

Original

Rumiación, gratitud y afecto positivo y negativo como predictores del crecimiento postraumático en deudos por COVID-19

Lucía Quezada Berumen, Alma de la Garza Samaniego

Facultad de Psicología, Universidad Autónoma de Nuevo León.

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 6 de octubre de 2023

Aceptado el 14 de abril de 2024

Palabras clave:

Deudos COVID-19;
Crecimiento postraumático
Estilos ruminativos
Estados emocionales
Gratitud

Keywords:

COVID-19 bereaved
Posttraumatic growth
Ruminative styles
Emotional states
Gratitude

R E S U M E N

Las pérdidas humanas experimentadas durante la pandemia por causa del COVID-19 causaron desafíos excepcionales en las personas. El propósito de este estudio consistió en identificar el papel de la rumiación intrusiva y deliberada, el afecto positivo y negativo, y la gratitud sobre el CPT (crecimiento postraumático) a través de un modelo explicativo en personas que experimentaron la pérdida de un ser querido por COVID-19 durante la pandemia. Consistió en un estudio transversal donde participaron 139 personas de 18 a 61 años residentes de diversos estados México los cuales respondieron a los instrumentos. Los resultados mostraron que tanto la rumiación intrusiva y el afecto positivo desempeñan un papel importante para desarrollo de CPT en los deudos por COVID-19 durante la pandemia teniendo como variables mediadoras la rumiación deliberada, el afecto negativo y la gratitud, explicando un 35% de la varianza del CPT. En conclusión, Las personas que sufrieron la pérdida de un ser querido durante la pandemia están en mayor riesgo de experimentar reacciones negativas; no obstante, la lucha por lidiar con la situación estresante también puede derivar en resultados positivos para las personas a través de los distintos estilos de pensamiento, los cuales pueden contribuir a una mejor elaboración de la situación y por lo tanto ayudar a las personas a superar la adversidad.

Rumination, gratitude, and positive and negative affect as predictors of posttraumatic growth in COVID-19 bereaved persons.

A B S T R A C T

The human losses experienced during the COVID-19 pandemic caused exceptional challenges for individuals. The purpose of this study was to identify the role of intrusive and deliberate rumination, positive and negative affect, and gratitude on PTG (posttraumatic growth) through an explanatory model in people who experienced the loss of a loved one by COVID-19 during the pandemic. It consisted of a cross-sectional study in which 139 people between 18 and 61 years old, residents of several Mexican states, participated and responded to the instruments. The results showed that both intrusive rumination and positive affect play an important role in the development of PTG in COVID-19 bereaved during the pandemic, with deliberate rumination, negative affect and gratitude as mediating variables, explaining 35% of the variance in PTG. In conclusion, people who suffered the loss of a loved one during the pandemic are at greater risk of experiencing negative reactions; however, the struggle to cope with the stressful situation may also result in positive outcomes for individuals through different thinking styles, which may contribute to a better elaboration of the situation and thus help people to overcome adversity.

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: luciaqb86@msn.com (L. Quezada Berumen).

Introducción

El COVID-19 es un virus transmisible por medio del contacto cercano con una persona infectada a través de pequeñas partículas líquidas provenientes de su nariz o boca (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020). La pandemia por este virus ha sido un suceso excepcional que ha ocasionado más de 6,887,000 de muertes en todo el mundo, dejando a millones de dolientes (OMS, 2023). Hasta septiembre del 2021, solo un año y medio después, se identificaron a nivel mundial un total de 4,547,280 muertes por COVID-19 (OMS, 2023) lo que representa el 66% del total de las muertes, de las cuales 272,124 fueron reportadas en México en el mismo periodo (Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología [CONACYT], 2023).

Como consecuencia de la propagación del COVID-19, la OMS estableció en 2020 diversas medidas para la prevención del contagio, como las restricciones en los rituales funerarios. Oliveira-Cardoso et al. (2020), resaltan que dichas restricciones sanitarias provocaron en los familiares de los fallecidos sentimientos de incredulidad e indignación, considerándose una experiencia traumática. De acuerdo con Torres (2006), los rituales funerarios promueven un aumento del sentido de supervivencia social, además de que conducen a las personas a comprender su relación con ellos mismos, sus iguales y el contexto en el que se encuentran.

Aunque las pérdidas son experiencias que ponen en riesgo la salud mental de las personas, Tedeschi y Calhoun (1995) proponen que no todas las personas que atraviesan por sucesos traumáticos desarrollan consecuencias psicológicas negativas. Así, los autores proponen que pueden suscitarse cambios psicológicos positivos en la autopercepción, las relaciones interpersonales y la perspectiva de la vida de personas que experimentaron sucesos traumáticos. Lo anterior es lo que se conoce como crecimiento postraumático (CPT). En el CPT, el “crecimiento” es el desarrollo que va más allá de la adaptación, significa un cambio cualitativo en la capacidad de las personas para funcionar y adaptarse; un cambio positivo en lugar de ser dañado o herido por un trauma (Zoellner & Maercker, 2006).

