

LA DÉCADA COVID  
EN MÉXICO

Los desafíos  
de la pandemia  
desde las ciencias sociales  
y las humanidades

Salud **mental**,  
afectividad  
y **resiliencia**

María Elena Medina Mora  
Olbeth Hansberg  
(Coordinadoras)



## Catalogación en la publicación UNAM. Dirección General de Bibliotecas y Servicios Digitales de Información

**Nombres:** Medina-Mora, María Elena, editor. | Hansberg, Olbeth, editor.

**Título:** Salud mental, afectividad y resiliencia / María Elena Medina Mora, Olbeth Hansberg, (coordinadoras).

**Descripción:** Primera edición. | Ciudad de México : Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología : Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones Filosóficas, 2023. | Serie: La década COVID en México : los desafíos de la pandemia desde las ciencias sociales y las humanidades ; tomo 5.

**Identificadores:** LIBRUNAM 2203409 (impreso) | LIBRUNAM 2204554 (libro electrónico) | ISBN 9786073074612 (impreso) | ISBN 9786073074568 (libro electrónico).

**Temas:** Salud mental. | Afecto (Psicología). | Resiliencia (Rasgos de personalidad). | Pandemia de COVID-19, 2020- -- Aspectos psicológicos -- México.

**Clasificación:** LCC RA790.5.S296 2023 | LCC RA790.5 (libro electrónico) | DDC 362.2—dc23

Este libro fue sometido a un proceso de dictaminación por pares académicos expertos y cuenta con el aval del Comité Editorial de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México para su publicación.

Imagen de forros: tadamichi

Apoyo gráfico: Cecilia López Rodríguez

Gestión editorial: Aracely Loza Pineda y Ana Lizbet Sánchez Vela

Primera edición: 2023

D. R. © 2023 Universidad Nacional Autónoma de México

Ciudad Universitaria, alcaldía Coyoacán, 04510, Ciudad de México

Facultad de Psicología

Av. Universidad 3004, Ciudad Universitaria,

alcaldía Coyoacán, 04510, Ciudad de México

ELECTRÓNICOS:

ISBN (Volumen): 978-607-30-7456-8 Título: Salud mental, afectividad y resiliencia

ISBN (Obra completa): 978-607-30-6883-3 Título: La década COVID en México

IMPRESOS:

ISBN (Volumen): 978-607-30-7461-2 Título: Salud mental, afectividad y resiliencia

ISBN (Obra completa): 978-607-30-6843-7 Título: La década COVID en México

Esta edición y sus características son propiedad de la Universidad Nacional Autónoma de México.



Se autoriza la copia, distribución y comunicación pública de la obra, reconociendo la autoría, sin fines comerciales y sin autorización para alterar o transformar. Bajo licencia creative commons Atribución 4.0 Internacional.

Hecho en México

## Contenido

Presentación	13
<i>Enrique Graue Wiechers</i>	
Prólogo	15
<i>Guadalupe Valencia García</i>	
<i>Leonardo Lomelí Vanegas</i>	
<i>Néstor Martínez Cristo</i>	
Introducción: Salud mental, afectividad y resiliencia	23
<i>Olbeth Hansberg</i>	
<i>María Elena Medina Mora</i>	
<b>SALUD MENTAL, ADAPTACIÓN Y SECUELAS</b>	
1 Trastornos mentales en la pandemia	33
<i>Rebeca Robles-García</i>	
<i>Silvia Morales-Chainé</i>	
<i>Benjamín Martínez Guerrero</i>	
<i>María Elena Medina Mora</i>	
2 La adaptabilidad psicológica en condiciones de cuarentena y pandemia	61
<i>Juan José Sánchez Sosa</i>	
3 Salud mental, secuelas neuropsiquiátricas y COVID-19: panorama nacional	85
<i>Claudia Díaz-Olavarrieta</i>	
<i>Ingrid Vargas-Huicochea</i>	
<i>Fernando Daniel Flores-Silva</i>	
<i>Miguel García-Grimshaw</i>	
<i>María Teresa Tusié-Luna</i>	

## **AFECTACIONES A LA INFANCIA**

- 4 Afectaciones en el desarrollo infantil y pérdida de aprendizajes durante el confinamiento 125  
*Benilde García-Cabrero*  
*Salvador Ponce-Ceballos*
- 5 Salud mental en niños e intervenciones en tiempos de COVID-19 155  
*Emilia Lucio*  
*María Teresa Monjarás-Rodríguez*

## **CONSUMO DE SUSTANCIAS Y SUICIDIO**

- 6 El consumo de sustancias psicoactivas y su impacto en la pandemia 181  
*María Elena Medina Mora*  
*Martha Cordero*  
*Claudia Rafful*  
*Alejandra López*  
*Arturo Ruiz-Ruisánchez*  
*Jorge Villatoro*
- 7 Uso de sustancias psicoactivas en la comunidad universitaria: riesgos antes y durante la pandemia por COVID-19 209  
*Silvia Morales-Chainé*  
*Alejandra López-Montoya*  
*Rebeca Robles-García*  
*Alejandro Bosch-Maldonado*  
*Ana Gisela Beristain-Aguirre*  
*Claudia Lydiá Treviño-Santacruz*  
*Germán Palafox-Palafox*  
*Violeta Félix-Romero*  
*Lydia Barragán-Torres*  
*Carmen Fernández-Cáceres*  
*Mireya Atzala Ímaz-Gispert*

- 8 Suicidio y pandemia, una realidad silenciosa.  
Abordaje del comportamiento suicida en el contexto  
de la pandemia por COVID-19 231  
*Paulina Arenas-Landgrave*  
*Natalia Escobedo-Ortega*

#### **RESPUESTAS AL SUFRIMIENTO Y LA MUERTE**

- 9 Mictlán: vivir la propia muerte 263  
*Abraham Sapién*  
*David Fajardo-Chica*
- 10 “Dios mío, ¿por qué nos has abandonado?”  
El problema del mal según el estoicismo tardío 287  
*Leonardo Ramos-Umaña*

#### **SENTIRES COLECTIVOS PARA LA RESILIENCIA**

- 11 Éramos personas: reflexiones en torno a la dimensión  
colectiva de las emociones durante la pandemia 311  
*Ángeles Eraña*  
*Iván E. Gómez Aguilar*
- 12 El valor político de la concepción colectiva  
del sufrimiento en la pandemia 341  
*Efraín Gayosso*  
*Diana Rojas*
- 13 La excepcionalidad de la solidaridad 365  
*Amalia Amaya*

RESPUESTAS AL SUFRIMIENTO  
Y LA MUERTE

# Mictlán: vivir la propia muerte

# 9

Abraham Sapién<sup>(1)</sup>  
David Fajardo-Chica<sup>(2)</sup>

## INTRODUCCIÓN

Tú y yo vamos a morir. Estamos al tanto de que va a ocurrir, pero no exactamente cuándo —en lo cual hay alivio, pero también angustia—. ¿Qué nos ocurre al saber con cierta precisión cuál será nuestro último día? En este texto, discernimos el proceso de nuestra propia muerte, una vez que tenemos información confiable sobre el momento aproximado del cese de nuestra vida.

