crítico del COVID-19, un tema que sigue siendo poco explorado en la literatura actual. Además, la influencia de la resiliencia durante la pandemia es aún escasa y fragmentada. Por ello, este trabajo pretendió llenar ese vacío al realizar una revisión bibliográfica de los estudios existentes, lo que permitió integrar hallazgos previos y proporcionar un marco teórico que pueda guiar futuras investigaciones. Al hacerlo, se contribuyó a una mejor comprensión académica del tema y se brindó una base para que los profesionales de la salud mental diseñen intervenciones más efectivas para las personas que atraviesan procesos de duelo, especialmente en contextos similares al generado por la pandemia.

Además, la justificación práctica de este estudio se centró en generar conocimientos aplicables para mejorar la intervención en procesos de duelo, especialmente en el contexto de la pandemia de COVID-19. A través de la comprensión de la relación entre resiliencia y duelo, los profesionales de la salud mental podrán diseñar programas de apoyo más efectivos. Los resultados también sirvieron para desarrollar guías y protocolos basados en la evidencia, facilitando la creación de recursos prácticos para psicólogos y terapeutas. Así como, la información obtenida contribuyó a la creación de programas psicoeducativos que fomenten la resiliencia, promoviendo el bienestar psicológico y fortaleciendo la cohesión social.

Finalmente, desde una perspectiva social, la investigación tuvo gran relevancia debido al impacto emocional significativo de la pandemia en muchas personas, quienes han perdido seres queridos. El proceso de duelo, si no se maneja adecuadamente, puede tener consecuencias negativas en el bienestar emocional y en las relaciones sociales; por ende, al comprender cómo la resiliencia influye en este proceso, se proporcionó información valiosa para el diseño de programas de apoyo y recursos comunitarios que promuevan la salud mental. Esta investigación, por lo tanto, no solo enriqueció el campo académico, sino que impactó positivamente al abordar las necesidades emocionales derivadas de la pandemia y contribuir al bienestar social.

1.1. Objetivos de la investigación

Objetivo general

Examinar la relación entre la resiliencia y el proceso de duelo en adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19.

Objetivos específicos

Analizar la función de la resiliencia en el proceso de duelo en adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19.

Identificar las estrategias de afrontamiento resiliente en adultos que han perdido un ser querido por el COVID-19.

Explorar las variables que influyen en la resiliencia durante el duelo, como factores psicológicos y características sociales y demográficas, en adultos que han perdido un ser querido por el COVID-19.

II. DESARROLLO DEL ESTUDIO

2. Método

El presente trabajo tuvo un tipo de investigación narrativa, en razón de que se focalizó en comprender el cómo transcurre el proceso de constitución de una variable, teniendo en cuenta además la diversidad de escenarios, tales como, geográficos contextuales e históricos (Leal, 2021).

Además, el diseño fue el teórico, acorde con Ato et al. (2013), esta categoría engloba aquella recopilación de los avances teóricos producidos, las revisiones indexadas y estudios sistematizados que no requieran la implementación de datos empíricos originales. Por tanto, se consideró la revisión bibliográfica de estudios primarios sin la opción de emplear estimaciones estadísticas para la integración de la información.

Es así que, la revisión bibliográfica se articuló a partir de una serie de pasos que inician con la formulación de una interrogante en conjunto con los propósitos más significativos, tras ello, se prepararon los recursos informáticos o fuentes, luego, se seleccionarán las variables que para este contexto fueron la resiliencia y el duelo en adultos ante la pérdida de seres queridos por el COVID-19. Posteriormente, se diseñó y ejecutó la búsqueda bibliográfica, se seleccionaron artículos científicos e indexados y, finalmente, se realizó el informe completo (Pardal-Refoyo & Pardal-Peláez, 2020).

2.1. Criterios de elegibilidad

Los estudios se seleccionaron en base a criterios, los cuales se presentan a continuación:

Criterios de inclusión

- a. Publicaciones de revistas indexadas sobre la resiliencia y el duelo en adultos tras la pérdida de un ser querido por COVID-19.
- b. Publicaciones científicas que dispongan en su desarrollo los siguientes puntos: objetivos, metodología, discusión, resultados y conclusiones.
- c. Investigaciones que cuenten con una antigüedad menor a 5 años.
- d. Investigaciones redactadas en los siguientes idiomas: inglés y español.
- e. Investigaciones cualitativas, cuantitativos y correlacionales.

Criterios de exclusión

- a. Publicaciones indexadas que posean un nivel muy bajo y bajo según el sistema PRISMA.
- b. Investigaciones indexadas que posean acceso restringido.
- c. Estudios de personas con Trastorno por Duelo Persistente.

2.2. Fuentes de información

Se consideró en la investigación aquellas publicaciones que se acoplen a la fiabilidad de las fuentes propuestas por el sistema GRADE en calidad de evidencia y fuerza de recomendaciones (Sgarbossa et al., 2022). Por ende, la búsqueda de artículos se llevó a cabo en diversas bases de datos: Google Scholar y Scopus, durante el periodo de los años 2020 al 2024.

2.3. Búsqueda

El proceso de búsqueda se desarrolló mediante Scopus y Google Scholar, así como, fue en secuencia y de forma detallada mediante el apoyo de estrategias de búsqueda para optimizar la eficiencia y precisión del proceso en base a los siguientes pasos:

- **Definición de palabras clave:** Se identificarán palabras clave y términos de búsqueda relevantes como: “resiliencia”, “duelo”, “adultos”, “COVID-19”, “pérdida de seres queridos”, “adaptación emocional” en español y sus equivalentes en inglés como “resilience”, “grief”, “adults”, “COVID-19”, “loss of loved”, “emotional adaptation”.
- **Construcción de estrategias de búsqueda:** Se crearán estrategias específicas para cada base de datos (Scopus y Google Scholar) usando operadores booleanos y filtros para definir los resultados. Como, por ejemplo: “Resilience AND Grief AND Adults AND COVID-19” y “Resiliencia AND Duelo AND Adultos AND Pérdida AND COVID-19”.

2.4. Selección de estudios

En este estudio, se ha empleado el método PRISMA, un enfoque estructurado que facilita la realización y presentación de revisiones sistemáticas y metaanálisis. Este método, ampliamente reconocido en el ámbito de la investigación, se utiliza para mejorar la transparencia y la calidad en la recopilación, selección y análisis de los estudios incluidos en una revisión bibliográfica. Mediante el uso de PRISMA, se busca garantizar una evaluación clara y rigurosa de la literatura existente, lo que resulta crucial para la síntesis de información y la formulación de conclusiones más sólidas. En el contexto de esta revisión bibliográfica, el empleo de este método permitió organizar y estructurar de manera más precisa los estudios revisados, asegurando que los resultados obtenidos sean lo más representativos y fiables posibles.

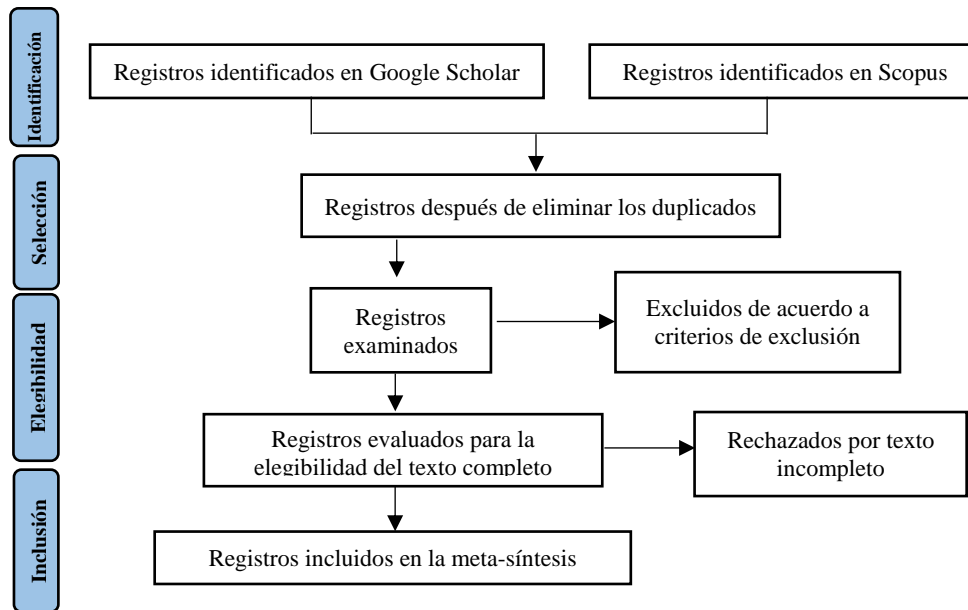
El método PRISMA se compone de una serie de etapas que son esenciales para llevar a cabo una revisión bibliográfica de alta calidad. En primer lugar, se realiza la identificación de todos los estudios potencialmente relevantes mediante la búsqueda en bases de datos académicas y otros recursos; esta fase busca recolectar una amplia variedad de fuentes relacionadas con el tema de interés, en este caso, la resiliencia y el duelo en adultos. Luego, se pasa a la etapa de screening, donde se filtran los estudios identificados para eliminar aquellos que no cumplen con los criterios de inclusión establecidos, como los que no aborden directamente los temas clave de la revisión. Finalmente, se llega a la fase de elegibilidad, en la cual los estudios restantes son evaluados más a fondo para asegurar que cumplen con los requisitos de calidad y pertinencia, lo que permite determinar su inclusión definitiva en la revisión. Una vez completadas estas etapas, se lleva a cabo la documentación de los estudios que cumplen con los criterios establecidos, registrando de manera detallada la información relevante de cada uno, siendo esta parte muy fundamental para garantizar la transparencia y la replicabilidad del estudio, ya que todos los pasos seguidos y las decisiones tomadas en cada etapa son debidamente registrados (Sánchez et al., 2022).

Finalmente, se presentará el diagrama de flujo, que visualiza el proceso completo de selección de estudios, desde la identificación hasta la inclusión final de los estudios en la revisión, proporcionando una representación clara y comprensible de todo el procedimiento seguido en el análisis de la literatura sobre resiliencia y duelo en adultos frente a la pérdida por el COVID-19.

