

Curso 2022-2023
Trabajo de Fin de Grado

MIEDO A LA MUERTE EN POBLACIÓN
JOVEN

Alexia Sáez Herreras

Tutor/a: Dra. M^a José de Dios Duarte



AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, me gustaría agradecer todo el apoyo a mis padres y a mi hermano, por haber confiado siempre en mí.

Gracias también a Nerea, por ser un apoyo incondicional y la paciencia que ha demostrado siempre.

Agradecer a mi tutora toda la compresión que me ha ofrecido, y por ser mi guía en este camino.

Muchas gracias también a todo aquel que dispuso de su tiempo para leer mi Trabajo Final.



RESUMEN

La muerte se encuentra fuertemente ligada a la edad de cada individuo. El miedo a la muerte puede conllevar a una pérdida de los mecanismos de afrontamiento que nos permiten tener equilibrio y una buena calidad de vida. Este miedo ya no solo está presente en la población con una edad más avanzada, sino que también podría estar presente en la población joven. La muestra estuvo formada por 201 personas menores de 35 años y un grupo control de mayores de 35 años de 126 personas. Para medir el nivel de miedo a la muerte se utilizó la “Escala de Miedo a la Muerte de Collet-Lester”. La población joven presentó niveles de miedo a la muerte moderados-altos, coincidiendo estos con los del grupo control, incluso siendo ligeramente superiores. Para las subescalas el miedo en la población joven también era elevado sobre todo para el constructo miedo a la muerte de otros, como ocurre con el grupo control. De este estudio, se deduce que el miedo a la muerte está presente en la población joven con valores elevados, pudiendo superar a los grupos etarios de mayor edad, y esto influir negativamente en su manera de afrontar la vida.

PALABRAS CLAVE: miedo, muerte, joven y mecanismos de afrontamiento.



ABSTRACT

Death is strongly linked to the age of each individual. Fear of death can lead to a loss of the coping mechanisms that allow us to have balance and a good quality of life. This fear is not only present in the older population, but may also be present in the younger population. A descriptive cross-sectional case-control study was carried out. The sample consisted of 201 people under 35 years of age and a control group of 126 people over 35 years of age. The "Collet-Lester Fear of Death Scale" was used to measure the level of fear of death. The young population presented moderate-high levels of fear of death, coinciding with those of the control group, even being slightly higher. For the subscales, fear in the young population was also high, especially for the construct fear of death of others, as in the control group. From this study, it can be deduced that the fear of death is present in the young population with high values, being able to surpass the older age groups, and this has a negative influence on their way of coping with life.

KEY WORDS: fear, death, youth and coping mechanisms.



ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLA.....	II
ÍNDICE DE ILUSTRACIONES.....	III
ABREVIATURAS.....	IV
1. INTRODUCCIÓN.....	1
2. JUSTIFICACIÓN.....	6
3. OBJETIVOS.....	7
4. MATERIAL Y MÉTODO.....	8
4.1. PARTICIPANTES.....	8
4.2. PROCEDIMIENTO.....	8
4.3. INSTRUMENTOS DE MEDIDA.....	9
4.4. ANÁLISIS ESTADÍSTICO.....	10
5. RESULTADOS.....	12
5.1. ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS.....	12
5.2. ANÁLISIS DE CONSISTENCIA INTERNA.....	14
5.3. ANÁLISIS DE NORMALIDAD Y DIFERENCIAS ENTRE LOS GRUPOS.....	14
5.4. ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LA ESCALA	14
5.5. ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LAS SUB-ESCALAS.....	16
6. DISCUSIÓN.....	17
6.1. LIMITACIONES Y FORTALEZAS DEL ESTUDIO.....	19
6.2. IMPLICACIONES EN LA PRÁCTICA CLÍNICA.....	19
7. CONCLUSIONES.....	20
8. BIBLIOGRAFÍA.....	21
9. ANEXOS	24
9.1. ANEXO 1.....	24
9.2. ANEXO 2.....	25
9.3. ANEXO 3	26
9.4. ANEXO 4	27
9.5. ANEXO 5.....	29



ÍNDICE DE TABLA

Tabla 1: Cronograma del estudio.	9
Tabla 2: Análisis descriptivo de la muestra según edad	12
Tabla 3: Distribución de las variables sociodemográficas.....	12
Tabla 4: Análisis de consistencia interna	14
Tabla 5: Análisis descriptivo de la escala general	15
Tabla 6: Análisis descriptivo de las subescalas	16



ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1: Modelo psicológico del estrés	2
Ilustración 2: Tipos de afrontamiento.	3
Ilustración 3: Razones del temor a la muerte.....	4
Ilustración 4: Distribución de la muestra en Grupo 0.....	15
Ilustración 5: Distribución de la muestra en Grupo 1	16
Ilustración 6: Conformidad Comité Ético HCUV ..	¡Error! Marcador no definido.
Ilustración 7: Escala de Miedo a la Muerte de Collet-Lester	29



ABREVIATURAS

- **D.T.:** Desviación típica
- **N:** Tamaño de la muestra
- **RAE:** Real Academia Española
- **SMMO:** Subescala de miedo a la muerte de otros
- **SMMP:** Subescala de miedo a la muerte propia
- **SMPMO:** Subescala de miedo al proceso de muerte de otro
- **SMPMP:** Subescala de miedo a proceso de muerte propia



1. INTRODUCCIÓN

La muerte a lo largo de la historia ha sido la raíz de diversas líneas de investigación en todas las culturas, religiones y civilizaciones, y en todas ellas se ha tratado de definir el sentido que esta da a la vida y como afecta en nuestra manera de vivir y relacionarnos.

Según la RAE, la muerte tiene diversos conceptos entre los que están “Cesación o término de la vida” y “En el pensamiento tradicional, separación del cuerpo y el alma” [1]. La muerte no es un concepto independiente de las personas, esta se encuentra fuertemente ligada a los factores socioculturales de la población como es la religión, así mismo, se encuentra conectada a los rasgos independientes de cada persona como la edad. Por todo esto, el concepto de la muerte va evolucionando con el envejecimiento de las personas.

Aunque el concepto de muerte ha ido cambiando con el paso de los siglos, actualmente hay una concepción de “tabú” en torno al tema, que hace que se designe como “muerte invisible” ya que nos dirigimos a ella con una serie de eufemismos [2].