En este sentido, a partir de una experiencia traumática se pueden desencadenar patrones de pensamiento funcionales o disfuncionales, como los pensamientos rumiativos (Tedeschi & Calhoun, 2004), los cuales se asocian con el CPT (Eze et al. 2020). Tedeschi et al. (2018) utilizan el término “rumiación” para describir los esfuerzos cognitivos para lidiar con la discrepancia en la evaluación del evento traumático y las creencias básicas, distinguiendo entre la rumiación intrusiva y la deliberada, las cuales tienen papel diferente en el proceso del CPT. En la etapa inicial de adaptación postraumática, las rumiaciones son automáticas e intrusivas. Sin embargo, para muchas personas la rumiación se vuelve gradualmente más elaborada y constructiva (deliberada), lo que indica el reemplazo de los pensamientos intrusivos por un pensamiento reflexivo sobre la experiencia traumática y sus consecuencias: qué sucedió y qué puede significar. Así, la rumiación deliberada resulta de los esfuerzos por comprender y reinterpretar el trauma, y son en mayor medida conscientes e intencionales (Calhoun & Tedeschi, 2013). En particular, la rumiación deliberada cumple una función mediadora entre la rumiación intrusiva y el CPT (Kim & Bae, 2019).

De igual manera, la rumiación se encuentra asociada a estados emocionales positivos y negativos (Tedeschi & Calhoun, 2004). La teoría de los Estilos de Respuesta sostiene que la rumiación hace que el contenido de pensamiento negativo sea más accesible, lo que aumenta el afecto negativo (Nolen-Hoeksema et al., 2008). Además, la rumiación puede incrementar el enfoque en uno mismo y resaltar las discrepancias entre los objetivos deseados y los no alcanzados, lo que produce un bucle en el que la rumiación y el afecto negativo se amplifican mutuamente (Watkins & Roberts, 2020). El modelo del PTG de Calhoun y Tedeschi (2013) sugiere que el afecto positivo pue-

de fomentar la capacidad de un individuo para construir un cambio positivo después de una crisis vital importante. Encontrándose que el afecto positivo se asocia significativamente con la búsqueda de significado positivo en aquellas personas en duelo (Boyraz et al., 2010). Por lo anterior, la presencia de afecto, tanto positivo como negativo, tiene un efecto mediador entre el CPT y la rumiación (Boyraz & Efstathiou, 2011).

Así mismo, las personas que cuentan con un alto nivel de afecto positivo tienden a mostrar mayores conductas prosociales y emociones, empáticas como lo es la gratitud (Boyd et al., 2021). La gratitud se encuentra significativamente relacionada al bienestar (McCullough et al., 2002; Portocarrero et al., 2020), pues las personas con una disposición agradecida tienen más probabilidades de apreciar a otras personas (McCullough et al., 2001; Gulliford et al., 2013), lo que destaca en el comportamiento prosocial (Ma et al., 2017).

La gratitud es considerada como un aspecto importante para el desarrollo del CPT (Wood et al., 2010). La gratitud ha sido identificada como uno de los atributos psicológicos positivos clave que contribuyen al bienestar durante momentos de gran sufrimiento (Mead et al., 2021), en donde las personas muestran una mayor apreciación general de la vida y en espera de resultados positivos (Wood et al., 2010). Kim y Bae (2019), encontraron que la gratitud actúa indirectamente en el efecto moderador de la rumiación deliberada dentro la relación entre el CPT y la rumiación intrusiva.

La pandemia de COVID-19, de acuerdo con Pedrosa et al. (2020), ha impactado conductual, emocional y psicológicamente en la población debido a las medidas preventivas de contagio adoptadas. Eisma y Tamminga (2020), señalan que durante la pandemia la pérdida de un ser querido provoca en las personas un nivel mayor de duelo en comparación con quienes perdieron a alguien antes de la pandemia. La dificultad de la elaboración de una pérdida se vio influenciada por la idea de sus seres queridos muriendo solos por el aislamiento, y la imposibilidad de despedirse debido a las restricciones en los rituales funerarios, siendo así una carga traumática para los familiares (Stroebe & Schut, 2021).

Las pérdidas durante la pandemia por COVID-19 han representado desafíos excepcionales que brindan la oportunidad de estudiar variables que influyen en el bienestar. Si bien es cierto que la muerte de una persona cercana durante la pandemia de COVID-19 tiene un impacto negativo en las personas, no se descarta la posibilidad de tener un impacto positivo, por lo que resulta relevante indagar aquellos aspectos que promuevan la adaptación a la pérdida (Stroebe & Schut, 2021). El estudio de estos aspectos dentro del contexto de la pandemia por COVID-19 brindaría un mayor conocimiento sobre los aspectos adaptativos que pueden experimentar las personas y, por ende, un mejor abordaje de sus necesidades a fin de mejorar su calidad de vida. Por lo tanto, el propósito del presente estudio consiste identificar el papel de la rumiación intrusiva y deliberada, el afecto positivo y negativo, y la gratitud sobre el CPT en personas que experimentaron la pérdida de un ser querido por COVID-19 durante la pandemia.

