

Magali Díaz Carbajal

La COVID-19 y el duelo.

COVID-19 ¿Qué es?

Enfermedad infecciosa causada por el coronavirus, los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS), (Organización Mundial de la Salud, 2020).

Situación actual

En México nos encontramos en estado de contingencia desde marzo 2019, es por ello que el Gobierno transmite conferencias diarias con las cifras de aumento de casos confirmados, defunciones, personas vacunadas y el semáforo del País.

Cifras

El 5 de febrero 2021 se registraron 2,109,802 casos estimados, 1,472,151 personas recuperadas y 164,290 defunciones confirmadas. Para el 11 de febrero del presente año, se registraron 2,164,636, lo que resulta un aumento de 55,485 casos estimados, 1,520,304 personas recuperadas y aumentó 48,153, además 171,234 defunciones confirmadas, aumentó 6,944 con relación a la semana anterior (Gobierno de México, 2021).

Consecuencias

Debido a que las defunciones han ido en un aumento considerable, nos hemos enfrentado a pérdidas de seres queridos, amigos, familiares, conocidos, pero también, hemos luchado con una pérdida de empleo, de vida social, como se conocía y de motivación, en algunos casos. Pero ¿Qué es la pérdida? De acuerdo con la RAE (2020) es la carencia, privación de lo que se poseía, o el daño o menoscabo que se recibe en algo.

Duelo

Es el estado de pensamiento, sentimiento y actividad que se produce como consecuencia de la pérdida de una persona amada o algo significativo para nosotros, asociándose a síntomas físicos y emocionales. Necesita un tiempo y un proceso para volver al equilibrio normal (Instituto Mexicano de tanatología A.C, 2021).

Etapas

- Negación, como una defensa del ser humano.
- Ira o enojo, que se traduce al ¿por qué a mi? o que nada parece bien.
- Negociación, es la esperanza a que las cosas pueden retrasarse o cambiar.
- Depresión, tener conciencia o comprensión de lo que ocurre, puede optar por el silencio o el llanto, también recurre al aislamiento.
- Aceptación, etapa final, en donde pueden sentir cierta paz.

Referencias

- Gobierno de México. (2021). *Conferencia 05 de febrero*. Recuperado de <https://coronavirus.gob.mx/2021/02/05/conferencia-5-de-febrero/>
- Gobierno de México. (2021). *Conferencia 11 de febrero*. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=zaCgKuE14w4>
- Instituto Mexicano de Tanatología A.C. (2021). *¿Qué es Tanatología?* Recuperado de <https://tanatologia.org.mx/que-es-tanatologia/>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus*. Recuperado de: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>.
- Real Academia Española. (2020). *Pérdida*. Recuperado de <https://dle.rae.es/p%C3%A9rdida>

Licenciatura en Desarrollo Comunitario Para el Envejecimiento

Evaluación y seguimiento de proyectos comunitarios.

UNAM

