

# La Plataforma Zoom

The screenshot shows a Zoom Webinar interface for TTC Technology Transfer Centers. The main content area displays a slide with the text: "Thank you for joining us today! You will not be on video during today's session". A "Select a Speaker" menu is open in the bottom left, showing "Speakers (Realtek(R) Audio)" as the selected option. The bottom toolbar includes "Audio Settings", "Chat", "Raise Hand", "Q&A", and "Leave".

Annotations highlight the following features:

- Maximize Session View:** A button labeled "Click here to maximize your session view" points to the "Enter Full Screen" button in the top right.
- Q&A Feature:** A "Question and Answer" window is shown with a "Type your question here..." input field. Annotations explain that users can ask questions of the host and presenters, receive text or live responses, and use buttons to switch between "All questions (1)" and "My questions (1)".
- Chat Feature:** A "Zoom Webinar Chat" window is shown on the right. Annotations explain that the chat feature allows users to talk with other people in the webinar and that the "To" field (set to "All panelists") determines who receives the message.

**Todos los participantes están silenciados durante la presentación.**

# Duelo: logremos empatía mientras cuidamos de nuestra salud mental

Caribel Sanabria Vélez, Ph.D.



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

# Sobre Nosotros

El MHTTC del Noreste y el Caribe ha proporcionado 5 años (2018-2023) de financiamiento para:

Desarrollar la capacidad de la fuerza laboral de salud mental para ofrecer prácticas prometedoras y basadas en evidencia a las personas con enfermedades de salud mental.

Abordan la continuidad completa de servicios que abarcan la prevención, el tratamiento y el apoyo para la recuperación de enfermedades mentales.

Capacitar a la fuerza laboral relacionada (policía / primeros respondedores, proveedores de atención primaria, servicios vocacionales, etc.) para brindar servicios efectivos a personas con enfermedades de salud mental.

Se han proporcionado fondos adicionales para apoyar la capacitación y la consulta directamente a las escuelas y organizaciones comunitarias relacionadas en el área de salud mental escolar.



# Aumente su conocimiento y habilidades

¡Manténgase al día con las últimas prácticas, recursos y tecnología efectivas!

**Suscríbase** para recibir nuestros correos electrónicos.  
¡Todas las actividades son gratis!

<https://bit.ly/3IU0xF4>

# ¡Queremos sus comentarios!

Nuestro financiamiento proviene de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA), que requiere que evaluemos nuestros servicios.

Agradecemos sus comentarios honestos y ANÓNIMOS acerca de este evento, que proporcionarán información a SAMHSA y nos ayudarán a planificar nuestros programas. Sus comentarios sobre esta capacitación nos ayudarán a desarrollar capacitaciones que sean relevantes para sus necesidades profesionales actuales. Por lo tanto, ¡sus comentarios cuentan!



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network

Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

# Relevo de responsabilidad

Esta presentación fue preparada por la Red MHTTC bajo un acuerdo cooperativo de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA). Todo el material que aparece en esta presentación, con la excepción de la información tomada directamente de fuentes con derechos de autor, está en el dominio público y puede ser reproducido o copiado sin permiso de SAMHSA o de los autores. Se agradece la citación de la fuente. Por favor, no reproduzca ni distribuya esta presentación por una tarifa sin autorización específica por escrito del MHTTC del Noreste y el Caribe.

Al momento de esta presentación, Miranda Delphin-Rittmon se desempeña como Subsecretaria de Salud Mental y Uso de Sustancia en SAMHSA. Las opiniones expresadas en esta presentación son las opiniones de las presentadoras y no reflejan la posición oficial del Departamento de Salud y Servicios Humanos (DHHS) o SAMHSA. No se debe inferir ningún apoyo o respaldo oficial del DHHS o SAMHSA por las opiniones descritas en esta presentación.

# Sus interacciones con nosotros

## **Preguntas y respuestas**

- Las preguntas y respuestas se realizarán al final de la presentación.
- Escriba sus preguntas en la función de preguntas y respuestas (Q&A) en Zoom ubicada en la barra de opciones (coloque su cursor sobre la barra de opciones).
- Tenga en cuenta que su pregunta será visible para todos los participantes.

## **Chat y encuestas**

- A lo largo del seminario web, la solicitaremos su opinión.
- Utilice las funciones de Chat o Encuesta en Zoom ubicadas en la barra de opciones.
- Usted puede controlar quién puede ver sus comentarios en el chat.

