

Estudio sobre cómo afrontamos la muerte

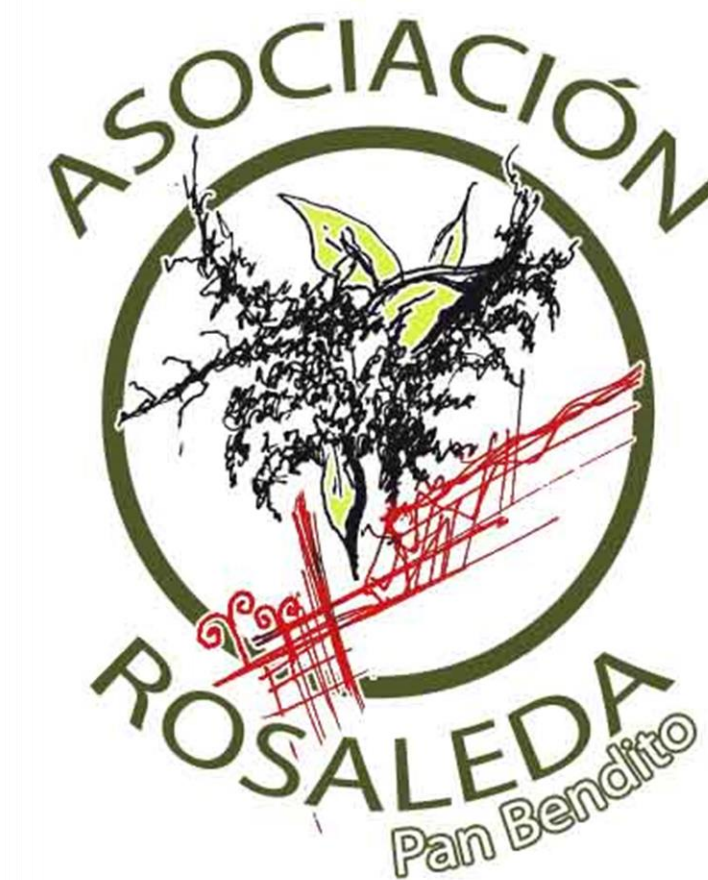


¿Quiénes somos?

Preparando “el adiós” es un proyecto comunitario impulsado por la **Asociación Rosaleda Pan Bendito** y los **Servicios Funerarios de Madrid**.



SFM
SERVICIOS FUNERARIOS DE MADRID



ÍNDICE:

1. Objetivo

2. Opiniones y percepciones sobre la muerte

2.1. Conversaciones sobre la muerte

2.2. Sentimientos sobre la muerte

2.3. Conocimiento sobre trámites

2.4. Pérdidas cercanas

2.5. Preparación para la propia muerte

2.6. Deseos para después de la muerte

2.7. Recuerdos y pérdidas

2.8. Afrontando el duelo o la pérdida

2.9. Adolescentes y afrontamiento de la muerte

2.10. Reflexiones sobre la muerte

3. Características del estudio

1. Objetivo



1. Objetivo

Este estudio tiene por objeto **conocer cómo la población de Carabanchel y de otros barrios de la ciudad de Madrid se prepara para la muerte.**

Creemos que la preparación para los procesos de final de vida es un factor decisivo en la prevención de duelos complicados, sentimientos de soledad no deseada y otras dificultades asociadas a nivel emocional, social, económico y/o administrativo.