A continuación, se presenta el diagrama de flujo PRISMA con la esquematización sin colocar los resultados:

Figura 1

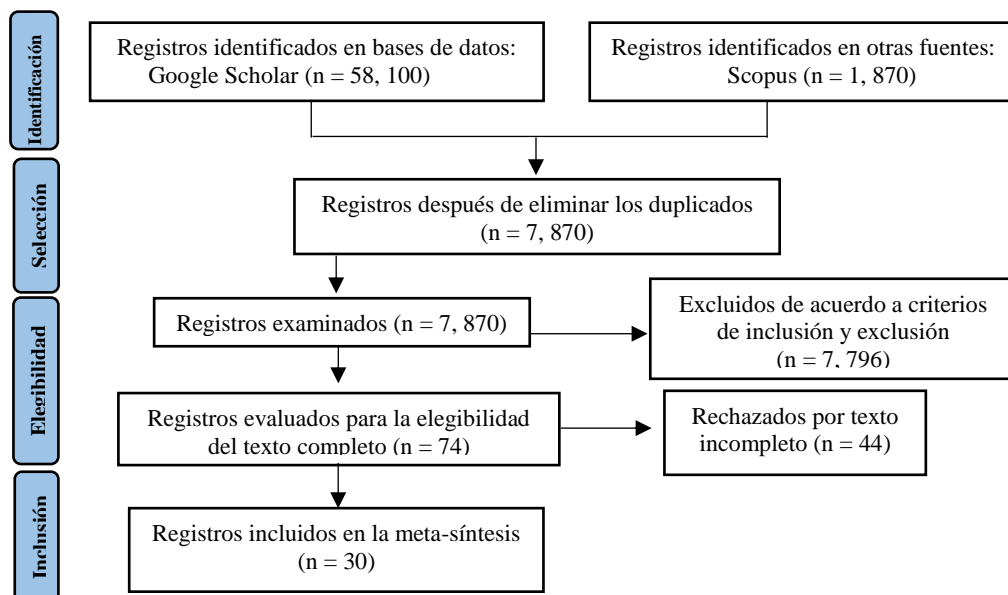
Diagrama de flujo PRISMA sin resultados



Además, también se muestra el diagrama de flujo PRISMA con los resultados encontrados:

Figura 2

Diagrama de flujo PRISMA con resultados



2.5. Lista de datos

Se hallaron 30 investigaciones relevantes que cumplieron con los criterios establecidos, por ende, fueron seleccionados mediante el método PRISMA, usado como guía para la revisión rigurosa de este proceso. A continuación, se presenta en la tabla 1 los estudios considerados dentro de la revisión bibliográfica:

Tabla 1

Lista de investigaciones consideradas en la revisión narrativa

Autor y año	Diseño de investigación, método y muestra	Idioma	Variable de investigación	Hallazgos clave
Valenzuela, English, Malvaceda-Espinoza, Mamani-Benito y Carranza, 2024	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. 10 adultos de 23 a 54 años de Lima Metropolitana. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Estrategias de afrontamiento. 	Se concluye que el duelo de los adultos que perdieron a un familiar en la pandemia sigue un ciclo ajustado al contexto, que incluye shock, liberación de emociones, la negociación de la carga, la desesperanza y la adaptación usando estrategias de afrontamiento como negación, aceptación, búsqueda de apoyo y resiliencia para gestionar emociones y reconstruir su equilibrio emocional.
Sapo, Delgado, Calderón, Aranda y Ramírez, 2023	<ul style="list-style-type: none"> Diseño no experimental. Enfoque cuantitativo. 305 adultos de 18 a 82 años de Chiclayo. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. Duelo. 	Se estableció una correlación con una intensidad de débil a moderada e inversamente proporcional entre las dimensiones del duelo y las de resiliencia.
Castagnola, Cotrina-Aliaga y Aguinaga-Villegas, 2021	<ul style="list-style-type: none"> Diseño no experimental. Enfoque mixto. 261 adultos de 20 a 60 años de Lima. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. 	En conclusión, la resiliencia post pandemia se puede advertir en los encuestados que se encuentran proclives a un estado de depresión y ansiedad, el mismo que debe ser atendido con apoyo psicosocial.
Mayland, Harding, Preston y Payne, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. 218 artículos. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Luto. 	Dada la falta de investigaciones, es crucial explorar el impacto del COVID-19 en las personas en duelo, promoviendo enfoques innovadores y adaptando rituales de luto, con un liderazgo y coordinación eficaces entre organizaciones de apoyo al duelo.
Walsh, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo-explicativo. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. Duelo. 	Para enfrentar las pérdidas traumáticas durante la pandemia, es crucial adoptar un enfoque que fomente la resiliencia y el

				apoyo mutuo en un contexto familiar.
Awang, Ab, Hanin y Mohd, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo-explicativo. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. Duelo. Estrés. 	La espiritualidad, especialmente la internalización de la religión, es una estrategia clave para afrontar el estrés generado por el COVID-19.
Benyshek, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo-explicativo. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. Duelo. 	El artículo concluye que las experiencias de estrés y sufrimiento durante la pandemia, junto con la creciente conciencia sobre el racismo sistémico, fueron mitigadas en parte por la creatividad y la resiliencia de las personas.
Elfers, Hlava, Sharpe, Arreguin y McGregor, 2023	<ul style="list-style-type: none"> Diseño no experimental. Enfoque cuantitativo. 619 adultos de 18 a 70 de Estados Unidos. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. Duelo. Gratitud trascendental. Conciencia no dual. 	El estudio concluye que cultivar la gratitud y la conciencia no dual puede tener un valor significativo en la mejora de la resiliencia para afrontar el duelo.
Sani, Chemrouk, Lassagne, Cape, Ngo, Cherblanc y Bacqué, 2024	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo. 31 adultos de Francia. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. Duelo. 	El estudio concluye que el confinamiento tuvo un impacto considerable en el proceso de duelo, especialmente en personas que perdieron a un ser querido durante el primer confinamiento, quienes enfrentaron dificultades debido a las restricciones y la imposibilidad de realizar rituales de despedida tradicionales.
Zhai y Du, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Estrategias de afrontamiento. 	El estudio concluye que, para abordar eficazmente el duelo durante la pandemia, es crucial reconocer la singularidad de cada individuo y su proceso de pérdida, por ende, las estrategias de apoyo deben ser personalizadas para promover una adaptación funcional al duelo.
Goveas y Shear, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Estrategias de afrontamiento. 	Debido a las condiciones creadas por la pandemia de COVID-19, es probable que se observe un aumento en los casos de trastorno de duelo prolongado, especialmente entre los adultos mayores, quienes podrían estar más vulnerables a esta condición.
Mansoori, Khodabakshi, Reza y Kashani, 2023	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo. 20 adultos de Irán. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Luto. Estrategias de afrontamiento. 	Los sobrevivientes del COVID-19 que están de luto por la pérdida de sus seres queridos pueden utilizar este modelo para comprender mejor y manejar el duelo, adaptándose a él simultáneamente.
Chacaliaza, 2022	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cuantitativo. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Estrategias de afrontamiento. 	Se concluye que la mayoría de participantes tuvo un nivel alto de resiliencia, así como, diferencias significativas en el

	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño no experimental. • 383 adultos de Ica -Perú. 			nivel de resiliencia según el género y estado sentimental en el contexto del COVID-19.
Herron, Lawrence, Newall, Ramsey, Waddell-Henowitch y Dauphinais, 2022	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • Nivel descriptivo. • 51 adultos de Manitoba - Canadá. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Bienestar mental. • Resiliencia. 	Los hallazgos resaltan la importancia de comprender el bienestar mental de los adultos mayores rurales más allá de las características individuales, considerando la influencia de los contextos materiales, sociales y culturales.
Perez-Rojo, López, Noriega, Velasco, Carretero, López-Frutos y Galarraga, 2022	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cuantitativo. • 889 de 18 a 60 años de España. 	<ul style="list-style-type: none"> • Español. 	<ul style="list-style-type: none"> • Factores estresantes. • Resiliencia. • Duelo. 	Este estudio ofrece una nueva perspectiva sobre el envejecimiento, proponiéndolo desde un enfoque positivo al centrarse en recursos fácilmente accesibles que pueden ayudar a los adultos mayores a hacer frente a situaciones adversas.
Aquino, Palomino y Vela, 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • 105 artículos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Español. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo. • Estrategias de afrontamiento. 	Existe una moderada prevalencia de factores asociados al duelo patológico en tiempos de pandemia COVID-19: la capacidad de asimilar la muerte, por la muerte no anticipada, por la impotencia de no poder salvar la vida del familiar, y por la incompreensión con la falta de información y comunicación.
Statz, Kobayashi & Finlay, 2022	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • 2,587 adultos de 55 a 67 años de Estados Unidos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Experiencias de duelo. • Estrategias de afrontamiento. 	Las pérdidas experimentadas por los adultos mayores durante la pandemia fueron amplias, extendiéndose más allá de las muertes a otras áreas significativas de la vida, con expectativas de consecuencias a largo plazo.
Barthélemy, Thango, Höhne, Lippa, Kolias, Germano, 2020	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • Nivel descriptivo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Resiliencia. • Duelo. 	Es crucial fomentar el autocuidado para garantizar que las personas sean felices y desarrollen adecuados niveles de resiliencia.
Hsu y Walters, 2024	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • 3 adultos de Estados Unidos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo. • Bienestar emocional. 	El estudio destaca el impacto significativo de la pandemia de COVID-19 en las rutinas diarias y el bienestar emocional de los adultos mayores, resaltando su resiliencia y capacidad de adaptación.
Palm, Doering, Kubiak, Geschke, Fellgiebel y Wuttke, 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cuantitativo. • 491 adultos de Alemania. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Estrés. • Duelo. 	La conclusión del estudio es que, aunque los estresores relacionados con la pérdida durante la pandemia de COVID-19, como la imposibilidad de despedirse de los seres queridos, tienen un impacto significativo en la intensidad del duelo agudo, no fueron predictores de un duelo prolongado.
Becqué, Witkamp,	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cuantitativo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo. 	Las conclusiones del estudio indican que diversos factores

Goossensen, Korfage, Van, Pasman, Onwuteaka-Philipsen y Zee, Van, 2023	<ul style="list-style-type: none"> • 200 adultos de Países Bajos. 		<ul style="list-style-type: none"> • Estrategias de afrontamiento. 	relacionados con la muerte y el proceso de duelo durante la primera ola de la pandemia de COVID-19 influyeron en el nivel de desesperación de los familiares en duelo.
Buckley, Dodd y Guerin, 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño no experimental. • Enfoque cualitativo. • 10 adultos de Irlanda. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo. • Experiencias. 	La pandemia de COVID-19 complicó significativamente el proceso de duelo, ya que las restricciones y la falta de rituales tradicionales afectaron profundamente a los duelos.
Redondo-Armenteros, Pérez-Marfil, Fernández-Alcántara, García-Caro, Cruz-Quintana y Cabañero-Martínez, 2024	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • Nivel descriptivo. • 42 adultos de 18 a 71 años de España. 	<ul style="list-style-type: none"> • Español. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo. • Estrategias de afrontamiento. 	Se destaca las características principales del duelo durante la pandemia como el impacto de las medidas restrictivas, los rituales funerarios realizados y el afrontamiento posterior; respuestas como el shock intenso, la ira, el miedo o la soledad; y la forma en que los factores que facilitan el duelo se adaptaron a las circunstancias.
Arora y Bhatia, 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • Nivel descriptivo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo. • Estrategias de afrontamiento. 	El uso de servicios funerarios virtuales, el apoyo telefónico, la psicoterapia en línea y el fomento de vínculos continuos con los difuntos son medidas que han ayudado a las personas a sobrellevar el duelo durante la pandemia.
Quijada y Gómez-Nashiki, 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • 20 adultos de 25 a 51 años de México. 	<ul style="list-style-type: none"> • Español. 	<ul style="list-style-type: none"> • Resiliencia. 	En general, la resiliencia fue fundamental para el restablecimiento del espacio escolar y la adaptación a las nuevas condiciones del sistema educativo.
Meza y Álvarez, 2022	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño no experimental. • Enfoque cuantitativo. • 7,439 de 18 a 80 años de México. 	<ul style="list-style-type: none"> • Español. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad. • Depresión. • Resiliencia. 	Se discuten estos datos en función de probables estrategias de atención a nivel comunitario y por grupos vulnerables.
Sánchez Romero, 2024	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • 14 adultos de México. 	<ul style="list-style-type: none"> • Español. 	<ul style="list-style-type: none"> • Resiliencia. 	La investigación subraya la necesidad de integrar la resiliencia en los procesos formativos del estudiantado, particularmente en la educación superior.
Gómez, Beristain, Pazaran y Dávila, 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño no experimental. • Enfoque cuantitativo. • 120 adultos de México. 	<ul style="list-style-type: none"> • Español. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo. • Estrategias de afrontamiento. 	Los hombres desarrollaron en mayor proporción duelo patológico ante la pérdida de un familiar de primer grado secundario a pandemia por COVID-19, que las mujeres.
Ortiz-Hernández, 2021	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño pre-experimental. • Enfoque mixto. 	<ul style="list-style-type: none"> • Español. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo. • Acompañamiento emocional. 	Se concluye que el programa de intervención psicoeducativa logró su objetivo de aumentar las estrategias de afrontamiento, particularmente la reevaluación

	<ul style="list-style-type: none"> • 6 adultos de 57 a 68 años de México. 			positiva y la solución de problemas. A pesar de contar con un número reducido de participantes, la intervención proporcionó valiosas oportunidades para comprender cómo los individuos se enfrentan a la pérdida de una pareja.
Araujo, García y García-Navarro, 2021	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • 13 artículos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Español. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo funcional. • Duelo complicado. • Rituales de duelo. 	En el proceso final de la vida en tiempos de la COVID-19 los profesionales sanitarios deben trabajar despedidas, los ritos fúnebres alternativos, la atención espiritual y el afrontamiento precoz que permitirán a su vez la prevención del duelo complicado.