**El MHTTC utiliza lenguaje afirmativo, respetuoso y orientado a la recuperación en todas las actividades. Este lenguaje es:**

**BASADO EN LAS FORTALEZAS Y ESPERANZADO**

**INCLUSIVO Y ACEPTADOR DE LA DIVERSIDAD DE CULTURAS, GÉNEROS, PERSPECTIVAS Y EXPERIENCIAS**

**CENTRADO A LA SANACIÓN Y RESPONSIVO AL TRAUMA**

**INVITA A LOS INDIVIDUOS A QUE PARTICIPAN DE SUS PROPIOS TRAYECTORIAS**

**PRIMERO LAS PERSONAS Y LIBRE DE ETIQUETAS**

**SIN JUZGAR Y EVITANDO ASUNCIONES**

**RESPECTUOSO, CLARO Y ENTENDIBLE**

**CONSISTENTE CON NUESTRAS ACCIONES, POLÍTICAS Y PRODUCTOS**



MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration





Cómo nos  
encontramos  
en estas áreas

---

Físico

---

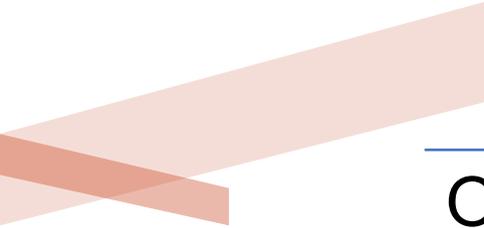
Mental

---

Espiritual

---

Emocional



---

Objetivos

Lenguaje en torno a la pérdida  
y el duelo

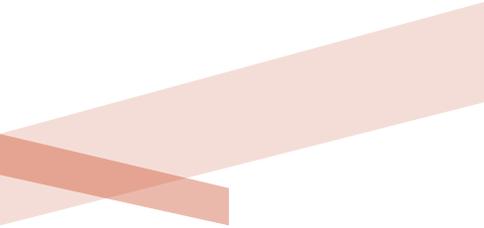
---

El proceso del duelo en los  
adolescentes

---

Expresemos el duelo cuidando  
de nuestra salud mental

---



---

El duelo es una forma de amor que surge naturalmente y encuentra un lugar en nuestra vida

---

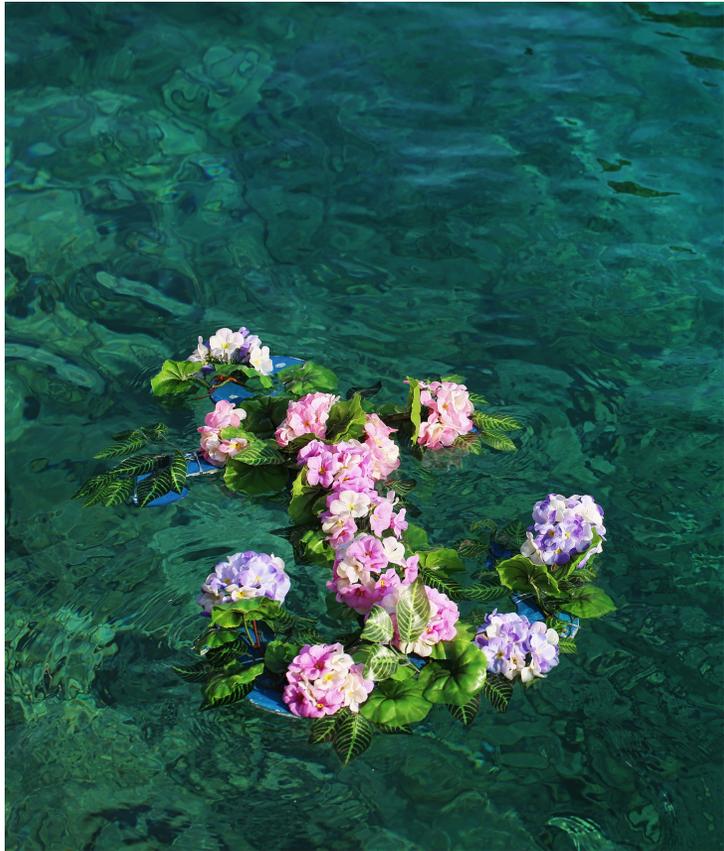
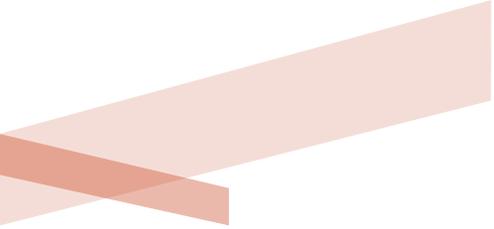
La adaptación a la pérdida progresa naturalmente si no se impide