2. Opiniones y percepciones sobre la muerte

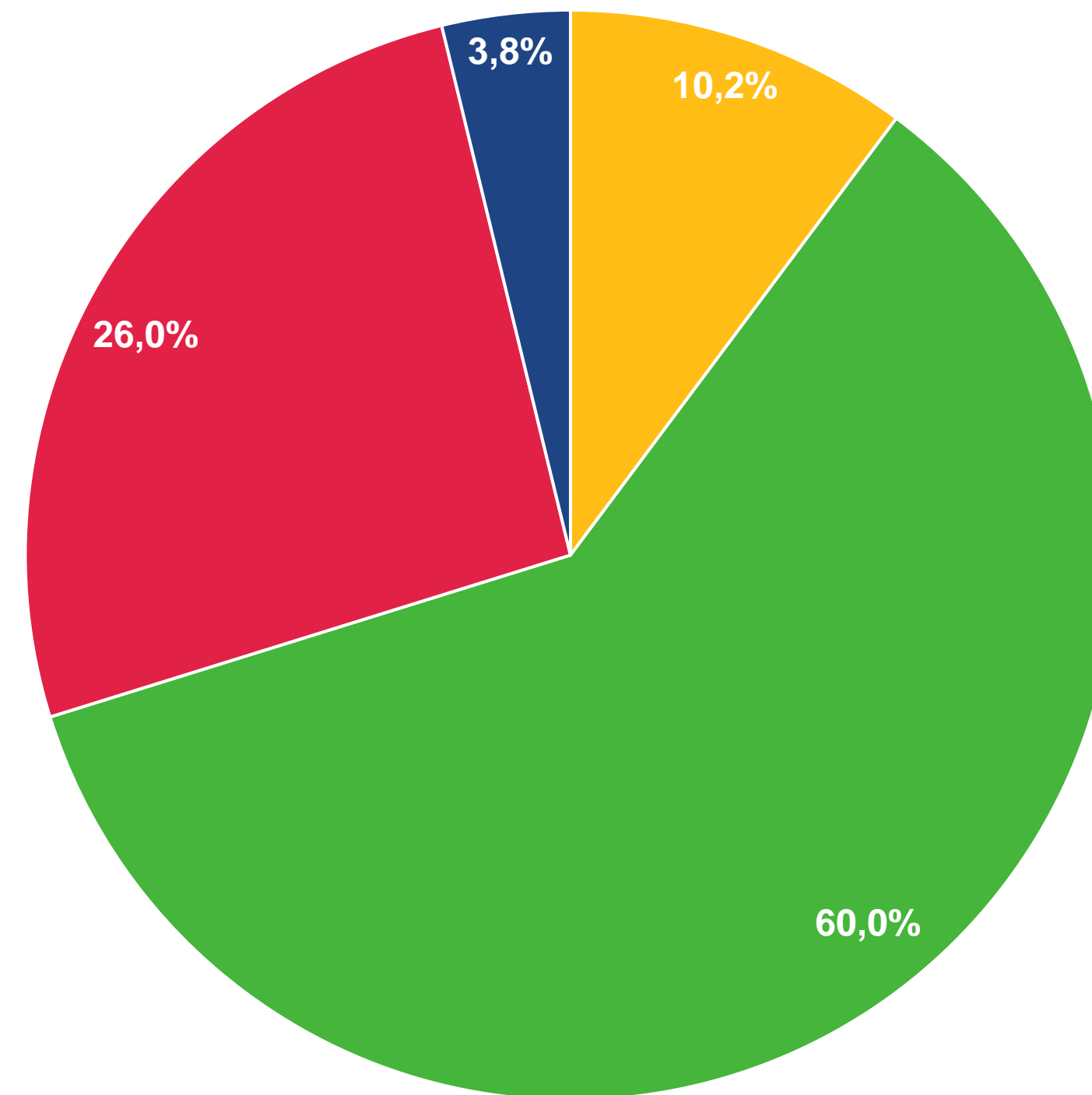


2.1. Opiniones y percepciones sobre la muerte: conversaciones sobre la muerte



2.1. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **conversaciones sobre la muerte**

Frecuencia con la que se mantienen conversaciones sobre la muerte



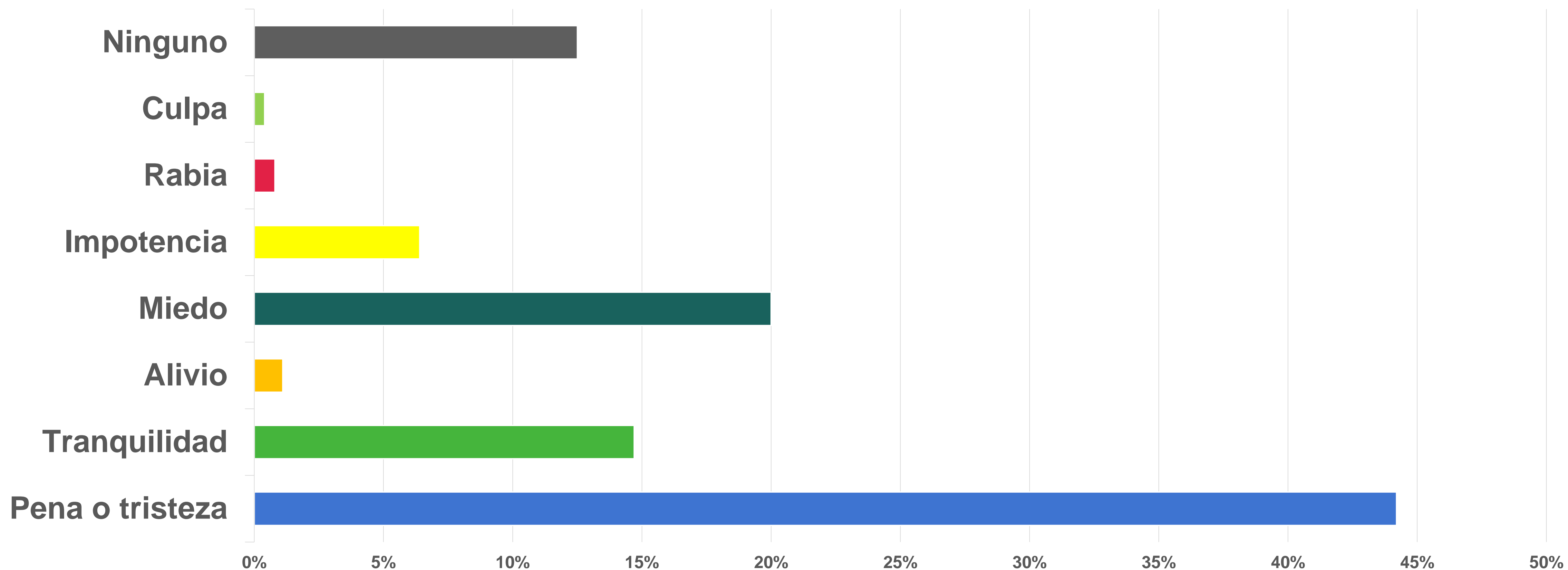
■ Con ninguna frecuencia ■ Con poca frecuencia ■ Con bastante frecuencia ■ Con mucha frecuencia

