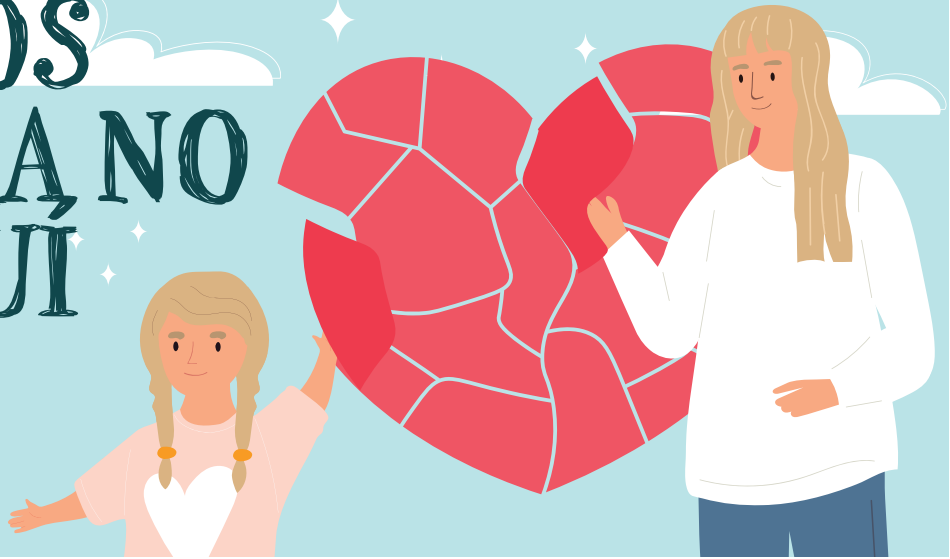


LO HICIMOS TODO PARA NO ESTAR AQUÍ

DOUGY
CENTER

**GRIEF
OUT LOUD**
A PODCAST BY DOUGY
CENTER



Un estudio publicado en el *Journal of the American Medical Association Pediatrics* en septiembre de 2022 estima que, en todo el mundo, 10.5 millones de niños han tenido un padre, madre o cuidador que ha muerto de COVID-19. Si bien muchos países, incluido EE. UU., se están moviendo hacia una nueva etapa de vivir con el COVID-19, la realidad de estas pérdidas continúa siendo asimilada por los niños, adolescentes parejas, cónyuges y otros que se quedan atrás. Lissa Mumford y sus cuatro hijos son un ejemplo de estas familias. El esposo de Lissa, Bryce, y el padre de sus cuatro hijos, murió de COVID-19 en diciembre del 2021. Lissa pasó semanas viajando entre su ciudad natal en el norte de Utah y el hospital en Salt Lake City, donde Bryce estaba recibiendo tratamiento. Mientras viajaba entre su casa y el hospital, Lissa hizo todo lo que pudo para mantener a sus hijos informados sobre la salud de su padre y para responder a sus preguntas con honestidad. Hablamos con Lissa en agosto de 2022. Lo que sigue a continuación es parte de nuestra conversación.

Este es un extracto del podcast Grief Out Loud de Dougy Center, Episodio 233. Para escuchar la entrevista completa con Lissa Mumford y acceder a nuestra colección de recursos para niños, adolescentes, y sus familiares en duelo por una muerte debido a COVID-19, visite dougycenter.org/covid.



“
Realmente traté de responder a
sus preguntas y ser honesta con ellos.
No guardé secretos.”

Sobre cómo fue estar casada con Bryce...

Siempre fue divertido. Teníamos muchos amigos y familiares que hablaban de cómo el primer año de matrimonio fue tan difícil o de ajuste, pero nunca sentimos eso. Era un esposo realmente maravilloso y atento. Me sorprendía con regalos, viajes de sorpresa. Llegaba temprano a casa del trabajo y me decía que fuera a darme un masaje o me enviaba flores sin razón. Quiero decir, 13 años, no creo que nadie esté casado durante 13 años sin enfrentar desafíos de algún tipo. Pero nuestra relación nunca fue una de esas.

Sobre Bryce enfermándose de COVID...