Pensar en la muerte en ocasiones puede provocar un miedo ante el proceso de morir y la propia muerte. Este miedo se hace presente en todas las culturas, de tal modo que, se buscan vías para asumir y darle sentido a la vida. Limonero (1996) refirió que la muerte es una de las fuentes de impacto emocional más significativo para el ser humano [3].

Un exceso de miedo frente a una adversidad puede provocar problemas en la vida del individuo, por lo que es importante saber diferenciarlo de un miedo racional.

La consideración del miedo como una respuesta de naturaleza innata o adquirida se explica a través de la teoría de Watson (1924), que afirma que existen estímulos innatos que producen miedo y estímulos adquiridos como consecuencia del aprendizaje por condicionamiento [4]. Dependerá del sujeto y de sus mecanismos de afrontamiento que este miedo sea patológico y no fisiológico.

Los mecanismos de afrontamiento que usan las personas como métodos de protección ante las adversidades fueron definidos por Lazarus y Folkman (1984) y se entienden como “*un proceso dinámico de evaluación y reevaluación del repertorio de estrategias que poseen los individuos para hacer frente a una situación que es evaluada como amenazante o desbordante, y su funciones reducir o mitigar los efectos del estrés psicológico*” [3].

Según algunos autores ante la muerte, la mayoría de la gente utiliza dos defensas básicas que son [5]:

- Modalidad narcisista que se identifica como individuos especiales.
- Existencia de un salvador persona.

Otros autores como Sanchís et al. [6] definen que el proceso de afrontamiento sigue un modelo psicológico de estrés (Ilustración 1), en el que ante la aparición de un estresor como es el miedo a la muerte, el sujeto realiza una valoración primaria y define las consecuencias de este, tras eso realiza una valoración secundaria en la que analiza si es capaz de afrontarlo, en esta valoración secundaria es en la que aparecen las reacciones de estrés que provocan dificultad de adaptación.

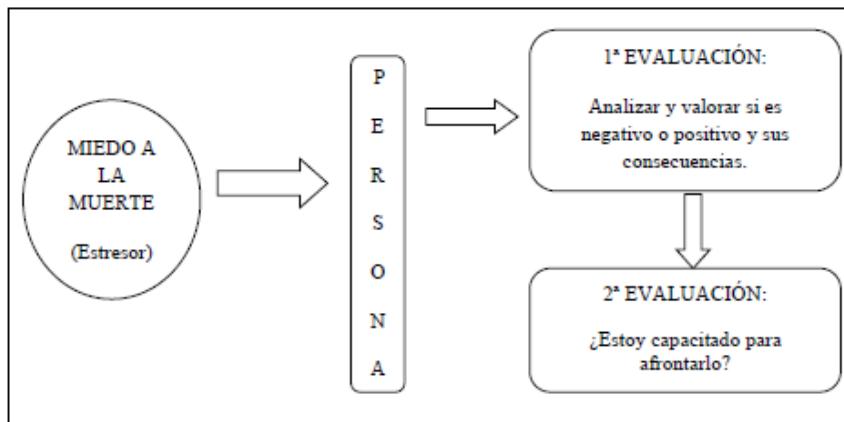


Ilustración 1: *Modelo psicológico del estrés. Fuente Sanchís et al. [6]*

Por otro lado, según Krezmien (2005), el afrontamiento puede dividirse en 3 categorías como se puede observar en la ilustración 2 [7]:

- Afrontamiento cognitivo: se basa en la valoración del problema, consiste en buscar el significado y valorar de la manera más agradable posible.

- Afrontamiento conductual: basado en la raíz del problema, se dirige a enfrentarse a la realidad.
- Afrontamiento afectivo: regulación del aspecto emocional y búsqueda de un equilibrio.

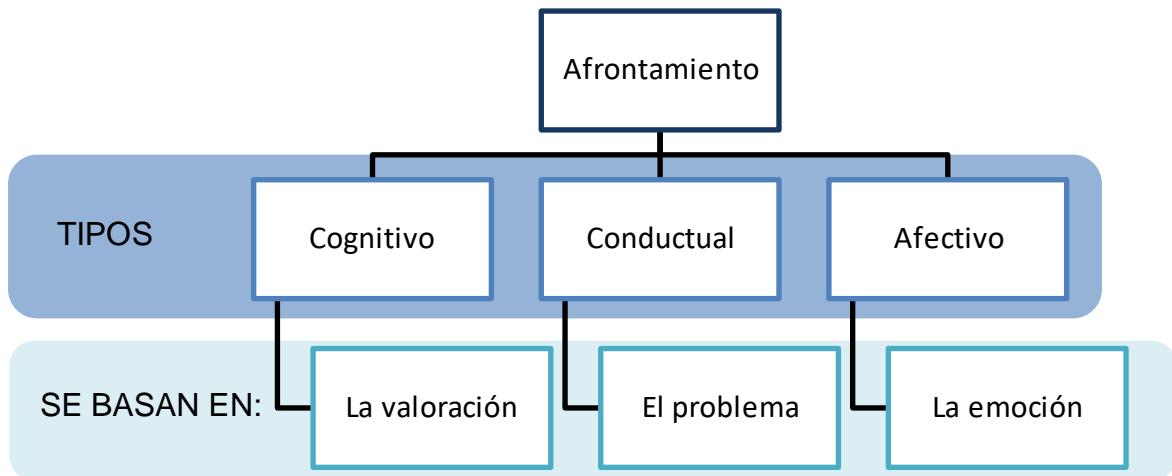


Ilustración 2: Tipos de afrontamiento. Fuente: Elaboración propia

Pero, aun así, los seres humanos tienen unos mecanismos de ajustes particulares. Por ello es fundamental trabajar el afrontamiento con la muerte para favorecer un buen desarrollo existencial del sujeto, ya que un mal mecanismo de afrontamiento es la raíz de una fuerte angustia y es generador de cambios existenciales, ya que la manera en la que los sujetos se enfrenten a la situación dependerá de los recursos que disponga.

El miedo y la ansiedad ante la muerte están ligados ya que ambos conllevan a una situación de angustia e incapacidad de reacción frente a las adversidades.