2.2. Opiniones y percepciones sobre la muerte: sentimientos sobre la muerte



2.2. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **sentimientos sobre la muerte**

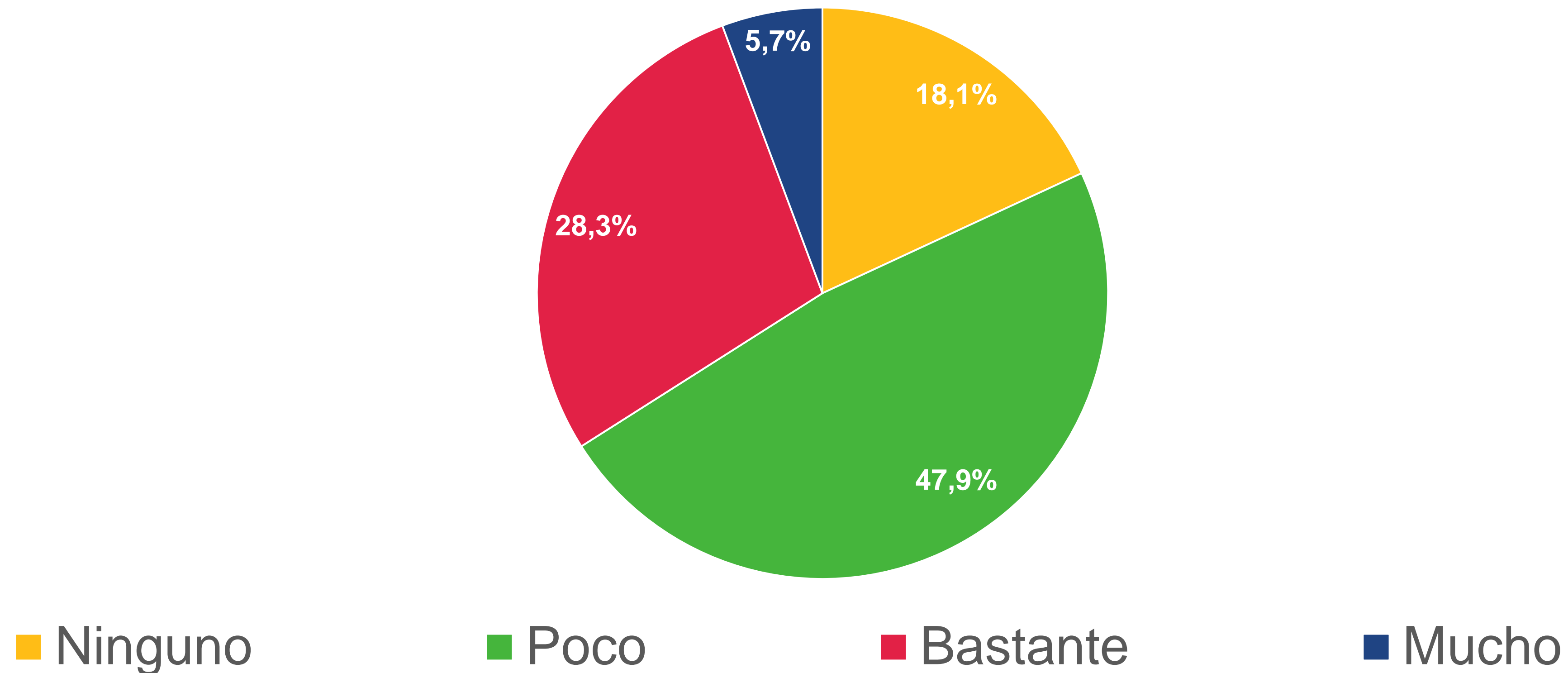
Sentimientos más intensos al pensar en la muerte



2.3. Opiniones y percepciones sobre la muerte: conocimientos sobre trámites

2.3. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **conocimientos sobre trámites**

