



MIGRACIONES
CHILE

EL DUELO MIGRATORIO EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

El duelo migratorio tiene que ver con las pérdidas asociadas a dejar el país de origen o de residencia habitual, como a familias, amistades, pertenencias, entorno, redes de apoyo, mascotas, entre otros. Esto genera distintas emociones y sentimientos en las personas que migran, y ese duelo migratorio puede durar por un periodo determinado o perpetuarse en el tiempo.

Niños, niñas y adolescentes, además de afrontar estas emociones, deben lidiar con el paso a la vida adulta y los procesos de construcción de identidad, propias de esta etapa de desarrollo, en espacios que pueden resultar nuevos e inestables, con otras culturas y costumbres.



Señales de alerta del duelo migratorio:

Tristeza, soledad, temor, llanto, ansiedad, angustia, frustración, inseguridad y, en algunos casos, malestares físicos como tensión muscular, insomnio, fatiga, cefalea, entre otros.

¿Cómo ayudar?



Validar las emociones de los niños, niñas y adolescentes y transmitir seguridad. **Evitar o no utilizar expresiones como "ya se te pasará", "no es para tanto", "eso son miedos tuyos"; o "todo saldrá bien".**



Potenciar redes de apoyo significativas para la persona afectada, como por ejemplo: grupos en escuelas, amistades, grupos de deportes, organizaciones que trabajen con niños, niñas o adolescentes.



De persistir los síntomas en el tiempo, se recomienda acudir a centros de salud para recibir ayuda. **En Chile, independiente de la situación migratoria de las personas, todas y todos tienen derecho al acceso a la salud pública.**

Contactos útiles:

 **Fono infancia (apoyo psicológico gratuito):** 800 200 818

 **Línea de prevención del suicidio (para cualquier persona):** *4141

 **Salud Responde:** 600 360 7777

 **Servicio de asistencia psicológica de la Cruz Roja Chilena:** 965051364

 **WhatsApp:** +56946348930

Un punto muy importante para la estabilidad de niños, niñas y adolescentes en el país de acogida, es regular su situación migratoria. Puedes revisar cómo acceder al permiso de residencia de niños, niñas y adolescentes en el sitio web del Servicio Nacional de Migraciones: serviciomigraciones.cl