

ESTUDIO CUALITATIVO DEL SEGUIMIENTO ENTRE SESIONES DE UN GRUPO DE DUELO POR SUICIDIO A TRAVÉS DE MENSAJERÍA INSTANTÁNEA

Moncayo-Moruno, Nuria y López-Vega, Daniel Jesús (2026)

Objetivos

Evaluar cualitativamente el uso de WhatssApp como complemento de los grupos de duelo por suicidio.

Justificación

La integración de WhatsApp en grupos de apoyo para personas en duelo por suicidio actúa como una **herramienta de disponibilidad**, superando limitaciones de los modelos presenciales mensuales.

La evidencia (Nivel B) asocia su uso con un **mayor crecimiento postraumático** (3.40 vs. 3.15), facilitando la **validación del duelo, el mantenimiento de vínculos continuos y la ruptura del aislamiento social**.

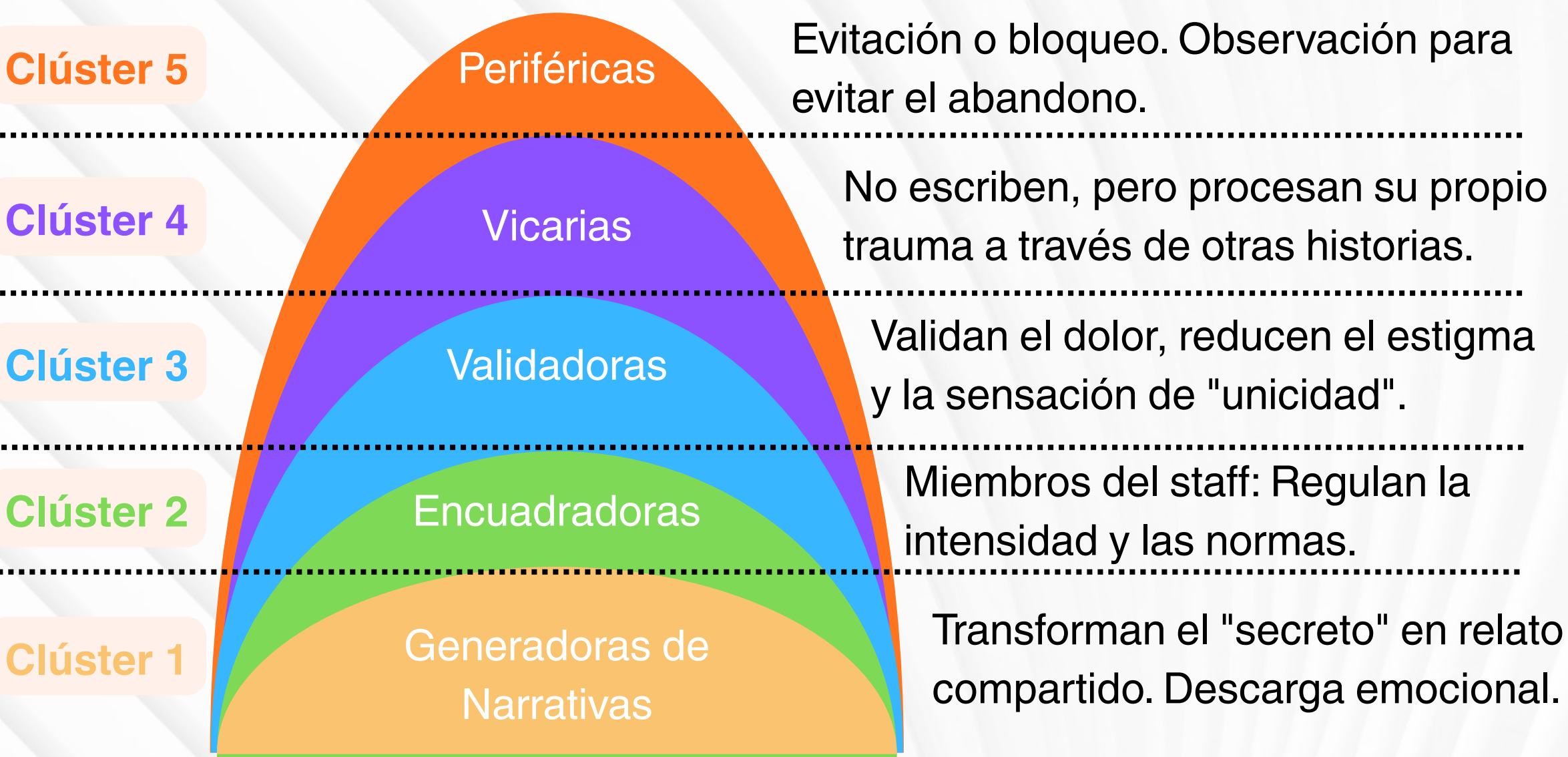
Conclusiones

Su implementación exige una gestión de riesgos estricta para mitigar la sobrecarga de información y asegurar la confidencialidad. La mensajería instantánea no es un sustituto, sino un recurso preventivo y de cohesión de primera línea.