La ansiedad ante la muerte se ha definido en multitud de ocasiones como “*reacción emocional producida por la percepción de señales de peligro o amenazas reales o imaginarias a la propia existencia que pueden desencadenarse por estímulos ambientales, situacionales o de disposición relacionados con la muerte propia o ajena*” [8]. Otras definiciones como la de Heidegger destacan que la ansiedad ante la muerte es “*miedo a la aniquilación y a la experiencia de la nada, lo cual causa temor*” [9]. Y el miedo a la muerte se define como “*la ansiedad experimentada en la vida diaria causada por la*

anticipación de la propia muerte” según Tomer (1992) [10].

Según Calle (2011) entre las causas que provocan el miedo a la muerte se encuentran varias razones [6]:

- Miedo a lo que no hemos vivido, es decir a lo desconocido.
- Miedo a la existencia de algo después de la vida, como concepto del fenómeno de finalización total de la vida.
- Miedo al dolor y enfermedad que puede existir previo a la muerte.
- Miedo a la soledad, lo que genera una sensación de rechazo en esta situación.

Es decir, en la ilustración 3 se pueden observar las principales razones de temor a la muerte



Ilustración 3: Razones del temor a la muerte. Fuente Sanchís et al. [6]

Cuando en un individuo este miedo alcanza niveles elevados y provoca un estado de ansiedad, se puede manifestar una serie de síntomas psicológicos y también físicos, y repercutir en la vida de este. Entre esos síntomas destacan [11]:

- Sensación de nerviosismo constante.
- Fatigarse con facilidad.
- Dolores generalizados de cabeza, musculares o de estómago.



- Dificultad en la conciliación de sueño.
- Dificultad en la concentración.

En 2021, la esperanza de vida media se sitúa en 83.1 años, siendo de 80.2 años en hombres y 85.8 años en mujeres [12]. Por ello es lógico pensar que la población joven tienda a tener una mayor despreocupación en relación con la muerte debido a la brecha de edad que teóricamente les separa de la muerte. Sin embargo, el miedo a la muerte no solo se representa como la muerte propia, sino también como la muerte ajena de personas tales como familiares y personas cercanas.

Hay estudios que definen que, debido a la sociedad actual, el miedo a la muerte no es solo propio de personas de mayor edad, ya que la muerte puede llegar en cualquier momento del ciclo vital. Esto se muestra en las medias de miedo a la muerte superiores en adultos jóvenes comparadas con adultos mayores [13]. Por el contrario, en algunos estudios, la prevalencia de alto miedo a la muerte en ancianos pone de manifiesto que deben considerarse intervenciones psicológicas en estas personas, puesto que su conciencia de la llegada de esta es previsiblemente temprana [14]. Cabe resaltar que, a su vez esto influye en el deterioro de la calidad de vida de estas [15]. Este trabajo de investigación pretende conocer el nivel del miedo a la muerte en personas menores y mayores de 35 años.



2. JUSTIFICACIÓN.

En la actualidad, a consecuencia de la calidad y la esperanza de vida, numerosos estudios se han centrado en el nivel de miedo a la muerte y en cómo afecta esto en la población general. Sin embargo, la población joven no ha sido a penas estudiada en este ámbito, ni se han establecido comparativas con otros grupos de edad.

A consecuencia de los antecedentes explicados previamente y a modo de poder determinar futuras implicaciones respecto al tema, este trabajo surge de la hipótesis de que las personas jóvenes también presentan niveles de miedo a la muerte que puedan repercutir en su vida diaria y por ello este estudio pretende analizar y obtener información sobre el nivel de miedo a la muerte de una muestra de población joven, y además identificar qué tipo de miedo se encuentra más presente en su vida.

Una correlación positiva entre niveles de miedo a la muerte moderados-altos y la muestra de población joven confirmaría la hipótesis de que este grupo de edad pueden presentar niveles de miedo iguales o superiores a las personas con mayor edad. Y esto podría ayudar a plantear nuevas líneas de investigación para encontrar una solución a esta problemática.



3. OBJETIVOS

3.1. OBJETIVO PRINCIPAL

El objetivo principal del presente Trabajo Fin de Grado es analizar y comparar el nivel de miedo a la muerte en personas menores de 35 años frente a personas mayores de esta edad.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Como objetivos específicos, se pueden enumerar los siguientes;

- Estudiar el nivel de miedo a la muerte en personas menores de 35 años.
- Estudiar el nivel de miedo a la muerte en personas mayores de 35 años.
- Analizar en cada uno de los grupos el nivel de miedo ante la muerte propia, el proceso de muerte propia, la muerte de otros, el proceso de muerte de otros.
- Comparar el nivel de miedo ante la muerte propia, el proceso de muerte propia, la muerte de otros, el proceso de muerte de otros entre la muestra de personas menores de 35 años y la muestra de mayores de 35 años.



4. MATERIAL Y MÉTODO

4.1. PARTICIPANTES

Se trata de un estudio observacional descriptivo transversal, concretamente de caso control.

La muestra estuvo compuesta por dos grupos:

- Grupo 0: Población joven (menores de 35 años).
- Grupo 1: Grupo control, población con edad mayor a 35 años.

El total de participantes fue de 201 personas en el caso de menores de 35 años y de 126 en el caso de las personas mayores de 35 años.

4.2. PROCEDIMIENTO

Para recoger los datos se elaboró un cuestionario on-line, a través de la herramienta Google Forms®.

El cuestionario contenía una hoja informativa donde se explicaba el tipo de estudio, el fin de este y las instrucciones para responder correctamente las preguntas (ANEXO 1). Además contenía el consentimiento informado indicando que se formaba parte del estudio de manera voluntaria y desinteresada y la información relacionada con la política de privacidad de Google Forms® (ANEXO 2).

El trabajo se llevó a cabo desde enero de 2023 hasta mayo de 2023, como se puede observar en la tabla 1. La recogida de datos fue desde el día 17 de marzo de 2023 al día 15 de mayo de 2023, tras ello se comenzó el análisis de los resultados y la posterior discusión.



Tabla 1: Cronograma del estudio. Fuente: Elaboración propia

INTERVENCIONES	2023																			
	ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO			
	SEMANAS																			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Búsqueda bibliográfica																				
Diseño del trabajo y elaboración de encuesta																				
Solicitud de permisos																				
Aplicación del cuestionario																				
Análisis de resultados y elaboración de conclusiones																				

En todos los casos los participantes dieron su conformidad al consentimiento informado.