Método

Participantes

Se recolectó una muestra incidental compuesta por hombres y mujeres de población general. Los criterios de inclusión fueron que la persona reconociera haber perdido un ser querido durante la pandemia por COVID-19 a causa del SARS-CoV2, hablara español, residiera en México, así como tener un dispositivo con acceso a internet para responder los instrumentos. Consistió en un muestreo no probabilístico completándose una muestra de 139 personas de 18 a 61

años residentes de diversos estados México con una media de edad de 34.18 (DE = 12.16). En relación con el estado civil, el 43.9% indicó ser soltero, 42.4% estar casado, 7.2% en unión libre, 3.6% divorciado, 1.4% separados y el 1.4% reportaron ser viudos.

Participaron 85 mujeres con una edad promedio de 32.53 (DE = 12.04; rango = 18 – 59 años) donde el 49.4% indicó ser soltera, el 38.8% casada, 7.1% en unión libre, 2.4% divorciada, 1.2% separada y el 1.2% viuda. De igual forma participaron 54 hombres con una media de edad de 36.78 (DE = 11.98; rango = 18 – 61 años) donde el 35.2% informó ser soltero, 48.1% casado, 7.4% en unión libre, 5.6% divorciado, 1.9% separado y el 1.9% viudo.

Instrumentos

Inventario de Crecimiento Postraumático (Tedeschi & Calhoun, 1996) en su versión validada para México (PTGI-MX); Quezada & González, 2020). Es un instrumento diseñado para evaluar el crecimiento después de un evento traumático que consta de 14 ítems en formato tipo Likert de seis puntos (0 = no experimenté este cambio como resultado de mi crisis a 5 = experimenté este cambio en un grado muy grande como resultado de mi crisis), con un rango de 0 – 70, donde a mayor puntuación, mayor cambio percibido. La PTGI-MX tiene una estructura unifactorial con una consistencia interna excelente ($\alpha = .94$). La confiabilidad encontrada con la presente muestra fue de $\alpha = .94$.

Escala de Rumiación Relacionada al Evento (ERRI; Cann et al., 2011), validada y reducida (ERRI-B) para su uso en población chilena por Alzugaray et al. (2015). Es una escala Likert de 12 ítems diseñada para medir la rumiación intrusiva (7 ítems) y deliberada (5 ítems) cuyas opciones de respuesta oscilan de 0 = nada en absoluto a 3 = a menudo, con un puntaje máximo de 36 puntos. El alfa de Cronbach de la ERRI-B fue de .91. La subescala de rumiación intrusiva obtuvo un $\alpha = .91$ y la subescala de rumiación deliberada obtuvo un $\alpha = .85$. En el presente estudio la confiabilidad fue de $\alpha = .92$ para la escala total, $\alpha = .92$ para la rumiación intrusiva y de $\alpha = .90$ para la rumiación deliberada.

Escala de afecto positivo y negativo (PANAS) (Watson et al., 1988) en la adaptación al español por López-Gómez et al. (2015). La escala se compone por dos subescalas: afecto positivo y afecto negativo, cada una con 10 ítems en formato de respuesta tipo Likert (1 = nada o muy ligeramente a 5= mucho). La persona debe indicar cómo ha sentido cada afecto durante la última semana. El total de cada subescala es la suma de la puntuación otorgada en los 10 ítems que la conforman, la cual oscila entre 10 y 50 puntos; una mayor puntuación indica mayor presencia del afecto determinado. El coeficiente alfa de Cronbach para el afecto positivo fue de .92 y de .88 para afecto negativo. Los coeficientes encontrados en el presente estudio fueron .94 y .90 respectivamente.

El Cuestionario de Gratitud de seis elementos (GQ-6; McCullough et al., 2002) en su versión validada para México (Quezada, 2023). Es una escala de autoinforme de estructura unifactorial que evalúa las diferencias individuales en la propensión a experimentar gratitud en la vida cotidiana en formato tipo Likert (1 = muy en desacuerdo, hasta 7 = muy de acuerdo). Los ítems 3 y 6 se encuentran formulados negativamente por lo que sus puntajes deben invertirse; las puntuaciones de los ítems se suman a una puntuación total que va de 6 a 42, donde puntajes elevados indican un nivel más alto de disposición a la gratitud. La consistencia interna reportada para el GQ-6 es buena ($\alpha = .82$). En el presente estudio la consistencia interna obtenida fue de $\alpha = .80$.

Procedimiento

Este estudio contó con la aprobación de la Subdirección de Investigación de la Facultad de Psicología de la UANL. La encuesta se respondió en español a través de Google Forms difundiendo el enlace a través de redes sociales siguiéndose un muestreo guiado por el participante o bola de nieve. El cuestionario estuvo en línea de mayo a septiembre de 2021. Todos los datos se trataron siguiendo los principios éticos de la Asociación Americana de Psicología (2017).

Inicialmente participaron 198 personas quienes cumplieron con los criterios de inclusión establecidos. Un requisito indispensable fue que la causa de fallecimiento del ser querido fuera por SARS-CoV2, por lo que 59 casos donde se desconocía la causa de muerte o ésta fuera distinta fueron desestimados del estudio.