Todos lo tuvimos como una familia al mismo tiempo. Lo tuvimos muy, muy leve en comparación con él. Estaba preocupada por él, pero no estaba demasiado inquieta. Él y yo estábamos vacunados con las dosis completas. Bryce tuvo muchos problemas de salud: a lo largo de los años tuvo tres trasplantes de riñón. Tuvo septicemia seis veces. Estuvo más de doce veces en Cuidados Intensivos a lo largo de nuestro matrimonio.

También, docenas de otras cirugías y procedimientos en esos años. Así que estaba muy familiarizada con

pasar tiempo en el hospital, incluso en cuidados intensivos. Y había estado muy, muy enfermo antes, pero siempre luchó para superarlo y volvió a casa con nosotros. Estaba preocupada, pero no demasiado preocupada.

La progresión de la enfermedad de Bryce...

Hubo muchos altibajos. Estuvo enfermo en casa con COVID durante aproximadamente una semana, como 10 días, antes de que empeorara lo suficiente como para que tuviéramos que ir al hospital. Cuando fuimos por primera vez, fue a nuestro hospital local en nuestra ciudad donde estábamos, y tienen un área de cuidado intensivo, pero no de COVID. Creo que las cosas realmente cambiaron para mí cuando tuvieron que intubarlo después de dos días y debido a que su hospital no tenía la capacidad de tener un paciente en un ventilador a largo plazo, LifeFlight lo llevó en ambulancia aérea a otro hospital. Y creo que verlo irse en ese helicóptero LifeFlight fue cuando las cosas se volvieron más reales.

Hablando con sus hijos pequeños sobre el estado de su papá...

Realmente traté de responder a sus preguntas y ser honesta con ellos. No guardé secretos. No oculté información, pero tampoco quería darles demasiada información y asustarlos. Entonces, mantendría las cosas superficiales como, “Hoy ha estado un poco más despierto”. O “Hoy están preocupados por su hígado.” “Están haciendo algunas pruebas y sabremos más mañana”, este tipo de respuestas. Realmente pensé mucho si deberían verlo por FaceTime, particularmente cuando pensé que iba a mejorar. Pero comenzaron a preguntar y decir que querían verlo. Y él había estado allí tanto tiempo que sentí que tenían una idea de lo enfermo que estaba y que tal vez al no mostrarles a su papá, lo que imaginaban era peor de lo que realmente era. Al menos si lo ven, su imaginación no puede irse a lo extremo.

Compartiendo a los niños la noticia de que Bryce iba a morir...

Bryce comenzó a mejorar lentamente. Fue trasladado de cuidados intensivos de COVID, a uno de transición. Le quitaron el ventilador, lo desconectaron de los

Sentí esta necesidad de casi caminar por el hospital con una calcomanía que decía: ‘Nos vacunamos, lo prometo. Hicimos todo lo que pudimos para no estar aquí.’

sedantes y estaba un poco más despierto y alerta. Eso fue un viernes y así que fui a casa para pasar el fin de semana con los niños. Esperábamos que él estuviera “en un centro de enfermería especializada más cerca a la casa para Navidad y todo el mundo estaba muy emocionado. Y luego me despertó a las tres de la mañana una llamada telefónica de cuidados intensivos, diciendo que su corazón se había detenido, estaba teniendo algunas convulsiones y no estaban seguros de lo que estaba pasando. Anteriormente había recibido llamadas telefónicas alarmantes de los médicos del cuidado intensivo y regresaba rápidamente a Salt Lake City desde mi casa y cuando llegaba allí, todo estaba bien. Pero esta vez cuando llegué a Salt Lake él no estaba mejor. Llamé a mi hermano y le dije: “Cuando despierten los niños, quiero que los traigas aquí.” Llegaron allí a la mañana siguiente y, debido a la COVID, no se permitía la entrada de niños en el hospital a menos que fueran pacientes. Hicieron una excepción con nosotros y permitieron que los niños entraran al hospital, pero tenían que sentarse en el vestíbulo fuera de la puerta segura de la UCI. Les dije que su papá había luchado muy duro durante mucho tiempo y que el COVID había sido demasiado para su cuerpo. Estaba cansado y su cuerpo no podía más. Y él iba a morir. Hubo muchas lágrimas, entendiblemente. Muchos gritos. Hubo algunos estallidos de ira. Hubo algo de negación. Todos seguían pidiendo verlo, pero no se les permitía entrar a cuidados intensivos. El hospital abrió una sala de meditación. Entramos allí e hicimos un FaceTime y cada uno de los niños pudo despedirse de él. No es una conversación para la que alguien esté realmente preparado, pero sabía que tenía que venir de mí. Espero que les haya dado la sensación de que estábamos juntos en esto, que no tenía miedo de hablar de eso. No tengo miedo del duelo, y no

quería que se sintieran aislados, o que no pudieran hablar conmigo sobre las cosas.