2.6. Síntesis de resultados

De los 30 estudios seleccionados, el 70% (21) tiene una metodología basada en el enfoque cualitativo, diseño no experimental y nivel descriptivo; así como el 23.33% (7) presenta un enfoque cuantitativo, diseño no experimental y nivel correlacional; y tan solo el 6.67% (2) representa al enfoque mixto. Por otro lado, el 90% pertenecen a estudios extranjeros (Estados Unidos, Canadá, México, Francia, Irán, India, Países Bajos, Alemania, Irlanda, y España), mientras que el 10% son estudios de Perú.

Los trabajos cualitativos, que representan la mayoría de estudios en esta revisión, se centraron en conocer los niveles y las experiencias del duelo de los adultos durante la pandemia por COVID-19; asimismo, conocer las estrategias de afrontamiento utilizados para sobrellevar el duelo y luto, así como, los niveles de resiliencia presentes en los participantes (Aquino et al., 2023; Araujo et al., 2021; Arora & Bhatia, 2023; Awang et al., 2020; Barthélemy et al., 2020; Benyshek, 2020; Buckley et al., 2023; Goveas & Shear, 2020; Herron et al., 2022; Hsu & Walters, 2024; Mansoori et al., 2023; Mayland et al., 2020; Quijada & Gómez-Nashiki, 2023; Redondo-Armenteros et al., 2024; Sai et al., 2024; Sánchez &

Romero, 2024; Statz et al., 2022; Valenzuela et al., 2024; Walsh, 2020; Zhai & Du, 2020). Sin embargo, los estudios cuantitativos se enfocaron en la relación entre la resiliencia y el duelo en los adultos al perder un ser querido por COVID-19, resaltando que esta asociación es significativa estadísticamente en la mayoría de los casos registrados, dado que hubo una minoría que reportó la no significancia de esta relación (Becqué et al., 2023; Chacaliaza, 2022; Elfers et al., 2023; Gómez et al., 2023; Meza & Álvarez, 2022; Palm et al., 2023; Perez-Rojo et al., 2022; Sapo et al., 2023).

3. Resultados

Para abordar los resultados de esta investigación bibliográfica, se exploraron diversos estudios sobre la resiliencia y el duelo en adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19. La resiliencia, como capacidad de adaptación frente a situaciones adversa, juega un papel crucial en el manejo del duelo, especialmente en contextos tan complejos como el de la pandemia. En los siguientes párrafos se presentan los hallazgos correspondientes a los objetivos planteados en esta investigación, incluyendo la relación entre resiliencia y duelo, las estrategias de afrontamiento resiliente, y las variables que influyen en la resiliencia durante el proceso de duelo en este contexto particular. Estos hallazgos proporcionan una comprensión más profunda de cómo los adultos enfrentan la pérdida en un periodo de crisis global y cómo diferentes factores influyen en su capacidad de adaptación.

El objetivo general basado en explorar la relación entre resiliencia y duelo en adultos ante la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19, se identificaron investigaciones acerca de la relación significativa entre la resiliencia y el duelo en

adultos que perdieron a un ser querido por COVID-19. Estas investigaciones se encuentran en la tabla 2 y se describen a continuación:

En el artículo de Sapo et al. (2023) se reveló que la resiliencia y las dimensiones del duelo en adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a casusa del COVID-19 estaban inversamente correlacionadas, de intensidad débil a moderada ($r = -0.300$ a -0.395), y correlación estadísticamente significativa ($p = 0.000$), es decir que, a medida que los adultos experimentaban mayores niveles de resiliencia, el sufrimiento por el duelo tendía a disminuir, y viceversa. Las diferencias significativas entre hombres y mujeres en términos de comportamiento y resiliencia también fueron observadas, destacando una interacción compleja entre género y el proceso de duelo. Estos hallazgos revelan que la correlación inversa observada entre el duelo y la resiliencia se explica por la interacción de factores como la incapacidad de vivir el duelo de manera tradicional, la importancia de las características resilientes para manejar el estrés de la pérdida, y la necesidad de fortalecer la resiliencia durante este proceso.

El estudio de Perez-Rojo et al. (2022) encontró que la resiliencia esta significativamente relacionada por varios factores físicos, mentales y sociales, y juegan un papel protector frente al impacto de los estresores relacionados con la pandemia de COVID-19, como la pérdida de un ser querido. La investigación mostró que los participantes que perdieron a un ser querido debido al virus presentaron menores niveles de resiliencia, lo que indica que la experiencia del duelo por la pérdida tiene un impacto negativo en la capacidad de adaptación emocional. Además, características como la gratitud, el crecimiento personal, el

propósito de vida y niveles bajos de depresión fueron factores asociados con una mayor resiliencia.

En la investigación de Palm et al. (2023) se identificó que los factores relacionados con la pérdida de un ser querido, como la imposibilidad de despedirse o la falta de contacto físico con el fallecido debido a las restricciones del COVID-19, se asociaron con una mayor intensidad del duelo agudo ($p < 0.001$). Además, se encontró que el duelo agudo experimentado en la etapa inicial estuvo fuertemente relacionado con una mayor intensidad del duelo prolongado en la etapa posterior ($p < 0.001$); sin embargo, aunque la resiliencia no mostró una mejora sustancial en el modelo de duelo prolongado, sí se destacó que el bienestar mental y los niveles de estrés percibido son factores clave para lidiar con el duelo. Estos resultados sugieren que la resiliencia, a través de su relación con el bienestar mental y la adaptación frente a la adversidad, juega un papel en la intensidad del duelo, especialmente cuando los individuos cuentan con mayores recursos psicológicos para enfrentar los estresores relacionados con la pérdida.

Finalmente, en el estudio de Becqué et al. (2023) se identificó que la resiliencia y el duelo en adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19 se aborda indirectamente a través de los factores que predicen la desesperación en el proceso de duelo. Los resultados indican que la resiliencia puede verse afectada negativamente por diversos factores relacionados con el duelo; por ejemplo, los adultos que perdieron a sus parejas debido al COVID-19 experimentaron niveles significativamente más altos de desesperación ($p < 0.001$), lo que sugiere que una relación más cercana con el fallecido podría implicar una mayor carga emocional en el proceso de duelo. Además, aquellos que valoraron

negativamente cómo murió la persona también reportaron mayores niveles de desesperación ($p = 0.009$), lo cual refleja una falta de resolución emocional frente a la muerte. Los deseos no cumplidos fueron otro factor significativo ($p < 0.001$), lo que indica que los lamentos no resueltos pueden dificultar el proceso de resiliencia y adaptación al fallecimiento de los seres queridos.

Entonces, se encontró en el primer objetivo específico que la resiliencia y el duelo en adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19 están profundamente correlacionadas. Los estudios de Sapo et al. (2023) y Pérez-Rojo et al. (2022) revelan que la resiliencia tiende a disminuir a medida que los individuos experimentan niveles más altos de sufrimiento por el duelo, destacando una correlación inversa significativa entre ambas variables. Por otro lado, el estudio de Palm et al. (2023) enfatiza que los factores como la imposibilidad de despedirse del ser querido o la falta de contacto físico con el fallecido debido al COVID-19, se asocia con una mayor intensidad del duelo agudo. Por último, en el estudio de Becqué et al. (2023), se observó que en la resiliencia influye negativamente factores como la relación cercana con el fallecido, dado que los adultos que perdieron a sus parejas debido al COVID-19 experimentaron niveles significativamente más altos de desesperación. En conjunto, estos estudios subrayan que la resiliencia y el duelo, así como los factores que las involucran, se relacionan significativamente.

Tabla 2

Lista de investigaciones que responden al objetivo general

Autor y año	Diseño de investigación, método y muestra	Idioma	Variable de investigación	Hallazgos clave
Sapo, Delgado, Calderón,	• Diseño experimental.	no • Español.	• Resiliencia. • Duelo.	Se estableció una correlación con una intensidad de débil a moderada e inversamente

Aranda y Ramírez, 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cuantitativo. • 305 adultos de 18 a 82 años de Chiclayo. 			proporcional entre las dimensiones del duelo y las de resiliencia.
Perez-Rojo, López, Noriega, Velasco, Carretero, López-Frutos y Galarraga, 2022	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cuantitativo. • 889 de 18 a 60 años de España. 	<ul style="list-style-type: none"> • Español. 	<ul style="list-style-type: none"> • Factores estresantes. • Resiliencia. • Duelo. 	Este estudio ofrece una nueva perspectiva sobre el envejecimiento, proponiéndolo desde un enfoque positivo al centrarse en recursos fácilmente accesibles que pueden ayudar a los adultos mayores a hacer frente a situaciones adversas.
Palm, Doering, Kubiak, Geschke, Fellgiebel y Wuttke, 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cuantitativo. • 491 adultos de Alemania. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Estrés. • Duelo. 	Los estresores relacionados con la pérdida durante el COVID-19 tienen un impacto significativo en la intensidad del duelo, pero no predicen el duelo prolongado.
Becqué, Witkamp, Goossensen, Korfage, Van, Pasman, Onwuteaka-Philipsen y Zee, Van, 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cuantitativo. • 200 adultos de Países Bajos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo. • Estrategias de afrontamiento. 	Las conclusiones del estudio indican que diversos factores relacionados con la muerte y el proceso de duelo durante la primera ola de la pandemia de COVID-19 influyeron en el nivel de desesperación de los familiares en duelo.

Con respecto al primer objetivo específico, centrado en analizar la función de la resiliencia en el proceso de duelo en adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19, se encontraron diversos estudios que evidencian el papel fundamental de la resiliencia en el proceso de duelo de los adultos por la pérdida de un ser querido por COVID-19. Estos estudios se encuentran en la tabla 3 y se describen a continuación:

En el estudio de Valenzuela et al. (2024) se identificó que la resiliencia se relaciona de manera crucial en el proceso del duelo de los adultos que perdieron a un ser querido por COVID-19. En las distintas fases del duelo, la resiliencia facilita la capacidad de las personas para manejar el impacto emocional de la pérdida, comenzando con el shock e incredulidad ante la imposibilidad de despedirse del ser querido debido a las medidas de bioseguridad. A medida que avanza el proceso, la resiliencia permite la liberación de emociones reprimidas, como la ira y la

impotencia, ayudando a los individuos a expresar y procesar estos sentimientos sin quedar atrapados en ellos. Posteriormente, en la negociación de la carga emocional, la resiliencia facilita la reconciliación con las emociones desbordadas, permitiendo a las personas encontrar un equilibrio interno. En la fase de desesperanza, la resiliencia interviene al ofrecer la fortaleza necesaria para superar la tristeza profunda y la falta de sentido, apoyando la búsqueda de un propósito. Finalmente, la resiliencia contribuye a la adaptación ante la pérdida, ayudando a los adultos a reorganizar su vida y aceptar la nueva realidad sin olvidar el dolor, pero con la capacidad de reconstruir su bienestar emocional y continuar con su vida.

