

NAVIDAD: DUELO Y AUSENCIA

Señora directora:

La Navidad suele asociarse con alegría y encuentro, pero para muchas personas se convierte en un recordatorio doloroso. La silla vacía desordena el ánimo y reabre heridas. Esta fecha intensifica la presencia de la ausencia, haciendo emerger emociones ambivalentes: el deseo de compartir y el peso de la pérdida.

El duelo no siempre se origina en la muerte. También hay ausencias por quiebres familiares, distancias no resueltas o recuerdos de discusiones que vuelven con fuerza. Estos cortes afectivos duelen tanto como la pérdida física.

¿Qué hacer frente a este escenario? Una estrategia saludable es realizar ritos de memoria: visitar el cementerio, encender una vela, preparar la comida favorita del ser querido o compartir anécdotas. Ritualizar el recuerdo transforma la ausencia en presencia simbólica. No elimina el dolor, pero lo acompaña y le da sentido.

En estas fechas, más que imponer alegría, conviene abrir espacio para la reflexión y la empatía. La Navidad tam-

bién puede ser un tiempo para honrar la memoria y reconstruir vínculos.

Miriam Pardo

*Académica de Psicología
Universidad Andrés Bello,
sede Viña del Mar*

SEGURIDAD INTELIGENTE: EL DESAFÍO PENDIENTE DE CHILE

Señora directora:

La seguridad se ha convertido en una de las principales preocupaciones en nuestro país, pero la respuesta sigue focalizada, muchas veces, en soluciones fragmentadas y reactivas. Instalar más cámaras o sumar sistemas aislados es insuficiente a la hora de tomar decisiones oportunas.

Dado esto, no es raro que el 80% de la población perciba que la delincuencia ha aumentado en el último año y el 62% ha reforzado la seguridad en sus viviendas (Encuesta "Chile nos habla de seguridad"). Lo clave es integrar, interoperar y analizar los datos para anticiparse a riesgos reales, y la experiencia internacional lo confirma. En Europa, más del 80% de las principales ciudades utiliza sistemas integrados de análisis del delito, lo que permite reac-