La pandemia por COVID-19 impactó nuestra cotidianidad afectiva (Fajardo-Chica y Hansberg, 2021), así como nuestras emociones en relación con la muerte (Menziés y Menziés, 2020; Jimenez et al., 2020). Para enero de 2022, la cifra oficial de fallecimientos a nivel global por esta enfermedad fue de 5.5 millones; bajo otras formas de cálculo, la estimación puede llegar hasta 22 millones (Adam, 2022). La Comisión Lancet sobre el Valor de la Muerte publicó un informe reciente donde señala una ruta hacia la “utopía realista” de una sociedad donde se muera mejor. Sugiere que “morir sea entendido como un proceso relacional y espiritual más que un evento fisiológico” (Sallnow et al., 2022, p. 870). Formulamos este capítulo como una contribución en esa dirección.

---

(1) Instituto de Investigaciones Filosóficas, (2) Facultad de Medicina.

Nos centramos en el periodo específico en que alguien se vuelve consciente del lapso aproximado de tiempo que tiene para vivir. Llamamos a esto “entrar en Mictlán”, en alusión a la cosmogonía antigua del mundo mexicana, que concebía este lugar como un espacio de transición entre mundos: el de los vivos y el de los muertos (Núñez y Martínez-González, 2009). El camino será el siguiente.

En la primera sección, establecemos qué es el Mictlán. Con entrar a este estado nos referimos a la conjunción de: 1) el cambio *epistémico* de quien adquiere conocimiento aproximado y fiable acerca del momento de su propia muerte, y 2) la situación *metafísica* particular de estar a punto de dejar de existir para sí, aunque se continúe existiendo para los otros. Esta concepción de persona otorga una respuesta a problemas clásicos en filosofía de la muerte, como el de la naturaleza del daño póstumo y el de la asimetría entre inexistencia pasada y futura.

En la segunda sección, nos concentramos en el sufrimiento particular del Mictlán. Lo describimos como una forma de sufrimiento existencial. Este concepto se emplea en las ciencias de la salud y del cuidado para entender malestares asociados a dificultades en dar significado a la vida, como cuando se acerca la muerte. Sufrimos como seres narrativos. En esa etapa final, afrontamos el reto de terminar la historia que contamos sobre nosotros mismos, de tal forma que brinde sentido a dejar de ser lo que somos.

Por último, ofrecemos fuentes de consuelo en el Mictlán. Reconocernos allí permite varias cosas, por ejemplo: apreciar la vida restante por el valor que adquiere el número limitado de experiencias positivas que aún quedan; identificar algunos cambios morales en virtud de los cuales aumenta la permisibilidad de nuestras acciones; dar cuenta de las maneras en las que nuestra existencia no está limitada por nuestra muerte biológica; reconocer la autoría en el propio final de la vida, así como la importancia de esta capacidad; en suma, nos ayuda a hacer más inteligible nuestro propio sufrimiento y, por tanto, a sufrir menos.

La pandemia ha hecho que temamos por nuestras vidas (Sapién, 2021a). Las medidas públicas extraordinarias fueron, en última instancia, para no morir. Sin embargo, valga la trivialidad, la muerte es inevitable. Sumamos



nuestros argumentos a una tradición filosófica que ofrece consuelo de orden intelectual frente a la experiencia de la finitud humana. Comprender el proceso de la propia muerte permite encarar ese pasaje final.

### MICTLÁN: MORIR Y SABERLO

Tú y yo podríamos saber cuándo vamos a morir. El aviso con antelación de la Parca se ha recreado culturalmente de diversas maneras. Hemos visto escenas donde los personajes saben que morirán. Mientras que en *La isla del tesoro*, de Stevenson (1883), un pirata deja una marca negra en la mano del condenado, en *El Padrino*, de Coppola (1972), un personaje recibe el beso de la muerte de los labios de su propio hermano. En ambos casos, la cofradía anuncia su veredicto. Un paciente de cáncer avanzado lo narra así: “lo único en que puedo pensar es que voy a morir. Y es la única certeza que tengo. Sé que todos la tenemos y sé que la gente dice [...] podrías cruzar la calle y que te atropelle un autobús. Pero vives tu vida sin pensarlo. Yo tengo que lidiar con eso. Mi autobús está aquí. Todo el tiempo” (Willig, 2015, p. 420 [la traducción es nuestra]).

Debido a que cada vez es más frecuente morir por males crónico degenerativos (Sleeman et al., 2019), más personas llegan al final de su vida tras recibir un diagnóstico de enfermedad terminal. Quien está en dicho estado conoce su situación y tiene el tiempo suficiente para incorporar este conocimiento a la narrativa de su propia historia. Usaremos el término Mictlán, de la tradición mitológica mexicana, para referirnos a este proceso.

En esta cosmovisión se consideraba que quienes estaban en el Mictlán transitaban entre dos mundos: el de los vivos y el de los muertos. “En muriendo, sale por la boca una como persona que se dice yulio, e va allá donde está aquel hombre e mujer, e allá está como una persona, e no muere allá, y el cuerpo se queda acá [...]. No va más del corazón (Fernández de Oviedo y Valdés, citado en Núñez y Martínez-González, 2009, pp. 52-53). En esta sección, damos cuenta de las condiciones en las que esta circunstancia tiene lugar.

## La condición epistémica del Mictlán

Por medio del dictamen de profesionales de la salud ganamos conciencia de la cercanía de nuestra muerte. A partir de su experticia sobre el cuerpo humano y la trayectoria de las enfermedades, además del estado de los síntomas y el resultado de pruebas de laboratorio, entre otros elementos del diagnóstico, se puede concluir que la esperanza de vida de una persona es menor a cierta cantidad de tiempo.

En ese sentido, hay dos estados epistémicos similares que debemos distinguir del que nos ocupa. El primero es el de saber que se va a morir debido a un accidente inminente. En tal caso, sabemos que moriremos, pero no hay suficiente tiempo para interiorizar la información, para asumir e incluir lo que acabamos de aprender como parte de la historia que nos contamos de nosotros mismos. Cuando avanzamos en la carretera y un camión se aparece de imprevisto a media curva, no hay tiempo para replantearnos qué es la vida y cuál es nuestro propósito en ella. Sabemos que pronto vamos a morir, pero no estamos en Mictlán.