El estudio fue aprobado por el Comité de Ética del Hospital Clínico Universitario de Valladolid (Ref. PI 23-3058 TFG) (ANEXO 3).

4.3. INSTRUMENTOS DE MEDIDA

El cuestionario estaba compuesto por una batería inicial de 9 preguntas que recogían los datos sociodemográficos (ANEXO 4) y posteriormente por la Escala validada de Miedo a la Muerte de Collet-Lester (ANEXO 5).

La escala de Miedo a la Muerte de Collet-Lester fue creada en 1969 y es la más utilizada para estudiar el miedo a la muerte [16]. En su origen, estaba compuesta de 36 ítems que estudiaban la muerte de manera unidimensional, tras diversas



revisiones se modificó ya que se entendía que la muerte es multidimensional y no solo influye en la muerte propia, por ese motivo estudia la muerte en dos dimensiones: la relacionada con la propia muerte y la relacionada con la muerte de otros [17]. La versión utilizada de la escala fue la española que se compone de 28 ítems subdivididos en 4 escalas que se clasifican en:

- SMMP: Subescala de miedo a la muerte propia.
- SMPMP: Subescala de miedo al proceso de muerte propia.
- SMMO: Subescala de miedo a la muerte de otros.
- SMPMO: Subescala de miedo al proceso de muerte de otro.

Consiste en una escala autoadministrada en la que las respuestas son tipo Likert que van desde 1 (nada) a 5 (mucho). Esta escala se interpreta según la media de los valores de los individuos, de tal modo que se determina el nivel de miedo a la muerte siguiendo las siguientes indicaciones [17]:

- <2: Miedo bajo a la muerte.
- 2-4: Miedo moderado a la muerte.
- >4 Miedo alto a la muerte.

4.4. ANÁLISIS ESTADÍSTICO

Para llevar a cabo el análisis estadístico se realizó un análisis descriptivo de la edad mediante la media y la desviación típica y del sexo por porcentajes en cada uno de los grupos. Además de un análisis de la frecuencia y porcentaje del resto de variables sociodemográficas.

Se analizó la confiabilidad interna de la escala mediante el cálculo del coeficiente alfa de Cronbach.

Se realizaron las pruebas de normalidad en ambos grupos para conocer la distribución de los datos.

Se llevó a cabo un análisis de las medias en ambos grupos siguiendo la interpretación de la escala de Miedo a la Muerte según sus autores. Se midió



esta variable tanto para el miedo a la muerte de manera total como para las subescalas que componen este constructo.

En vista de que las variables seguían una distribución normal en ambos grupos se aplicó la prueba T de medias para muestras independientes para comprobar si existían diferencias estadísticamente significativas entre los mismos. El análisis estadístico se realizó mediante el programa SPSS en su versión 23 (IBM Corp, Armonk, NY, USA).



5. RESULTADOS

5.1. ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

La muestra estuvo formada por 201 personas que conformaron el grupo 0, cuya media de edad fue de 21 años, de los cuales 146 eran mujeres y 55 hombres. Respecto al grupo 1, la muestra se conformó por 126 personas, la media de edad fue de 50 años, 85 fueron mujeres y 41 hombres. El análisis de la edad en los dos grupos se muestra en la tabla 2.

Tabla 2: Análisis descriptivo de la muestra según edad. Fuente: Elaboración propia

	EDAD		
	MEDIA	MEDIANA	D.T.
GRUPO 0	21	21	±2.99
GRUPO 1	50	50	±7.59

En la tabla 3 se puede observar la distribución en ambos grupos del resto de variables estudiadas.

Tabla 3: Distribución de las variables sociodemográficas. Fuente: Elaboración propia

VARIABLE SOCIODEMOGRÁFICA	GRUPO 0		GRUPO 1	
	FRECUENCIA (N=201)	PORCENTAJE (%)	FRECUENCIA (N=126)	PORCENTAJE (%)
Sexo				
Mujer	146	72.64	85	67.46
Hombre	55	27.36	41	32.54
Identidad de género				
Femenino	145	72.14	85	67.46
Masculino	55	27.36	41	32.54
No binario	1	0.49	-	-
Nivel educativo				
Sin estudios	1	0.49	1	0.79



ESO	17	8.45	26	20.63
FP2	11	5.47	14	11.11
Bachillerato	11	5.47	13	10.32
FP3	21	10.44	10	7.94
Universidad	140	69.65	62	49.21
Actualmente...				
En paro	7	3.48	14	11.11
Estudia	166	82.59	6	4.76
Trabajo jornada parcial	12	5.97	14	11.11
Trabajo jornada completa	16	7.96	92	73.02
¿Con cuantas personas convives?				
1	18	8.96	26	20.63
2	75	37.31	33	26.19
3	82	40.8	43	34.13
Más de 3	26	12.94	24	19.05
¿Qué relación mantienes con ellas?				
Familia	140	69.65	120	95.24
Amigos	41	20.4	-	-
Otra	20	9.95	6	4.76
Nacionalidad				
Española	197	98.01	126	100
Europea	3	1.49	-	-
Sudamericana	1	0.49	-	-
Religión				
Católico	89	44.28	98	77.78
Agnóstico	40	19.9	16	12.70
Ateo	69	34.33	12	27.25
Testigo de Jehová	1	0.49	-	-
Budista	2	1	-	-



5.2. ANÁLISIS DE CONSISTENCIA INTERNA

Se analizó la consistencia interna tanto de la escala general, como de sus subescalas mediante el análisis del coeficiente alfa de Cronbach, obteniendo resultados para los constructos que indican buena fiabilidad del instrumento escogido para la realización del trabajo como se puede observar en la tabla 4.

Tabla 4: Análisis de consistencia interna. Fuente: Elaboración propia

COEFICIENTE ALFA DE CRONBACH			
COLLET-LESTER			
0.92			
SMMP	SMPMP	SMMO	SMPMO
0.83	0.81	0.79	0.76

5.3. ANÁLISIS DE NORMALIDAD Y DIFERENCIAS ENTRE LOS GRUPOS

Se observó que los datos en ambos grupos mostraban un patrón de normalidad, así se calculó la T para muestras independientes. Se comprobó así que existían diferencias estadísticamente significativas en el caso de Miedo al proceso de muerte de otras personas ($p=0,010$) entre el grupo de mayores y menores de 35 años. En el resto de las comparaciones entre la subescala y el Miedo a la muerte no se encontraron diferencias estadísticamente significativas.

