

Un hueco en el corazón
Transformar el duelo en creación
Herramientas para trabajar las pérdidas en comunidades indígenas
Viernes 19 de septiembre 2025
4:00 pm
Zoom

Un hueco en el corazón

**Transformar el duelo en
creación**

Herramientas para trabajar las
pérdidas en comunidades indígenas

Viernes 19 de septiembre de 2025

4:00 pm

Dra. Gabriela Gil Veloz
Psic. Rafael Miguel Palos Muñoz

Zoom
Meeting ID: 808 523 9758
Passcode: fjpU00
<https://us06web.zoom.us/j/kdpHg7d85A>



Minuta

Después de varias sesiones de prevención del suicidio presenciales, hice dos más virtuales que fueron muy exitosas. Trabajar el duelo es una manera complementaria para trabajar la prevención del suicidio. Sabemos de casos de chicos que se han quitado la vida por no haber llevado un duelo sano.

El duelo es ese torbellino de emociones que nos deja un hueco en el corazón, tras la pérdida de un ser querido. Esta experiencia universal para el ser humano la podemos transformar en un acto creativo. Exploramos mecanismos que nos ayudan a entender y manejar el dolor. Entendemos que el duelo es una falta que se vive a través del cuerpo.

El duelo es una profunda crisis de identidad que nos reconfigura en el mundo ¿quién soy yo sin ese otro, otra que me daba un lugar y un sentido? Si él es esposo yo soy esposa, si él es hijo, yo soy mamá, queda un hueco en quien soy, en mi identidad. Una parte de nosotros se ha ido. El duelo nos obliga a reelaborar significados y narrativas personales. Nos permite abrirnos a una dimensión novedosa de nosotros mismos.

Algunas herramientas para manejar el duelo en nuestra comunidad:

- Contar la historia, dar un nombre a lo perdido. Dibujar una silueta del fallecido, compartir su historia de vida.
- Crear altares o espacios conmemorativos
- Escribir o dibujar pensamientos
- Identificar el agujero y lo que perdimos de nosotros mismos. ¿Qué parte de ustedes sienten que se fue con la persona?
- Buscar nuevos roles o propósitos
- Honrar la dependencia
- Atención a las sensaciones físicas
- Movimiento consciente, la danza
- Respiración y anclaje
- Rituales corporales
- Conexión con la naturaleza
- Creación con las manos
- El legado a través de la acción

Asistieron 55 personas.

Grabación disponible

[https://drive.google.com/file/d/18jDKfHGkanE4-8IIBDI55kQJteLeOmHa/view?usp=drive link](https://drive.google.com/file/d/18jDKfHGkanE4-8IIBDI55kQJteLeOmHa/view?usp=drive_link)

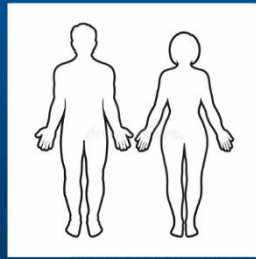
Lista de asistencia

- 1 Coordinación PIAI
- 2 Rafael Palos
- 3 Daysy Torres
- 4 Norma Rodríguez CONAFE
- 5 Sonali Rascón Cajurichi CONAFE
- 6 Abigail
- 7 Adriana Díaz CONAFE Norogachi
- 8 Alondra Medrano CONAFE Cuauhtémoc
- 9 Anahí Ayala Aguirre CONAFE Guachochi
- 10 Ariadna CONAFE Cuauhtémoc
- 11 Axel CONAFE Guadalupe y Calvo
- 12 Berenice Jiménez CONAFE Guadalupe y Calvo
- 13 Brenda CONAFE El Vergel Balleza
- 14 Brenda Salinas
- 15 Briseida CONAFE Norogachi
- 16 Laura CONAFE Guerrero
- 17 Dayana Venzor CONAFE Madera
- 18 Delgado Díaz
- 19 Diveli Sotelo CONAFE Ahumada
- 20 Luis Omar Chávez CONAFE Cuauhtémoc
- 21 Sofía CONAFE Batopilas
- 22 Eluy Mancinas CONAFE Urique