En el artículo de Walsh (2020) se subrayó que la resiliencia no se trata de “volver atrás” a una normalidad previa, sino de “avanzar hacia adelante”, adaptándose a una nueva realidad tras una crisis. En el contexto del duelo por la pandemia, los adultos deben reconstruir un sentido de normalidad, ajustándose a la transformación de sus vidas debido a la pérdida y a los cambios impuestos por la crisis; por ende, la resiliencia es un factor clave, dado que les permite enfrentar el futuro incierto, encontrar significado en la experiencia del sufrimiento y, con el tiempo, salir más fortalecidos.

En el estudio de Awang et al. (2020) se encontró que la resiliencia facilita la capacidad de los adultos para alternar entre dos orientaciones de afrontamiento frente al duelo: “Loss-Oriented Coping”, centrada en el trabajo del duelo y la confrontación con la pérdida, y la “Restoration-Oriented Coping”, enfocada en adaptarse a los cambios y avanzar hacia una nueva vida. Esta oscilación entre ambos tipos de afrontamiento permite a los adultos procesar su dolor mientras, simultáneamente, comienzan a hacer ajustes en su vida cotidiana, adoptando nuevas

responsabilidades, cambiando roles y encontrando formas de continuar sin olvidar la pérdida. La resiliencia, al facilitar esta alternancia entre el trabajo de duelo y la adaptación a la nueva realidad, ayuda a los individuos a avanzar en su proceso de duelo de manera saludable, encontrando equilibrio y permitiendo un crecimiento positivo a pesar del sufrimiento causado por la pandemia.

En el artículo de Benyshek (2020) se encontró que la resiliencia se relaciona de manera significativa con el proceso de duelo en adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19, ya que la resiliencia emerge a través de la creatividad cotidiana y las adaptaciones de los individuos ante el estrés y la pérdida. En el contexto de la pandemia, los adultos en duelo mostraron una capacidad notable para fortalecer sus relaciones y fomentar el crecimiento personal a pesar del sufrimiento. La resiliencia permitió que las personas no solo afrontan el duelo por la pérdida de seres queridos, sino que también encontraran formas de generar significado y esperanza en medio de la adversidad, contribuyendo a la transformación personal y social.

La investigación de Sani et al. (2024) profundiza en la capacidad de resiliencia de los individuos, dado que esta afectó significativamente la forma en que los adultos manejaron el duelo por COVID-19, especialmente en el contexto de restricciones y aislamiento social. Los participantes que perdieron un ser querido durante el primer confinamiento experimentaron un duelo más intenso y prolongado debido a la imposibilidad de despedirse adecuadamente y la falta de los rituales tradicionales de despedida; sin embargo, la resiliencia permitió que muchos adultos se adaptaran a esta nueva realidad, buscando apoyo social y emocional a través de redes virtuales y recursos disponibles.

El estudio de Barthélemy et al. (2020) se enfocó en la resiliencia en profesionales que presenciaron pérdidas humanas durante la pandemia, destacando que esta inicia con el reconocimiento de que las emociones negativas, como la tristeza o ansiedad por el duelo, son respuestas naturales ante una crisis, y no deben ser vistas como problemas a resolver, sino como una parte inherente de la experiencia humana. En este contexto, la resiliencia permite que las personas no solo afronten el dolor del duelo, sino que también encuentren maneras de adaptarse y crecer a través de la experiencia, mitigando el impacto negativo a largo plazo y favoreciendo su bienestar emocional y social.

El estudio de Buckley et al. (2023) destaca los obstáculos emocionales y sociales experimentados en el duelo durante la pandemia, incluyendo la falta de rituales tradicionales. Sin embargo, también se observan aspectos positivos en la creación de nuevos rituales y una mayor conexión familiar, lo que refleja cómo los individuos pueden adaptarse a nuevas formas de afrontar el duelo. Entonces, la resiliencia en el proceso de duelo se ve influenciada por la capacidad de los adultos para encontrar nuevas formas de procesar la pérdida, a pesar de las circunstancias extraordinarias impuestas por la pandemia, dado que se encontró una relación significativa entre las variables.

La investigación de Redondo-Armenteros et al. (2024) destaca que la resiliencia desempeña un papel fundamental en el duelo de adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19. Esta capacidad se ve facilitada por el apoyo social y la adaptación emocional a las nuevas circunstancias impuestas por la pandemia. En este sentido, el duelo de los individuos se ve influido positivamente por factores como el respaldo externo y la

capacidad de ajustarse a la situación, lo que les permite gestionar mejor sus emociones y superar la pérdida; es así como, la resiliencia no solo permite a las personas enfrentar el dolor de la pérdida, sino que también las ayuda a adaptarse a las dificultades generadas por las restricciones pandémicas, promoviendo un proceso de duelo más saludable y constructivo.

Por último, en la investigación de Zhai & Du (2020) se subrayó que la resiliencia juega un papel fundamental en el proceso de duelo de los adultos que han perdido a un ser querido debido al COVID-19. La pandemia ha representado una amenaza extrema para la salud global, llevando consigo una pérdida significativa que afecta profundamente a las personas, por ende, la resiliencia facilita la adaptación funcional a esta pérdida, permitiendo a los individuos procesar su dolor y ajustarse a la nueva realidad emocional. Esta capacidad ayuda a mitigar los efectos negativos del duelo, como la angustia mental y física, al fomentar estrategias personalizadas que se ajusten a las necesidades únicas de cada persona. Así, la resiliencia no solo permite una mejor gestión del duelo, sino que también contribuye al bienestar emocional y mental de los adultos, ayudándolos a enfrentar las dificultades derivadas de la pandemia y recuperar el equilibrio en sus vidas.

Entonces, se encontró en el objetivo general que la resiliencia, al permitir que los individuos manejen el impacto emocional de la pérdida, se observa en las distintas fases del duelo, desde el shock inicial hasta la adaptación a la nueva realidad (Valenzuela et al., 2024). A medida que las personas avanzan en su proceso de duelo, la resiliencia facilita tanto la confrontación con el dolor a través del trabajo del duelo (Awang et al., 2020) como la adaptación a la vida post-pérdida, promoviendo un equilibrio entre las emociones y los cambios necesarios en la vida

diaria (Redondo-Armenteros et al., 2024; Sani et al., 2024; Walsh, 2020). Además, la resiliencia facilita la adaptación funcional a la pérdida, mitigando la angustia emocional y promoviendo un bienestar general, ajustándose a las necesidades únicas de cada persona durante la crisis y creando nuevos rituales fúnebres y mayor conexión familiar (Barthélemy et al., 2020; Buckley et al., 2023; Zhai & Du, 2020). En este contexto, la capacidad de los individuos para encontrar nuevas formas de dar sentido a la pérdida y generar esperanza, como se observa en las estrategias cotidianas adaptativas durante la pandemia, también contribuye a la resiliencia (Benyshek, 2020). En conjunto, los hallazgos sugieren que la resiliencia no solo ayuda a las personas a superar el dolor inmediato de la pérdida, sino que también les permite reconstruir su vida, aprender del sufrimiento y salir fortalecidos a pesar de las adversidades.

Tabla 3

Lista de investigaciones que responden al primer objetivo específico

Autor y año	Diseño de investigación, método y muestra	Idioma	Variable de investigación	Hallazgos clave
Valenzuela, English, Malvaceda-Espinoza, Mamani-Benito y Carranza, 2024	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. 10 adultos de 23 a 54 años de Lima Metropolitana. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Estrategias de afrontamiento. 	Se concluye que el duelo de los adultos que perdieron a un familiar en la pandemia sigue un ciclo ajustado al contexto, que incluye shock, liberación de emociones, la negociación de la carga, la desesperanza y la adaptación usando estrategias de afrontamiento como negación, aceptación, búsqueda de apoyo y resiliencia para gestionar emociones y reconstruir su equilibrio emocional.
Walsh, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo-explicativo. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. Duelo. 	Para enfrentar las pérdidas traumáticas durante la pandemia, es crucial adoptar un enfoque que fomente la resiliencia y el apoyo mutuo en un contexto familiar.
Awang, Ab, Hanin y Mohd, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. Duelo. Estrés. 	La espiritualidad, especialmente la internalización de la religión es una estrategia clave para afrontar

	<ul style="list-style-type: none"> Nivel descriptivo-explicativo. 			el estrés generado por COVID-19.
Benyshek, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo-explicativo. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. Duelo. 	Las experiencias de estrés y sufrimiento durante la pandemia fueron mitigadas en parte por la creatividad y la resiliencia de las personas.
Sani, Chemrouk, Lassagne, Cape, Ngo, Cherblanc y Bacqué, 2024	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo. 31 adultos de Francia. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. Duelo. 	El confinamiento tuvo un impacto considerable en el proceso de duelo, especialmente en personas que perdieron a un ser querido durante el primer confinamiento, quienes enfrentaron dificultades adicionales debido a las restricciones de salud y la imposibilidad de realizar rituales de despedida tradicionales.
Barthélemy, Thango, Höhne, Lippa, Kolias, Germano, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. Duelo. 	Es crucial fomentar el autocuidado para garantizar que las personas sean felices y desarrollen adecuados niveles de resiliencia.
Buckley, Dodd y Guerin, 2023	<ul style="list-style-type: none"> Diseño experimental. Enfoque cualitativo. 10 adultos de Irlanda. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Experiencias. 	La pandemia de COVID-19 complicó significativamente el proceso de duelo, ya que las restricciones y la falta de rituales tradicionales afectaron profundamente a los duelos.
Redondo-Armenteros, Pérez-Marfil, Fernández-Alcántara, García-Caro, Cruz-Quintana y Cabañero-Martínez, 2024	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo. 42 adultos de 18 a 71 años de España. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Estrategias de afrontamiento. 	Este estudio destaca las características principales del duelo durante la pandemia, incluidos el impacto de las medidas restrictivas; los rituales funerarios realizados y el afrontamiento posterior; respuestas como el shock intenso, la ira, el miedo o la soledad; y la forma en que los factores que facilitan el proceso de duelo.
Zhai y Du, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Estrategias de afrontamiento. 	El estudio concluye que, para abordar eficazmente el duelo durante la pandemia, es crucial reconocer la singularidad de cada individuo y su proceso de pérdida, por ende, las estrategias de apoyo deben ser personalizadas para promover una adaptación funcional al duelo.

En base al segundo objetivo específico, enfocado en identificar las estrategias de afrontamiento resiliente en adultos que han perdido un ser querido por el COVID-19, se encontraron varios estudios que revelaron las diversas estrategias de afrontamiento resiliente empleadas por los adultos para lidiar con el

duelo por la pérdida de un ser querido por COVID-19, siendo las más destacadas la reevaluación positiva de la pérdida y el apoyo social virtual. Estos estudios se encuentran en la tabla 4 y se describen a continuación:

El estudio de Castagnola et al. (2021) encontró que, los adultos que han perdido a un ser querido debido al COVID-19 emplearon diversas estrategias de afrontamiento resiliente para el manejo del duelo. Mantenerse positivos, tener una actitud positiva y sentirse orgullosos por sus logros durante la pandemia, les permitió superar obstáculos, dado que estas personas fueron capaces de manejar múltiples situaciones difíciles a la vez, lo que refleja su habilidad para adaptarse a circunstancias adversas.