Análisis de los datos

Se realizó un análisis descriptivo de las variables. La prueba de Kolmogorov-Smirnov indicó que las puntuaciones de las escalas no se ajustaron a una distribución normal ($p < .001$). Se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman para estimar la asociación entre las variables, con un valor de P menor que .05 para ser considerado como estadísticamente significativo. Los análisis de correlación, así como los análisis descriptivos se realizaron en IBM® SPSS® Statistics 24.

Para analizar y conocer el efecto de las emociones de carácter positivo y negativo (PANAS), así como de los tipos de rumiación intrusiva y deliberada (ERRI-B) sobre el crecimiento postraumático (PTGI-MX) se realizó el modelamiento de ecuaciones estructurales en SPSS Amos 21. Rodríguez-Ayán y Ruiz-Díaz (2008) recomiendan el método de máxima verosimilitud, ya que proporciona buenos resultados aun en condiciones de distanciamiento del supuesto de normalidad multivariante. Para que los parámetros de los modelos se consideraran estadísticamente significati-

Tabla 1. Matriz de correlación, descriptivos y diferencias por sexo de las variables de estudio

	1	2	3	4	5	6
1. CPT	-					
2. Rumiación intrusiva	.199*					
3. Rumiación deliberada	.325**	.576**				
4. Afecto positivo	.413**	-.145	-.005			
5. Afecto negativo	-.047	.378*	.210*	-.403*		
6. Gratitud	.409**	-.087	.076	.287*	-.248*	-
<i>M</i>	47.53	11.71	11.07	35.73	20.52	34.99
<i>DE</i>	12.87	11.61	9.12	9.18	7.46	5.69
<i>Perfil promedio</i>	3.40	1.67	2.21	3.53	2.05	5.83

** $p < .01$

* $p < .05$

vos, se tomó un valor de *P* inferior a .05. Para probar el ajuste, se consideraron los niveles recomendados por Hooper, Coughlan y Mullen (2008) con las siguientes medidas de desempeño: *p* para chi-cuadrada (χ^2) > .05; chi-cuadrada relativa [χ^2/df], valores < 3; para el índice de bondad de ajuste (GFI), índice de bondad de ajuste ajustado (AGFI), índice de ajuste normalizado (NFI), índice de Tucker-Lewis (TLI) e índice de ajuste comparativo (CFI), valores \geq .95; y para el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA), valores < .07.

Resultados

De acuerdo con los puntajes (Tabla 1), se encontró un moderado crecimiento postraumático, baja a moderada rumiación intrusiva, moderada rumiación deliberada, de moderado a bastante afecto positivo, poco afecto negativo y elevada gratitud. Para probar el valor estadístico del modelo propuesto fue necesario determinar correlaciones entre variables. Todas las variables se asociaron positivamente con el crecimiento postraumático a excepción del afecto negativo. No obstante, el afecto negativo se asoció con todas las variables (Tabla 1).

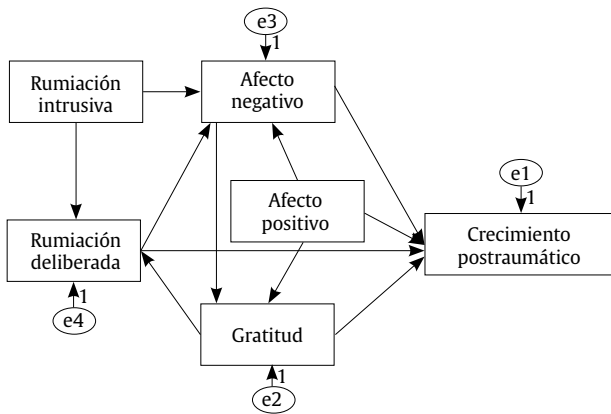


Figura 1. Modelo hipotético para explicar el CPT en deudos por COVID-19.

A partir de la matriz de correlaciones y con el modelo de crecimiento postraumático propuesto por Calhoun y Tedeschi (2013) se creó el modelo hipotético de la Figura 1. En dicho modelo se propone que, ante la presencia de un evento traumático pueden desencadenarse pensamientos automáticos involuntarios (rumiación intrusiva), los cuales pueden producir una respuesta emocional negativa, causada por la alteración de las creencias básicas del evento amenazante. Sin embargo, cuando la rumiación intrusiva da paso a pensamientos más constructivos y voluntarios, las emociones negativas pueden continuar, pero con un significado distinto atribuido a la experiencia. Por tal motivo, en el modelo hipotético (Figura 1) se incluyó el efecto del afecto negativo hacia el crecimiento para probar su influencia.

En el modelo hipotético (Figura 1), los índices de bondad de ajuste indicaron que el modelo era adecuado (Tabla 2). Sin embargo, los

efectos de la rumiación deliberada hacia el afecto negativo ($p = .811$) y el efecto del afecto negativo sobre la gratitud ($p = .104$) no resultaron significativos. Tras eliminar los parámetros no significativos, se llegó al modelo final para identificar el efecto de la rumiación intrusiva y deliberada, el afecto positivo y negativo, y la gratitud sobre el crecimiento postraumático. Al analizar los efectos indirectos de variables mediadoras, la rumiación intrusiva tuvo un efecto indirecto de .185 sobre el CPT, mientras que para el afecto positivo fue de .034 y de .022 para gratitud (Figura 2).