El otro caso que queremos excluir es el simple hecho de estar al tanto de nuestra mortalidad. Este es un conocimiento que tenemos prácticamente todas las personas a partir de cierta edad. Saber cuándo ocurrirá cambia de manera radical las cosas, como cuando nos enteramos de que solo tenemos unos meses más de vida. No se trata simplemente de concentrarnos en el *carpe diem*, esto es, vivir cada momento al máximo bajo la conciencia de lo efímera que puede ser la existencia. No se trata de vivir *como si* fuera el último día, sino de que sabemos que lo es. No es un recordatorio, es una confirmación. Entrar en Mictlán implica un cambio epistémico: la persona ha adquirido un conocimiento nuevo sobre el momento de su muerte.

Es crucial para este proceso que la creencia se adquiera de una fuente confiable (Goldman, 1979 y 1986). Es en virtud de ello que lo consideramos una forma de conocimiento. Cuando el médico en quien confiamos dice que moriremos pronto, le creemos. De forma análoga, cuando el matón nos anuncia nuestro tiempo limitado, también podemos asumir que se trata de una verdadera condena.

Si en Mictlán sabemos que moriremos, ¿qué pasa cuando nos equivocamos? Podría ser que el pronóstico haya errado. En estos casos, las personas sienten estar en Mictlán, pero no lo están realmente, justo como ocurre cuando sentimos miedo, creyendo estar en peligro, pero no hay ningún riesgo. Pasar por el proceso psicológico y epistémico del Mictlán depende de la posibilidad de la transición metafísica de morir. Es por ello que hemos incluido en la condición de estar en Mictlán que la persona *conozca* cuándo morirá. Bajo el entendido de que “conocer” es un verbo fáctico que implica la verdad de lo conocido, mientras que estamos justificados en considerarlo así gracias a la confiabilidad de la fuente.

De manera opuesta, puede ocurrir que a pesar de que moriremos pronto, no lo sepamos. Podríamos, por ejemplo, estar negados, cegados, ante el abrumador cese de nuestra vida. A menudo, profesionales de la salud se refieren a esta situación expresando que el paciente no ha alcanzado “conciencia de su diagnóstico y pronóstico”. Desde el modelo de atención paliativa se considera que reconocer el final de la vida es importante para afrontarlo positivamente. De igual forma, familias y personas cercanas también han de hacerse a la idea. Sin embargo, encontramos que puede haber conocimiento implícito de que se está muriendo sin tener plena conciencia de ello. Por ejemplo, a partir de las relaciones sociales en las que se le trata como alguien que pronto morirá, así como desde la experiencia del decaimiento corporal cercano a la muerte.

En un estado ideal de Mictlán, se reconoce adecuadamente el hecho de que la muerte se avecina. Para dar cuenta de cómo esto es una realidad, también ha de entenderse la condición metafísica de este proceso.

### **La condición metafísica del Mictlán**

El ámbito metafísico refiere a la dimensión de lo existente. No solo nos preguntamos por cómo se conoce algo o por cómo se presentan las cosas a las mentes humanas, sino sobre las condiciones de existencia de aquello que estamos conociendo, es decir, por cómo son las cosas mismas.

Tomamos una posición plural respecto a las condiciones de existencia de las personas. Proponemos dos formas que son irreducibles entre ellas: 1) existimos *para nosotros mismos*, en tanto que poseemos una conciencia subjetiva corporeizada, como el organismo animal que cada uno es, y 2) existimos *para los otros*, en tanto que entes a los cuales se les otorga un significado colectivo, es decir, otras personas se relacionan con nosotros de formas que no cesarán con nuestra muerte. Sus actitudes frente a nosotros, lo que somos en sus vidas, no paran con la desaparición de ese organismo biológico. Por tanto, quienes adquieren conocimiento respecto a su propia muerte enfrentan la situación metafísica particular de acercarse a un punto en que dejarán de existir para sí mismas, para solo continuar para los demás.

La discusión sobre la persistencia de las personas después de la muerte no es nueva. Por ejemplo, según Lucrecio (Roma, siglo IV) el miedo a la muerte es irracional. Así como no tememos por nuestra inexistencia pasada, tampoco deberíamos sufrir por la futura. Ambos momentos donde no existimos son similares para nosotros y, por ello, nuestra actitud hacia ellos habría de ser la misma. Si no sentimos un vacío en el estómago al pensar en el tiempo pasado en que no habíamos nacido, tampoco habríamos de preocuparnos por nuestra futura inexistencia.

Empero, no todos compartimos esta intuición, “pues parece que para el hombre muerto existen también un mal y un bien, como existen, asimismo, para el que vive, pero que no es consciente de ello, por ejemplo, honores, deshonras, prosperidad e infortunio de sus hijos y de sus descendientes en general” (Aristóteles, 1985, pp. 18). Es decir, para el estagirita seguimos siendo sujetos morales, aun después de muertos. Esta idea no desapareció de la filosofía. Por ejemplo, Nagel nos dice que “la vida de un hombre incluye muchas cosas que no ocurren dentro de los límites [...] de su vida [...] hay una versión simple de lo que está mal en romper una promesa en el lecho de muerte. Es un daño al muerto” (1970, p. 66 [la traducción es nuestra]). Nos pueden lastimar aun muertos. Damos cuenta de esto de la siguiente forma.

No podemos estar al tanto de los males póstumos. Sin embargo, existe un sentido en el que dichas ofensas tienen un efecto. Aún seremos alguien para los demás. No solo en un sentido puramente metafórico, sino metafísico. Lo

que somos está constituido, en parte, por aquello que representamos para las otras personas. Esto es precisamente lo que permanece después de la muerte.

La idea de que hay una forma de existencia de la persona que es independiente de nuestra realidad física ha sido defendida en fechas recientes. Eraña (2021) hace énfasis en el carácter constitutivamente social de las personas. Ellas no son definidas por sus relaciones con otros, sino, sobre todo, por los nodos de significación colectiva que las constituyen. Así dice:

Todas nacemos y transcurrimos en el marco de un horizonte social. Todas pertenecemos a un sujeto colectivo, histórico que nos antecede. Todas somos tiempo y pertenecemos a él. Somos gerundio, núcleo en transición, tránsito. Todas nacemos y vivimos en grupo. Dicho de otra manera, toda existencia, para existir, apela a la existencia de otras. (Eraña, 2021, p. 113)

Esta noción de persona que existe en tanto que significa algo para un grupo social resulta valiosa para el análisis que estamos formulando. Donde Lucrecio no encuentra diferencia, nosotros sí. Después de muertos hay un sentido importante en el que seguimos existiendo.

Hace mucho tiempo, mucho antes de nacer, no había aún un nodo de significación colectivo relacionado con mi persona. “Una persona es un lugar en una sociedad, un nodo (casi cualquiera) en una red de relaciones (sociales)” (Eraña, 2021, p. 115). Sin embargo, quizás un poco antes del nacimiento comenzamos a existir para los otros, para un cierto grupo de personas que establece significados y valores sobre nosotros de forma representacional y simbólica. Ese nivel de significación colectiva no nace el mismo día en que ve la luz el organismo biológico que somos. Asimismo —y aquí hacemos énfasis—, esa dimensión simbólica no se acaba cuando perece ese organismo.