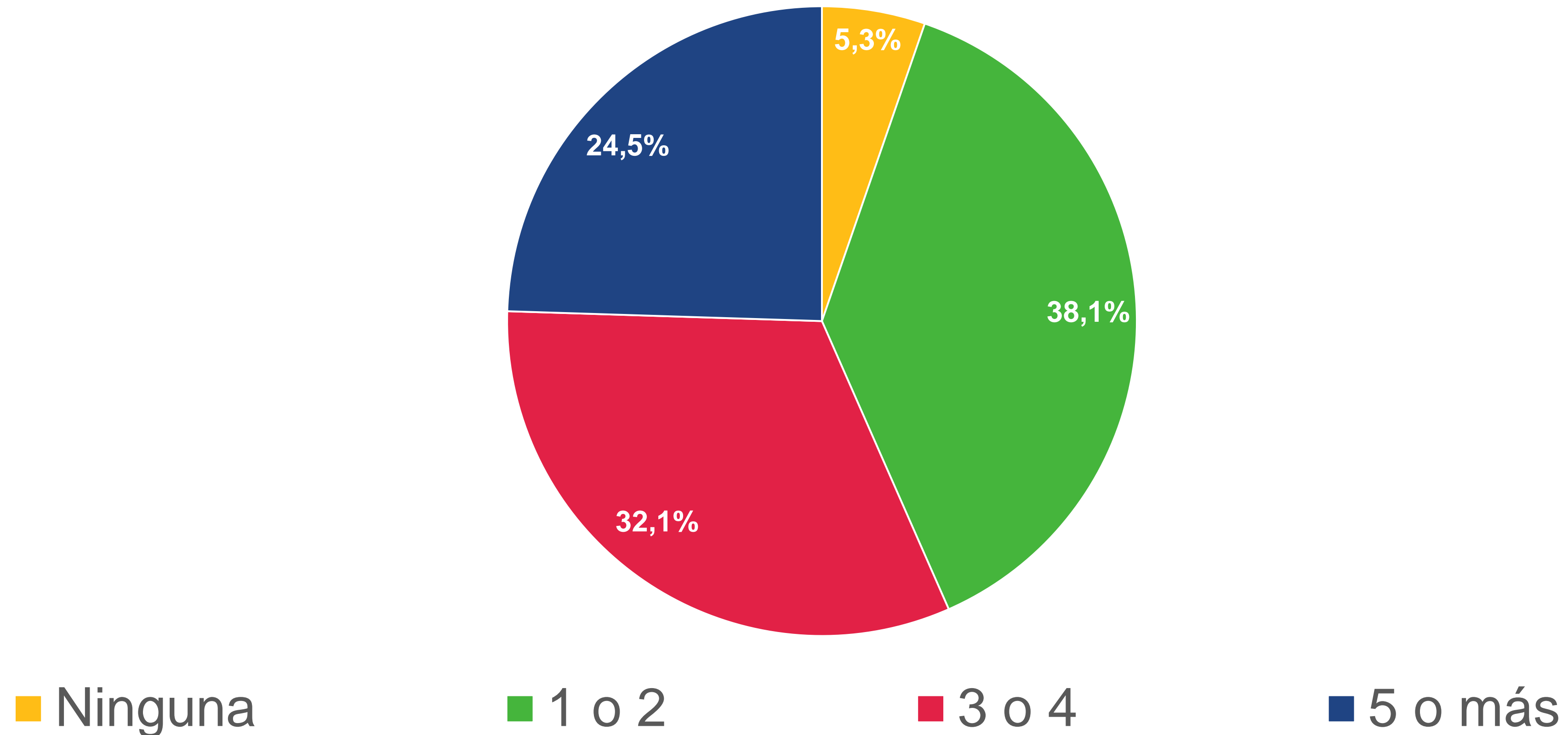
Conocimiento sobre los trámites más habituales a gestionar tras un fallecimiento