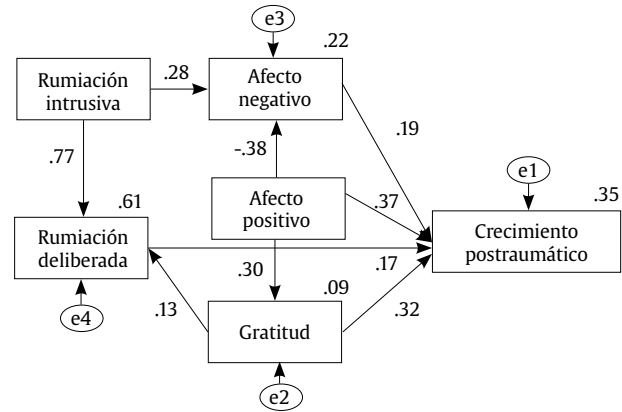


Figura 2. Modelo final para explicar el CPT en deudos por COVID-19.

Discusión

A través de la literatura se han encontrado distintos modelos explicativos del CPT. Este estudio tuvo como objetivo identificar el papel de la rumiación intrusiva y deliberada, el afecto positivo y negativo, y la gratitud sobre el CPT en personas que experimentaron la pérdida de un ser querido por COVID-19 durante la pandemia. En el modelo final la rumiación intrusiva, la rumiación deliberada, el afecto positivo, el afecto negativo y la gratitud, explicaron 35% del CPT. Un estudio similar llevado a cabo con personas expuestas a sucesos altamente estresantes, donde se contemplaron como variables predictivas las creencias positivas y negativas, rumiación reflexiva, intrusiva y negativa, severidad subjetiva y sintomatología postraumática, obtuvo un 17% de la varianza del CPT (García et al., 2018).

Asimismo, en estudiantes universitarios expuestos a terremoto y/o tsunami, se reportó una varianza del 41% a través de las creencias negativas, positivas, severidad del evento, la frecuencia con la que la persona comparte su experiencia traumática, rumiación intrusiva y deliberada como variables (García et al., 2014). Finalmente, en una muestra de 187 mujeres en duelo se encontró una varianza explicada del 43% teniendo como variables predictivas del CPT, la reflexión (atención centrada en uno mismo), rumiación (autoenfoco intelectual), afecto positivo, afecto negativo y significado de vida (Boyraz & Efstathiou, 2011). Los anteriores resultados señalan el papel importante de los estilos de pensamiento, las emociones,

Tabla 2. Índices de ajuste para los modelos estimados

Modelo	Índices de ajuste absoluto					Índices de ajuste de incremento		
	χ^2/df	P	GFI	AGFI	RMSEA (IC 90%)	NFI	TLI	CFI
Hipotético	.957	.430	.991	.952	.000 (.000 - .126)	.984	1.003	1.000
Final	1.127	.347	.984	.945	.030 (.000 - .117)	.972	.992	.997

p para chi-cuadrada (χ^2) > .05; chi-cuadrada relativa [χ^2/df], valores < 3; para el índice de bondad de ajuste (GFI), índice de bondad de ajuste ajustado (AGFI), índice de ajuste normalizado (NFI), índice de Tucker-Lewis (TLI) e índice de ajuste comparativo (CFI), valores \geq .95; y para el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA), valores < .07

así como otras variables relacionadas con el suceso y su adaptación positiva después del mismo.

En el modelo final de este estudio, la rumiación intrusiva y el afecto positivo desempeñan un papel importante para desarrollo de CPT en los deudos por COVID-19 durante la pandemia; sin embargo, el modelo propone varias rutas. Una de las rutas sugiere que la rumiación intrusiva da paso a la rumiación deliberada, la cual facilita el crecimiento. Esta ruta concuerda con lo propuesto por [Calhoun y Tedeschi \(2013\)](#) para el modelo del CPT donde los pensamientos disfuncionales intrusivos dan paso a pensamientos más elaborados y voluntarios, lo que por sí mismo produce un crecimiento en las personas.

Por otro lado, el modelo también propone que la baja presencia de los pensamientos intrusivos resulta en menos emociones negativas, las cuales impiden el CPT. El anterior hallazgo pudiera resultar contradictorio, sin embargo, el hecho de que un menor crecimiento se presente cuando hay poca presencia de afecto negativo, señala que la presencia de las emociones negativas posee un papel relevante. [Calhoun y Tedeschi \(2013\)](#) argumentan que cuando las personas experimentan un suceso traumático y la rumiación intrusiva da paso a pensamientos más constructivos y voluntarios (rumiación deliberada), las emociones negativas pueden continuar, pero con un significado distinto atribuido a la experiencia. En este sentido, se ha encontrado que personas que presentan emociones negativas y ciertas estrategias de afrontamiento evitativas al trauma, tienen más probabilidades de experimentar CPT ([Ai et al., 2022](#)), pues la lucha por superar la adversidad causada por una experiencia traumática puede resultar en mayor estrés y malestar, pero también en mayor crecimiento positivo ([Vázquez et al., 2021](#)).