---

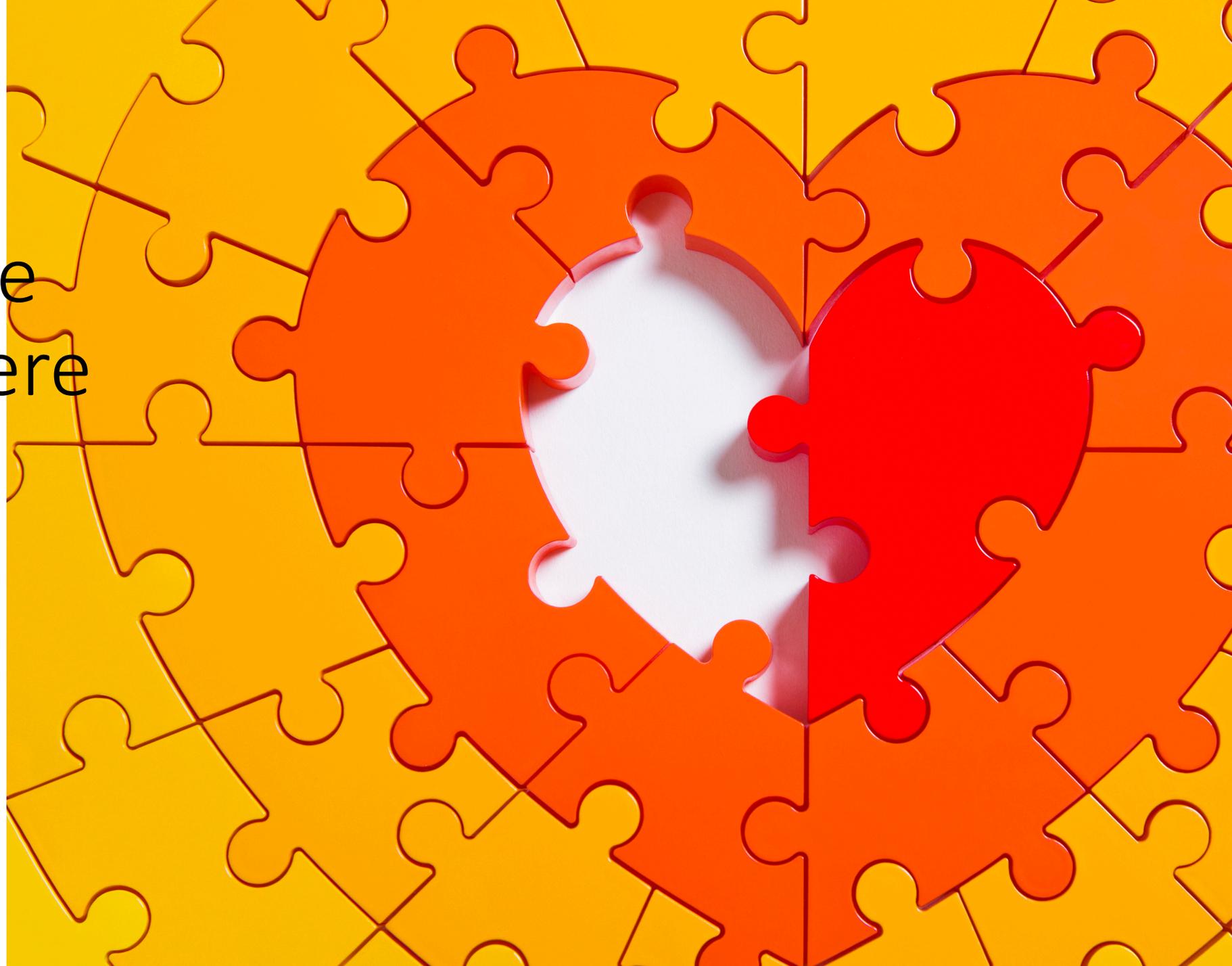
Cada uno sufre y se adapta a su manera

---

No nos afligimos bien solos



¿Qué sucede  
cuando muere  
un ser  
querido?