- 23 Flor Nayeli CONAFE Samachique
- 24 Ilsy Lazos CONAFE El Vergel
- 25 Itzel García CONAFE Juárez
- 26 Itzel CONAFE NCG
- 27 Karen CONAFE Uruachi
- 28 Leticia Americano Ríos
- 29 María Zenaida Juárez Herrera – Ojo de Buey, Bocoyna (con ella había un grupo conectado)
- 30 Maricela Espino CONAFE Norogachi
- 31 Norma CONAFE Guadalupe y Calvo
- 32 Rafael
- 33 Realme RMX 3760
- 34 Realme RMX3933
- 35 Rosalina Macías Molina CONAFE Guadalupe y Calvo
- 36 Rosy Vázquez CONAFE Morelos Chihuahua
- 37 Samantha CONAFE Juárez
- 38 Samsung SM A037M
- 39 Samsung SM A057M
- 40 Samsung SM A057M
- 41 Samsung SM A057M
- 42 Samsung SM A165M
- 43 Samsung SM A166M
- 44 Samsung SM A235M
- 45 Samsung SM A336B
- 46 Sandra Márquez Lozano CONAFE Guerrero
- 47 SDH
- 48 Sergio CONAFE Parral
- 49 Tania Pizarro CONAFE Guadalupe y Calvo
- 50 VIVO
- 51 Ximena Rodríguez CONAFE Uruachi
- 52 Juan Paulo Romero
- 53 Marcela CONAFE Chihuahua
- 54 Motorola moto g04s
- 55 Edith CONAFE Bahuichivo

Fotos

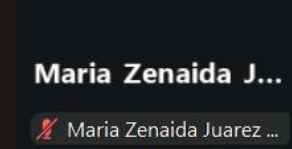
Nombre



Quien es aquel (ese otro)
Como lo nombramos



Ante la pérdida nos enfrentamos a que ya no está quien nos
 dijo Quines somos, quien nos colocó, quien nos dio un lugar
 Esta pérdida nos genera un hueco en el que se junta todo el dolor, la
 tristeza, la fatiga, el desaliento



Audio

Video

Participants 55

Pause/stop recording

More 4

End

Participants (55)

	Coordinación PIAI (Host, me)		
	Rafael Palos		
	DAYSY TORRES		
	NORMA RODRÍGUEZ CONAFE REGION g82 5G		
	(ECA)Sonali Rascon -conafe _cajurichi		
	Abigail		
	Adriana Díaz CONAFE Region Norogachi		
	Alondra Medrano-Conafe-Cuahtemoc		
	Anahí Ayala Aguirre CONAFE GUACHOCHI		
	Ariadna_CONAFE_Cuahtemoc		
	Axel_CONAFE_Guadalupe y Calvo		
	Berenice Jiménez Conafe Gpe y Calvo		
	Berenise CONAFE Temoria		
	Brenda Conafe EL VERGEL BALLEZA		
	Brenda Salinas		
	Briseida_CONAFE_Norogachi		
	Conafe_Región Guerrero Laura		

Participants (54)

	Dayana Venzor_CONAFE_Madera		
	DELGADO DÍAZ		
	Divelli Sotelo_Conafe_Ahumada		
	Eca Luis Omar Chávez Conafe cuahtémoc		
	ECR.SOFIA_CONAFE_BATOPILAS		
	ELUY MANCINAS_ CONAFE_ REGION URIQUE		
	Flor nayeli _consfe_samachique		
	IlsyLazos_CONAFE_Elvergel		
	Itzel Garcia_CONAFE_Juarez (ECA)		
	Itzel-CONAFE-NCG		
	Karen_Conafe_Uruachi		
	Leticia Americano Rios		
	Maria Zenaida Juarez Herrera		
	Maricela Espino conafe región noregachi		
	Norma conafe Guadalupe y calvo		
	Rafael		
	realme RMX3760		

Participants (53)

Rafael

realme RMX3760

realme RMX3933

Rosalina Macías Molina, CONAFE Guadalupe y Calvo

Rosy Vazquez CONAFE Morelos chihuahua

Samantha _ CONAFE_ JUAREZ

Samsung SM-A037M

Samsung SM-A057M

Samsung SM-A057M

Samsung SM-A057M

Samsung SM-A165M

Samsung SM-A166M

Samsung SM-A235M

Samsung SM-A336B

Sandra Márquez Lozano-CONAFE- Guerrero

sdh

Sergio CONAFE Parral

Invite

Mute all

...

Rosy Vazquez CONAFE Morelos chihuahua

Samantha _ CONAFE_ JUAREZ

Samsung SM-A037M

Samsung SM-A057M

Samsung SM-A057M

Samsung SM-A057M

Samsung SM-A057M

Samsung SM-A165M

Samsung SM-A166M

Samsung SM-A235M

Samsung SM-A336B

Sandra Márquez Lozano-CONAFE- Guerrero

sdh

Sergio CONAFE Parral

Tania Pizarro, CONAFE, GUADALUPE Y CALVO

TaniaP conafe guerrero

Vivo

Ximena Rodríguez Conafe Uruachi

Ask to unmute

...