En relación con lo anterior, un aspecto importante para que se produzca el CPT es el apoyo social ([Tedeschi & Calhoun, 2004](#)). A pesar de las limitaciones impuestas por los gobiernos y autoridades sanitarias durante la pandemia por COVID-19, el apoyo emocional resultó fundamental. El apoyo emocional se concibe como el hacerse presente y brindar un espacio al doliente para ser escuchado sin juicios y abordar sus necesidades. Así, la calidad de las conexiones, los lazos emocionales y las expresiones de cariño son determinantes para un buen apoyo social ([Cacciatore et al. 2021](#)). De lo anterior que puede suponerse que las personas que perdieron un ser querido debido al COVID-19 durante la emergencia sanitaria pudieron haber experimentado en mayor medida expresiones de solidaridad, empatía y preocupación, lo que pudo tener un efecto positivo a pesar de la angustia y emociones negativas generadas por la pérdida.

El afecto positivo también tuvo un papel relevante dentro del modelo, pues se sugiere que las emociones positivas por sí solas contribuyen a desarrollar un mayor crecimiento y tienden a mitigar los estados emocionales negativos, los cuales como se mencionó anteriormente, son importantes para desarrollar el CPT. Así, priorizar los estados positivos en las personas es un predictor significativo del CPT ([Zięba et al., 2022](#)). No obstante, [Ai et al. \(2022\)](#), resaltan que las personas pueden experimentar CPT por medio de emociones negativas y positivas, demostrando que no son variables excluyentes.

De igual forma, el afecto positivo también mostró predisponer a las personas a experimentar gratitud, la cual impacta sobre el crecimiento y a su vez contribuye a la formación de una rumiación deliberada que resulta en mayor CPT. De esta manera, coincidiendo con el estudio presentado por [Boyd et al. \(2021\)](#), las personas con un afecto positivo alto tienden a una mayor en gratitud, la cual, de acuerdo con [Kim y Bae \(2019\)](#), es un aspecto fundamental en el CPT por su acción moderadora sobre la rumiación deliberada y el CPT. Es importante mencionar que, aunque el afecto positivo tuvo un efecto indirecto hacia el CPT a través del afecto negativo y la gratitud, este fue muy bajo, por lo que este indicador es un mejor predictor por sí solo, reafirmando como una variable con una relación positiva y directa

hacia el CPT ([Ai et al. 2022](#); [Rodríguez-Rey & Alonso-Tapia, 2019](#)).

A pesar de estos hallazgos, reconocemos varias limitaciones del estudio. El tipo de muestreo, al ser no probabilístico, las muestras tienen mayor probabilidad de ser más heterogéneas y sesgadas a las obtenidas por un muestreo probabilístico. El muestreo por internet también tiene una alta tasa de falta de respuesta e implica la auto-selección de los participantes; sin embargo, por las restricciones sanitarias y de distanciamiento social, esta fue la elección más viable para llevar a cabo el estudio. De igual forma, el sesgo de muestreo debido al acceso tecnológico puede surgir con los cuestionarios en línea. Las personas en condiciones desfavorecidas que no tuvieron acceso a la tecnología estuvieron subrepresentadas; por lo tanto, no es posible la generalización de los hallazgos. Otra limitación fue el tipo de diseño, pues al ser un estudio transversal la principal limitación corresponde a la imposibilidad de determinar una secuencia temporal clara entre la variable dependiente y las variables independientes o covariables, ya que la evaluación de las variables se hace de manera simultánea. ([Cvetkovic-Vega et al, 2021](#)). Por lo anterior los estudios longitudinales serían los más adecuados para replicar y contrastar nuestros hallazgos.

En relación con las variables del estudio, a pesar de que el tiempo es un factor importante, este estudio no consideró entre sus variables el tiempo transcurrido, pues el corto lapso transcurrido desde el inicio de la pandemia y levantamiento de la información se tradujo en una falta de variabilidad y el tiempo transcurrido fue breve, lo cual impidió un análisis que evaluara su influencia. En este sentido, se ha sugerido que, a mayor tiempo transcurrido, mayores cambios positivos, por lo que, es aconsejable realizar estudios longitudinales, para evaluar mejor la evolución del CPT y su influencia sobre las otras de variables ([Ai et al., 2022](#); [Sánchez et al., 2022](#)). De igual forma, este estudio no consideró entre sus variables el apoyo social o emocional percibido. El apoyo social ha sido descrito como una de las variables más importantes para promover CPT ([Quezada-Berumen & González-Ramírez, 2020](#); [Tedeschi & Calhoun, 2004](#)), por lo que las investigaciones encauzadas a estudiar variables de adaptación positiva después de un suceso altamente estresante deberían considerar esta variable.