2.4. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **pérdidas cercanas**

2.4. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **pérdidas cercanas**

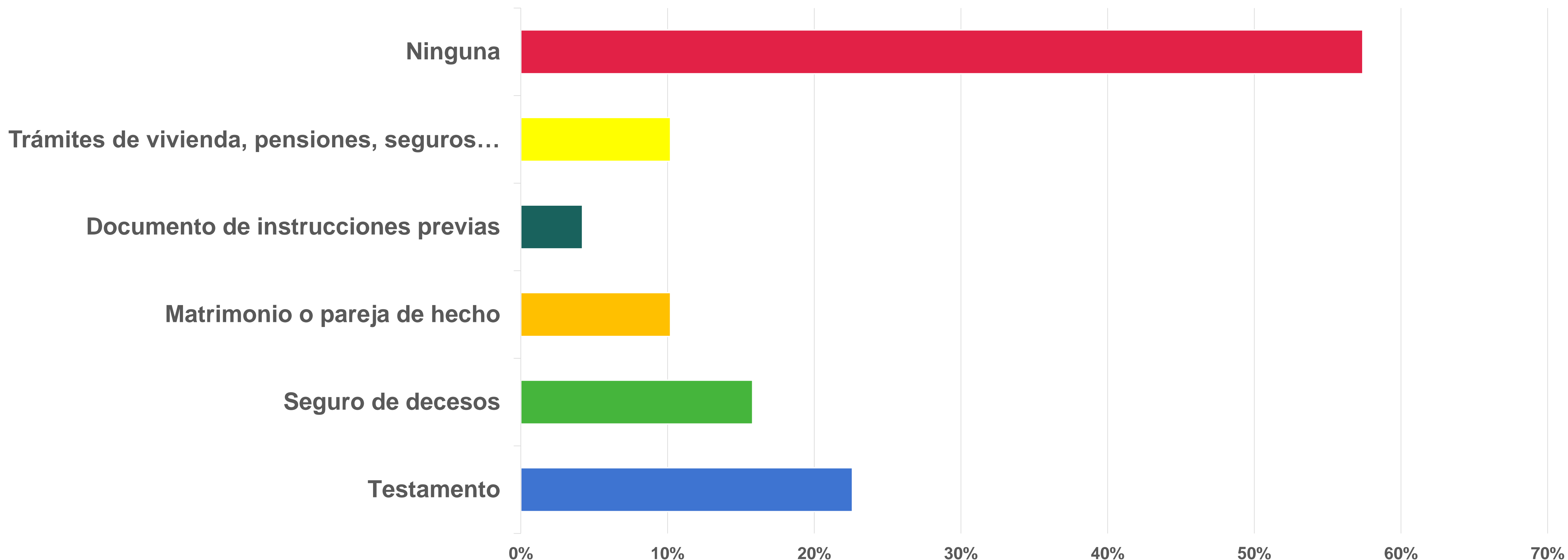
Número de pérdidas de personas cercanas sufridas a lo largo de la vida



2.5. Opiniones y percepciones sobre la muerte: preparación para la propia muerte

2.5. Opiniones y percepciones sobre la muerte: preparación para la propia muerte

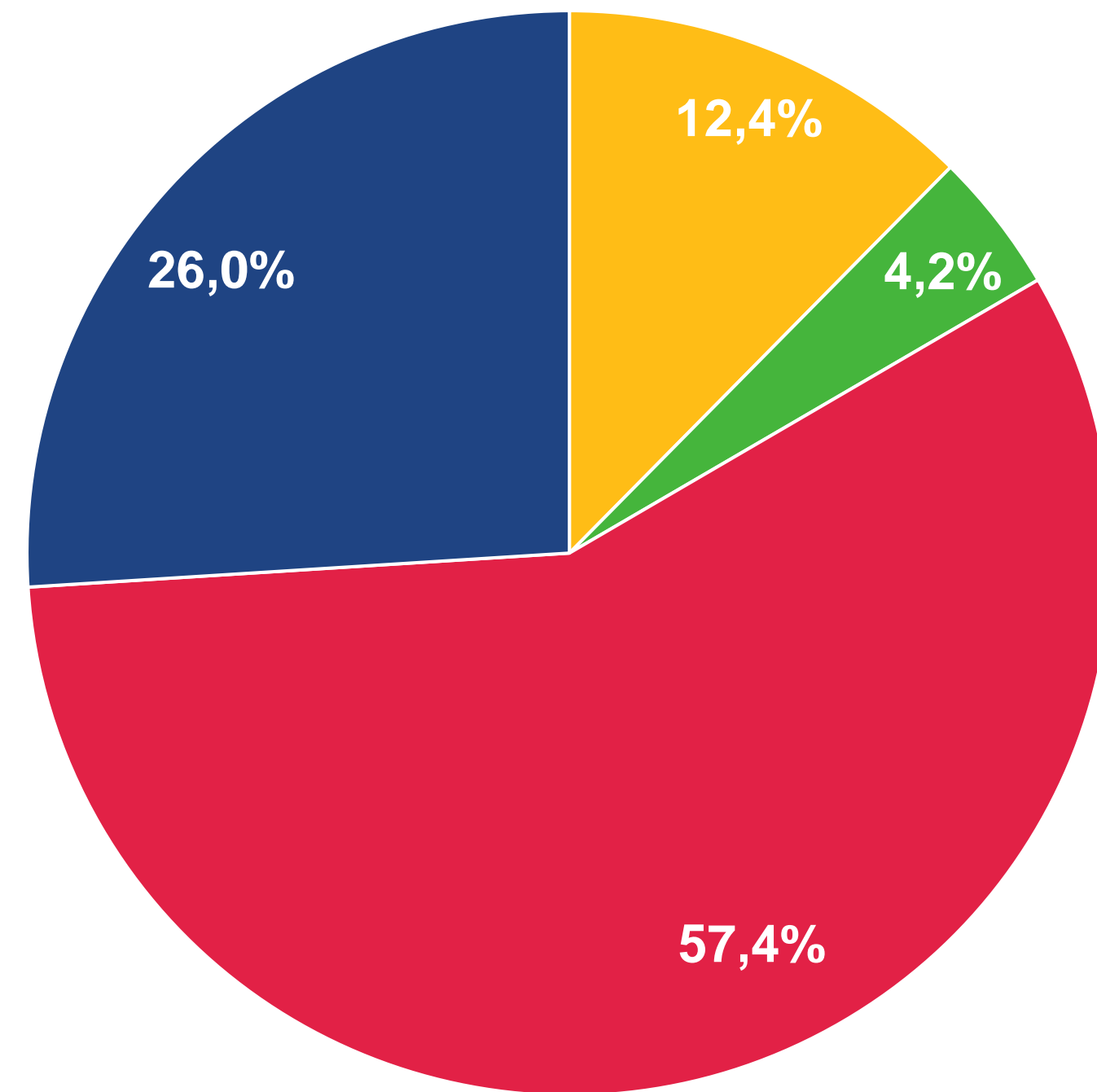
Gestiones de preparación realizadas de cara a la propia muerte



