



POR QUÉ IMPORTA ESTE TEMA

Desde la muerte de seres queridos hasta la pérdida de rituales y rutinas, los niños y jóvenes han experimentado varios tipos de pérdidas durante la pandemia. Acompañar el duelo de un joven lo ayuda a sanar y a volverse más saludable y resiliente para seguir adelante.

QUÉ DICEN LOS ESTUDIOS

A diciembre de 2021, aproximadamente 167,000 niños estadounidenses perdieron a uno de sus padres o abuelos cuidadores debido al COVID-19, con las tasas más altas entre los niños de color.¹ Muchos otros han visto a un padre, abuelo u otro ser querido enfermarse gravemente o debilitarse por COVID agudo o "prolongado".

En una pequeña encuesta nacional, dos tercios de los maestros o el personal de escuelas secundarias suponen que el duelo de los estudiantes tendrá un impacto en el aprendizaje durante este año escolar.² Al mismo tiempo, casi la mitad de los maestros o el personal encuestados (44%) dijeron que su escuela estaba "extremadamente preparada" para ayudar a los estudiantes a lidiar con el duelo debido a la pérdida de un ser querido, y el 84% dijo que su escuela estaba al menos "algo preparada".

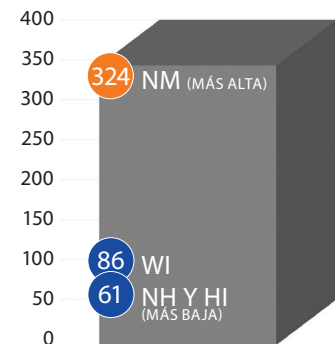
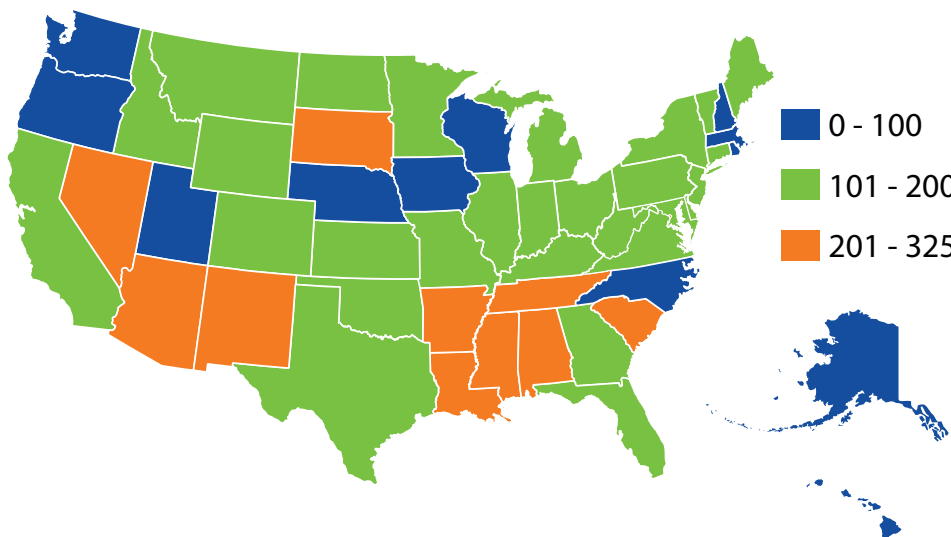
¿QUÉ ESTÁ SUCEDIENDO EN WISCONSIN?³

Afortunadamente, según las estimaciones estatales más recientes (hasta junio de 2021), Wisconsin tiene una de las tasas más bajas de orfandad por COVID-19 en el país.

No obstante, a junio de 2021, aproximadamente 1,098 jóvenes de Wisconsin perdieron a uno de sus padres o abuelos debido al COVID-19.

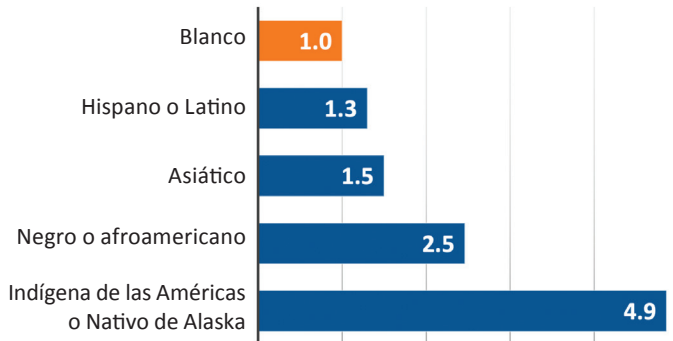
Ningún grupo racial o étnico ha estado libre de pérdidas. La mayoría de los niños que han perdido a un cuidador en Wisconsin son blancos (60%), porque la mayoría de los niños en Wisconsin son blancos. Pero los niños de color de Wisconsin han perdido a uno de sus cuidadores a tasas desproporcionadamente altas.