Futuras investigaciones

Las consecuencias en la salud mental producidas por la pandemia de COVID-19 aún es de interés para los investigadores. En México las investigaciones relacionadas a variables psicológicas positivas después de la muerte de un ser querido durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19 aún son limitadas. En este sentido, el CPT es un proceso complejo que implica la interacción de varios elementos individuales, ambientales, emocionales y cognitivos. Varios estudios muestran que variables relacionadas a severidad subjetiva de los sucesos tienen una influencia significativa sobre el CPT y otras variables asociadas como la resiliencia, la gratitud, el optimismo y el procesamiento cognitivo después de los eventos estresantes.

Futuras investigaciones deberían dirigir su atención en comprender de manera más holística los resultados postraumáticos contemplando el papel de la psicología positiva en las respuestas de aquellas personas con mayor vulnerabilidad. Así, las intervenciones encaminadas a mejorar la salud mental deberían priorizar aspectos que promuevan el bienestar y mejoren la calidad de vida, lo cual constituye un aspecto clave para el personal de salud encargado de atender a estas personas.

Por su efectividad en el tratamiento del duelo y con base a los hallazgos de este estudio, se propone el desarrollo de programas de intervención desde una terapia cognitivo-conductual a través de técnicas que permitan la regulación efectiva de los estados emocio-

nales tanto positivos como negativos, la modulación de los procesos de rumiación y el fomento de estrategias como la reevaluación positiva, favoreciendo así el desarrollo de CPT en personas que se encuentren atravesando un proceso de duelo (Eisma et al., 2021).

Conclusiones

Las pérdidas sitúan a las personas en una condición de vulnerabilidad. Los individuos que sufrieron la pérdida de un ser querido durante la pandemia están en mayor riesgo de sufrir malestar psicológico o algún trastorno por duelo prolongado. No obstante, la lucha por lidiar con la situación también puede derivar en resultados positivos para las personas a través de los distintos estilos de pensamiento, los cuales pueden contribuir a una mejor elaboración de la situación. En México los estudios sobre variables positivas en dolientes y población general van en aumento en los últimos años, por lo que los resultados aquí presentados contribuyen al entendimiento de estas variables en las distintas poblaciones de estudio.