Encontramos poderosa la noción de Eraña porque logra capturar numerosas intuiciones: que hay una versión pública de nosotros valiosa, que hay un daño póstumo y que nos importa dejar un legado positivo. Sin embargo, no identificamos toda noción relevante de persona con el sentido planteado por Eraña. El cuerpo biológico, la conciencia subjetiva y la individualidad juegan un papel crucial en tanto que, mientras que ese organismo viva, es el

referente dominante del nombre de la persona, de quiénes somos. Ese cuerpo, su trayectoria, su vida pública y privada, las relaciones que crea con otros cuerpos, con otros individuos, así como los significados y motivaciones que lo mueven, son dimensiones que tienen lugar al nivel individual con el que identificamos, también, a las personas. Proponemos a continuación qué significa entrar al Mictlán.

## Mictlán

Gracias a la certeza de una fuente confiable, una persona sabe el momento aproximado en que morirá, y efectivamente fallecerá según lo predicho. Además, tiene suficiente tiempo para hacer elecciones narrativas en virtud de su existencia como nodo de significado colectivo, después de su muerte.

Sabemos que vamos a morir. Esta no es una noticia nueva. Pero cuando adquirimos conocimiento sobre ello, entramos a una nueva forma de existir. Nos acercamos a perder la autoría sobre la versión pública de nosotros mismos. Al entrar al periodo de Mictlán, podemos reevaluar y actuar sobre nuestra vida, así como afectar el legado que estamos a punto de dejar.

## SUFRIR EN MICTLÁN: NUNCA MÁS NARRAR

Tú y yo sufrimos. En Mictlán suelen presentarse padecimientos de diversa índole. Por ejemplo, quien se encuentra en una fase de enfermedad terminal puede experimentar el decaimiento corporal al vivir la limitación funcional, el dolor, la disnea, la náusea o la fatiga. Males psicológicos y emocionales comunes son las disposiciones mentales negativas, deterioro cognitivo, falta de regulación emocional, pérdida de atención, entre otras. Afectaciones psicosociales suelen caracterizarse por la ausencia en los papeles familiares establecidos, el sentirse solos o abandonados, así como la urgencia por resolver conflictos interpersonales. A continuación, exploramos una forma de

sufrimiento al paso por Mictlán: aquel que proviene de la inminente pérdida de influencia sobre lo que se dice, se piensa y se concibe acerca de nosotros.

### **Sufrir la pérdida de autoría narrativa**

Al hablar de sufrimiento, nos referimos a un estado de la mente (Brady, 2018; Kauppinen, 2020). El sufrimiento es la percepción de que nuestra integridad personal se ve amenazada (Cassell, 1982 y 1986). Esto puede suceder por diversos motivos, debido a que los individuos somos realidades complejas (Cassell, 2009). Quien sufre al final de la vida probablemente verá desafiados sus límites físicos, psicológicos, emocionales y sociales. Por ello se reconoce que pacientes con necesidades paliativas deben ser atendidos por equipos de profesionales de varios campos de la salud y del cuidado (Fajardo-Chica, 2020).

Sin embargo, a un nivel de descripción importante, el sufrimiento es mental. Lo es porque lo que sentimos cuenta con una fenomenología, se experimenta de alguna manera (Den Hartogh, 2017). A pesar de que todas las experiencias que sufrimos cuentan con una gran variedad psicológica y diferentes formas de sentirse, intuimos que pertenecen a la misma categoría de estado mental (Sapién, 2020). Hay algo psicológico que, en última instancia, une a todo aquello que consideramos formas de sufrir. En lo que sigue, nos centramos en lo particular del sufrimiento que proviene de ver amenazada la dimensión narrativa de nuestra identidad.

Al malestar del Mictlán no lo caracterizamos a partir de una fenomenología especial o por cómo se siente. En su lugar, lo describimos en términos de su estructura psicológica, entendida como los mecanismos mentales subyacentes. Tomamos como punto de partida la noción de sufrimiento como percepción de amenaza (Cassell, 1982 y 1986). Percibir es un acto mental que involucra un contacto con el mundo, esto es, aprender algo respecto a la situación en que nos encontramos. En tal sentido, se ha planteado que la visión, audición, tacto u otros canales sensoriales pueden entenderse de forma similar a estados afectivos en tanto que ofrecen un contacto con propiedades del mundo

(Hansberg, 2017; Tappolet, 2016). Las emociones orientan a los animales que las experimentamos.

Entrar a Mictlán trae consigo diversas formas de sufrimiento existencial. Este tiene lugar cuando percibimos que el sentido que damos a nuestra existencia se ve amenazado. Además, suele relacionarse con la dificultad de incorporar a la narrativa vital acontecimientos dolorosos, sentirse como una carga para los otros, ausentarse de las actividades que dan propósito o carecer de razones para vivir. A pesar de encontrarse en pacientes al final de la vida, no tiene una caracterización unitaria en las ciencias de la salud y del cuidado (Boston et al., 2011). El tipo particular de sufrimiento existencial que encontramos en Mictlán resulta de perder la autoría narrativa sobre la persona que se es.

Contamos historias. La narrativa del yo es una extensión de otros niveles de organización en nuestra naturaleza. Gracias a un yo biológico primordial, los animales trazan una línea entre su interior y el exterior, a la vez que reconocen sus experiencias como propias. Adicionalmente, contamos con un sentido del yo psicológico, que nos permite sentirnos como una misma persona que protagoniza sus recuerdos. Con el tiempo, esas memorias son organizadas a partir de narrativas retrospectivas, que sirven “como un molde que estructura nuestras relaciones con los objetos, con las demás personas y sobre nosotros mismos” (Villanueva, 2021, p. 204).

Al organizar la memoria narrativamente, aparece una nueva unidad psicológica, un yo narrativo que es autor de sí. “Mediante la identidad narrativa, las personas se comunican a sí mismas y a otras quienes son ahora, cómo llegaron a serlo y hacia dónde piensan que sus vidas pueden ir hacia el futuro” (McAdams y McLean, 2013, p. 233). La identidad narrativa provee la estabilidad mental requerida para interactuar en sociedad.

Al contar nuestras vidas creamos vías de entendimiento mutuo. Las subjetividades encuentran sentido gracias a la mediación de distintas narrativas. “Lo personal puede ser visto como algo independiente del punto de vista objetivo, implica hasta tal punto un sumergimiento en el mundo particular del individuo, que no debe extrañarnos que para poder referirlo se haga preciso atender a un lenguaje narrativo” (Kuri, 2018, p. 7). Es decir, las historias



particulares trazan líneas que estructuran la vida personal y, a su vez, ofrecen pistas de la propia subjetividad en la comunicación con las demás personas.

