

- Hablándoles de la muerte aunque no haya sucedido
- Tranquilizándolo poco a poco y con cariño, conteniendo las conductas dependientes y de apego inseguro que puedan aparecer
- Mostrando nuestras emociones y sentimientos
- Ayudando a recolocar el fallecido, con ejemplo de actividades, cosas, recuerdos que hayamos podido vivir



El duelo y la discapacidad

4. **Bienestar emocional:** Facilitar el desarrollo emocional, incluido el sufrimiento asociado. No hay que engañarles, ni ocultarles situaciones de enfermedad y muerte, sino prepararles para el momento. Usar todos los medios para facilitar la comprensión de la muerte y la expresión de las emociones asociadas
5. **Bienestar material:** Informarles acerca de su futuro, quien les cuidara, con quien van a vivir... Preparar su futuro, tanto legalmente como en términos de dependencia, favoreciendo una red amplia, más allá de la propia familia



1. **Bienestar físico:** prevenir la ansiedad, cuidar los hábitos y rutinas que le proporcionan estabilidad (comida, higiene, ocio..) y velar por el seguimiento farmacológico, en casos e ser necesario
2. **Inclusión:** Fomentar su autonomía haciéndoles partícipes, en la medida de sus posibilidades, en la toma de decisiones que le van a afectar directamente
3. **Relaciones interpersonales:** necesitan estar con su familia y amigos y ser escuchados



Afrontamiento del Duelo Infantil



¿Qué es el Duelo Infantil?

Es un proceso emocional que vivencian los niños y niñas ante la pérdida de seres queridos. Necesita tiempo para elaborarse, hay altibajos y es único (cada niño lo vive de forma diferente. Es un proceso NORMAL, donde los niños deben aprender

1. Aceptar la realidad de la muerte
2. Trabajar las emociones asociadas
3. Aprender a vivir en un mundo en el que el fallecido no está
4. Recordar a esa persona en nuestra vida y seguir viviendo

Conceptos claves:

Toda muerte tiene una **causa**

El **cuerpo deja de funcionar**, las funciones vitales se detienen

Universalidad: todos los seres vivos morimos

Irreversibilidad: no vamos a ver más a la persona fallecida

La comunicación de la muerte: quien, cómo, dónde y cuándo

- Las personas cercanas y queridas tienen prioridad. Prima el cariño frente al parentesco
- Debe comunicarse lo antes posible
- En un lugar íntimo. donde el niño pueda expresarse con libertad
- El mensaje debe ser sencillo y claro, contestando a sus preguntas en la medida de lo posible

- Se pueden abordar desde la perspectiva religiosa
- Facilitaremos la expresión emocional de los niños y solo los protegeremos de expresiones muy intensas o desbordantes

Del bebé al niño de 2 años

No comprende la muerte como tal, pero acusa la ausencia de la persona significativa. También se produce un contagio emocional. Aparece la alteración de las rutinas y hábitos; cómo la comida y los estados de vigilia y sueño, sintiéndose irritables

Es importante prestar atención a si esas alteraciones son muy llamativas: pérdida significativa de peso, llanto inconsolable, apatía, no recuperación del patrón del sueño



¿Cómo podemos ayudarle?

- Manteniendo las rutinas del bebé
- Garantizando un cuidado extra
- Hablándole de lo que sentimos, aunque no lo entienda
- Mostrando paciencia ante las regresiones
- Si se puede anticipar, sustituyendo al cuidador principal antes del desenlace

Los niños de 3 a 6 años

No entienden la irreversibilidad de la muerte, creen que no es definitiva

Creen que los fallecidos siguen manteniendo sus funciones vitales, pero en otro lugar: creen que oyen, que sienten frío o calor...

Piensan que la muerte solo puede ocurrir a personas mayores o que están muy muy enfermas. Necesitan mensajes claros y concisos



¿Cómo podemos ayudarles?

- Respondiendo a sus preguntas de manera honesta
- Garantizándoles el cuidado, que nunca se van a quedar solos ni desatendidos. Hacerles sentirse seguros
- Usando un lenguaje adecuado y sencillo para explicar los conceptos. Evitar metáforas complejas. Se pueden utilizar ejemplos de la naturaleza.
- Usando recursos para afianzar la comprensión de la muerte, como películas, cuentos, dibujos, pictogramas