



# “Los dibujos hablan” Niñas, Niños y Adolescentes en duelo

---

Día Internacional de la Niña  
11 de octubre

## ¿Por qué estamos aquí hoy?

### Resultados del concurso de dibujo infantil "Las Niñas y los Niños del SNTSS; en confinamiento ante el COVID-19"

1. Orientar en las necesidades emocionales de NNA por edad.
2. Dar herramientas para los cuidadores primarios.



**¡Gracias a las niñas, a los niños! y ¡Gracias a las mamás, a los papás y cuidadores primarios!**





SEGUROS  
MONTERREY

**¡HAY QUE MEDITAR!**



**Save the Children**



# Los efectos del covid-19 sobre las mujeres y las niñas

“La pandemia del COVID-19 ha causado una profunda conmoción en nuestras economías y sociedades, ha subrayado la **dependencia que la sociedad tiene de las mujeres**, tanto en primera línea como en el hogar, al tiempo que ha puesto de manifiesto las **desigualdades estructurales** en todos los ámbitos, ya sea el económico, el sanitario, la seguridad o **social**”



**Naciones Unidas**



**SEGUROS MONTERREY**



**Save the Children**

# Día Internacional de la Niña 11 de octubre

 **ONU**   
**MUJERES**



**SEGUROS  
MONTERREY**



**Save the Children**

# 1. Orientar

➤ Necesidades que expresaron en los dibujos de los NNA

---

★ ¿Cómo se manifiestan las emociones en relación a las pérdidas propias del confinamiento?

---

★ Pérdida de un ser querido



# ¿Cómo entienden los NNA la muerte según la edad?

- No entienden la muerte igual que los adultos.
- Su entendimiento o percepción va a depender de la etapa de desarrollo y de **su capacidad emocional y cognitivo.**
- Todo niño tiene estas capacidades inclusive más que los adultos:
  - Flexibilidad
  - Integración
  - Adaptación
  - Significación
  - Resiliencia (la capacidad que tienen para salir adelante ante la adversidad)

# ETAPAS DE DUELO

Niñas, Niños y Adolescente	Kubler Ross
1. Enojo	1. Negación
2. Tristeza	2. Ira
3. Aceptación	3. Negociación
	4. Depresión
	5. Aceptación

# 4 a 6 años manifestaciones emocionales

- Muestran un **gran temor** por el covid-19 y le dan personalidad propia. Existe como una persona.

**Necesitan sentirse seguros y protegidos por los adultos para calmar su miedo**

- Sentimientos ambivalentes por el adulto que puede “contagiar”

**Necesitan contacto físico como muestra de amor y protección**

- Se percibe falta de información adecuada y acorde a la edad por parte de los adultos cuidadores.

**Volver a informar, contener emocionalmente y mayor disposición para calmar sus miedos**

# 6 a 7 años manifestaciones emocionales

Identifican, reconocen y pueden nombrar más emociones y tienen mayores herramientas cognitivas y de adaptación a la situación

- Tienen **miedo** pero cuentan con mayores **recursos** para auto-regularse
- Algunos han tenido **regresiones** importantes propias del proceso de pérdidas **¡Es normal!**
- Se sienten **aburridos y tristes** en casa por perder su hábito cotidiano que les proporciona **seguridad y sentido**
- Pueden reconocer y ser **empáticos** con los padres por su labor
- Necesitan **información** de los **avances** para combatir la pandemia y que se respondan a sus preguntas.

# 8 a 9 años manifestaciones emocionales

- Muestran mayores estrategias de adaptación y ponen en marcha sus propios recursos.
- Muestran mayor confianza en sí mismos y responsabilidad de autocuidado
- Son más autosuficientes
- Algunos siguen mostrando inseguridad y regresiones que se consideran normales por el proceso de la pérdida. **¡Es normal!**
- Ya **tienen claro** y dimensionan la enfermedad y la muerte

**IMPORTANTE:** Algunos cuidan a los hermanos menores, por lo que se recomienda cuidar la demanda de los adultos y aminorar el riesgo.