5.4 ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LA ESCALA

Teniendo en cuenta la categorización realizada por los autores de esta escala y su nivel de miedo a la muerte alto, moderado o bajo, se realizaron distintos análisis tanto en las subescalas como en la puntuación total de la escala. Los datos de la escala general se muestran en la tabla 5. La media de puntuación en la escala general para el grupo de menores de 35 años presenta una media ligeramente superior que el grupo de mayores de 35 años.

Tabla 5: Análisis descriptivo de la escala general. Fuente: Elaboración propia.

	N	MEDIA	MEDIANA	D.T.
GRUPO 0	201	3.53	3.53	± 0.63
GRUPO 1	126	3.47	3.5	± 0.82

En el grupo de menores de 35 años el 50% de la muestra presentan niveles de miedo en torno al 4, esto se puede observar en la ilustración 4, a diferencia de la ilustración 5 en la que en la muestra del grupo de mayores de 35 se puede observar que un 50% de la población presentan medias inferiores, llegando a niveles por debajo del 3.

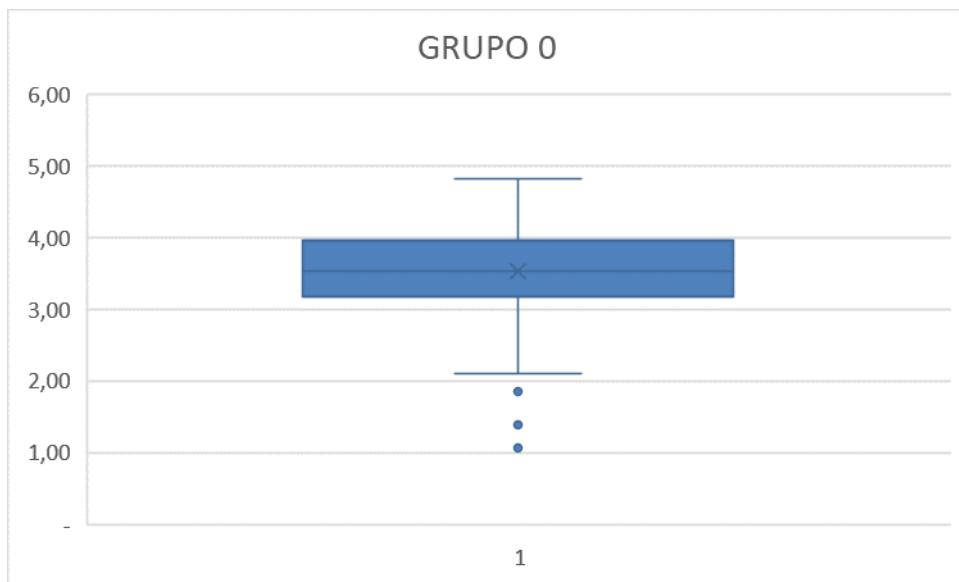


Ilustración 4: Distribución de la muestra en Grupo 0. Fuente: Elaboración propia

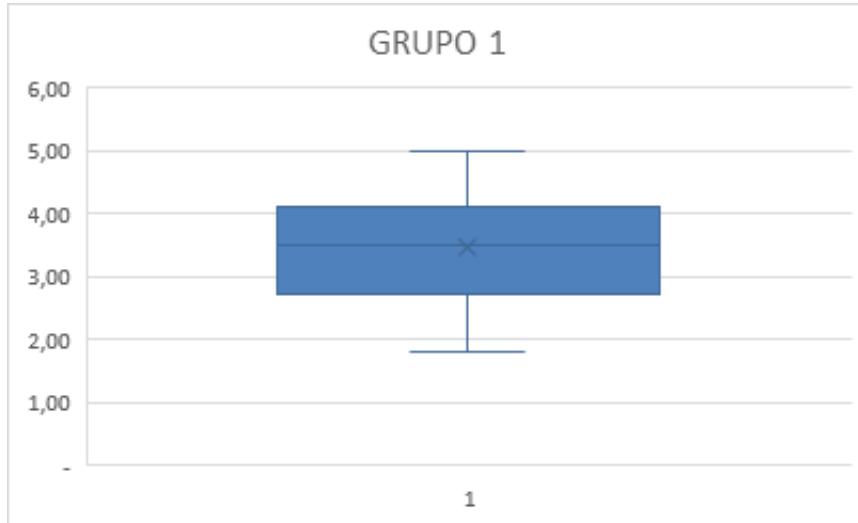


Ilustración 5: Distribución de la muestra en Grupo 1. Fuente: Elaboración propia

5.5. ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LAS SUB-ESCALAS

Los resultados del análisis de las subescalas se muestran en la tabla 6. Se observa que los valores son superiores en las subescalas con relación a la muerte ajena para ambos grupos, a excepción del grupo de mayores que el miedo al propio proceso de morir supera el miedo al proceso de morir ajeno.

Tabla 6: Análisis descriptivo de las subescalas. Fuente: Elaboración propia

		SMMP	SMPMP	SMMO	SMPMO
Grupo 0	Media	3.04	3.48	3.95	3.66
	Mediana	3.00	3.57	4.00	3.71
	D.T.	(D.T. \pm 0.93)	(D.T. \pm 0.84)	(D.T. \pm 0.71)	(D.T. \pm 0.72)
Grupo 1	Media	2.73	3.70	3.79	3.65
	Mediana	2.43	3.64	3.86	3.86
	D.T.	(D.T. \pm 1.1)	(D.T. \pm 0.93)	(D.T. \pm 0.91)	(D.T. \pm 0.93)



6. DISCUSIÓN

El presente trabajo fue diseñado para poder corroborar la hipótesis de que el nivel de miedo a la muerte en población joven es elevado, pudiendo superar incluso los valores de los de mayor edad.

En todos los constructos que se evalúan en la escala utilizada en este trabajo, la muestra estudiada presenta unas media de puntuación de alrededor a 3.5, en las que los autores categorizaron como nivel moderado-alto, y esto ocurre del mismo modo en el grupo control estudiado.