El estigma que viene con el COVID-19...

Vivimos en un área donde muchas personas no están vacunadas y no creían que el COVID fuera real o que las vacunas funcionaran y fueran útiles. Sentí esta necesidad de casi caminar por el hospital con una calcomanía que decía: “Nos vacunamos, lo prometo. Lo hicimos todo para no estar aquí.” Tuve un par de personas que se acercaron a mí, cuando descubrieron que él [Bryce] estaba en el hospital con COVID, y no creían que COVID fuera real. Dijeron algunas cosas realmente hirientes. Me culparon porque estaba enfermo y hospitalizado. Y yo simplemente pensaba: Mira, nadie quiere que se mejore más que yo. Te lo prometo. Es realmente horrible ver a esta persona que sabes que es feliz, alegre, llena de vida, amable y cálida, desperdiciándose así. Estoy tomando la mejor decisión que siento que puedo para la persona que más amo. Haces suficientes segundas conjeturas de tus decisiones, te culpas y piensas ¿Qué hubiera pasado si...?/¿Qué pasaría si...?. No necesitas que otras personas jueguen eso contigo y te lo pongan.

Lo que significa que tu esposo muera de COVID-19...

Es difícil él era mucho más que la manera en que murió. Es fácil para la sociedad en general simplemente mirar la gran cantidad de muertes por COVID y decir: “Wow, eso es mucho. Ese es un número realmente grande.”

Pero si vieras un millón de marcas que representan una persona, es mucho más impactante. Intento recordar que cada uno de esos millones es una marca y cada marca ha dejado un agujero, una estela, un camino de devastación, del tamaño que dejó Bryce, que es enorme. Obviamente, es difícil que la causa de la muerte de un ser querido esté en las noticias y sea un tema de conversación casi constante. Cuando Bryce estaba en el hospital, había vallas publicitarias por todo el estado que mostraban “pacientes” intubados y en cuidados intensivos, alentando a las personas a vacunarse. Fue un poco difícil verlos porque Bryce estaba en realidad intubado y en cuidados intensivos. Además, al estar en las noticias, ha generado muchas preguntas de mis hijos, ya sabes, ven vallas publicitarias, ven letreros en las casas. Oyen a los niños hablar de eso en la escuela, en el recreo. Algunos se han culpado a sí mismos por traer el COVID a casa desde la escuela, aunque no sabemos de dónde lo contrajeron. Entonces, hemos tenido muchas conversaciones sobre cosas que mis hijos probablemente habrían guardado dentro de ellos mismos durante los años. Y como dije, es difícil tener la causa de la muerte de su ser querido en las noticias. Quieres centrarte en su vida y en quiénes eran cuando estaban aquí. No desea detenerse en su muerte, pero cuando ve y escucha recordatorios todos los días sobre la forma en que murieron, en lugar de como vivieron, eso puede ser realmente difícil de hacer.



La misión de Dougy Center es brindar apoyo para el duelo en un lugar seguro donde niños, adolescentes, adultos jóvenes y sus familias puedan compartir sus experiencias antes y después de una muerte. Brindamos apoyo y capacitación a nivel local, nacional e internacional a personas y organizaciones que buscan ayudar a los niños que están atravesando un duelo.

dougy.org • help@dougy.org • 503.775.5683



Este recurso fue financiado por Brave of Heart Fund, fundado por las fundaciones de New York Life y Cigna y administrado por E4E Relief. El Brave of Heart Fund se estableció en 2020 para brindar subvenciones y servicios de apoyo emocional a las familias de los trabajadores de atención médica de primera línea, voluntarios y personal de apoyo cuyas vidas se perdieron en la lucha contra el COVID-19. Y continúa ofreciendo apoyo a estas familias en duelo a través de asociaciones con organizaciones sin fines de lucro alineadas con los propósitos principales del fondo.

employeerelieffund.org/brave-of-heart-fund