# 10 a 11 años manifestaciones emocionales

- Ya hay creencias religiosas como recursos internos y externos
- Tienen miedo, pero se siente en mayor control de manejarlo
- Tienen mayores recursos de adaptación al confinamiento y se sienten más cómodos estando solos dar espacios seguros y supervisarlos de vez en cuando
- Dimensionan la realidad y las necesidades de la familia ¡Mayor colaboración en equipo!
- Algunos se muestran aún regresivos y necesitan mayor apoyo y contención emocional
- Necesitan la convivencia con sus amigos y pares. Son sus referencias y con ellos se autorregulan.

Valoran la importancia del apoyo en la familia

# 12 a 13 años manifestaciones emocionales

- ABURRIMIENTO Y TRISTEZA **SIN ESCUELA Y SIN AMIGOS...**  
**¡ES IMPORTANTE QUE SOCIALICEN, TENER UN CIERRE ESCOLAR Y RITUALIZAR!**
- TIENEN MÁS **CONCIENCIA** ACERCA DE SU CUIDADO PERSONAL Y EN TENER DISTANCIA SOCIAL SANA
- **Reconocen y admiran a los padres** por su labor social y profesional en el sector salud
- **Mejores recursos internos y externos de adaptación** a los cambios y a la situación
- **Identifican de manera adecuada** lo que sienten y lo pueden expresar de forma concreta, abstracta y simbólica

Preocupación por el **bienestar social del entorno**

# HERRAMIENTAS

Estrategias: una serie de acciones que tienen un objetivo para adaptarse



Estrategia de adaptación



Estrategias de afrontamiento



Desahogo de emociones



Acompañar a identificar lo que sientes y ponerle nombre a la emoción

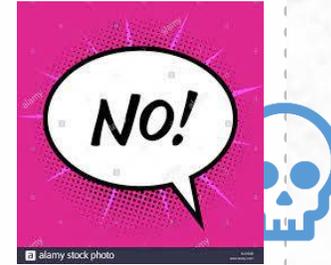
# Herramientas



Reconocer nuestros propios recursos



Permitir que se hable del duelo en familia



Apalabrar lo vivido. NO ocultar. NO negar



Permitir emociones incómodas y estigmatizadas

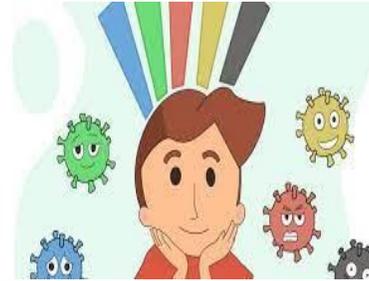
# Herramientas



El adulto que  
identifique como  
está **NO TE  
ENGANCHES EN  
SU CAOS**



Reconocer  
preocupaciones y  
miedos

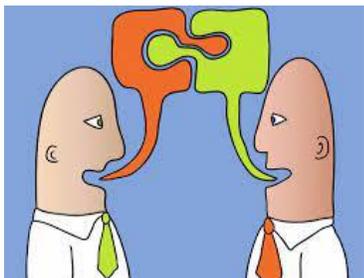


Expresarse para  
calmarse



Actividades de  
distracción y relajación

# Herramientas



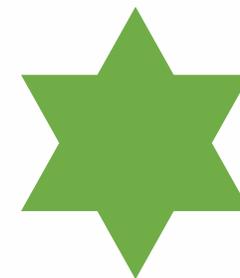
Aprender a expresar  
emociones  
asertivamente



Rincón de la calma,  
un lugar seguro



Aprendiendo a  
dejar ir  
Rituales



Encontrando lo positivo  
en lo negativo  
¡¡Lo que síiii!! QUE  
LOS ADULTOS VALIDEN

“Hay que darles la oportunidad de ser niños fuertes y sanos emocionalmente para su futuro”

Harold S. Kushner



“La muerte es **NATURAL**, **ES** parte de la vida”

“Vivir e integrar un duelo sano contribuye al buen desarrollo de NNA y salud mental”



# ¡GRACIAS!



**Save the Children**



**Claudia Villarreal**  
Tanatóloga  
In:  
**@tanatologa\_claudia**  
Fb: **Claudia Villarreal**  
Tanatologa

**Verónica Alcocer**  
Tanatóloga  
In: **@alcocerv**  
Fb: **Veronica Alcocer**



[www.enduelo.org](http://www.enduelo.org)