A la vista de los resultados obtenidos se observa que los jóvenes presentan un nivel de miedo a la muerte de moderado a alto siendo estos coincidentes con los resultados de Buceta et al. [18] y Espinoza et al. [19]. Este miedo puede deteriorar la calidad de vida e influye en no desarrollar estrategias de afrontamiento respecto a este tema y degenerar con el paso del tiempo en problemas de salud mental. La explicación de este nivel de miedo podría encontrarse en que nuestra sociedad no realiza educación en torno al tema de la muerte llevando a cabo un comportamiento de evitación de este asunto tal y como apuntan autores como Uribe et al. [13] en sus estudios. Ellos concluyen que la muerte es un tema tabú, hecho que finaliza en que la población no entienda la muerte como parte de la vida.

En nuestro trabajo el grupo de mayores de 35 años presenta medias de nivel de miedo de valores moderados - altos, coincidiendo con los resultados de otros estudios tales como el de Tomás et al. [20] en el que muestran la existencia de evitación del tema en esta población al igual que en la población joven.

Los jóvenes presentan niveles de miedo de valores ligeramente superiores a los de la población mayor estudiada. Estos resultados se encuentran en la línea de otras investigaciones en las que se muestra que los mayores tienen menores niveles de ansiedad ante la muerte y mayor aceptación de esta que las personas jóvenes [10,20]. La explicación de estos resultados se encontraría en que a lo largo de la experiencia de la vida se desarrolla una mayor aceptación de este hecho produciéndose niveles menores de ansiedad [13]. Esto es así porque los



mayores con el paso del tiempo van desarrollando estrategias de afrontamiento que les permiten enfrentarse a la muerte de mejor modo [21].

Las investigaciones de Tomas et al. [20] y Buceta et al. [18] determinan que existe una correlación negativa entre la edad y el miedo a la muerte. Así, a medida que pasan los años, el miedo a la muerte va disminuyendo, confirmándose que en los jóvenes el nivel de miedo es alto.

Teniendo en cuenta los tipos de miedo a la muerte que el instrumento escogido nos permite evaluar, se comprueba que los jóvenes muestran mayor preocupación por la muerte de otros que por la muerte propia. Estos resultados están en consonancia con los hallados por otros autores [17,19] que explican que los jóvenes se preocupan y tienen miedo de sentirse solos y de no poder comunicarse más con el ser querido que parte. El estudio de López Castedo et al. [22] comprobó que los jóvenes con experiencias de muerte de un familiar presentan posteriormente niveles más altos por el miedo a la muerte de otros que aquellos que no han pasado por este tipo de experiencias.

En lo relativo al grupo de mayores en nuestro trabajo, estos también puntúan en niveles más altos de miedo a la muerte de otros que a la suya propia. Los resultados son similares a los hallados en otros estudios [13]. Esto también podría estar relacionado con que en cualquier etapa de la vida el ser humano se encuentra preocupado por sus queridos y familiares [21].

Como se ha podido demostrar en los resultados, ambos grupos presentan un nivel elevado de miedo a la muerte de otros. González-Celis et al. [21] dedujo que altos niveles de miedo a la muerte se pueden deber a que, en cualquier etapa de la vida, el ser humano se encuentra preocupado por la gente que le rodea, como los familiares.

En cuanto al estudio de las variables sociodemográficas no se ha podido demostrar ninguna relación directa de estas con el miedo a la muerte en contraposición a otros estudios en las que el género ha presentado valores interesantes.



6.1. LIMITACIONES Y FORTALEZAS DEL ESTUDIO

La limitación más importante de este trabajo es el tiempo, al tratarse de un trabajo de fin de grado el tiempo que se dispone para poder recoger la muestra es escaso, de tal modo que esto redunda en el tamaño de la misma.

Por otra parte, cabe destacar que la fortaleza principal de este estudio es la contribución al conocimiento del miedo a la muerte tanto en personas de 35 años como en personas mayores y la innovación en el enfoque. Existen pocas investigaciones sobre este tema centradas en una perspectiva general.

Los resultados hallados en este trabajo deben interpretarse con cautela por la limitación de la muestra. Proponemos que se realicen estudios dirigidos a muestras más amplias que puedan confirmar los resultados de este trabajo.

6.2. IMPLICACIONES EN LA PRÁCTICA CLÍNICA

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos que revelan que la población joven presenta un miedo moderado - alto a la muerte, es fundamental poder implementar educación en torno al tema para que puedan desarrollar estrategias de afrontamiento. Esta educación debería realizarse a edades tempranas de la vida como la niñez o la adolescencia para así favorecer el aprendizaje a lo largo de la vida.

Resultaría interesante implementar también programas de intervención para poder ayudar a aquellos jóvenes cuyo miedo supone un problema grave en su vida. Así como intervenciones dirigidas a personas que han pasado por experiencias de perder a seres queridos y están afectadas con problemas mentales fruto de ello. Estos programas deberían identificar a las personas y posteriormente hacer uso de intervenciones en educación y apoyo a las mismas.



7. CONCLUSIONES

En resumen, en este estudio se ha probado que las personas menores de 35 años presentan niveles de miedo moderados-altos y su principal miedo radica en el miedo a la muerte de otros.

También que las personas mayores de 35 años presentan niveles de miedo ligeramente menores que las personas que tienen menos de 35 años y que sus niveles puntúan entre moderados-altos. Además, que en este último grupo el miedo a la muerte es en el que mayor puntuación de miedo presentan.

Por lo que todo esto puede influir de forma negativa en la forma de percepción de la vida, sobre todo en la población joven.