El estudio de Mayland et al. (2020) señaló que la adaptación de rituales de despedida y fomento de conexiones sociales a pesar de las restricciones impuestas por la pandemia se emplearon como estrategias de afrontamiento resiliente por los adultos para lidiar con el duelo por COVID-19. Las personas afectadas encontraron formas innovadoras de promover la conexión con el fallecido, como la organización de reuniones virtuales o el uso de espacios con barreras transparentes para facilitar la comunicación con familiares. También se destacó la importancia de respetar las tradiciones culturales y religiosas, permitiendo la presencia de líderes religiosos o creando espacios para realizar rituales de duelo. Además, el apoyo psicosocial formal e informal, tanto de servicios de salud mental como de iniciativas comunitarias, se identificó como clave para ayudar a los dolientes a enfrentar las pérdidas, al ofrecer apoyo emocional y facilitar la adaptación a los cambios derivados de la pandemia.

En el artículo de Elfers et al. (2023) se encontró que la gratitud y la conciencia no dual fueron factores clave para mejorar la resiliencia en el duelo. Las correlaciones entre estos factores sugieren que cultivar estas actitudes pueden favorecer un crecimiento personal y una mejor adaptación al duelo; así como, se identificó que los esfuerzos para manejar las emociones abrumadoras durante el duelo estaban relacionados negativamente con la resiliencia. Por ende, el desarrollo de habilidades emocionales previas al duelo, como la gratitud, puede ser una herramienta importante para afrontar la pérdida de manera más efectiva.

La investigación de Herron et al. (2022) destacó que, durante la pandemia, las estrategias individuales y comunitarias fueron fundamentales para apoyar el bienestar de los adultos mayores, quienes enfrentaron una amplia gama de pérdidas. Así, mediante la conexión con seres queridos, el apoyo comunitario y el acceso a recursos en salud, los participantes fueron capaces de afrontar el estrés y la tristeza derivada de las pérdidas. También, se resaltó la importancia de la resiliencia social, especialmente para aquellos que viven en áreas rurales, donde los recursos son limitados. Entonces, se mostró que los apoyos colectivos y comunitarios son esenciales para fortalecer la resiliencia frente a la crisis.

En la investigación de Statz et al. (2022), las estrategias de afrontamiento resiliente en el duelo de los adultos mayores incluyen la búsqueda de apoyo social y la adaptación a nuevas rutinas. Se identificaron diversas fuentes de duelo iban más allá de la muerte, como la pérdida de contacto social, la cancelación de planes y la pérdida de normalidad; es así como, para manejar estos desafíos muchos adultos mayores recurrieron a redes de apoyo, como la familia, amigos y servicios de salud mental, para ayudar a enfrentar las pérdida emocionales y sociales. Asimismo,

algunos se enfocaron en redefinir sus actividades diarias y encontrar nuevos propósitos dentro de un contexto alterado por la pandemia.

En la investigación de Sánchez & Romero (2024) se observó que las estrategias de afrontamiento empleados por los jóvenes y adultos para lidiar con el duelo por la pérdida de un ser querido debido al COVID-19 incluyeron al apoyo mutuo de la familia y los amigos, la creación de nuevos hábitos de vida, y el uso de recursos emocionales y psicosociales, como el arte y actividades creativas. Además, la resiliencia se fortaleció mediante el regreso a actividades sociales y educativas, como el regreso a la presencialidad escolar, donde el apoyo de docentes y compañeros desempeñó un papel clave. La integración de actividades artísticas, como canto, danza y pintura, también ayudó a canalizar el dolor y a fomentar la creatividad como una herramienta para sobrellevar la adversidad.

El artículo de Ortiz-Hernández (2021) identificó que las estrategias de afrontamiento empleadas por adultos mayores para lidiar con el duelo por la pérdida de personas cercanas incluyen principalmente la reevaluación positiva y la solución de problemas. Además, la solución de problemas les permitió desarrollar habilidades prácticas para manejar los desafíos emocionales y cotidianos derivados del duelo. Por último, el apoyo social y emocional fue importante, dado que la distancia física y la limitación de servicios presenciales complicaban el acceso a acompañamiento profesional.

En la investigación de Araujo et al. (2021) se destacó que las estrategias de afrontamiento empleados por los adultos que atravesaban por un duelo debido al COVID-19, incluyeron la adaptación de los rituales de despedida a circunstancias excepcionales, el apoyo emocional continuo y la comunicación efectiva entre los

profesionales sanitarios y las familias. Específicamente, se destaca el uso de tecnologías para facilitar la despedida virtual, la realización de diarios o cartas de condolencia, y el acompañamiento emocional a través de seguimiento telefónico.

Por último, en la investigación de Quijada & Gómez-Nashiki (2023) destacó que los adultos usaron estrategias tanto individuales como colectivas para hacer frente a las adversidades laborales y personales, tales como la resiliencia grupal y gestión colectiva que incluye el fortalecimiento de redes de apoyo. En cuanto a la resiliencia individual, las estrategias destacadas fueron la empatía y la creatividad para adaptarse a nuevas formas de convivencia, así como la autorreflexión, sentido del humor, creencias religiosas y las experiencias previas ante crisis, que les ayudaron a enfrentar el duelo. Entonces, las estrategias resilientes grupales e individuales, como el apoyo social y la empatía, fueron cruciales para la continuidad de la cotidianidad en tiempos de crisis.

Entonces, se encontró en el segundo objetivo específico que, a lo largo de las investigaciones, se observó que tanto las estrategias individuales como colectivas desempeñaron un papel fundamental en la adaptación a la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19. Las estrategias resilientes más comunes incluyen el fomento de actitudes positivas como la gratitud, la reevaluación positiva y la conciencia no dual para mejorar la adaptación al duelo (Castagnola et al., 2021; Elfers et al., 2023; Ortiz-Hernández, 2021), el fortalecimiento de conexiones sociales a pesar de las restricciones (Herron et al., 2022; Mayland et al., 2020; Quijada & Gómez-Nashiki, 2023), y la adaptación de rituales de despedida mediante el uso de tecnologías y espacios alternativos (Araujo et al., 2021; Mayland et al., 2021). Asimismo, la creación de nuevos hábitos y el apoyo emocional -formal

e informal- fueron identificaron como esenciales para afrontar el duelo (Statz et al., 2022). Además, estas estrategias de afrontamiento resiliente combinaron tanto el apoyo social familiar (familia y amigos) como el apoyo institucional (escuela, grupos de apoyo comunitario), lo que favoreció una mejor adaptación emocional y psicosocial al duelo (Sánchez & Romero, 2024). En conjunto, estos hallazgos subrayan que las estrategias de afrontamiento resiliente estrategias no solo abarcan aspectos emocionales y psicosociales, sino también contribuyen a la redefinición de la rutina diaria, el crecimiento personal y el fortalecimiento de redes de apoyo social, con el objetivo de prevenir un duelo complicado y facilitar una adaptación más saludable ante la pérdida.

Tabla 4

Lista de investigaciones que responden al segundo objetivo específico

Autor y año	Diseño de investigación, método y muestra	Idioma	Variable de investigación	Hallazgos clave
Castagnola, Cotrina-Aliaga y Aguinaga-Villegas, 2021	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño experimental. • Enfoque mixto. • 261 adultos de 20 a 60 años de Lima. 	<ul style="list-style-type: none"> • Español. 	<ul style="list-style-type: none"> • Resiliencia. 	En conclusión, la resiliencia post pandemia se puede advertir en los encuestados que se encuentran proclives a un estado de depresión y ansiedad, el mismo que debe ser atendido por los especialistas brindando un apoyo psicosocial.
Mayland, Harding, Preston y Payne, 2020	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • 218 artículos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo. • Luto. 	Dada la falta de investigaciones, es crucial explorar el impacto del COVID-19 en las personas en duelo, promoviendo enfoques innovadores y adaptando rituales de luto, con un liderazgo y coordinación eficaces entre organizaciones de apoyo al duelo.
Elfers, Hlava, Sharpe, Arreguin y McGregor, 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño experimental. • Enfoque cuantitativo. • 619 adultos de 18 a 70 de Estados Unidos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Resiliencia. • Duelo. • Gratitud • Conciencia no dual. 	El estudio concluye que cultivar la gratitud y la conciencia no dual puede tener un valor significativo en la mejora de la resiliencia para afrontar el duelo.
Herron, Lawrence, Newall,	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Bienestar mental. • Resiliencia. 	Los hallazgos resaltan la importancia de comprender el bienestar mental de los adultos

Ramsey, Waddell-Henowitch y Dauphinais, 2022	<ul style="list-style-type: none"> Nivel descriptivo. 51 adultos de Manitoba - Canadá. 			mayores rurales más allá de las características individuales, considerando la influencia de los contextos materiales, sociales y culturales.
Statz, Kobayashi & Finlay, 2022	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. 2,587 adultos de 55 a 67 años de Estados Unidos. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Experiencias de duelo. Estrategias de afrontamiento. 	Las pérdidas experimentadas por los adultos mayores durante la pandemia fueron amplias, extendiéndose más allá de las muertes a otras áreas significativas de la vida, con expectativas de consecuencias a largo plazo.
Sánchez y Romero, 2024	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. 14 adultos de México. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. 	La investigación subraya la necesidad de integrar la resiliencia en los procesos formativos del estudiantado, particularmente en la educación superior.
Ortiz-Hernández, 2021	<ul style="list-style-type: none"> Diseño preexperimental. Enfoque mixto. 6 adultos de 57 a 68 años de México. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Acompañamiento emocional. 	Se concluye que el programa de intervención psicoeducativa logró su objetivo de aumentar las estrategias de afrontamiento, particularmente la reevaluación positiva y la solución de problemas.
Araujo, García y García-Navarro, 2021	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. 13 artículos. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo funcional. Duelo complicado. Rituales de duelo. 	En el proceso final de la vida en tiempos de la COVID-19 los profesionales sanitarios deben trabajar despedidas, los ritos fúnebres alternativos, la atención espiritual y el afrontamiento precoz que permitirán a su vez la prevención del duelo complicado.
Quijada y Gómez-Nashiki, 2023	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. 20 adultos de 25 a 51 años de México. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Resiliencia. 	En general, la resiliencia fue fundamental para el restablecimiento del espacio escolar y la adaptación a las nuevas condiciones del sistema educativo.

Finalmente, con respecto al tercer objetivo específico, centrado en explorar las variables que influyen en la resiliencia durante el duelo, como factores psicológicos y características sociales y demográficas, en adultos que han perdido un ser querido por el COVID-19, se encontraron diversas investigaciones que reflejan el papel fundamental de las variables psicológicas y sociales, como la salud mental previa, el apoyo social y la edad, en la resiliencia de los adultos durante el

duelo por la pérdida de un ser querido por COVID-19. Estas investigaciones se encuentran en la tabla 5 y se describen a continuación:

En la investigación de Goveas & Shear (2020) se evidenció que las variables que influyen en la resiliencia durante el duelo en adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19 incluyen, en primer lugar, la falta de apoyo social y los rituales culturales y sociales. La pandemia ha impedido que los individuos puedan contar con el consuelo de sus redes de apoyo habituales, ya que las medidas de distanciamiento físico y las restricciones a los rituales funerarios tradicionales han afectado la forma en que las personas se despiden de sus seres queridos. Además, los estresores adicionales derivados de las políticas del COVID-19, como la incertidumbre económica, la salud y la seguridad, complican aún más el proceso de duelo. El impacto de estos factores es más pronunciado en personas mayores que, debido a su vulnerabilidad física y emocional, podrían experimentar un duelo más intenso y prolongado.