Desde nuestra existencia subjetiva se toman rumbos de acción que constituyen, validan, inspiran, dan contenido y vida a las narrativas que contamos sobre nosotros mismos. Ellas nutren las representaciones colectivas que hay de nuestra propia persona. De esto se sigue que la pérdida de autoría narrativa supone el fin del vínculo causal entre uno mismo y la persona que se es para los otros.

Luego de la muerte no habrá agencia posible que permita modificar propiedades a ese nodo de representaciones que continuará para las otras personas por un cierto tiempo, hasta la desaparición absoluta. Dejamos de existir del todo una vez que no existimos para los demás. Al morir, no solo cesa nuestra existencia subjetiva, sino que abandonamos otra parte importante de las personas que somos. Es decir, no habrá vínculo con el nodo de significado colectivo que persistirá.

El sufrimiento propio del Mictlán muestra nuestros límites narrativos. Tiene lugar en el contexto más amplio de sentires frente a la muerte que se han identificado en distintos campos de la psicología y la atención a pacientes al final de la vida. En lo que sigue, examinamos los linderos conceptuales del fenómeno planteado.

## Sufrir la mortalidad

Hemos descrito un paisaje afectivo propio del Mictlán. En esta sección, haremos contrastes conceptuales que permitirán dar contenido a nuestra propuesta. Primero, ofrecemos detalles respecto a por qué entender esa forma de sufrimiento como existencial y no como espiritual o religioso. Segundo, formulamos diferencias entre el sufrimiento propio del Mictlán y otras maneras de concebir la afectación frente a la muerte.

El concepto de *sufrimiento espiritual* presupone la existencia de una disposición humana natural y universal a la búsqueda de trascendencia (Puchalski et al., 2009; Tanyi, 2002). En contraste, describimos lo que sucede en Mictlán como

la pérdida de tipo de agencia que se ejercita de manera voluntaria, libre y sujeta a demandas de responsabilidad. Esta forma de entender el ejercicio humano de dar sentido a nuestra vida es más cercana al sufrimiento existencial, concepción heredada del movimiento existencialista (Flynn, 2006). La autoría narrativa al final de la vida involucra elecciones que no son fáciles ni mandatorias.

La noción de *sufrimiento religioso* conjunta los malestares que tienen relación con los sistemas de prácticas y creencias religiosas. Es cierto que entrar al Mictlán puede generar sufrimiento para quien viva una dimensión religiosa amenazada por la finitud; la religión ofrece elementos para aliviar las tensiones propias del final de la vida (Coward y Stajduhar, 2012). Sin embargo, dar significado a su propia vida a partir de narrativas de identidad es una actividad común tanto a personas religiosas como a las que no lo son. Nuestro énfasis recae en aspectos estructurales, de tal suerte que la descripción es neutral respecto a los recursos narrativos, religiosos o no, con que se da sentido a la existencia.

La descripción que hemos hecho del sufrimiento en el Mictlán se distingue de otras maneras de entender cómo afecta a las personas saber de su muerte. En el campo de la atención a pacientes con cáncer, se ha estudiado el cambio asociado a conocer qué tan pronto morirán. Se ha hablado de *transformación existencial* (Sand et al., 2008, p. 858) y de *punto de quiebre existencial* (Missel y Birkelund, 2011, p. 298) para referirse al inicio del sufrimiento existencial debido a un diagnóstico terminal. Estos conceptos apuntan al comienzo del viaje al Mictlán, pues marcan el inicio de la condición epistémica. El enfoque del campo de la salud estriba en cómo ese sufrimiento existencial se integra en el marco del desarrollo de la enfermedad.

Cuando se diagnosticó el cáncer por primera vez, el mensaje afectó la existencia y puso el mundo patas arriba. La información sobre el hecho de que la enfermedad no tenía cura y se encontraba en una etapa paliativa tardía había dado lugar a una percepción de que la vida se acortaba drásticamente y se imponía la muerte, lo que resultó en una pérdida de energía y sentimientos tanto de impotencia como de vulnerabilidad (Sand et al., 2008, p. 856 [la traducción es nuestra]).

El sufrimiento del Mictlán proviene de contemplar la propia muerte. En este sentido, se relaciona con el concepto de *terror existencial* que refiere al horror de considerar la posibilidad de esta (Bradley, 2015). Pero también al concepto de *angustia a la muerte*, planteado en la psicoterapia existencial como causa de las psicopatologías, entendiéndolas como mecanismos con que la confrontamos (Yalom, 1984). Una concepción similar está en la base de la teoría de la administración del terror (Greenberg et al., 1986; Greenberg et al., 2008), que propone la *ansiedad frente a la muerte* como la motivación humana última para la construcción de dispositivos culturales, cosmogonías y narrativas personales. El sufrimiento de enfrentar la muerte se encuentra en varias tradiciones psicológicas que comparten la tesis de que este es un rasgo definitorio de la psique humana.

Entre los organismos, solo nosotros estamos completamente conscientes del hecho devastador de que moriremos inevitablemente y únicamente nosotros debemos convencernos a nosotros mismos que somos tan especiales que seremos inmortales: en una vida después de la muerte, en la memoria de otros o pertenecientes a un grupo que trascienda la existencia individual (Sullivan, 2016, p. 8 [la traducción es nuestra]).

La concepción según la cual nuestra relación con la muerte guía nuestras vidas es más amplia que aquella que delimitamos con la condición epistémica del Mictlán. Las descripciones anteriores de cómo nos enfrentamos a la muerte son complementarias; nuestra conceptualización no compite con ninguna. La comprensión filosófica que ofrecemos tiene un propósito distinto: derivar formas de consuelo. De manera paradójica, la cercanía con la muerte, saber que pronto se morirá y sufrir por ello, puede traer consigo oportunidades para el solaz.

## CONSUELOS EN MICTLÁN

Tú y yo podemos encontrar consuelo frente a nuestra muerte. Saber cuándo vamos a morir es bueno. Nos concentramos en fuentes de alivio en el Mictlán. Primero, mostramos cómo puede haber un aspecto positivo en relación con la escasez de experiencias restantes. Segundo, se puede hallar confort en el estar agradecidos por la muerte, como parte esencial de algo valioso: la vida. Tercero, nos enfocamos en cambios morales; por ejemplo, somos más susceptibles a ser perdonados. Finalmente, resaltamos la autoría que tenemos sobre el final de nuestra propia historia. Al volvernos conscientes del cambio metafísico que se avecina, es posible afrontarlo de mejor manera.

### Consuelo en la escasez

El valor de las cosas es relativo a la oferta y la demanda. Es difícil pensar en algo muy valioso que a la vez sea extremadamente abundante. El precio de los diamantes radica, en buena medida, en la dificultad que existe en su obtención.

En concreto, el valor relativo de las experiencias restantes cambia. Esto se puede entender desde dos ángulos útiles. Para empezar, aquello que nos hace sufrir, incluso esa misma enfermedad o padecimiento que nos ha conducido al final de la vida, no continuará para siempre. Sabemos aproximadamente cuándo terminará. Pero hay algo aún más importante, tal vez: las experiencias agradables, positivas, deseables, se vuelven más valiosas, pues ahora son limitadas. Pocas cosas son tan dulces como la última cucharada del postre.