PÉRDIDA DE CUIDADOR PRIMARIO POR CADA 100,000 NIÑOS³



continuación de la página 1

EN COMPARACIÓN CON LOS NIÑOS BLANCOS, OTROS NIÑOS DE WISCONSIN TIENEN TASAS QUE REPRESENTAN 1.3 A 4.9 VECES MÁS PROBABILIDADES DE HABER PERDIDO A UN CUIDADOR DEBIDO AL COVID-19



OTRAS FORMAS DE DUELO O PÉRDIDA

La mayoría de los niños de Wisconsin no han tenido que hacer frente a la enorme pérdida de un padre o abuelo cuidador. Sin embargo, casi todos los niños han tenido otras razones para experimentar algún tipo de duelo o pérdida durante la pandemia. Esto incluye la pérdida de rutinas, rituales, conexiones sociales y la sensación de seguridad física o económica.

Los estudios de otras pandemias y desastres muestran que incluso los niños que no experimentan la muerte de un cercano pueden sentirse abrumados si la situación los lleva a tener sentimientos de impotencia, desconexión y estigma social no tratados. Por eso es importante que los adultos reconozcan las señales de este tipo de angustia en niños y jóvenes, incluso si esas señales se perciben diferentes en comparación con los adultos, o bien, los adultos piensan que los niños no asimilan adecuadamente las pérdidas sufridas a su alrededor.⁴

Desde otra perspectiva, las experiencias de duelo o trauma no siempre se reflejan en tristeza. También pueden aparecer rasgos como la falta de atención, mal comportamiento, síntomas físicos como dolores de estómago, o negarse a ir a lugares y participar en actividades que desencadenan la vivencia del duelo.⁵

REFERENCIAS:

¹ Treglia et al. (2021) "Hidden Pain: Children Who Lost a Parent or Caregiver to COVID-19 and What the Nation Can Do About It." The COVID Collaborative. Also Hillis, S. et al. (2021) "COVID-19-Associated Orphanhood and Caregiver Death in the United States." *Pediatrics*.

² Morgan Stanley Alliance for Children's Mental Health. (2021) "A Return to School: Educators Assess Mental Health Concerns for U.S. Teens". <https://www.morganstanley.com/assets/pdfs/reemergence-program-educator-survey-factsheet.pdf>.

³ Hillis et al 2021.

⁴ Meherali et al. (2021) "Mental Health of Children and Adolescents During COVID-19 and Past Pandemics: A Rapid Systematic Review" *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18: 3432.

⁵ National Child Traumatic Stress Network. (n.d.) "Helping School-Age Children Cope with Grief." <https://www.nctsn.org/resources/helping-school-age-children-traumatic-grief-tips-caregivers>

⁶ Albuquerque, S. and Santos, AR. (2021) "In the Same Storm, But Not on the Same Boat: Children's Grief During COVID-19". *Frontiers in Psychiatry*, 12: 638833.

⁷ U.S. Surgeon General. (2021) "Protecting Youth Mental Health: The U.S. Surgeon General's Advisory." <https://www.hhs.gov/sites/default/files/surgeon-general-youth-mental-health-advisory.pdf>

⁸ Treglia et al. (Véase la nota 1 al final del texto).

RECOMENDACIONES^{6, 7}

➤ PADRES/CUIDADORES:

- Hablar de la pérdida. Escuchar a sus hijos y dejarlos hablar sobre sus sentimientos. Validar sus experiencias. Ayudarlos a sentirse tranquilos.
- Usar rutinas que ayuden a establecer una sensación de normalidad.
- Buscar ayuda profesional si es necesario.

➤ ESCUELAS:

- Educar al personal sobre el duelo de niños y adolescentes.
- Entregar apoyos a los estudiantes en duelo.
- Promover el aprendizaje socioemocional universal y las estrategias sensibles al trauma.
- Apoyar el bienestar de los maestros para que tengan la capacidad de apoyar a los estudiantes.

➤ LEGISLADORES

- Expandir los recursos de salud mental con recursos de apoyo para la telemedicina, los profesionales de servicios estudiantiles en las escuelas y los programas de salud mental y aprendizaje socioemocional basados en las escuelas.
- Apoyar las iniciativas de fondos para los niños que perdieron a un cuidador debido al COVID-19, como por ejemplo, la propuesta del Fondo para niños afectados por pérdidas debido al COVID-19.⁸

➤ COMUNIDADES

- Prover espacios y rituales para que las familias en duelo se reúnan, y para que otros los apoyen.
- Crear oportunidades para que los jóvenes interactúen con otros adultos en la comunidad que puedan llegar a conocerlos mejor, escucharlos y entregarles oportunidades de esparcimiento.