El estudio de Mansoori et al. (2023) presentó a diversas variables que influyen en la resiliencia durante el duelo en adultos, los cuales abarcan, en primer lugar, a factores subyacentes que afectan el duelo, como las creencias y actitudes hacia la muerte y el más allá, la reacción pública frente al duelo y, la posición y el rol específico del fallecido. En segundo lugar, la naturaleza y el desarrollo del duelo, que incluye sentimientos de ira hacia la comunidad y el personal médico, la naturaleza de la muerte relacionada con el COVID-19 y la tendencia a culparse a uno mismo por la enfermedad y muerte del ser querido. Finalmente, la adaptación y manejo del duelo, donde se destacan estrategias de afrontamiento ante la muerte y el significado de la vida, la inducción de la vida en uno mismo y en otros

sobrevivientes, y el cambio en los patrones de pensamiento y comportamiento hacia los demás y la vida. Estas variables contribuyen a una gestión óptima de la resiliencia en el duelo, ayudando a los sobrevivientes a adaptarse mejor al duelo y adoptar estrategias de afrontamiento efectivas durante la pandemia.

El estudio de Chacaliza (2022) identificó a ciertas variables que influyen en la resiliencia durante el duelo por COVID-19 en adultos. Una de estas es la edad, ya que se encontraron diferencias significativas en el nivel de resiliencia según los grupos etarios, siendo las personas de 34 a 49 años las que mostraron mayores niveles de resiliencia. Asimismo, las dimensiones de resiliencia como la ecuanimidad, perseverancia, confianza en sí mismo, satisfacción personal y sentirse bien solo, juegan un papel crucial, ya que se observó que la mayoría de los participantes presentaron porcentajes muy altos en estas áreas.

En el artículo de Aquino et al. (2023) se reveló que las variables influyentes en la resiliencia en el duelo por COVID-19 de adultos involucraba a factores emocionales, sociales y contextuales. El miedo y la incertidumbre, el aislamiento social y las restricciones de movilidad impactaron significativamente el proceso de duelo, generando sentimientos de angustia y dificultando la adaptación emocional. El género también fue identificado como una variable importante, ya que las mujeres tendieron a mostrar un mayor impacto emocional y un mayor riesgo de duelo patológico debido a las expectativas sociales relacionadas con su rol afectivo, mientras que los hombres tendieron a reprimir más sus sentimientos. La despedida final fue otro factor clave, ya que las restricciones impuestas durante la pandemia impidieron que muchos familiares pudieran despedirse de sus seres queridos de manera presencial, lo cual afectó negativamente la evolución del duelo.

El artículo de Hsu & Walters (2024) subrayó que las variables asociadas a la resiliencia durante el duelo en adultos abarcan a la adaptación a cambios en la rutina diaria, las estrategias emocionales frente a desafíos, y el uso de la tecnología. Los participantes adaptaron sus rutinas de diferentes maneras, como aumentar la comunicación digital, ajustar sus horarios de compras, o participar en actividades comunitarias, lo cual proporcionó estructura y propósito durante la pandemia. Asimismo, el deseo de retomar la normalidad también influyó en la resiliencia, ya que los participantes tenían diferentes actitudes hacia la vuelta a sus rutinas previas, con algunos más conformes con las restricciones y otros deseando regresar rápidamente a sus actividades cotidianas.

La investigación de Arora & Bhatia (2023) destacó que las pérdidas durante la pandemia de COVID-19 fueron mucho más difíciles debido a la falta de recursos de apoyo como la ausencia de rituales funerarios tradicionales, la falta de apoyo social y la incertidumbre sobre el futuro fueron factores que dificultaron la adaptación al duelo. Entonces, los servicios funerarios virtuales y el apoyo en línea fueron esenciales para mitigar los efectos negativos del duelo, mostrando que la adaptación de los rituales y el apoyo mediante las plataformas digitales es crucial en tiempos de crisis.

La investigación de Gómez et al. (2023) reveló que las variables sociodemográficas, como el género y la edad, tienen un impacto significativo en el desarrollo del duelo patológico, lo que a su vez afecta la resiliencia. En este sentido, se encontró que los hombres presentaron duelo patológico en mayor proporción (88%) en comparación con las mujeres (57.1%), lo que sugiere que los hombres podrían enfrentar mayores dificultades para adaptarse al duelo. Además, la edad

también puede influir en la resiliencia, ya que los adultos mayores (63.4%) presentaron mayores desafíos en el proceso de duelo, potencialmente debido a la acumulación de pérdidas y la falta de recursos adaptativos.

Finalmente, en el estudio de Meza & Álvarez (2022), se encontró que las personas con mayor resiliencia mostraron niveles menores de ansiedad y depresión, lo que indica que los factores psicológicos como la capacidad de adaptación emocional son cruciales para afrontar el duelo a causa del COVID-19. Asimismo, las características sociales como el apoyo social y la red de contactos juegan un rol fundamental en la capacidad de los dolientes para manejar las emociones asociadas con la muerte, destacando la importancia de tener redes de apoyo efectivas y recursos emocionales en tiempos de crisis. Así, estos factores psicológicos y sociales intervienen en el proceso de adaptación al duelo; mientras que la depresión y ansiedad tienen un impacto negativo en el manejo del duelo, el apoyo social actúa como un factor protector, fortaleciendo la resiliencia frente a las emociones negativas asociadas con la pérdida. De esta manera, el apoyo social facilita una adaptación más saludable al proceso de duelo, aliviando los efectos del dolor emocional derivado de la muerte de un ser querido.

Entonces, se encontró en el tercer objetivo específico que, la falta de apoyo social y la ausencia de rituales funerarios tradicionales fueron factores comunes en todos los estudios revisados, lo que dificultó que los dolientes pudieran atravesar el duelo de manera adaptativa. Las restricciones sociales y la falta de interacción con las redes de apoyo habituales complicaron aún más la adaptación emocional (Goveas & Shear, 2020). Además, los factores psicológicos como el miedo a la enfermedad, la incertidumbre económica y la falta de un futuro claro, contribuyó a

un duelo más complejo (Arora & Bathia, 2023); así como, la capacidad de adaptación emocional es crucial para afrontar el duelo a causa del COVID-19 (Meza & Álvarez, 2022). Asimismo, la adaptación de las rutinas diarias, el uso de la tecnología para mantenerse conectados, y los servicios funerarios virtuales jugaron un papel clave en la mitigación del impacto negativo del duelo (Hsu & Walters, 2024). Por último, las variables sociodemográficas como la variable género también jugó un papel importante, ya que las mujeres tendieron a experimentar un mayor impacto emocional y mayor riesgo de duelo patológico, en contraste con los hombres, quienes tienden a reprimir más sus sentimientos (Aquino et al., 2023), sin embargo, en otro estudio se encontró que los hombres presentaron mayor predominancia de duelo patológico en comparación de las mujeres (Gómez et al., 2023); así como, las variables como la edad y el rol del fallecido también influyeron en la resiliencia de los dolientes, siendo las personas de mediana edad las que mostraron mayores dificultades para adaptarse al proceso de duelo (Chacaliza, 2022; Goveas & Shear, 2020; Mansoori et al., 2023). En conjunto, estos hallazgos destacan la complejidad del duelo en tiempos de pandemia y subrayan la importancia de los recursos de apoyo y las adaptaciones tecnológicas en la promoción de la resiliencia.

Tabla 5

Lista de investigaciones que responden al tercer objetivo específico

Autor y año	Diseño de investigación, método y muestra	Idioma	Variable de investigación	Hallazgos clave
Goveas y Shear, 2020	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque cualitativo. • Nivel descriptivo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Duelo. • Estrategias de afrontamiento. 	Debido a las condiciones creadas por la pandemia de COVID-19, es probable que se observe un aumento en los casos de trastorno de duelo prolongado, especialmente entre los adultos

				mayores, quienes podrían estar más vulnerables a esta condición.
Mansoori, Khodabakshi, Reza y Kashani, 2023	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo. 20 adultos de Irán. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Luto. Estrategias de afrontamiento. 	Los sobrevivientes del COVID-19 que están de luto por la pérdida de sus seres queridos pueden utilizar este modelo para comprender mejor y manejar el duelo, adaptándose a él simultáneamente.
Chacaliaza, 2022	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cuantitativo. Diseño no experimental. 383 adultos de Ica -Perú. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Estrategias de afrontamiento. 	Se concluye que la mayoría de los participantes tuvo un nivel alto de resiliencia, así como, hubo diferencias significativas en el nivel de resiliencia según el género y estado sentimental en el contexto del COVID-19.
Aquino, Palomino y Vela, 2023	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. 105 artículos. 	<ul style="list-style-type: none"> 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Estrategias de afrontamiento. 	Existe una moderada prevalencia de factores asociados al duelo patológico en tiempos de pandemia COVID-19: la capacidad de asimilar la muerte, por la muerte no anticipada, por la impotencia de no poder salvar la vida del familiar, y por la incomprensión con la falta de información y comunicación.
Hsu y Walters, 2024	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. 3 adultos de Estados Unidos. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Bienestar emocional. 	El estudio destaca el impacto significativo de la pandemia de COVID-19 en las rutinas diarias y el bienestar emocional de los adultos mayores, resaltando su resiliencia y capacidad de adaptación.
Arora y Bhatia, 2023	<ul style="list-style-type: none"> Enfoque cualitativo. Nivel descriptivo. 	<ul style="list-style-type: none"> Inglés. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Estrategias de afrontamiento. 	El uso de servicios funerarios virtuales, el apoyo telefónico, la psicoterapia en línea y el fomento de vínculos continuos con los difuntos son medidas que han ayudado a las personas a sobrellevar el duelo durante la pandemia.
Gómez, Beristain, Pazaran y Dávila, 2023	<ul style="list-style-type: none"> Diseño no experimental. Enfoque cuantitativo. 120 adultos de México. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Duelo. Estrategias de afrontamiento. 	Los hombres desarrollaron en mayor proporción duelo patológico ante la pérdida de un familiar de primer grado secundario a pandemia por COVID-19, que las mujeres.
Meza y Álvarez, 2022	<ul style="list-style-type: none"> Diseño no experimental. Enfoque cuantitativo. 7,439 de 18 a 80 años de México. 	<ul style="list-style-type: none"> Español. 	<ul style="list-style-type: none"> Ansiedad. Depresión. Resiliencia. 	Se discuten estos datos en función de probables estrategias de atención a nivel comunitario y por grupos vulnerables.

4. Discusión

Este estudio tuvo como objetivo principal explorar la relación entre la resiliencia y el proceso de duelo en adultos que han perdido a un ser querido debido

al COVID-19. Se encontró que la resiliencia y el duelo en adultos, que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19, están correlacionados inversa y significativamente, así la resiliencia aumenta conforme a la disminución del sufrimiento por el duelo (Pérez-Rojo et al., 2022; Sapo et al., 2023). Por otro lado, hubo estudios que destacaron una relación significativa entre la resiliencia y los factores que involucran el duelo, como la imposibilidad de despedirse del ser querido o la falta de contacto físico con el fallecido (Palm et al., 2023) y la relación cercana con el fallecido (pareja, progenitor o familia nuclear) (Becqué et al., 2023), estos factores se asocian con un mayor nivel de desesperación, por ende, una mayor intensidad del duelo. Estos hallazgos se refuerzan en la Teoría del duelo de John Bowlby enfocada en la capacidad para enfrentar el dolor del duelo y adaptarse a los cambios emocionales, la cual depende de lazos afectivos afianzados y el apoyo social disponible como estrategias esenciales para afrontar el duelo (Pelegri & Romeu, 2011).