El valor es una propiedad extrínseca, depende de las relaciones entre las cosas (Sapién, 2021b). Es por esto que la relación de escasez aumenta el valor de aquello que ya de por sí es deseado. Pero esta relación no es la única forma de hallar consuelo, pues también se puede obtener vía la gratitud.

## Consuelo en el agradecimiento

Glasgow (2020) nos introduce al tema del consuelo hablando sobre la muerte de su madre. En la búsqueda de alivio desde la filosofía, propone que la noción de agradecimiento es crucial. Podemos estar agradecidos de morir en tanto que es una *parte fundamental* de un proceso valiosísimo: la vida.

Pensemos, nos dice Glasgow, en alguien que recibe un regalo muy valioso, como su primer auto. Puede ser que no sea perfecto, pero es tan significativo que sus aspectos negativos cobran valor, por ser parte del todo al que pertenecen. El estéreo viejo y destartalado del coche es valioso no por sí mismo, sino por su relación con lo demás. Es extrínsecamente valioso. “Esto sugiere que podemos estar agradecidos por algo que permanece en la columna negativa, siempre y cuando su aspecto negativo sea mitigado por suficiente valor positivo que irradia para contrarrestar lo negativo” (Glasgow, 2020, p. 62. [la traducción es nuestra]). Algo similar puede ocurrir con la muerte. “El consuelo es la actitud que podemos adoptar ante la muerte cuando, en medio de los motivos que nos da para tener miedo y desánimo, atendemos al valor radiante que obtiene de la vida. Cuando hay tanto malestar, no esperamos encontrar dicha. No exigimos alegría desenfrenada ni esperanza de alegría desbordada” (Glasgow, 2020, p. 94 [la traducción es nuestra]).

Una manera de hacer sentido a la propuesta de Glasgow es pensar que la gratitud consiste en una evaluación positiva. Actuar así tiene un efecto benéfico al ayudarnos a sentirnos mejor. Es importante notar que una parte poco valiosa, como el estéreo de un coche, puede ser a la vez constitutiva de aquello por lo que estamos agradecidos. Es una forma de valor extrínseco, pero no instrumental. El estéreo no es importante por su valor causal, pues se trata, más bien, de una relación mereológica. La muerte es una parte esencial de la vida. En ese sentido restringido es buena. La propuesta de Glasgow es hallar consuelo en esta relación constitutiva. Sin muerte no hay vida.

Tomando en cuenta el agradecimiento, cabe entender que cuando entramos en el Mictlán es posible reconocer que hemos comenzado la última parte del camino. Sin embargo, diferimos de una manera importante de él. No consideramos que el camino se termine del todo con la muerte. Se trata más bien

de varios senderos y en donde unos terminan, otros siguen. En esto también podemos hallar consuelo, en el agradecimiento de que continuamos existiendo aun después de nuestra muerte. Por extraño que pueda sonar, seguimos existiendo como nodos de significado, continuamos siendo para los demás.

### Consuelo en el cambio moral

Cercanos a morir, el estatus moral de las personas cambia. Existe una cierta permisibilidad al moribundo. Suele considerarse que tenemos derecho a una buena última comida antes de morir, no importa quiénes seamos, quiénes hayamos sido. Nuestra concepción sobre la transición metafísica que ocurre en Mictlán ayuda a dar cuenta de dicha cuestión. No se trata de describir el consuelo desde una dimensión moral, sino de señalar que el consuelo intelectual, desde el ámbito de nuestras razones, puede ser obtenido en relación con otros individuos. Es importante señalar que este consuelo no implica ausencia de responsabilidad para quien sabe que su muerte se acerca, pero sí significa que, cercanos a morir, se abren posibilidades de acción, como nuestra capacidad de pedir perdón y de ser perdonados.

Proponemos que este cambio moral se debe al menos a dos factores: al aumento de valor de las experiencias restantes, dada su escasez, y al hecho de que el nodo de representaciones colectivas que también somos dejará de ser modificado por nosotros mismos; solo se verá afectado por los demás. Estamos próximos a dejar de ser los autores principales de nuestras propias vidas. Esto se ilustra con el hecho de que estamos más propensos al perdón durante el Mictlán.

Cazáres (2022) argumenta que, frente a la muerte próxima de quien nos ha ofendido, podemos experimentar cambios en las emociones reactivas de sanción que nos provoca.

Dicho de otra manera, somos más propensos a perdonar a alguien en su lecho de muerte. ¿Por qué sucede esto? Primero, en relación con la escasez, alguien que pronto morirá tiene menos oportunidades para reparar el daño causado, menos ocasiones para disculparse y, sobre todo, para poder llevar a

cabo los cambios necesarios para que la relación se reestablezca como antes de la ofensa. Más vale aprovechar el poco tiempo.

Además, hay otras buenas razones para perdonar a alguien en Mictlán. Al exonerarlos en vida, podemos mejorar nuestra concepción de ellos y así sanar nuestra relación una vez que fallezcan y solo existan como recuerdo. Imaginemos que nuestra madre está por morir. Nuestra relación fue francamente mala. Justo antes de perecer, ella nos pide perdón por algo que ocurrió en nuestra infancia. Puede ser que no podamos o debamos perdonarla, pero, de hacerlo, tenemos la razón extra de que nos quedaremos con una relación más pacífica con ella, a partir de su recuerdo.

Sin embargo, esta situación tiene dos agentes. Al entrar en Mictlán, también tenemos buenas razones para pedir perdón. Las ocasiones que nos quedan para hacerlo se reducen drásticamente. Esto vuelve esas posibilidades más valiosas. Además, ser disculpado es una buena manera de tratar de mejorar quiénes seremos en la memoria de los otros.

Lo que se recuerda y piensa de nosotros es importante no solo mientras seguimos vivos, sino también cuando estamos muertos. Cuando decimos “Juan Rulfo escribió *Pedro Páramo*”, estamos hablando del escritor en un sentido relevante, nos relacionamos con él. El recuerdo de nosotros es parte de nuestro legado. Uno podría pensar que aquello que se dice de nosotros en la tumba es completamente irrelevante, pero no es así. Las personas se preocupan por los juicios hacia ellas, aun cuando esto no se viva como parte de su vida consciente. Por decirlo de otra forma, cuando dormimos esperamos que no se nos menosprecie, injurie, ofenda o maldiga.

Podemos hallar consuelo en relación con el perdón en Mictlán. Por un lado, somos más propensos a ser perdonados; por otro, podemos enmendar acciones del pasado. Sabernos próximos a morir nos motiva a mejorar nuestra historia. Lo podemos hacer por las personas a quienes ofendimos y también para tomar control en tanto autores de nuestra narración, que influenciará lo grabado en las mentes de los otros. La percepción ajena importa en vida, pero, siguiendo a Aristóteles, también es importante durante la muerte.

