

Matriz CSD - Certezas, Suposiciones & Dudas

COOVID

# Matriz CSD - Certezas

## 1. ¿Cuales son tus Certezas?

- a. Muchas de las personas que fallecen por COVID-19 lo hacen en condiciones de aislamiento. Por tanto, las familias y los seres queridos no pueden compartir tiempo con ellos(as) y acompañarles durante su muerte. Este hecho tiene un fuerte impacto emocional y dificulta el proceso de duelo.
- b. El duelo es un proceso difícil por sí mismo, sin embargo en las condiciones de aislamiento y la cuarentena el proceso se dificulta aún más. Las personas en proceso de duelo experimentan ansiedad, depresión, y necesitan de rituales de cierre para que puedan sobrellevar su pérdida, de lo contrario pueden tener problemas en asimilar la noticia, llevar su día a día.
- c. La muerte de un ser querido en el contexto de una pandemia se vuelve un número o una estadística más entre cientos de casos. La historia de vida de la persona se pierde, se deshumaniza.
- d. La empatía y la solidaridad son sentimientos que nos une como humanidad. Conocer las historias de quienes han muerto por Covid-19 y a sus familiares y seres queridos nos sensibiliza, le pone rostro al dolor y genera tejido social.
- e. Los profesionales de la salud, médicos, enfermeras, servicio de aseo general de hospitales, periodistas, militares, etc, están enfrentados al dar la noticia de muerte a cientos de personas. Esto afecta su estado de ánimo y necesita manejo emocional por parte de expertos.

# Matriz CSD - Suposiciones

## 1. ¿Cuales son tus Suposiciones?

- a. Dado el número de muertos por COVID-19, suponemos que cuando el sistema de sanidad colapsa también lo hace el sistema de apoyo y acompañamiento a familiares y personas en situación de duelo.
- b. El duelo es un proceso difícil por sí mismo y dadas las normas de distanciamiento social y aislamiento, los familiares y seres queridos de un fallecido por COVID-19 no pueden ver su cuerpo, sepultarlo, cremarlo ni celebrar ritos sociales de forma tradicional.
- c. Los familiares y dolientes de un fallecido por COVID-19 podrían estar interesados en preservar la memoria y la historia de vida de su familiar fallecido.
- d. La empatía y la solidaridad son sentimientos que nos une como humanidad y redes de profesionales se están sumando en el mundo para apoyar. Suponemos que profesionales de la psicología, coaching espiritual, y acompañamiento espiritual también estarían motivados a formar una red para acompañar a los dolientes.
- e. Las situaciones difíciles de manejar, como el duelo, y las emociones como la tristeza, en el contexto de aislamiento y el temor por el COVID-19 se pueden volver aún más complicadas y generar un problema de depresión desolación y salud mental.

# Matriz CSD - Dudas

1. ¿Cuales son tus dudas?
  - a. Estarían los familiares y dolientes dispuestos a compartir sus historias? Qué características debe tener el espacio online para que estén dispuestas a llevar el proceso y compartirlo con los demás?
  - b. Es suficiente el internet para acompañar el duelo y preservar la memoria?
  - c. Además de ofrecer un espacio y un grupo de acompañamiento cómo integrar rituales que respeten las creencias de todos y nos unan?
  - d. Cómo podemos acompañar a las personas en duelo y hacer que esta experiencia sea transformadora, inspirar y crear cohesión y tejido social?
  - e. Cómo integrar profesionales de distintas áreas para apoyar como voluntarios? Estarían dispuestos a donar su tiempo y trabajo?
  - f. Cómo localizar a las personas interesadas en ayudar?
  - g. Cual es el mejor proceso para acompañar un duelo desde la virtualidad?

## 04. Postulación final

La pandemia de COVID-19 ha desbordado la capacidad de los sistemas de apoyo al duelo. Los funerales y los ritos para despedir a los familiares y seres queridos se han tenido que transformar. La soledad es el fenómeno que ahora acompaña la muerte y el duelo de los familiares cuyos seres queridos murieron por COVID-19. Cuando pensamos en COVID-19, las cifras y las estadísticas nos abruman. En tiempos de crisis es importante conectarnos desde la empatía con lo que nos hace humanos y crear redes de solidaridad para entre todos acompañarnos. Por lo tanto, estamos desarrollando una solución tecnológica que permita acompañar los procesos de duelo, dar apoyo psicológico personalizado por parte de expertos en el tema y rendir honor a la memoria de quienes han fallecido por COVID-19

## CERTEZAS

Muchas de las personas que fallecen por COVID-19 lo hacen en condiciones de aislamiento.

Las familias y los seres queridos no pueden compartir tiempo con ellos(as) y acompañarles durante su muerte.

Fuerte impacto emocional y dificulta el proceso de duelo.

El duelo es un proceso difícil por sí mismo, sin embargo en las condiciones de aislamiento y la cuarentena el proceso se dificulta aún más.

La muerte de un ser querido en el contexto de una pandemia se vuelve un número o una estadística más entre cientos de casos. La historia de vida de la persona se pierde, se deshumaniza.

Conocer las historias de quienes han muerto por Covid-19 y a sus familiares y seres queridos nos sensibiliza, le pone rostro al dolor y genera tejido social.

Los profesionales de la salud, médicos, enfermeras, servicio de aseo general de hospitales, periodistas, militares, etc, están enfrentados al dar la noticia de muerte a cientos de personas.

## SUPOSICIONES

Cuando el sistema de sanidad colapsa también lo hace el sistema de apoyo y acompañamiento a familiares y personas en situación de duelo.

Dadas las normas de distanciamiento social y aislamiento, los familiares y seres queridos de un fallecido por COVID-19 no pueden ver su cuerpo, sepultarlo, cremarlo ni celebrar ritos sociales de forma tradicional.

Los familiares y dolientes de un fallecido por COVID-19 podrían estar interesados en preservar la memoria y la historia de vida de su familiar fallecido.

Redes de profesionales se están sumando en el mundo para apoyar.

Suponemos que profesionales de la psicología, coaching espiritual, y acompañamiento espiritual también estarían motivados a formar una red para acompañar a los dolientes.

Las situaciones difíciles de manejar, como el duelo, y las emociones como la tristeza, en el contexto de aislamiento y el temor por el COVID-19 se pueden volver aún más complicadas y generar un problema de depresión desolación y salud

## DUDAS

Estarían los familiares y dolientes dispuestos a compartir sus historias?

Qué características debe tener el espacio online para que estén dispuestas a llevar el proceso y compartirlo con los demás?

Es suficiente el internet para acompañar el duelo y preservar la memoria?

Además de ofrecer un espacio y un grupo de acompañamiento cómo integrar rituales que respeten las creencias de todos y nos unan?

Cómo podemos acompañar a las personas en duelo y hacer que esta experiencia sea transformadora, inspirar y crear cohesión y tejido social?

Cómo integrar profesionales de distintas áreas para apoyar como voluntarios?

Estarían dispuestos a donar su tiempo y trabajo?

Cómo localizar a las personas interesadas en ayudar?

Cual es el mejor proceso para acompañar un duelo desde la virtualidad?