



CARTA AL EDITOR

El duelo por viudedad: un problema silente en atención primaria



Bereavement for widowhood: A silent problem in primary care

Sr. Editor,

Según los datos del primer trimestre de 2023 del Instituto Nacional de Estadística (INE) el número total de viudos y viudas en España asciende a 2.865.500 personas. De ellos, 2.306.000 son mujeres, mientras que los hombres solo representan 539.500¹. Respecto a la edad, las estadísticas confirman que la situación de viudedad está directamente relacionada con los años, a mayor edad aumenta la posibilidad de ser viudo o viuda. La longevidad superior de las mujeres frente a los hombres es el factor causal que determina que su número sea muy superior al de hombres. Así, la edad media de los viudos españoles es de 73 años, mientras que el de las mujeres llega hasta los 77¹. En la proyección demográfica de la población de España dentro de 10 años se destaca que las personas mayores de 64 años alcanzarán los 9,7 millones, lo que representa 1,5 millones más que en la actualidad, es decir, un incremento del 17,6%¹, previéndose un mayor número de viudas y viudos¹.

El duelo se caracteriza por la aparición de síntomas ansiosos y depresivos que desaparecen, en la mayoría de los casos, en el transcurso del año de la pérdida del cónyuge, pero en un porcentaje significativo de dolientes persiste esta sintomatología. Así, en el estudio de Domingue et al.² se realizó un seguimiento de 39.162 personas entre 1994 y 2016, de las cuales 5.061 enviudaron durante este periodo. De la investigación se destaca que los cónyuges en duelo experimentaron un aumento en la discapacidad, la morbilidad por enfermedades crónicas y en la hospitalización, que se incrementó en el tiempo en los viudos y viudas de mayor edad². En otro estudio realizado en una población danesa de 65 años, se examinó la asociación entre la viudez y la mortalidad durante un seguimiento de 16 años, donde se reporta que las personas viudas tienen una mayor mortalidad en comparación con las personas casadas, fenómeno que es conocido como «efecto viudez»³. Para el grupo de 65 años o más se ha estimado que el aumento relativo de la mortalidad en las personas viudas en comparación con las personas casadas es del 11%³.

Dada la magnitud de estas cifras es preciso potenciar la calidad asistencial en los centros de atención primaria mediante la integración de programas de actividades preventivas, detectando las dificultades y oportunidades de mejora para su implantación e identificando cuáles son las necesidades formativas de los y las profesionales sanitarios, que deben estar fundamentadas en la evidencia científica y en los datos de morbimortalidad del duelo en la viudedad. En especial, es preciso promover la asistencia preventiva en aquellos viudos y viudas que tienen mayor riesgo de desarrollar un duelo patológico; por ello es prioritario que el equipo multidisciplinar realice un seguimiento de los síntomas depresivos y de la ideación suicida, preferentemente durante el primer año del inicio del duelo.

Conflicto de intereses

Las autoras declaran que no existe ningún conflicto de intereses.

Bibliografía

1. Instituto Nacional de Estadística (INE). Población de 16 y más años por estado civil, sexo y grupo de edad [consultado 10 Jul 2023]. Disponible en: <https://www.ine.es/jaxiT3/Datos.htm?t=4031>.
2. Domingue BW, Duncan L, Harrati A, Belsky DW. Short-term mental health sequelae of bereavement predict long-term physical health decline in older adults: U.S. health and retirement study analysis. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci.* 2021;14:1231–40, <http://dx.doi.org/10.1093/geronb/gbaa044>.
3. Blanner C, Mejdal A, Prina AM, Munk-Jørgensen P, Ersbøll AK, Andersen K. Widowhood and mortality: A Danish nationwide register-based cohort study. *Epidemiol Psychiatr Sci.* 2020;29:e149, <http://dx.doi.org/10.1017/S2045796020000591>.

Rosario Pérez García^a y Manuela Pérez García^{b,*}

^a Medicina de Familia, Centro de Salud Fontiñas, Servicio Gallego de Salud (SERGAS), Santiago de Compostela, España

^b Servicio de Psiquiatría, Hospital Provincial de Conxo, Servicio Gallego de Salud (SERGAS), Santiago de Compostela, España

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: mrpg1@hotmail.es (M. Pérez García).