En cuanto a la función de la resiliencia en el proceso de duelo en adultos que han perdido a un ser querido debido al COVID-19, se halló que la resiliencia es un factor psicológico clave durante el duelo y la adaptación a la pérdida, especialmente en un contexto tan complejo como el provocado por la pandemia de COVID-19 (Benyshek, 2020; Redondo-Armenteros et al., 2024). En ese sentido, la investigación de Valenzuela et al. (2024) resalta que la resiliencia facilita las fases del duelo, desde el shock inicial hasta la adaptación final, siendo de ayuda para reorganizar la vida tras la pérdida de un ser querido. Este hallazgo está en consonancia con lo estipulado por Walsh (2020) acerca de que la resiliencia no se basa en “regresar a la normalidad”, sino de avanzar y adaptarse a los cambios por

el duelo, el cual es un componente primordial en el proceso del duelo. A su vez, Awang et al. (2020) identificaron que la resiliencia permite alternar entre las emociones del duelo y la adaptación con una reorganización de la vida, crucial para procesar el dolor y los cambios en la nueva cotidianidad. En este contexto, la teoría de la resiliencia de Wagnild y Young enfatiza la idea de que la resiliencia no solo consiste en superar adversidades, sino en la capacidad para adaptarse positivamente a las dificultades y cambios mediante el desarrollo de habilidades emocionales y psicológicas (Sapo et al., 2023), alineándose con las estrategias de afrontamiento al duelo observada en los estudios mencionados.

Por otro lado, se halló que las estrategias de afrontamiento resiliente que facilitan el proceso del duelo por la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19 involucraron a aspectos individuales como el fomento de actitudes positivas como la gratitud, la reevaluación positiva y la conciencia no dual (Castagnola et al., 2021; Elfers et al., 2023; Ortiz-Hernández, 2021), así como colectivos, tales como el fortalecimiento de conexiones sociales a pesar de las restricciones y las redes de apoyo (Herron et al., 2022; Mayland et al., 2020; Quijada & Gómez-Nashiki, 2023). Sin embargo, en una investigación se resaltó que la combinación de estrategias colectivas junto con el apoyo institucional favoreció a una mejor adaptación emocional y psicosocial al duelo (Sánchez & Romero, 2024). Estas estrategias de afrontamiento se relacionan con la teoría de Wagnild y Young, que destaca la importancia de la autocompasión y disposición para enfrentar situaciones nuevas generadas por adversidades (Sapo et al., 2023). Asimismo, las estrategias enfocadas en el contexto como la falta de rituales funerarios tradicionales, las restricciones impuestas por la pandemia, la adaptación de rituales de despedida mediante el uso

de tecnologías y espacios alternativos, y la creación de nuevos hábitos y el apoyo emocional -formal e informal- fueron identificaron como esenciales para afrontar el duelo (Araujo et al., 2021; Buckley et al., 2023; Statz et al., 2022). Estas adaptaciones se relacionan con la teoría de Bowlby, que destaca la superación del dolor por la pérdida mediante la habilidad de adaptar los mecanismos de apego a nuevas situaciones; así como esta adaptación refleja el proceso de reorganización de la vida descrita en esta teoría (Brito et al., 2004).

Se encontró también que las variables psicológicas, sociodemográficas y sociales impactaron en la resiliencia de los adultos que atravesaban un duelo por la pérdida de sus seres queridos a causa del COVID-19. A nivel psicológico, el miedo a la enfermedad, la incertidumbre económica, la falta de un futuro claro, y la adaptación emocional contribuyeron a un duelo más complejo (Arora & Bathia, 2023; Meza & Álvarez, 2022). Asimismo, las variables sociales como la adaptación de las rutinas diarias, el uso de la tecnología para comunicarse y recibir servicios funerarios virtuales jugaron un papel clave en la mitigación del impacto negativo del duelo (Hsu & Walters, 2024); sin embargo, los factores contextuales como la ausencia de rituales funerarios tradicionales, las restricciones sociales, la falta de interacción con las redes de apoyo habituales dificultaron que los adultos puedan atravesar el duelo de manera adaptativa (Goveas & Shear, 2020).

Además, los factores sociodemográficos como el género, la edad y el rol del fallecido también jugaron un papel importante, ya que las mujeres experimentaron un mayor impacto emocional y mayor riesgo de duelo patológico, las personas de mediana edad mostraron mayores dificultades para adaptarse al duelo (Aquino et al., 2023; Chacaliza, 2022; Goveas & Shear, 2020; Mansoori et al., 2023). Estos

resultados resaltan la importancia del contexto cultural y social en el duelo, lo que se alinea con la teoría de Bowlby acerca del papel de los lazos afectivos y el contexto para adaptarse al duelo (Pelegrí & Romeu, 2011); así como, estos factores psicológicos y sociales son importantes para comprender cómo la resiliencia se desarrolla e influye en el duelo, tal como indica la teoría de Wagnild y Young acerca de la importancia de factores externos al momento de desarrollar la resiliencia (Sapo et al., 2023).

Este estudio contribuye a la comprensión de la resiliencia en el contexto del duelo por COVID-19, destacando que la capacidad de adaptación varía según las características individuales y las estrategias utilizadas. Las teorías sobre el duelo, como la teoría del duelo de Bowlby y la teoría de la resiliencia Wagnild y Young, pueden beneficiarse con estos hallazgos al incorporar la resiliencia como un proceso dinámico que predomina en las respuestas emocionales y psicológicas. Las implicaciones prácticas subrayan la necesidad de intervenciones personalizadas que reconozcan la diversidad de las experiencias de duelo, enfatizado en el apoyo social, tanto presencial como virtual, dado que, en línea con las teorías mencionadas, la resiliencia y apoyo social son elementos clave en la adaptación exitosa del duelo.

Sin embargo, el estudio también identificó limitaciones metodológicas, como la heterogeneidad en los métodos, expansión de la muestra, diversidad de los participantes y el contexto de la pandemia, lo que dificulta la generalización de los resultados; por ende, se sugiere a las futuras investigaciones utilizar métodos más rigurosos, como el diseño longitudinal, para medir la evolución de la resiliencia a lo largo del proceso del duelo; así como, se recomienda trabajar con muestras más representativas que incluyan varias características sociodemográficas, como la edad

y el género, para entender mejor y ampliamente los factores que influyen en el duelo. Finalmente, este estudio plantea interrogantes sobre cómo interactúan los factores como el apoyo social, la salud mental preexistente y la resiliencia en adultos que se mostraron vulnerables durante la pandemia.

III. CONCLUSIONES

Se concluye que la resiliencia se relaciona con el proceso de duelo en adultos que han experimentado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19, dado que la resiliencia no solo ayuda a las personas a superar el dolor inmediato de la pérdida, sino que también les permite reconstruir su vida, aprender del sufrimiento y sentirse fortalecidos a pesar de las adversidades.

Se concluye que la resiliencia y el duelo, así como los factores que las involucran, se relacionan significativamente, debido a diversos factores como la incapacidad de vivir el duelo de manera tradicional, la imposibilidad de despedirse del ser querido, la importancia de las características resilientes para manejar el estrés de la pérdida, la relación cercana con el fallecido, y la necesidad de fortalecer la resiliencia durante este proceso.

Se concluye que las estrategias de afrontamiento resiliente en adultos que han perdido un ser querido por el COVID-19 abarcan aspectos individuales (emocionales) como el crecimiento personal, colectivos (sociales) como las redes de apoyo social y de adaptación al contexto como la redefinición de la rutina, para así prevenir un duelo complicado y facilitar la adaptación ante la pérdida.

Se concluye que las variables que predominan en la resiliencia durante el duelo, en adultos que han perdido un ser querido por el COVID-19, abarcan

variables psicológicas, sociodemográficas y sociales, así como se subraya la importancia de los recursos de apoyo y las adaptaciones tecnológicas en la promoción de la resiliencia.

IV. RECOMENDACIONES

- Se recomienda a futuras investigaciones, que se continúen explorando la relación entre las variables, en situaciones de crisis, en base a estudios longitudinales para explorar a profundidad la relación entre las variables; así como, pueden tener enfoques cualitativos, como entrevistas o grupos focales, para analizar ampliamente y contextualizar las experiencias de cada individuo.
- Se recomienda que futuras investigaciones consideren a otras variables en esta relación como los aspectos emocionales (regulación emocional y adaptación a la pérdida), sociales (apoyo social y redes de apoyo) y sociodemográficos (edad y género) que pueden manifestarse de manera diferenciada en las personas.
- Se recomienda a los colegas implementar programas de apoyo social e intervención clínica que fomenten el desarrollo de estas habilidades en personas que atravesaron pérdidas significativas durante la pandemia.
- Se recomienda a los colegas realizar una adaptación tecnológica en el acompañamiento del duelo, no solo en situaciones de crisis sanitarias, sino también en el contexto actual de la digitalización, donde su importancia es crucial.

V. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aquino, A., Palomino, M., & Vela, J. (2023). Factores asociados al impacto del duelo patológico en pandemia COVID-19. *Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana*, 20(3). <https://revhph.sld.cu/index.php/hph/article/view/419>
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Araujo, M., García, S., & García-Navarro, E. (2021). Abordaje del duelo y de la muerte en familiares de pacientes con COVID-19: revisión narrativa. *Enfermería Clínica*, 31(1), 112-116. <https://www.elsevier.es/es-revista-enfermeria-clinica-35-articulo-abordaje-del-duelo-muerte-familiares-S1130862120303089>
- Arora, S., & Bhatia, S. (2023). Addressing Grief and Bereavement in Covid-19 Pandemic. *Illness, Crises & Loss*, 1-12. <https://doi.org/10.1177/10541373221145536>
- Awang, J., Ab, Z., Hanin, S., & Mohd, K. (2020). Planned problem-solving strategy, resilience and element of religion in coping of covid 19 disease in Malaysia. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(1), 5476-5484. https://www.researchgate.net/publication/342534502_Planned_problem-solving_strategy_resilience_and_element_of_religion_in_coping_of_covid_1

9_disease_in_Malaysia

- Barthélemy, E., Thango, N., Höhne, J., Lippa, L., Koliás, A., Germano, I. (2020). Resilience in the Face of the COVID-19 Pandemic: How to Bend and not Break. *World Neurosurg*, *146*, 280-284. <https://doi.org/10.1016/j.wneu.2020.11.105>
- Bedoya, E., Ruíz, S., Córdoba, A., Rendón, G., Ruíz, G., & Gómez, G. (2020). Traumatic events and psychopathological symptoms in university students. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, *25*(1), 69–79. <https://doi.org/10.5944/rppc.25786>
- Becqué, Y., Witkamp, E., Goossensen, A., Korfage, A., Van, A., Pasman, R., Onwuteaka-Philipsen, B., Zee, M., & Van, A. (2023). Grief after Pandemic Loss: Factors Affecting Grief Experiences (the CO-LIVE Study). *Journal of Loss and Trauma*, *29*(1), 27-43. <https://doi.org/10.1080/15325024.2023.2229137>
- Benyshek, D. (2020). Our Time of Coronavirus and Black Lives Matter: Loss, Grief, Trauma, Resilience, and Healing Change. *Coreopsis*, *8*(2). https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Agcd%3A10%3A22709914/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Agcd%3A146849378&crl=c&link_origin=www.google.com
- Brito, P., Rodríguez, M., & García-Hernández, A. (2004). El duelo: una experiencia humana inigualable. *Revista Tanato's*, *(4)*, 3-11. https://www.researchgate.net/publication/263854365_El_duelo_una_experie_ncia_humana_inigualable
- Buckley, A., Dodd, A., & Guerin, S. (2023). Grief and bereavement in the time of