Método y muestra

- El archivo contiene **13.143 mensajes** instantáneos de **40 participantes**.
- Los mensajes abarcan **17 meses (09/09/24-15/02/26)**.
- El chat muestra actividad constante, con una media **25-30 mensajes diarios**.
- Muchos de estos comentarios incluyen **multimedia** y variedad de **emoticonos**.
- Análisis de la participación y análisis cualitativo con metodología del *análisis de contenido* de Philipp Mayring para analizar un chat de grupo de apoyo sobre duelo por suicidio, cuya unidad es el mensaje individual y el contexto, la interacción asincrónica de soporte emocional y psicoeducación.

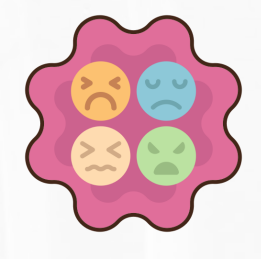
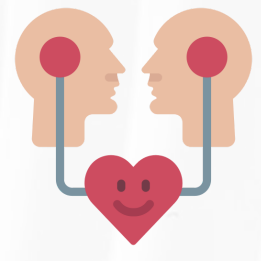
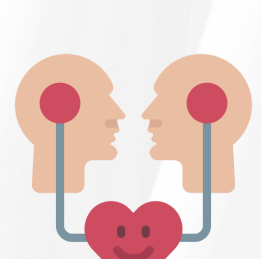
Análisis de la participación



Riesgos de la mensajería instantánea

Riesgo	Estrategia
Malentendidos	Mediación inmediata y aclaración explícita de intenciones/emojis.
Fatiga por Compasión	Normas de "silencio nocturno" y participación
Brechas de Privacidad	Acuerdos de confidencialidad y prohibición de capturas de pantalla. Secreto de grupo
Efecto Contagio (Werther)	Moderación estricta bajo guías #chatsafe y derivación inmediata de crisis.

Análisis de contenido

Etiqueta	Definición Operacional	Cita textual	Función en el Duelo
 Comunicación fática (Frecuencia muy alta)	Mensajes para abrir/cerrar el comunicación o mantener contacto	"Buenos y tranquilos días" "Buenos y gélidos días"	Mantenimiento: proporciona seguridad y combate el aislamiento.
 Ventilación emocional (Frecuencia alta)	Expresión directa de sufrimiento, síntomas físicos, ansiedad, culpa, rumiación o desesperanza.	"Llevo una tarde de lloros" "Siento que estoy en una película de terror"	Externalización: Sacar el dolor del ámbito privado al público.
 Resonancia empática (Frecuencia alta)	Respuestas de otros dolientes que confirman haber vivido lo mismo.	"Te entiendo perfectamente" "A mí me pasa igual, no te compares"	Despatologización: Rompe la sensación de "locura" o unicidad del síntoma.
 Intervención psicoeducativa (Frecuencia media)	Mensajes introducen conceptos teóricos, reencuadres o pautas de manejo.	"El dolor es inevitable, el sufrimiento es opcional" "Diferencia entre culpa y responsabilidad"	Andamiaje cognitivo: Introduce racionalidad y vocabulario técnico para ordenar la experiencia emocional.
 Construcción de sentido (Frecuencia media)	Explicar el suicidio, compartir recuerdos o reflexiones filosóficas.	"Quizás querían dejar de sufrir" "Mi hijo era luz..."	Integración: Intento de reescribir la historia traumática para hacerla asimilable y encontrar un "lugar" para el fallecido.
 Intercambio de recursos (Frecuencia baja)	Elementos multimedia (canciones, fotos, enlaces) para comunicar estados de ánimo o información.	[Enlace a canción de YouTube] "Os comparto esta foto del encuentro"	Canalización: Uso del arte o la información externa como vehículo para las emociones.
 Encuadre (Frecuencia baja)	Mensajes organizativos sobre reuniones, normas, fallos técnicos o convocatorias.	"Recordad las normas: no política" "¿Quién viene el sábado?"	Seguridad: Mantiene los límites, asegurando que sea un espacio predecible.