

## UAA imparte seminario virtual sobre enfrentar enfermedades y vivir el proceso de duelo



### BOLETÍN 304

- Durante la charla se destacó la importancia de obtener ayuda por medio de especialistas como psicólogos, tanatólogos y psiquiatras, a fin de sobrellevar el proceso de duelo y pérdida de una mejor manera. El departamento de Extensión Académica, adscrito a la Dirección General de Difusión y Vinculación de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, realizó el seminario web “cómo enfrentar la enfermedad y la pérdida” a través de la plataforma YouTube en el que participó personal académico de la institución e invitadas especialistas en apoyo emocional.

Este seminario, moderado por la Dra. Paulina Andrade Lozano, jefa del Departamento de Medicina de la institución, tuvo como objetivo escuchar a personas que tratan con las enfermedades y la muerte como parte de su trabajo, así como quienes han pasado por procesos de pérdida de seres queridos y que han desarrollado distintas estrategias para afrontarlo.

Durante su intervención, la Mtra. Silvia Patricia González Flores jefa del departamento de enfermería de la UAA, habló de la experiencia y trato que se tiene desde el área hospitalaria a las enfermedades y la muerte, así como el acompañamiento que se suele dar a los familiares de las personas que están pasando por estos procesos. Agregó que es importante entender que el duelo es un proceso fisiológico natural que cada persona lo vive de forma diferente, si bien algunos con el paso del

tiempo, otros con apoyo de especialistas como psicólogos, tanatólogos, psiquiatras, entre otros.

Por su parte, Mtra. Paulina Shwabe, fundadora del grupo de apoyo “Estamos contigo”, contó su experiencia de duelo al perder a uno de sus hijos y cómo ese proceso de aceptación e introspección le ayudó a crear su proyecto de acompañamiento. Comentó que lamentablemente, llevar a cabo este proceso durante la contingencia actual por covid-19 ha sido más difícil por diversos motivos, como el hecho de que muchos familiares no tuvieron la oportunidad de tener un último momento con sus seres queridos, así como el estrés emocional que actualmente permea en la sociedad debido al confinamiento que se lleva a cabo en el país desde el pasado mes de marzo.

La Lic. Gabriela Romo Salado, participó en el seminario compartiendo sus experiencias al perder una hija, y después ser diagnosticada con cáncer. Resaltó que es importante reconocer emociones como incertidumbre y miedo, ya que son completamente normales en este tipo de situaciones, pero trabajar en ellas para superarlas y aceptar que la enfermedad y muerte son parte de la vida.

Este tipo de actividades permiten recordar que es importante el diálogo acerca de la salud mental al enfrentar una pérdida, además de destacar que las personas cuentan con capacidad de aceptación y que esto permite continuar con una vida productiva con logros personales y sociales.