- COVID-19: a thematic analysis exploring psychotherapists' observations of clients' experiences. *Counselling Psychology Quarterly*, 37(1), 93-111.
<https://doi.org/10.1080/09515070.2023.2186834>
- Cano, B., & Sanchez, A. (2023). *Duelo y resiliencia en colaboradores de una empresa privada en Lima durante la pandemia por COVID-19, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte].
<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/33039>
- Castagnola, C., Cotrina-Aliaga, J., & Aguinaga-Villegas, D. (2021). La resiliencia como factor fundamental en tiempos de Covid-19. *Propósitos y Representaciones*, 9(1).
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992021000100017
- Chacaliaza, C. (2022). Resiliencia en adultos del distrito de Ica - Ica, en contexto de COVID-19. *Avances en Psicología*, 30(2).
<https://doi.org/10.33539/avpsicol.2022.v30n2.2596>
- Elfers, J., Hlava, P., Sharpe, F., Arreguin, S., & McGregor, D. (2023). Resilience and Loss: The Correlation of Grief and Gratitude. *Research Paper*, 9, 327-345.
<https://link.springer.com/article/10.1007/s41042-023-00126-1>
- Fernández-Fernández, J., & Gómez-Díaz, M. (2022). Resiliencia y duelo ante la pérdida de un ser querido: Una revisión sistemática. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 27(2). <https://doi.org/10.5944/rppc.27762>
- Francis, M., & Noriega, T. (2023). *Duelo y resiliencia en familiares de personas fallecidas por COVID-19 en Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Femenina del Sagrado Corazón].

<https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/handle/20.500.11955/1185>

- Gómez, M., Beristain, C., Pazarán, S., & Dávila, M. (2023). Duelo, ¿cómo lo asimila el adulto mayor? *Innovación y Desarrollo Tecnológico Revista Digital*, 15(1), 170-174. https://iydt.wordpress.com/wp-content/uploads/2022/12/1_26_duelo-como-lo-asimila-el-adulto-mayor.pdf
- Goveas, J., & Shear, M. (2020). Grief and the COVID-19 Pandemic in Older Adults. *Treatment in geriatric Mental Health: Research in Action*, 28(10), 1119-1125. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.06.021>
- Herron, R., Lawrence, B., Newall, N., Ramsey, D., Waddell-Henowitch, C., & Dauphinais, J. (2022). Rural older adults' resilience in the context of COVID-19. *Social Science & Medicine*, 306. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.115153>
- Hsu, Y., & Walters, M. (2024). Understanding the Impact of COVID-19 Lockdowns on Older Adults' Routines and Well-being: 3 Case Reports. *Sage Open Aging*, 10. <https://doi.org/10.1177/23337214241298326>
- Leal, E. (2021). Una revisión a la investigación narrativa: metodología, enfoque, formalismo y la forma: lecturas de referentes en Brasil, Argentina y España. *Revista Ideales*, 110–117.
- Li, Z., Ge, J., Yang, M., Feng, J., Qiao, M., Jiang, R., Bi, J., Zhan, G., Xu, X., Wang, L., Zhou, Q., Zhou, C., Pan, Y., Liu, S., Zhang, H., Yang, J., Zhu, G., Hu, Y., Hashimoto, K., ... Yang, C. (2020). Vicarious traumatization in the general public, members, and non-members of medical teams aiding in COVID-19 control. *Brain, Behavior, and Immunity*, 88, 916–919. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.03.007>

- López, L. (2020). Afrontamiento y resiliencia ante el duelo por muerte en adultos. *Universidad Rafael Urdaneta*, 1–24. <https://documentos.uru.edu/pdf/ART/PIAA.3201-21-00323.pdf>
- Mansoori, J., Khodabakshi, A., Reza, M., & Kashani, L. (2023). Bereavement for a Loved Person: A Look at the Opinions and Process of Coping With Grief in the COVID-19 Era. *Practice in Clinical Psychology*, 11(3), 223-238. <http://dx.doi.org/10.32598/jpcp.11.3.746.4>
- Mayland, C., Harding, A., Preston, N., & Payne, S. (2020). Supporting Adults Bereaved Through COVID-19: A Rapid Review of the Impact of Previous Pandemics on Grief and Bereavement. *Journal of Pain and Symptom Management*, 60(2), 33-39. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.05.012>
- Meza, C., & Álvarez, J. (2022). La ansiedad y depresión en época de COVID y el factor resiliencia. *Horizonte sanitario*, 22(1), 75-82. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74592023000100075
- Naciones Unidas. (2023). *Las muertes por COVID-19 sumarían 15 millones entre 2020 y 2021*. Naciones Unidas. <https://www.un.org/es/desa/las-muertes-por-covid-19-sumar%C3%ADan-15-millones-entre-2020-y-2021>
- Nestorovic, D. (2021). *Estrategias de afrontamiento ante el duelo por pérdida de un miembro familiar* [Trabajo de suficiencia profesional de licenciatura, Universidad de Lima]. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/13221>
- Ortiz-Hernández, A. (2021). "Tú y yo, aprendemos a sanar juntos" Una esperanza

- virtual para las personas en duelo. *Psychology Investigation*, 716-737.
https://files.cdn-files-a.com/uploads/3743669/normal_61dca1f77999a.pdf#page=215
- Palm, S., Doering, B., Kubiak, T., Geschke, K., Fellgiebel, A., & Wuttke, A. (2023). Influence of loss- and restoration-oriented stressors on grief in times of COVID-19. *Scientific Reports*, 13. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-46403-6>
- Pardal-Refoyo, J., & Pardal-Pelaez, B. (2020). Annotations to structure a systematic review. *Revista ORL*, 11(2), 155-160. <https://dx.doi.org/10.14201/orl.22882>
- Pardo, A. (2023). *Intervención psicológica en caso único de duelo complicado por la pérdida de la figura materna* [Tesis de maestría, Universitas Miguel Hernández]. <https://dspace.umh.es/handle/11000/31926>
- Parra, A., & Reyes, F. (2020). El duelo complicado y su relación con la resiliencia y la esperanza en religiosos practicantes. *PSOCIAL*, 6(2), 38–49. <https://www.redalyc.org/journal/6723/672371459003/672371459003.pdf>
- Parro-Jiménez, E., Morán, N., Gesteira, C., Sanz, J., & García-Vera, M. (2021). Duelo complicado: Una revisión sistemática de la prevalencia, diagnóstico, factores de riesgo y de protección en población adulta de España. *Anales de Psicología*, 37(2), 189–201. <https://doi.org/10.6018/analesps.443271>
- Pelegrí, M., & Romeu, M. (2011). El duelo, más allá del dolor. *Desde el Jardín de Freud*, (11), 133-148. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/39121>
- Perez-Rojo, G., López, J., Noriega, C., Velasco, C., Carretero, I., López-Frutos, P., & Galarraga, L. (2022). A multidimensional approach to the resilience in older adults despite COVID-19. *BMC Geriatrics*, 22(793).

<https://link.springer.com/article/10.1186/s12877-022-03472-y>

Quijada, K., & Gómez-Nashiki, A. (2023). Resiliencia: convergencia de emociones y experiencias docentes en la educación a distancia en tiempos de la COVID-19. *Sinéctica*, (59). [https://doi.org/10.31391/s2007-7033\(2022\)0059-008](https://doi.org/10.31391/s2007-7033(2022)0059-008)

Redondo-Armenteros, A., Pérez-Marfil, M., Fernández-Alcántara, M., García-Caro, M., Cruz-Quintana, F., & Cabañero-Martínez, M. (2024). Grief responses during the COVID-19 pandemic: A qualitative study in Spain. *Heliyon*, 10(22). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e40216>

Sánchez, J., & Romero, M. (2024). Resiliencia: una capacidad desarrollada en población universitaria durante la pandemia por Covid-19. *Alternativas en Psicología*, 53, 162-187. <https://alternativas.me/wp-content/uploads/Revista-Alternativas-en-Psicologia-53.pdf#page=162>

Sánchez, S., Pedraza, I., & Donoso, M. (2022). ¿Cómo hacer una revisión sistemática siguiendo el protocolo PRISMA? Usos y estrategias fundamentales para su aplicación en el ámbito educativo a través de un caso práctico. *Bordón: Revista de Pedagogía*, 74(3), 51-66. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2022.95090>

Sani, L., Chemrouk, Y., Lassagne, B., Cape, C., Ngo, M., Cherblanc, J., & Bacqué, M. (2024). Impact of French lockdowns on bereavement experiences: Insight from ALCESTE analysis revealing psychological resilience and distinct grief dynamics amidst COVID-19. *International Journal of Psychology*, 60(1). <https://doi.org/10.1002/ijop.13267>

Sapo, M., Delgado, A., Calderón, E., Aranda, J., & Ramírez, R. (2023). Duelo y

- resiliencia en adultos peruanos ante la pérdida de un ser querido por el COVID-19. *Revista Eugenio Espejo*, 17(2), 46–56.
<https://doi.org/10.37135/ee.04.17.06>
- Sgarbossa, N., Cobaisse, M., Cianciulli, G., Bracchiglione, J., & Franco, J. (2022). Revisiones sistemáticas: conceptos clave para profesionales de la salud. *Medwave*, 22(9).
- Statz, T., Kobayashi, L., & Finlay, J. (2022). Losing the illusion of control and predictability of life’: experiences of grief and loss among ageing US adults during the COVID-19 pandemic. *Ageing & Society*, 43(12), 2821-2844.
<https://doi.org/10.1017/S0144686X21001872>
- Ubillús, S. (2024). *El duelo y su relación con la resiliencia en estudiantes universitarios de quinto a octavo nivel de la Carrera de Psicología de la Universidad Tecnológica Indoamérica en la ciudad de Quito en el año 2024* [Tesis de maestría, Universidad de las Américas].
<https://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/16611>
- Valenzuela, P., English, A., Malvaceda-Espinoza, E., Mamani-Benito, O., & Carranza, R. (2024). Percepción del duelo de adultos que han perdido a un familiar durante la situación de pandemia en Lima Metropolitana. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 53(4), 488-495.
<https://doi.org/10.1016/j.rcp.2022.09.003>
- Velazquez, V. (2022). *Resiliencia y duelo ante la pérdida de un familiar en alumnos adolescentes* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Estado de México]. <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/137486>
- Walsh, F. (2020). Loss and Resilience in the Time of COVID-19: Meaning Making,

Hope, and Transcendence. *Family Process*, 59(3), 898-911.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7405214/>

Zhai, Y., & Xue, D. (2020). Loss and grief amidst COVID-19: A path to adaptation and resilience. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 80–81.

<https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.053>

Zheng, Y., Ma, Y.-T., Zhang, J.-Y., & Xie, X. (2020). COVID-19 and the cardiovascular system. *Nature Reviews Cardiology*, 17, 259–260.

<https://www.nature.com/articles/s41569-020-0360-5>