Referencias

- Ai, A. L., Raney, A. A., & Appel, H. B. (2022). Trauma following Hurricanes Maria and Michael: Complicated roles of hazard-related factors, negative coping strategies, and positive character strengths. *Natural Hazards Research*, 2(3), 259-267. <https://doi.org/10.1016/j.nhres.2022.08.004>
- Ai, A.L., Tice, T.N., Lemieux, & C. Huang, B. (2011). Modeling the post-9/11 meaning-laden paradox: from deep connection and deep struggle to posttraumatic stress and growth. *Archive for the Psychology of Religion*, 33(2), 173-204. <https://doi.org/10.1163/157361211X575736>
- Boyd, C., Johnson, M., Pichardo, A., Khayamian, A., Schmelzer, N., Lin, T., & Olivás, J. (2021). The differential effects of positive and negative affect on gratitude after an intervention. *Psi Beta Journal of Research*, 1(1), 23-27. <https://doi.org/10.54581/WPPW9019>
- Boyraz, G., & Efstathiou, N. (2011). Self-focused attention, meaning, and posttraumatic growth: The mediating role of positive and negative affect for bereaved women. *Journal of Loss and Trauma*, 16(1), 13-32. <https://doi.org/10.1080/15325024.2010.507658>
- Boyraz, G., Horne, S. G., & Sayger, T. V. (2010). Finding positive meaning after loss: The mediating role of reflection for bereaved individuals. *Journal of Loss and Trauma*, 15, 242-258.
- Calhoun, L.G., & Tedeschi, R.G. (2012). *Posttraumatic Growth in Clinical Practice*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203629048>
- Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología. (2023, 27 marzo). *Tablero General CONACYT. COVID-19 México*. <https://datos.covid-19.conacyt.mx/>
- Cvetkovic-Vega, A., Magaña, J. L., Soto, A., Lama-Valdivia, J., & López, L. E. C. (2021). Estudios transversales. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(1), 179-185. <https://doi.org/10.25176/rfmh.v21i1.3069>
- Ehring, T., & Watkins, E. R. (2008). Repetitive negative thinking as a transdiagnostic process. *International Journal of Cognitive Therapy*, 1(3), 192-205.
- Eisma, M. C., & Stroebe, M. S. (2021). Emotion regulatory strategies in complicated grief: A systematic review. *Behavior Therapy*, 52(1), 234-249. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2020.04.004>
- Eisma, M. C., & Tamminga, A. (2020). Grief before and during the COVID-19 pandemic: Multiple group comparisons. *Journal of Pain and Symptom Management*, 60(6), 1-4. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.10.004>
- Eze, J. E., Ifeagwazi, C. M., & Chukwuorji, J. C. (2020). Core beliefs challenge and posttraumatic growth: Mediating role of rumination among internally displaced survivors of terror attacks. *Journal of Happiness Studies*, 21, 659-676. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00105-x>
- Gulliford, L., Morgan, B., & Kristjánsson, K. (2013). Recent work on the concept of gratitude in philosophy and psychology. *The Journal of Value Inquiry*, 47(3), 285-317. <https://doi.org/10.1007/s10790-013-9387-8>
- Kim, E., & Bae, S. (2019). Gratitude moderates the mediating effect of deliberate rumination on the relationship between intrusive rumination and post-traumatic growth. *Frontiers in Psychology*, 10, e2665. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02665>
- Ma, L. K., Tunney, R. J., & Ferguson, E. (2017). Does gratitude enhance prosociality?: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 143(6), 601. <https://doi.org/10.1037/bul0000103>
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is gratitude a moral affect?. *Psychological Bulletin*, 127(2), 249. <https://doi.org/10.1037/00332909.127.2.249>
- Mead, J. P., Fisher, Z., Tree, J. J., Wong, P. T., & Kemp, A. H. (2021). Protectors of wellbeing during the COVID-19 pandemic: key roles for gratitude and tragic optimism in a UK-based cohort. *Frontiers in Psychology*, 12, 1 - 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647951>
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3(5), 400-424. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088>
- Oliveira-Cardoso, E. A., Silva, B. C. A., Santos, J. H., Lotério, L. S., Accoroni, A. G., & Santos, M. A. The effect of suppressing funeral rituals during the COVID-19 pandemic on bereaved families. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 28, e3361. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.4519.3361>
- Organización Mundial de la Salud (2020). *Infection Prevention and Control for the safe management of a dead body in the context of COVID-19*. <https://www.who.int/publications/i/item/infection-prevention-and-control-for-the-safe-management-of-a-dead-body-in-the-context-of-covid-19-interim-guidance>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). WHO coronavirus disease (COVID-19) dashboard. (Recuperado el 30 marzo de 2023). <https://covid19.who.int/>
- Pedrosa, A. L., Bitencourt, L., Fróes, A. C. F., Cazumbá, M. L. B., Campos, R. G. B., de Brito, S. B. C. S., & Simões e Silva, A. C. (2020). Emotional, behavioral, and psychological impact of the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 11, e566212. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.566212>
- Portocarrero, F. F., Gonzalez, K., & Ekema-Agbaw, M. (2020). A meta-analytic review of the relationship between dispositional gratitude and well-being. *Personality and Individual Differences*, 164, 110101. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110101>
- Quezada-Berumen, L. (2023). Estudio de validez y confiabilidad del Cuestionario de Gratiud-6 (GQ-6) en México. *Acta de Investigación Psicológica*, 13(1), 42-52. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2023.1.476>
- Quezada-Berumen, L. & González-Ramírez, M. T. (2020). Propiedades psicométricas del inventario de crecimiento postraumático en población mexicana. *Acción Psicológica*, 17(1),13-28. <https://doi.org/10.5944/17.1.25736>
- Quezada-Berumen, L., & González-Ramírez, M. T. (2020). Predictores del crecimiento postraumático en hombres y mujeres. *Ansiedad y Estrés*, 26(2-3), 98-106. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.05.002>
- Rodríguez-Rey, R., & Alonso-Tapia, J. (2019). Predicting posttraumatic growth in mothers and fathers of critically ill children: A longitudinal study. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 26, 372-381. <https://doi.org/10.1007/s10880-018-9594-3>
- Sánchez, J. M., Fausor, R., Sanz-García, A., García-Vera, M. P., & Sanz, J. (2022). Posttraumatic growth, metacognitive beliefs, self-absorption and dysfunctional trauma-related attitudes in a sample of the spanish general population. *Ansiedad y Estrés*, 28(3), 194-206. <https://doi.org/10.5093/anyes2022a23>
- Stroebe, M., & Schut, H. (2021). Bereavement in times of COVID-19: A review and theoretical framework. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 82(3), 500-522. <https://doi.org/10.1177/0030222820966928>
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18. https://doi.org/10.1207/s15327965pii1501_01
- Tedeschi, R. G., Shakespeare-Finch, J., Taku, K., and Calhoun, L. G. (2018). *Posttraumatic Growth: Theory, Research, and Applications*. New York, NY: Routledge.
- Torres, D. (2006). Los rituales funerarios como estrategias simbólicas que regulan las relaciones entre las personas y las culturas. *SAPI-ENS*, 7(2), 107-118. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1317-58152006000200008&lng=es&tlng=es
- Vazquez, C., Valiente, C., García, F. E., Contreras, A., Peinado, V., Trucharte, A., & Bentall, R. P. (2021). Post-traumatic growth and stress-related responses during the COVID-19 pandemic in a national representative sample: The role of positive core beliefs about the world and others. *Journal of Happiness Studies*, 22, 2915 - 2935. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00352-3>
- Watkins, E. R., & Roberts, H. (2020). Reflecting on rumination: Consequences, causes, mechanisms and treatment of rumination. *Behaviour Research and Therapy*, 127, 103573. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2020.103573>
- Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. (2010). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 890-905. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.005>
- Zięba, M., Wiecheć, K., Wójcik, N. E., & Zięba, M. J. (2022). Prioritizing positivity, styles of rumination, coping strategies, and posttraumatic growth: Examining their patterns and correlations in a prospective

study. *Frontiers in Psychology*, 13, e842979. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.842979>
Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology – A critical review and introduction of a two component

model. *Clinical Psychology Review*, 26(5), 626–653. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.01>.