# El duelo y la pandemia

Pérdida de  
la vida

Pérdida de  
aspectos de  
sí mismo

Pérdida de  
objetos  
externos

Pérdidas  
emocionales

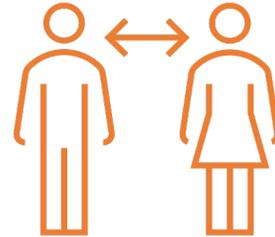
Pérdidas  
ligadas con  
el desarrollo

# *National Child Traumatic Stress Network*



Salud propia

Distanciamiento



Pérdidas



# Conceptos básicos del duelo

Reacción natural

Experiencia única

Correcto vs incorrecto

Diferencia entre duelos

Influenciado por diferentes factores

Nunca termina

# Efectos de una pérdida

Dimensión física

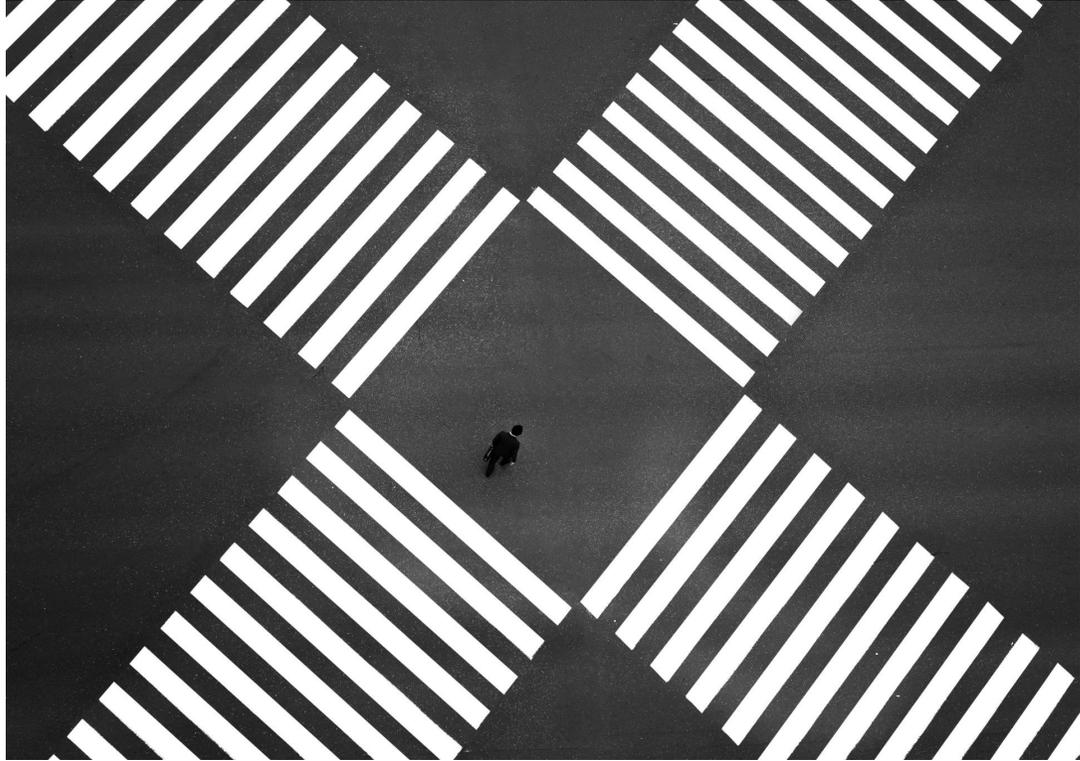
Dimensión emocional

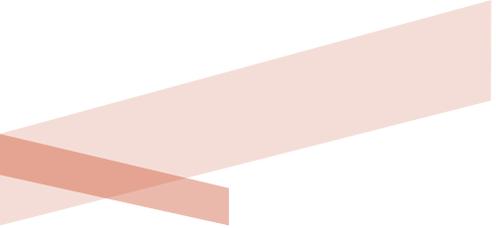
Dimensión cognitiva

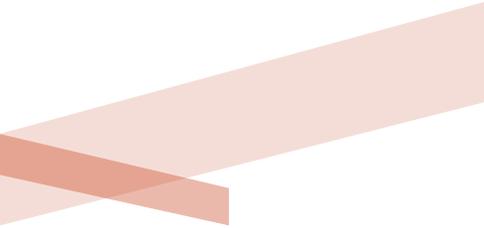
Dimensión conductual

Dimensión social

Dimensión espiritual



- 
- 
- El 5% de los niños experimentan la muerte de uno de sus padres
  - El 90% experimentan la muerte de un familiar cercano o amigo
  - El duelo tiene un impacto significativo y a menudo a largo plazo en el aprendizaje, el desarrollo social y emocional, el comportamiento y la adaptación