2.6. Opiniones y percepciones sobre la muerte: deseos para después de la muerte

2.6. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **deseos para después de la muerte**

Preferencia *post mortem*

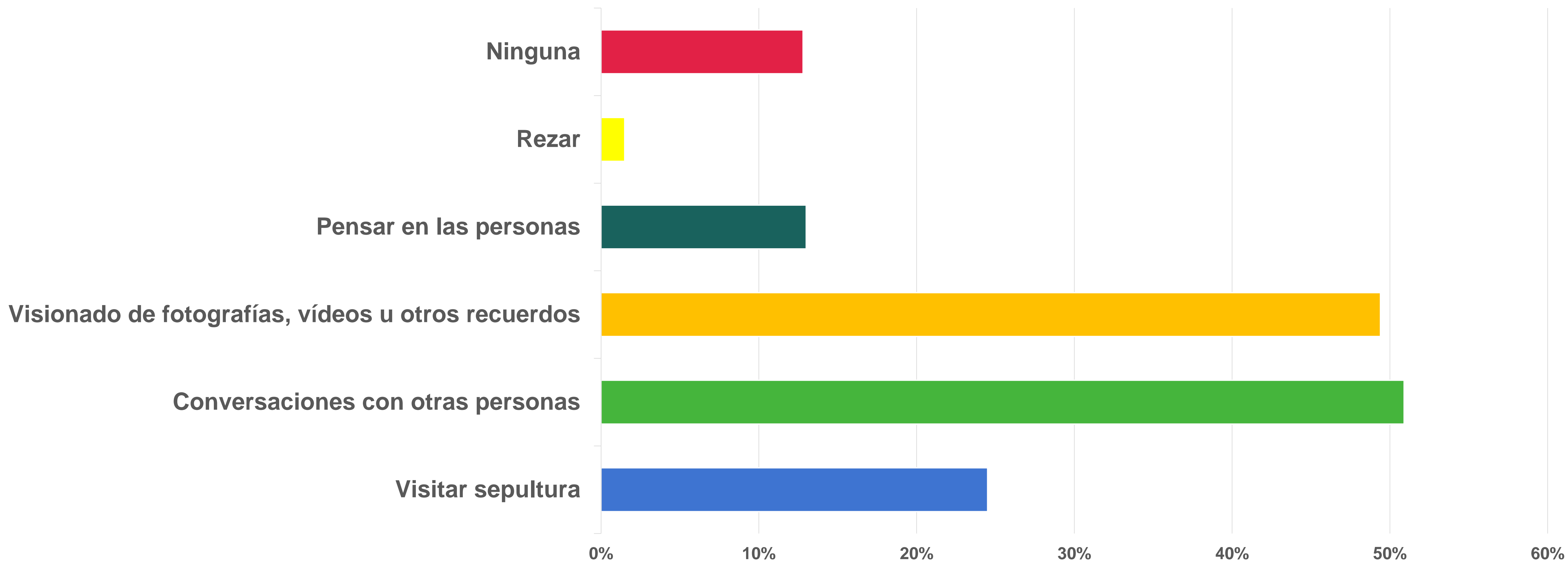


■ Bajo tierra ■ Sobre tierra ■ Cremación o incineración ■ No decidido

2.7. Opiniones y percepciones sobre la muerte: recuerdos y pérdidas

2.7. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **recuerdos y pérdidas**