## Consuelo en la autoría narrativa

Conocer cuándo moriremos ofrece la oportunidad de tomar liderazgo en la tarea de contar nuestro final. Quien está en Mictlán aún puede transformar el nodo de significados colectivos que lo constituye parcialmente. A pesar de las dificultades de su pasaje, está abierta una ventana de tiempo en la que tendrá esa agencia narrativa. Las condiciones están dadas para hacer una última contribución a cómo persistiremos para los demás.

Desde esta perspectiva, pasar por Mictlán antes de morir es preferible a no hacerlo. Si vamos a morir, es mejor saberlo. Contar el final no es una tarea a la que podamos dedicarnos en otros momentos. En el mejor de los casos, la preparación previa facilitará la labor, brindará elementos de acción y contribuirá a la tranquilidad que se requiere. Sin embargo, por más que se reflexione sobre nuestra finitud, solo cuando la vida está llegando a su fin es que escribimos su último capítulo. Únicamente conociendo que se está en dicho momento podrá llevarse a cabo tal tarea. Ahí reside el valor de saber cuándo moriremos.

Escribir nuestro final no implica hacerlo de forma coherente, no ha de tener cohesión total con quienes hemos sido. Saberlo libera a quienes narramos del constreñimiento de la armonía. La identidad narrativa no se ha concebido como el desarrollo de una historia lineal.

Se narra como una novela polifónica donde distintos aspectos del yo toman forma (Hermans, 1996); es natural que esas historias se solapen y contradigan, pues se configuran en respuesta a un mundo social complejo e inconsistente (Raggat, 2006). Quien escribe su propio final tiene libertad creativa.

## CONCLUSIONES

Tú y yo existiremos después de la muerte. Hemos presentado una caracterización filosófica, en términos de un cambio epistémico y de una situación metafísica particular, de quien sabe cercana su muerte. Quien está en Mictlán transita, por así decirlo, del mundo de los vivos al de los muertos. Tal estado tiene vinculada una forma de la afectividad: el sufrimiento existencial,



narrativo, propio de abandonar la autoría de la vida. El paso por Mictlán trae consigo la capacidad de darle sentido a que la vida tenga final.

Hemos atestiguado el tránsito a un interés más pronunciado sobre nuestra finitud, tanto desde el público general (Dugdale, 2020), como de quienes se educan para la profesión médica (Álvarez-del-Río et al., 2013). En este sentido, se ha hecho patente la necesidad de educarles en competencias para tratar este proceso (Ruiz et al., 2022). Frente a esta demanda, la filosofía de la muerte ofrece elementos para la formación de conceptos sólidos al respecto (Fajardo-Chica, 2021). La pandemia por COVID-19 hizo que millones de personas entrasen a Mictlán. Nuestra descripción del tránsito entre el mundo de los vivos y de los muertos da sentido a intuiciones filosóficas respecto a la naturaleza del morir, las formas en que permanecemos después de fallecer y cómo encontrar consuelo al respecto.

En el mejor de los casos, caminaremos por los parajes de nuestro propio Mictlán. Las mentes corporizadas que identificamos con nuestra propia existencia habrán finalizado y quedarán las representaciones colectivas. Sufriremos mientras se nos abre la oportunidad única del cierre existencial. Sin embargo, en caso de no contar con tal fortuna, tendremos a disposición el viejo consuelo de Epicuro: habremos muerto, así que no podremos lamentarlo. Tú y yo vamos a morir. La mejor manera es en Mictlán.

## AGRADECIMIENTOS

Abraham Sapién agradece la beca DGAPA-UNAM para la estancia de posdoctoral en el Instituto de Investigaciones Filosóficas, asesorado por la Dra. Olbeth Hansberg. David Fajardo-Chica agradece la beca DGAPA-UNAM para la estancia posdoctoral en la Facultad de Medicina, asesorado por la Dra. Asunción Álvarez del Río. Ambos agradecen al Seminario Universitario de Afectividad y Emociones (SUAFEM) de la UNAM por su apoyo para la realización de este trabajo, así como a la constante conversación en los seminarios Afectividad y cultura, del Instituto de Investigaciones Filosóficas, y El sufrimiento en la enfermedad, del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la UNAM.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adam, D. (2022). The pandemic's true death toll: millions more than official counts. *Nature*, 601(7893), 312-315. <https://doi.org/10.1038/>
- Álvarez-del-Río, A. (2013). Facing death in clinical practice: a view from physicians in Mexico. *Archives of Medical Research*, 44(5), 394-400.
- Aristóteles. (1985). *Ética nicomáquea; Ética a Eudemo*. Vol. *Biblioteca Clásica Gredos* 89. Gredos.
- Boston, P., Bruce, A. y Schreiber, R. (2011). Existential suffering in the palliative care setting: an integrated literature review. *Journal of Pain and Symptom Management*, 41(3), 604-618.
- Bradley, B. (2015). Existential Terror. *The Journal of Ethics*, (19), 409-418.
- Brady, M. (2018). *Suffering and virtue*. Oxford University Press.
- Cazáres, R. (2022). El impacto del duelo anticipado en las actitudes reactivas de sanación. *Revista de Filosofía*, 47(1), 213-230.
- Cassell, E. (1982). The nature of suffering and the goals of medicine. *The New England Journal of Medicine*, 306(11), 639-645.
- Cassell, E. (1986). *The nature of suffering and the goals of medicine*. Oxford University Press.
- Cassell, E. (2009). *La persona como sujeto de la medicina*. Cuadernos de la Fundación Victor Grifols i Lucas.
- Coward, H. y Stajduhar, K. (2012). *Religious understandings of a good death in hospice palliative care*. SUNY.
- Den Hartogh, G. (2017). Suffering and dying well: on the proper aim of palliative care. *Medicine, Health Care, and Philosophy*, 20(3), 413-424.
- Dugdale, L. S. (2020). *The lost art of dying*. Harper Collins.
- Eraña, A. (2021) *De un mundo que hila personas (o de la inexistencia de la paradoja individuo/sociedad)*. Universidad Nacional Autónoma de México-Universidad Autónoma Metropolitana.
- Fajardo-Chica, D. (2020). Sobre el concepto de dolor total. *Revista de Salud Pública*, 22(3), 1-5.

