

## El dol a la primera infància al context del COVID-19

### Infants fins als 2 anys

El món dels infants a aquesta edat gira al voltant de les rutines de la vida diària i el contacte amb els seus cuidadors principals. Depenen completament dels adults per la cura de les seves necessitats. El llenguatge encara està en desenvolupament. Poden entendre i/o dir paraules senzilles relacionades amb la seva vida quotidiana. El reconeixement d'emocions és molt inicial, poden sentir i expressar emocions bàsiques (com plaer, o enuig) amb el seu comportament

### El dol fins als 2 anys

- A aquesta edat no s'entén la mort.
- Els afectarà si el difunt és un cuidador principal/ progenitor
- És important preservar les rutines del seu dia a dia tant com sigui possible
- Procureu que la cura diària segueixin fent-la els cuidadors habituals
- Les expressions emocionals intenses dels adults els poden angoixar
- No poden expressar emocions amb el llenguatge, ho fan amb la conducta
- Necessiten l'afecte i la proximitat dels seus cuidadors per sentir-se segurs



### Particularitats del dol per COVID-19

Els afectarà en major mesura si el difunt és un dels seus cuidadors principals. La realitat prèvia de confinament i/o canvi de cuidadors diaris pel COVID-19, pot ser que ja hagi generat canvis al seu entorn. I com a conseqüència, canvis al seu comportament. Per les circumstàncies de la pèrdua per COVID-19, el dol dels adults possiblement sigui més difícil, i això afectarà a l'infant. Intenteu mantenir un ambient familiar, rutinari i tranquil en la mesura que sigui possible.

### Com comunicar la mort d'un familiar

- Què:** paraules o frases senzilles i breus. (\*si tenen llenguatge)
- Qui:** cuidador principal o habitual
- On:** un lloc familiar, confortable i segur per a ell
- Quan:** quan l'adult senti que la seva pròpia emoció no serà desbordant. Un moment que permeti que l'infant després torni al seu joc o rutina quotidians.
- Com:** amb claredat i calma, donant-li seguretat. I entenent que no comprendrà del tot allò que li diguem.

### Reaccions normals en infants fins als 2 anys, després de patir una pèrdua

- Ansietat per separació del cuidador
- Irritabilitat
- Tristesia
- Major passivitat
- Tossuderia o negativa davant de peticions
- Plor o crits
- Insomni o alteracions del son
- Problemes per dormir tot sol
- Retrocés en autonomia/ habilitats
- Canvis a la gana