8. BIBLIOGRAFÍA

1. Muerte. [Internet]. 23.^a ed. Diccionario de la lengua española. Real Academia Española; 2022 [citado el 6 febrero 2023]. Disponible en: <https://dle.rae.es/muerte>
2. Caycedo Bustos ML. La muerte en la cultura occidental: antropología de la muerte. Rev Colomb Psiquiat [Internet]. 2007 [citado el 18 de abril de 2023]; 36(2):332- 339. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v36n2/v36n2a12.pdf>
3. Rodríguez A, Zúñiga P, Contreras K, Gana S, Fortunato J. Revisión Teórica de las Estrategias de Afrontamiento (Coping) según el Modelo Transaccional de Estrés y Afrontamiento de Lazarus & Folkman en Pacientes Quirúrgicos Bariátricos, Lumbares y Plásticos. Rev El Dolor [Internet]. 2016 [citado el 7 de febrero de 2023]; 66:14-23. Recuperado a partir de: <https://www.revistaeldolor.cl/storage/articulos/November2020/TJTBXx57FGjK3J3ctga7.pdf>
4. Tortosa F, Mayor L. Watson y la psicología de las emociones: evolución de una idea. Psicothema [Internet]. 31 de diciembre 1992 [citado el 19 de abril de 2023]; 4(1):297-315. Recuperado a partir de: <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/7120>
5. Lara G, Osorio C. Aportes de la psicología existencial al afrontamiento de la muerte. Tesis psicológica [Internet]. Junio de 2014 [citado el 18 de marzo de 2023]; 9(1):50-63. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139031679005>
6. Sanchís L, Pérez LF (dir) Biencinto CM (dir). Afrontamiento el miedo a la muerte [tesis doctoral en Internet]. [Madrid]: Universidad Complutense de Madrid; 2018. [Internet] [citado el 1 de mayo de 2023]. Recuperado a partir de: <https://eprints.ucm.es/id/eprint/49449/1/T40309.pdf>
7. González AL, Viridiana A. Estrategias de afrontamiento ante la muerte y calidad de vida en adultos mayores mexicanos. Revista Kairós Gerontología [Internet]. Junio de 2010 [citado el 1 de mayo de 2023]; 13(1):167-90. Recuperado a partir de: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/4868/3450>
8. Rivera A, Montero M, Sandoval R. Escala de Ansiedad ante la Muerte de Templer: Propiedades psicométricas en pacientes con insuficiencia renal crónica terminal. JBHSI. 20 de enero de 2011; 2(2):83-91. doi: 10.5460/jbhsi.v2.2.26795



9. Asencio Huertas L, Allende Pérez S R, Verastegui Avilés E. Creencias, actitudes y ansiedad ante la muerte en un equipo multidisciplinario de cuidados paliativos oncológicos. *Psicooncología* [Internet]. 6 de junio de 2014 [citado 13 de mayo de 2023]; 11(1):101-15. doi: 10.5209/rev_PSIC.2014.v11.n1.44920
10. Martí García C, Cruz Quintana F (dir), García Caro MP (dir), Schmidt Río-Valle J (dir) Miedo a morir: estudio experimental de las repercusiones de la angustia ante la muerte en población joven; aplicaciones en procesos de fin de vida [tesis doctoral en Internet]. [Granada]: Universidad de Granada; 2014. [citado el 1 de mayo de 2023]. Recuperado a partir de: <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/32665/23534813.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
11. National Institute of Mental Health. Anxiety disorders [Internet]; U.S. Department of Health and Human Services, National Institutes of Health; 2016 [actualizado en abril de 2023] [citado el 16 de mayo de 2023]. Recuperado a partir de: <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/anxiety-disorders>
12. Instituto Nacional de Estadística [Internet]. INE [actualizado el 29 de diciembre de 2021]. [citado el 10 de mayo de 2023] Recuperado a partir de: <https://bit.ly/426lop4>
13. Uribe Rodríguez AF, Valderrama L, Durán Vallejo DM, Galeano C, Gamboa K. Diferencias evolutivas en la actitud ante la muerte entre adultos jóvenes y adultos mayores. *Acta Colombiana de Psicología* [Internet]. Mayo de 2008 [citado el 18 de abril de 2023]; 11(1):119–26. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v11n1/v11n1a12.pdf>
14. Uribe Rodriguez AF, Valderrama Orbegozo L, López S. Actitud y miedo ante la muerte en adultos mayores. *Pensamiento* [Internet]. 6 de mayo de 2007 [citado el 18 de abril de 2023]; 3(8):109–20. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/pdf/801/80130809.pdf>
15. Duran-Badillo T, Maldonado Vidales MA, Martínez Aguilar M de la L, Gutiérrez Sánchez G, Ávila Alpírez H, López Guevara J. Miedo ante la muerte y calidad de vida en adultos mayores. *Enferm. glob.* Abril de 2020; 19(2):287–95. doi: 10.6018/eglobal.364291
16. Espinoza Venegas M, Sanhueza Alvarado O, Barriga O. Validación de la Escala de Miedo a la Muerte de Collet-Lester en una muestra de estudiantes de Enfermería.



Rev Latino-Am Enfermagem [Internet]. 2011 [citado el 15 de marzo de 2023]; 19(5). Recuperado a partir de: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v19n5/es_15.pdf

17. Mondragon-Sánchez EJ, Landeros-Olvera E, Pérez - Noriega E. Validation of Collet-Lester Fear of Death Scale in a mexican university nursing student. MedUNAB. Julio de 2020; 23(1):23-34. Doi: 10.29375/01237047.3723
18. Buceta Toro MI, Muñoz Jimenez D, Pérez Salido E, Díaz Pérez C, Chamorro Rebollo E, Giménez Fernández M. Miedo a la muerte en una muestra de estudiantes de Enfermería. Ética de los cuidados [Internet]. 2014 [citado el 15 de mayo de 2023]; 7(14). Recuperado a partir de: https://www.researchgate.net/publication/322959023_Miedo_a_la_muerte_en_una_muestra_de_estudiantes_de_Enfermeria
19. Espinoza Venegas M, Sanhueza Alvarado O. Miedo a la muerte y su relación con la inteligencia emocional de estudiantes de enfermería de Concepción. Acta Paul Enferm [Internet]. 2012 [citado el 15 de mayo de 2023]; 25(4):607-13. doi: 10.1590/S0103-21002012000400020
20. Tomás Sábado J, Gómez Benito J. Variables relacionadas con la ansiedad ante la muerte. Rev de Psicol Gral y Aplic [Internet]. 2003 [citado el 15 de mayo de 2023]; 56(3):257-79. Recuperado a partir de: https://www.researchgate.net/publication/28169588_Variables_relacionadas_con_la_ansiedad_ante_la_muerte
21. González-Celis Rangel AL, Martínez Camarena RL. Análisis comparativo de la calidad de vida y la ansiedad en jóvenes estudiantes universitarios y mayores. Rev Mex Invest Psic [Internet]. 2009 [citado el 15 de mayo de 2023]; 1(1):98-110. Recuperado a partir de: <https://www.meditgraphic.com/pdfs/revmexinvpsi/mip-2009/mip091j.pdf>
22. López Castedo A, Sueiro Domínguez E, López García MC. Ansiedad ante la muerte en la adolescencia. RGPPE [Internet]. 2004 [citado el 15 de mayo de 2023]; 11(9):241-54. Recuperado a partir de: <http://hdl.handle.net/2183/6996>



9. ANEXOS

9.1. ANEXO 1

HOJA INFORMATIVA

Estimado joven,

Mi nombre es Alexia y estoy llevando a cabo una investigación relacionada con el miedo a la muerte en personas jóvenes.

