

Aflicción en la infancia por la muerte de un pariente

Información

La muerte es un concepto extremadamente difícil de comprender para los niños, y los adultos acongojados a menudo se sienten confundidos e inseguros sobre la forma de darle al niño una respuesta de apoyo. La mayoría de los niños piden muchas explicaciones y formulan diversas preguntas como: ¿Qué sucede cuando una persona muere? ¿Adónde van los muertos?, entre las más comunes.

Para los adultos resulta muy difícil explicar este tema. Para esto se requiere reconocer que la muerte es un proceso natural para todas las personas. Es difícil que los niños abstraigan este tipo de ideas y en ellos surgen temores acerca de lo que pasa después de la muerte, lo que se siente cuando uno se muere y lo que podría sucederles si sus padres fallecen. Por eso los padres deben aprovechar los momentos apropiados para hablar acerca de la muerte abiertamente con sus hijos en caso de que ellos pregunten o si la situación lo amerita.

El tema de la muerte se debe hablar en forma clara y en un lenguaje que el niño pueda entender a su edad y grado de desarrollo, ya que el concepto que el niño tenga sobre la muerte varía con la edad y es algo que se debe tener en cuenta.

Edades de 0 a 2 años:

- La muerte se ve como una separación o abandono.
- No hay una comprensión cognoscitiva de la muerte.
- Se presenta desesperación por la interrupción en el cuidado que se recibe.

Edades de 2 a 6 años:

- Con frecuencia el niño cree que la muerte es reversible o temporal.
- Con frecuencia se percibe la muerte como un castigo.
- Se presentan pensamientos mágicos de que los deseos se vuelvan realidad (culpabilidad por haber tenido sentimientos negativos hacia la persona que murió y que eso fue la causa de la muerte).

Edades de 6 a 11 años:

- Se da una comprensión gradual del carácter irreversible y final de la muerte.
- Se da razonamiento concreto con la capacidad de comprender la relación causa y efecto.

Edades de 11 años o más:

- Comprensión de que la muerte es irreversible, universal e inevitable.
- Se tiene pensamiento abstracto y filosófico.

Los miembros de la familia deben saber que mostrar sentimientos de *shock*, incredulidad, culpa, tristeza e ira no sólo son normales, sino que ayudan y el hecho de compartir con el niño estos sentimientos al igual que los recuerdos de la persona que ha muerto reducen la sensación de soledad que el niño experimenta. Es necesario tranquilizar a los niños y asegurarles que tendrán amor y cuidado constante de un adulto. Además, se les debe tranquilizar y convencer de que ellos no son culpables ni pudieron evitar la muerte del ser querido.

La tristeza es un proceso que se extiende en el tiempo. El *shock* inicial y la negación pueden cambiar a tristeza e ira que pueden durar semanas o meses, aunque algunos niños parecen no mostrar respuesta emocional hacia la muerte, lo que puede ser desconcertante para algunos miembros de la familia. Entre los comportamientos normales se pueden mencionar:

Actualizado: 2/9/2005

Versión en inglés revisada por: Thomas A. Owens, M.D., Departments of Internal Medicine and Pediatrics, Duke University Medical Center, Durham, NC. Review provided by VeriMed Healthcare Network.

Traducción y localización realizada por: DrTango, Inc.

<http://www.healthbasis.com/Spanish%20Health%20Illustrated%20Encyclopedia/5/001909.htm>

- Shock
- Llanto
- Tristeza
- Ira
- Culpa
- Aumento del apego
- Desobediencia
- Falta de interés en la escuela
- Dificultad para conciliar el sueño
- Disminución del apetito
- Regresión temporal a comportamientos más infantiles
- Quejas físicas

Entre los signos que muestran que hay un problema o trastorno están:

- Negarse a aceptar el hecho durante mucho tiempo
- Períodos repetitivos de llanto
- Depresión incapacitante
- Pensamientos suicidas
- Ira persistente
- Aflicción constante
- Aislamiento social
- Ansiedad severa de separación
- Delincuencia o promiscuidad
- Desmejoramiento en el rendimiento escolar
- Dificultad permanente para dormir
- Trastornos con los alimentos
- Evitar los sentimientos durante un largo período

En caso de presentarse los anteriores signos, se recomienda llevar al niño al médico, a un especialista en salud mental o un religioso.

LIBROS RECOMENDADOS ACERCA DE LA MUERTE DE UN FAMILIAR

Para los niños jóvenes:

The Dead Bird, por Margaret Wise-Brown. Addison-Wesley, Reading MA, 1958 (3-5 años)

When Dinosaurs Die: A Guide to Understanding Death, por Laurene Krasny Brown y Marc Brown. Little Brown, Boston, MA, 1996 (4-8 años)

Accident, por Carol Carrick, Seabury Press, New York, NY, 1976 (6-8 años)

Niños mayores:

A Taste of Blackberries, por Doris B. Smith. Thomas Y. Crowell Co, New York, NY, 1973 (8-9 años)

The Magic Moth, por Virginia Lee, Seabury Press, New York, NY 1972 (10-12 años)

Beat the Turtle Drum, por Constance C. Greene. The Viking Press, New York, NY, 1976 (10-14 años)

Recomendados para las personas encargadas de los cuidados de los niños:

Actualizado: 2/9/2005

Versión en inglés revisada por: Thomas A. Owens, M.D., Departments of Internal Medicine and Pediatrics, Duke University Medical Center, Durham, NC. Review provided by VeriMed Healthcare Network.

Traducción y localización realizada por: DrTango, Inc.

<http://www.healthbasis.com/Spanish%20Health%20Illustrated%20Encyclopedia/5/001909.htm>

Lifetimes: The Beautiful Way to Explain Death to Children, por Bryan Mellonie y Robert Ingpen.
Bantam Books, New York, NY, 1983

Straight Talk About Death With Teenagers, por Earl A. Grollman. Beacon Press, Boston, MA, 1993

How Do We Tell The Children? Helping Children Understand and Cope with Separation and loss,
por Dan Schaefer y Christine Lyons. Newmarket Press, New York, NY, 1993.