MIGRACIONES
CHILE

EL DUELO MIGRATORIO EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

Las personas en movilidad humana viven el **duelo migratorio**, el que puede transcurrir por un periodo determinado o perpetuarse en el tiempo.

El duelo migratorio hace referencia a las pérdidas asociadas a dejar el país de origen o residencia habitual, como a familias, amistades, pertenencias, entorno, redes de apoyo, mascotas, entre otros, generando distintas emociones y sentimientos en las personas que migran.

Los 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.

Si persisten 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

Sitio web de Fono Infancia, desde donde te puedes comunicar vía chat con profesionales de salud mental .

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

Salud Responde: 600 360 7777

Un aspecto significativo de estabilidad en el país de acogida, es que los niños, niñas y adolescentes se encuentren de manera regular.

Puedes revisar cómo acceder al permiso de residencia de niños, niñas y adolescentes en el sitio web del Servicio Nacional de Migraciones: **serviciomigraciones.cl**