



---

## **Protocolo “Galfasó” para Duelo sin cuerpo.**

### **Adaptación para situación de Covid 19. Abril de 2020**

Este protocolo se basa en la necesidad de facilitar el inicio de un duelo sano en los casos donde la familia no pueda realizar la despedida de ser querido en forma directa. Es sabido que poder ver el cuerpo del familiar fallecido (como opción, no como obligación) funciona como confirmación del hecho y de la identidad del fallecido. Cuando esto no sucede es necesario construir la despedida de la mejor forma posible para evitar futuras consecuencias emocionales en el desarrollo sano del duelo.

**Dinámica:** Este protocolo puede ser coordinado por toda persona que se encuentre entrenada en Primeros Auxilios Emocionales (niveles avanzados)

En caso que no lo estuvieran, pueden solicitar colaboración de la RED PAE (\*)

Se realiza en un lugar privado donde no sean interrumpidos durante el desarrollo del mismo. (oficina, consultorio, sala, domicilio, etc.)

Participan del mismo los familiares directos que así lo deseen (parejas, padres, hermanos, hijos) Se recomienda que sean mayores de 12 años. En caso de menores de 18 años, deben estar autorizados por sus padres o familiar directo, los que deben estar presentes.

Ubicación: se sientan alrededor de una mesa, o en círculo, facilitando que todos puedan verse.

Duración: es variable, se calcula alrededor de 1 hora

### **Recomendaciones:**

Llamar a la persona fallecida por su nombre de pila o sobrenombre (preguntar a la familia si no se conoce)

Saber que es muy posible que las personas lloren, se angustien o se muestren muy tristes.

Permitir que esas emociones aparezcan, son normales y naturales. Tener previsto pañuelos de papel y agua para ofrecer a la familia.

Pedir que los teléfonos celulares sean apagados o silenciados, incluido el del coordinador.

Recordar que trabajarán durante una hora aproximadamente.

**Pasos:**

Coordinador: usa tiempo verbal pasado cuando se refiere a lo sucedido

- 1- Breve reconstrucción del hecho. (entre todos, asegurarse que todos hablen). Lenguaje Cognitivo (qué, como, quién, cuándo y dónde)
- 2- Nombrar emociones que esto les genera uno por uno (tristeza, bronca, rabia, etc.)
- 3- Confrontar levemente con la realidad. Evitar discusiones
- 4- Normalizar pensamientos y emociones
- 5- Legitimar deseos de “ver el cuerpo”. Confrontar con situación especial por Covid 19
- 6- Construir una imagen “fuerte” de la persona desaparecida. Teniendo en cuenta el ambiente donde se desarrolló esa escena, y comprobando que todos puedan tener reacciones a nivel físico y emocional (sonrisa, gestos, etc) recordando esa imagen
- 7- Consensuar entre todos esa imagen (cambiarla hasta que se llega a consenso total)
- 8- Habilitar duelo, características del mismo
- 9- Pedir que en los próximos días se recuerde a X con este recuerdo construido entre todos.

**Importante:**

Una vez terminada la intervención, se da un tiempo de recuperación a la familia antes de despedirse.

El coordinador también queda afectado por la intensidad emocional que implica esta intervención, por lo que es recomendable que dedique unos minutos

(15 a 30 minutos) para restablecerse, utilizando técnicas de respiración o de calma e hidratación.

(\*) RED PAE: para consultas sobre la coordinación de la técnica y otras técnicas: Facebook “RED PAE” o [aligalfaso@sion.com](mailto:aligalfaso@sion.com)