# Los niños pueden no parecer estar de duelo

Los adultos pueden comunicar que la muerte no se discute.

Los niños pueden:

- no entender lo que ha sucedido o sus implicaciones
  - ser abrumados por los sentimientos
  - expresar el duelo indirectamente a través del comportamiento o el juego
- 

# Sentimiento de culpabilidad en los niños

- Egocéntrico
- Tener una comprensión limitada de la causa de la muerte.
  - Pensamiento mágico
- Resultados en culpa
- Tranquilizar a los niños de la falta de responsabilidad

# Respuestas comunes del duelo

## Emocional

- Irritabilidad
- Frustración
- Coraje
- Sensitivo
- Lloroso
- Desesperanza

## Físico

- Dolor de cabeza
- Dolor estomacal
- Dificultad durmiendo
- Comiendo
- Tensión muscular

## Cognitivo/Mental

- Dificultad para concentrarse
- Dificultad para identificar detalles
- Dificultad de organización
- Dificultad de enfocarse
- Problemas de memoria

# Respuestas comunes del duelo

## Académico

- Falta de concentración
- Pobre aprovechamiento
- Trabajos incompletos
- Ausentismo
- Pérdida de memoria
- Alto desempeño

## Comportamiento

- Agresividad
- Abuso de sustancias
- Apagado
- Retraimiento
- Aislamiento

## Espiritual

- Ira contra Dios
- Preguntas de "¿Por qué yo?", "¿Por qué ahora?", y cuál es el sentido de la vida
- Dudar creencias previas
- Falta de sentido sobre el futuro
- Cuestionar valores y prioridades

# Cómo saber cuándo los estudiantes necesitan ayuda adicional



“Dentro y fuera”



Emociones  
prolongadas  
(tiempo)