- Fajardo-Chica, D. (2021). Filosofía de la muerte en la formación en cuidados paliativos, una experiencia desde la UNAM. *Medicina Paliativa*, 28(3), 211-212.
- Fajardo-Chica, D. y Hansberg, O. (2021). *La vida emocional en la pandemia*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Flynn, T. (2006). *Existentialism: A very short introduction*. Oxford University Press.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T. y Solomon, S. (1986). The causes and consequences of a need for self-esteem: a terror management theory. En R. Baumeister (Ed.), *Public self and private self*. Springer.
- Greenberg, J., Solomon, S. y Arndt, J. (2008). A basic but uniquely human motivation: terror management. En Shah y Gardner (Eds.), *Handbook of Motivation Science*, (pp. 114-134). The Guilford Press.
- Glasgow, J. (2020). *The Solace*. Oxford University Press.
- Goldman, A. (1979). What is justified belief? En G. Pappas (Ed.), *Justification and knowledge: new studies in epistemology* (pp. 1-23). D. Reidel Publishing Company.
- Goldman, A. (1986). *Epistemology and cognition*. Harvard University Press.
- Hansberg, O. (2017). Emociones, intimidación y confianza. En O. Hansberg y R. Esteinou (Eds.), *Acercamientos multidisciplinares a las emociones* (pp. 17-35). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Hermans, H. (1996). Voicing the self: from information processing to dialogical interchange. *Psychological Bulletin*, 119(1), 31-50.
- Jimenez, T., Restar, A., Helm, P. Cross, R., Barath, D. y Arndt, J. (2020). Fatalism in the context of COVID-19: Perceiving coronavirus as death sentence predicts reluctance to perform recommended preventive behaviors. *SSM Population Health*, (11), 10061.
- Kauppinen, A. (2020). The world according to suffering. En M. Brady, D. Bain y J. Corns (Eds.), *Philosophy of Suffering* (pp. 19-36). Routledge.
- Kuri, S. D. (2018). Sentido común, filosofía y judaísmo en Franz Rosenzweig. *Revista Digital FILHA*, (18).
- McAdams, D. P. y McLean, K. (2013). Narrative Identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233-238.

- Menzies, R. y Menzies, R. (2020). Death Anxiety in the time of COVID-19: theoretical explanations and clinical implications. *The Cognitive Behavior Therapist*, (13), e19.
- Missel, M. y Birkelund, R. (2011). Living with incurable oesophageal cancer. A phenomenological hermeneutical interpretation of patient stories. *European Journal of Oncology Nursing*, 15(4), 296-301.
- Nagel, T. (1970). Death. *Noûs*, 4(1), 73-80.
- Núñez, L. F. y Martínez-González, R. (2009). Viaje al Mictlán: una revisión crítica sobre el destino de las almas y los ritos funerarios en las fuentes tempranas y los contextos arqueológicos del posclásico. *Anales de Antropología*, (43), 51-68.
- Puchalski, C., Ferrell, B., Virani, R., Otis-Green, S., Baird, P. Bull, J., Chochinov, H., Handzo, G., Nelson-Becker, H., Prince-Paul, M., Pugliese, K. y Sulmasy, D. (2009). Improving the quality of spiritual care as a dimension of palliative care: the report of the consensus conference. *Journal of Palliative Medicine*, 12(10), 885-904. <https://doi.org/10.1089/jpm.2009.0142>
- Raggat, P. (2006). Multiplicity and conflict in the dialogical self: a life-narrative approach. En McAdams, Josselson y Lieblich (Eds.), *Identity and story: creating self in narrative* (pp. 15-35). American Psychological Association.
- Ruiz, S., Salazar, N. y Medina-Mora, M. (2022). La formación médica y la muerte: estudio descriptivo sobre el impacto emocional en los cuidados paliativos. *Investigación en Educación Médica*, 11(43), 82-89.
- Sand, L., Strang, P. y Milberg, A. (2008). Dying cancer patients' experiences of powerlessness and helplessness. *Support Care Cancer*, 16(7), 853-862.
- Sallnow, L., Smith, R., Ahmedzai, S., Bhadelia, A., Chamberlain, C., Cong, Y., Doble, B., Dullie, L., Durie, R., Finkelstein, E., Guglani, S., Hodson, M., Husebo, B., Kellehear, A., Kitzinger, C., Knaul, F., Murray, S., Neuberger, J., O'Mahony, S.,... Wyatt, K. (2022). Report of the Lancet Commission on the Value of Death: Bringing back death into life. *Lancet*, (399), 837-840.
- Sapién, A. (2020). The structure of unpleasantness. *Review of Philosophy and Psychology*, 11(4), 805-830.

- Sapién, A. (2021a). El justo miedo: temor colectivo y colaboración. En Fajardo-Chica y Hansberg (Eds.), *La vida emocional en la pandemia* (pp. 165-182). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Sapién, A. (2021b). Todos somos masoquistas. *Revista de la Universidad*, (872) nueva época, 58-63.
- Sleeman, K., De Brito, M., Etkind, S., Nkhoma, K., Guo, P., Higginson, I., Gomes, B. y Harding, R. (2019). The escalating global burden of serious health-related suffering: projections to 2060 by world regions, age groups, and health conditions. *Lancet Global Health*, 7(7), e883-e892.
- Sullivan, D. (2016). *Cultural-Existential Psychology*. Cambridge University Press.
- Yalom, I. (1984). *Psicoterapia existencial*. Herder.
- Tanyi, R. (2002). Towards a clarification of the meaning of spirituality. *Journal of Advanced Nursing*, 39(5), 500-509.
- Tappolet, C. (2016). *Emotions, Values, and Agency*. Oxford University Press.
- Villanueva-Lozano, M. (2021). Transformarse en médico: narrativas de discontinuidad y argumentos autobiográficos. *Bajo Palabra*, (28), 200-215. <https://doi.org/10.15366/bp2021.28.009>
- Willig, C. (2015) "My bus is here": A phenomenological exploration of 'living-with-dying'. *Health Psychology*, 34(4), 417-425.

**Tomo 5**

**La década COVID en México**

**Salud mental, afectividad y resiliencia**



Este volumen ofrece estudios alrededor de las emociones, sentimientos y afectaciones psicológicas a consecuencia de la contingencia sanitaria. Reúne aportaciones de la psicología y la filosofía, cuyo común denominador es la comprensión del fenómeno y la obtención de lecciones útiles para el futuro.

En principio, presenta los retos enfrentados en relación con la salud mental pública, las fuentes de estrés y las estrategias de afrontamiento, así como las formas de atención a distancia. Describe las contribuciones centradas en la salud mental de niñas y niños, los obstáculos en procesos educativos y las causas de malestar psicológico. Además, muestra un paisaje completo sobre el consumo de sustancias psicoactivas y un retrato del fenómeno del suicidio examinando definiciones, modelos explicativos, así como factores de riesgo y protección.

Finalmente, ofrece una comprensión filosófica del tiempo en que alguien llega a saber que morirá y explica la forma en que la filosofía estoica de la Antigüedad daba respuesta al problema del mal. Analiza el miedo colectivo a partir de una concepción del sufrimiento desde las poblaciones y un análisis filosófico de las expresiones de solidaridad en tiempos de la emergencia sanitaria.



**SECRETARÍA GENERAL**

Universidad Nacional Autónoma de México



**DGCS**  
Dirección General de Comunicación Social



COORDINACIÓN  
DE HUMANIDADES