

Consejos para afrontar el proceso de duelo de una forma llevadera

María del Pilar Vega ofrece una conferencia sobre esta etapa vital

RAQUEL RAMÍREZ

Interesante y útil en ocasiones de nuestra vida, la conferencia titulada *El camino del duelo*, ofrecida ayer tarde por la psicóloga María del Pilar Vega Murcia en

La Económica. Juan José Gay, director del Centro de Orientación Familiar, presentó a la conferenciante como gran profesional que lleva décadas trabajando en el ámbito de las familias prestando la atención que se necesite.

Vega dio las gracias por las palabras de bienvenida y pasó a definir el duelo de las personas como "el proceso de adaptación por el que pasa una persona que ha su-

frido la pérdida de un ser querido". Sus objetivos a lo largo de su exposición fueron explicar en qué consiste un proceso de duelo normal y, con esa información, poder tener menos angustia al atravesarlo. Y, como segunda parte, qué se puede hacer para que ese camino que se debe recorrer sea lo más tranquilo y fácil posible, dentro del dolor o sufrimiento que siempre supone la pérdida de un ser querido.



ACTO. María del Pilar Vega, José Gárate y Juan José Gay.