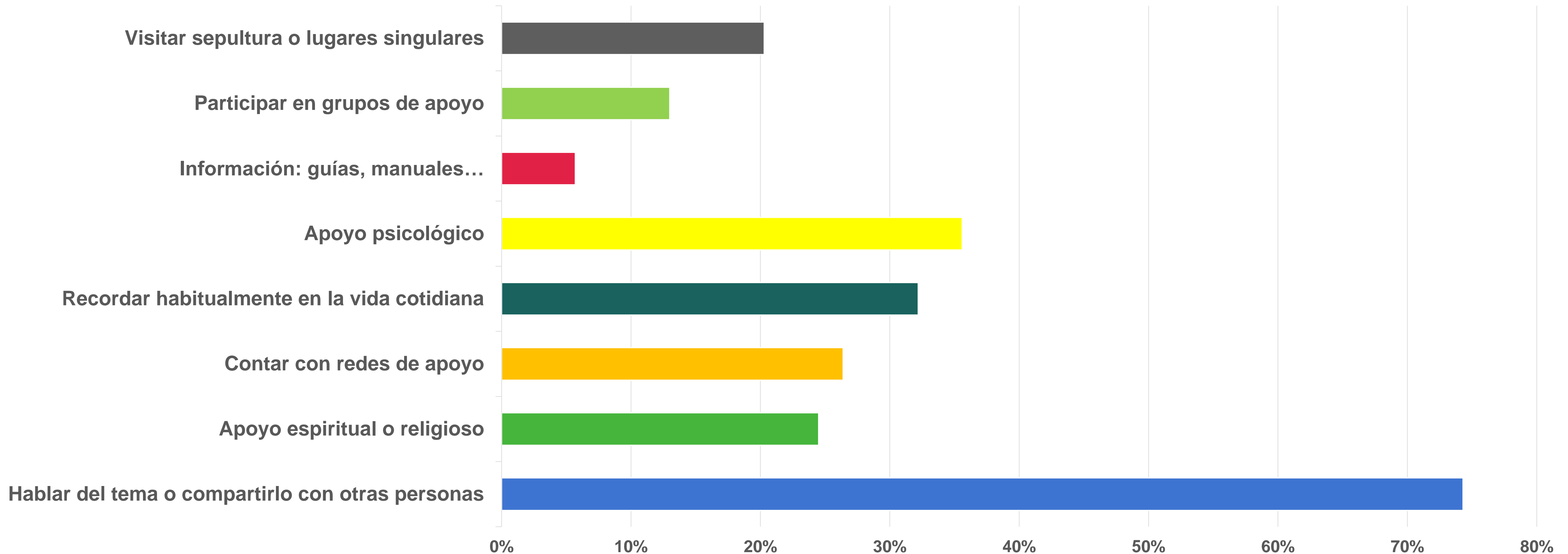
Acciones frecuentes para recordar a personas cercanas que han fallecido



2.8. Opiniones y percepciones sobre la muerte: afrontamiento del duelo o la pérdida

2.8. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **afrentamiento del duelo o la pérdida**

Prácticas que pueden ayudar a afrontar el duelo o la pérdida



2.9. Opiniones y percepciones sobre la muerte: adolescentes y afrontamiento de la muerte

2.9. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **adolescentes y afrontamiento de la muerte**

- La gran mayoría de las personas adolescentes **piensan en la muerte con “poca frecuencia”**.
- A la gran mayoría de las personas adolescentes la muerte **les suscita “pena o tristeza”** principalmente.
- Gran parte de las personas adolescentes creen que **tienen “poco” conocimiento sobre los trámites habituales a gestionar tras un fallecimiento**.
- La gran mayoría de las personas adolescentes **dicen haber sufrido “1 o 2” pérdidas de personas cercanas**.
- Casi la totalidad de las personas adolescentes **dicen haber realizado “ninguna” preparación** para su propia muerte.
- Existe una **mayor diversidad de opiniones** entre adolescentes frente al resto de grupos de edad de cara a sus **preferencias post mortem**.
- Gran parte de las personas adolescentes tienen costumbre de recordar a personas cercanas fallecidas **“visitando su sepultura”, “hablando con otras personas” o “visionando fotografías, vídeos...”**
- La gran mayoría de las personas adolescentes creen que **“hablar del tema” o “compartirlo con otras personas”** puede ayudar a afrontar una situación de duelo o pérdida.

2.10. Opiniones y percepciones sobre la muerte: reflexiones sobre la muerte

2.10. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **reflexiones sobre la muerte**

“Se debe desarrollar un apego no vinculante hacia la vida, la muerte es sólo una fase más de la que aún nada sabemos. Cuanto más se lea, estudie y reflexione acerca de la vida y el mundo del conocimiento más cerca estaremos de abrazar la muerte como a una vieja amiga y no como un punto final de oscuridad y olvido”

“Algún día hay que afrontarlo porque, quieras o no, el momento va a llegar”

“Morir sin sufrimiento y posibilidad de terminar mi existencia en base a mis decisiones personales”

“Intentar no dejar nada pendiente, amar y decir lo mucho que amas a tu gente, es mejor hacerlo durante la vida y no a última hora”

2.10. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **reflexiones sobre la muerte**

“Me da pánico hablar de ello”