Zoom Meeting

Coordinación PIAI

JUAN ROMERO Chihuahua Capital

Rafael Palos

NORMA RODRÍGUEZ CONAFE RE...

Diveli Sotelo, Conafe, Ahumada

ECR, SOFIA, CONAFE, BATOPILAS

Elsa Liliana Gutierrez CONAFE Chi...

Maria Zenaida Juárez Herrera

Samsung SM-A165M

Samantha _ CONAFE_ JUAREZ

vivo V2205

Itzel García _CO...

Flor nayeli _con...

Berenice Jimén...

Brenda Conafe EL VERGEL BALLEZA

Samsung SM-A...

Sandra Márque...

Karen _Conafe_U...

Eca Luis Omar C...

Alba Nidia Casti...

Axel CONAFE_G...

Samsung SM-A...

Ilslazos_CONA...

José Luis CONA...

MARCELA CON...

Buscar

Parti...

04:05 p. m.

19/09/2025

6

Zoom Meeting

Coordinación PIAI is talking...

ECR. SOFIA_CO...	Eca Luis Omar C...	NORMA RODRÍ...	A	vivo V2205
ECR. SOFIA_CONAFE_BATOPILAS	Eca Luis Omar Chávez Conafe cua...	NORMA RODRÍGUEZ CONAFE RE...	Samantha _CONAFE_ JUAREZ	vivo V2205
Itzel García _CO...	Flor nayeli _con...	Berenice Jiménez...	B	Samsung SM-A...
Itzel García _CONAFE_Juarez (ECA)	Flor nayeli _conste_samachique	Berenice Jiménez Conafe Gpe y Ca...	Brenda Conafe EL VERGEL BALLEZA	Samsung SM-A336B
Sandra Márque...	Karen_Conafe_U...	Axel_CONAFE_G...	Samsung SM-A...	Ilslazos_CONA...
Sandra Márquez Lozano-CONAFE...	Karen_Conafe_Uruachi	Axel_CONAFE_Guadalupe y Calvo	Samsung SM-A235M	Ilslazos_CONAFE_Elvergel
José Luis_CONA...	MARCELA CON...	Sergio CONAFE...	Briseida CONAF...	
José Luis_CONAFE_San Rafael	MARCELA CONAFE-CHIHUAHUA	Sergio CONAFE Parral	Briseida_CONAFE_Noroguchi	Rafael
Ximena	Ariadna_CONAF...	Adriana Diaz C...	Norma conafe...	realme RMX3760
Ximena	Ariadna_CONAFE_Cuahuatmoc	Adriana Diaz CONAFE Region Nor...	Norma conafe Guadalupe y calvo	realme RMX3760

Unmute Stop Video Participants Chat Share Screen Summary AI Companion Record Show Captions Reactions Apps Whiteboards Notes Leave

Buscar

04:06 p. m. 19/09/2025

Zoom Meeting

Rafael Palos is talking...

Eca Luis Omar C...	NORMA RODRÍ...	A	vivo V2205	Flor nayeli _con...
Eca Luis Omar Chávez Conafe cua...	NORMA RODRÍGUEZ CONAFE RE...	Samantha _CONAFE_ JUAREZ	vivo V2205	Flor nayeli _conste_samachique
Berenice Jiménez...	B	Samsung SM-A...	Sandra Márque...	Karen_Conafe_U...
Berenice Jiménez Conafe Gpe y Ca...	Brenda Conafe EL VERGEL BALLEZA	Samsung SM-A336B	Sandra Márquez Lozano-CONAFE...	Karen_Conafe_Uruachi
Axel_CONAFE_G...	Samsung SM-A...	Ilslazos_CONA...	José Luis_CONA...	MARCELA CON...
Axel_CONAFE_Guadalupe y Calvo	Samsung SM-A235M	Ilslazos_CONAFE_Elvergel	José Luis_CONAFE_San Rafael	MARCELA CONAFE-CHIHUAHUA
Sergio CONAFE...	Briseida CONAF...		Ximena	Ariadna_CONAF...
Sergio CONAFE Parral	Briseida_CONAFE_Noroguchi	Rafael	Ximena	Ariadna_CONAFE_Cuahuatmoc
Adriana Diaz C...	Norma conafe...	realme RMX3760	motorola moto...	
Adriana Diaz CONAFE Region Nor...	Norma conafe Guadalupe y calvo	realme RMX3760	motorola moto g04s	Edith CONAFE BAHUICHIVIO

Unmute Stop Video Participants Chat Share Screen Summary AI Companion Record Show Captions Reactions Apps Whiteboards Notes Leave

Buscar

04:07 p. m. 19/09/2025