Esta investigación se realiza con el fin de detectar posibles temas que puedan trabajarse en esta población.

Para llevar a cabo este trabajo necesitamos su colaboración, consistente en responder a este formulario. Como observará el formulario consta de diferentes preguntas en las que la puntuación 1 significa Nada y la puntuación 5 significa mucho.

Recuerde que no existen respuestas correctas o incorrectas, queremos conocer su percepción en base a su experiencia.

La información obtenida de este formulario será completamente anónima, por lo que le rogamos responda con total sinceridad.

Agradecemos su participación voluntaria y desinteresada. Es necesario que confirme su consentimiento al principio del formulario.

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



9.2. ANEXO 2

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Doy mi consentimiento expreso para participar en el estudio de Miedo a la muerte en población joven. He sido informado sobre el objetivo del mismo, sabiendo que puedo abandonar el estudio en cualquier momento sin ninguna consecuencia o perjuicio para mí. Los investigadores se comprometen a cumplir la Ley Orgánica 3/2018 de 5 diciembre, de Protección de datos personales o garantía de los derechos digitales; y el Reglamento 2016/679 del Parlamento Europeo y del consejo de 27 abril de 2016, relativo a la protección de las personas físicas en lo que respecta al tratamiento de datos personales y a la libre circulación de estos datos.

- Consiento
- No consiento

POLÍTICA DE PRIVACIDAD DE GOOGLE FORMS

Más información en el enlace: <https://policies.google.com/privacy?hl=es>

- Acepto
- No acepto



9.3. ANEXO 3

ANEXO ELIMINADO POR CARÁCTER ADMINISTRATIVO



9.4. ANEXO 4

INFORMACIÓN PERSONAL. Seleccione una sola respuesta

- EDAD: *respuesta libre*
- SEXO
 - Hombre*
 - Mujer*
- IDENTIDAD DE GÉNERO
 - Masculino*
 - Femenino*
 - No binario (género que no encaja dentro de los previos)*
- NIVEL EDUCATIVO: Estudiando actualmente o últimos estudios realizados
 - Educación Secundaria Obligatoria (ESO)*
 - FP2*
 - FP3*
 - Universitarios*
 - Bachillerato*
 - Sin estudios*
- Actualmente:
 - Estudias*
 - Trabajas a jornada completa*
 - Trabajas a jornada parcial*
 - Estoy en paro*
- ¿Con cuantas personas convives?
 - 1*
 - 2*
 - 3*
 - Más de 3*
- ¿Qué relación mantiene con los que convive?
 - Familia*
 - Amigos*
 - Otra*



- Nacionalidad
 - Española*
 - Europea (No España)*
 - Sudamericana*
 - Centroamericana*
 - Estadounidense*
 - Magrebí*
 - Subsahariana*
- Religión
 - Católica
 - Protestante
 - Musulmana
 - Judía
 - Agnóstico
 - Ateo
 - Testigos de Jehová
 - Budista



9.5. ANEXO 5

Escala de Miedo a la Muerte de Collet-Lester

Lee cada frase y contéstala rápidamente. No utilices demasiado tiempo pensando en tu respuesta. Se trata de expresar la primera impresión de cómo piensas ahora mismo. Marca el número que mejor representa tu sentimiento.

¿Qué grado de preocupación o ansiedad tienes en...? relación a TU PROPIA MUERTE en?	Mucho	Moderado	Nada
1. El morir solo.	5	4	3
2. La vida breve.	5	4	3
3. Todas las cosas que perderás al morir	5	4	3
4. Morir joven	5	4	3
5. Cómo será el estar muerto/a	5	4	3
6. No poder pensar ni experimentar nada nunca más	5	4	3
7. La desintegración del cuerpo después de morir	5	4	3

¿Qué grado de preocupación o ansiedad tienes en...? relación a TU PROPIO PROCESO DE MORIR en ...?	Mucho	Moderado	Nada
1. La degeneración física que supone el proceso de morir	5	4	3
2. El dolor que comporta el proceso de morir	5	4	3
3. La degeneración mental del envejecimiento	5	4	3
4. La pérdida de facultades durante el proceso de morir	5	4	3
5. La incertidumbre sobre la valentía con que afrontarás el proceso de morir	5	4	3
6. Tu falta de control sobre el proceso de morir	5	4	3
7. La posibilidad de morir en un hospital lejos de amigos y familiares	5	4	3

¿Qué grado de preocupación o ansiedad tienes en...? relación A LA MUERTE DE OTROS en ...?	Mucho	Moderado	Nada
1. La pérdida de una persona querida	5	4	3
2. Tener que ver su cadáver	5	4	3
3. No poder comunicarte nunca más con ella	5	4	3
4. Lamentar no haberte llevado mejor con ella cuando aún estaba viva	5	4	3
5. Envejecer solo/a, sin la persona querida	5	4	3
6. Sentirse culpable por el alivio provocado por su muerte	5	4	3
7. Sentirse solo/a sin ella	5	4	3

¿Qué grado de preocupación o ansiedad tienes en...? relación al PROCESO DE MORIR DE OTROS en...?	Mucho	Moderado	Nada
1. Tener que estar con alguien que se está muriendo	5	4	3
2. Tener que estar con alguien que quiere hablar de la muerte contigo	5	4	3
3. Ver cómo sufre dolor	5	4	3
4. Observar la degeneración física de su cuerpo	5	4	3
5. No saber cómo gestionar tu dolor ante la pérdida de una persona querida	5	4	3
6. Asistir al deterioro de sus facultades mentales	5	4	3
7. Ser consciente de que algún día también vivirás esta experiencia	5	4	3

Ilustración 6: Escala de Miedo a la Muerte de Collet-Lester