“Se habla muy poco de la muerte en la sociedad en que vivimos. Está muy poco normalizada, a los niños se les oculta, nadie nos habla o enseña a pensar en nuestro propio fallecimiento y tampoco se nos prepara para afrontar la inevitable pérdida de seres queridos”

“Creo que este es un tema que no se aborda convenientemente desde la niñez. Se oculta a los niños la verdad y no se les hace partícipes. Para mí lo más duro es aceptar que la muerte es un proceso que forma parte de la vida”

“Nunca pensé que me tendría que plantear algo sobre la muerte”

2.10. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **reflexiones sobre la muerte**

“Deberíamos interiorizar que es natural, pero casi nadie estamos preparados”

“Hasta que no he sido madre creo que me daba igual morirme, ahora vivo con mucho miedo y pena por dejar a mis niñas solas y no volver a verlas”

“Toda despedida es perfecta”

“No hay que pensar mucho en ella. Sólo aceptarla”

“En esta vida hay que tener suerte hasta para morirse”

“Debemos afrontarla con más naturalidad de lo que lo hacemos. Somos finitos”

2.10. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **reflexiones sobre la muerte**

“Me parece muy necesario abordar este tema. Una sociedad madura ha de vivir de cara y no de espalda a la muerte”

“Me gusta una frase escrita en las puertas del cementerio de mi pueblo:
- si no nos olvidamos no nos moriremos nunca-”

“Para mi la muerte es mi tabú... me entra ansiedad y me llegan pensamientos de que nadie va a vivir y eso me pone mal”

“Tristeza, a pesar de pensar que es algo que nos va a pasar a todos, que ninguno tiene la vida comprada, no es lo mismo pensar en la muerte de personas cercanas en ese momento, de muerte y falta, que cuando piensas en ellas por las vivencias que has tenido con ellos”

2.10. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **reflexiones sobre la muerte**

“Al principio vivía la muerte desde el abandono y la culpa. Poco a poco me di cuenta de que es un paso natural y no tiene por qué implicar una pérdida de todo tu mundo sino de una parcela, que se puede gestionar con ayuda”

“Ya que es algo inevitable, estaría bien hacerlo bonito (si se puede)”

“Aunque en ella no pienso mucho, la muerte tiene que ver con el sentido que le das a la vida”

“Hemos de poder decidir cuándo y cómo”

“Me interesan todos los momentos de la vida, la muerte no”

2.10. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **reflexiones sobre la muerte**

“Pienso que la muerte es algo que nos va a acabar llegando de una forma u otra, más tarde o más temprano, pero hay veces que sentimos la muerte más cerca unos que otros”

“El duelo por la muerte de personas cercanas es complicado de gestionar; sin embargo, la propia muerte no debería serlo. Se debe aceptar con estoicismo”

“Que merece la pena vivir la vida”

“El verdadero miedo de la muerte es el miedo a lo desconocido, por eso tenemos miedo”

2.10. Opiniones y percepciones sobre la muerte: **reflexiones sobre la muerte**

“Me da más miedo la muerte de mis padres y mis hermanos, que la mía. Y aún así, la mía me da pánico. Creo que es falta de educación social en este sentido; nos creemos eternos, tanto nosotros como nuestros seres queridos, y no sabemos aceptar que todo tiene un principio y un final. Yo me apoyo también en creencias como el tema de energías, que nunca desaparecen. Por eso hablo con mis muertos, creo que me siguen ayudando de algún modo”

“Me ha suscitado una sonrisa de medio lado, pues al mismo tiempo me tranquiliza aunque me entra tristeza”

3. Características del estudio



3. Características del estudio

1

Encuesta:

- online mediante cuestionario autocumplimentado

2

Muestra:

- no probabilística, bola de nieve (265 personas)
- captación en actividades comunitarias y difusión por RRSS

3

Trabajo de campo:

- mayo-diciembre 2022

3. Características del estudio

4

Características de la muestra:

Género con el que se identifican las personas participantes

Femenino	Masculino	No binario	Prefiero no responder
73,58%	25,28%	0,37%	0,75%

Grupos de edad de las personas participantes

Edad	Personas
0-17	21,5%
18-29	12,5%
30-49	29,4%
50-64	26,8%
65 o más	9,8%

Distritos donde viven o trabajan las personas participantes

Arganzuela	4,2%
Carabanchel	60,6%
Centro	1,9%
Chamberí	3,9%
Ciudad Lineal	0,4%
Fuencarral – El Pardo	0,4%
Hortaleza	1,5%
Latina	7,3%
Moncloa - Aravaca	1,5%
Moratalaz	0,4%
Otros / No contesto	8,5%
Puente de Vallecas	2,3%
Retiro	1,2%
Salamanca	0,8%
San Blas - Canillejas	1,2%
Usera	1,9%
Villa de Vallecas	0,8%
Villaverde	1,2%

Conócenos:

Web: centrolarosaleda.es

Mail: centrodedia@asociacionrosaleda.es

Teléfono: **91 525 42 11**