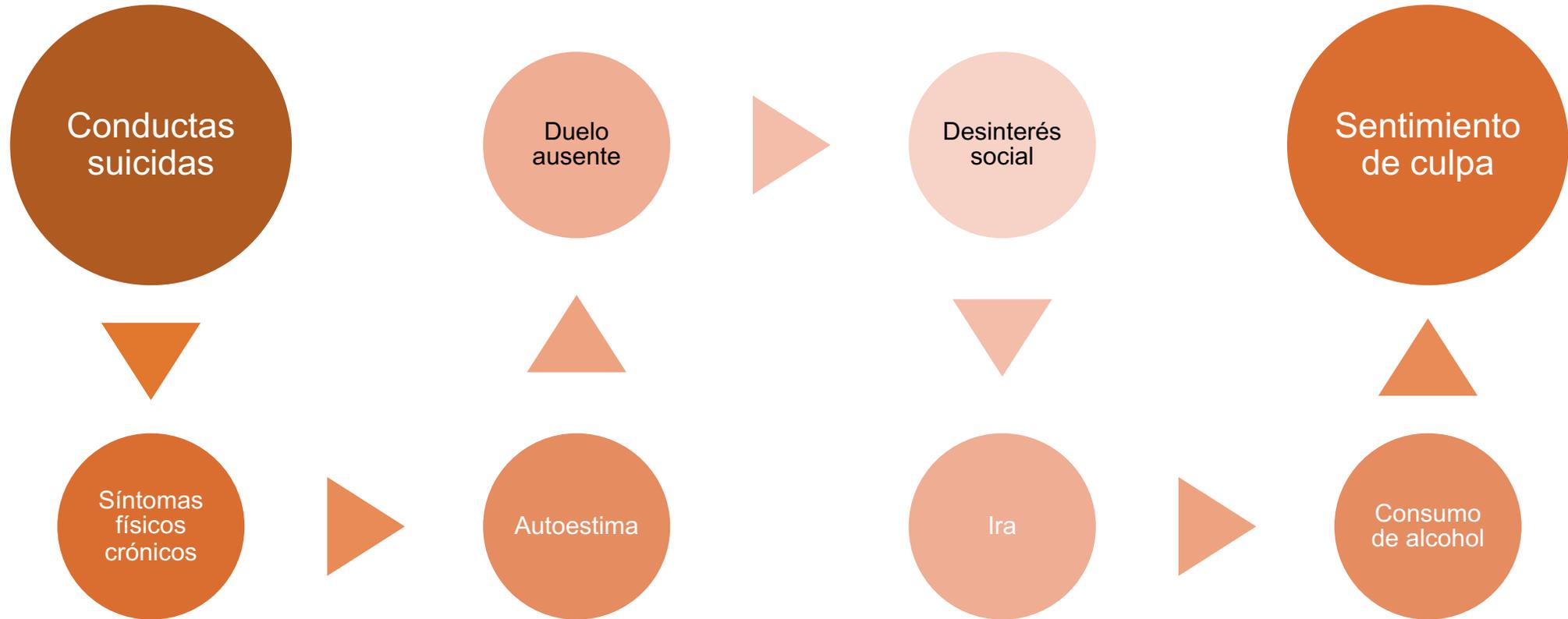


Reacciones graves



Síntomas físicos

# Los comportamientos que sugieren complicaciones:



# Abordar la diversidad cultural/creencia religiosa

- A algunas personas les preocupa decir o hacer algo incorrecto porque se sienten mal informados sobre otra cultura
- Aunque existen diferencias en las prácticas culturales, la experiencia fundamental del duelo es universal
- Cuando reconocemos que hay una variedad de formas de experimentar y expresar el duelo, podemos explorar formas de unir las diferencias culturales para ayudar a los niños y las familias en duelo

# Apoyando a los niños de una cultura diferente

Pregunte

Estereotipos

Acercamiento

Identificar

Compromiso

# Cómo informar a los estudiantes sobre una muerte

Organice el ambiente

Compartir recuerdos

Diálogo abierto

Manejo de emociones

Provea información

Actividad  
conmemorativa

# Preguntas y respuestas



“La gran meta de la educación no es el conocimiento, sino la acción.”

Herbert Spencer



# Información de evaluación

La red MHTTC recibe fondos de SAMHSA para brindar esta capacitación. Como parte de la recepción de estos fondos, debemos enviar datos relacionados con la calidad de este evento.

Por favor, tómese un momento para completar una breve encuesta sobre la capacitación de hoy.



<https://ttc-gpra.org/P?s=554709&Ing=Spanish>



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

# ¡Conéctese con nosotros!

- **Teléfono Dra. Sanabria:** (908) 774-7495
- **Correo electrónico Dra. Sanabria:** [cs1594@shp.rutgers.edu](mailto:cs1594@shp.rutgers.edu)
  
- **Correo electrónico MHTTC:** [northeastcaribbean@mhttcnetwork.org](mailto:northeastcaribbean@mhttcnetwork.org)
- **Nuestra página web:**  
<https://mhttcnetwork.org/centers/northeast-caribbean-mhttc/home>
- **¡Síguenos en las redes sociales!**
  - **Facebook:** Northeast & Caribbean MHTTC
  - **Twitter:** @necmhttc
  - **Instagram:** @necmhttc



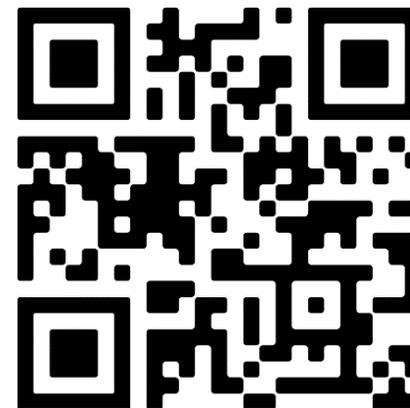
YOUR MHTTC ▾ TRAINING AND EVENTS ▾ RESOURCES ▾ PROJECTS ▾ COMMUNICATION ▾ ABOUT ▾

☰ NORTHEAST & CARIBBEAN MHTTC NAVIGATION (Select to expand / collapse menu)

Go to Center 



# En Español



## Visita nuestra página

<https://mhttcnetwork.org/centers/northeast-caribbean-mhttc/en-espanol>