



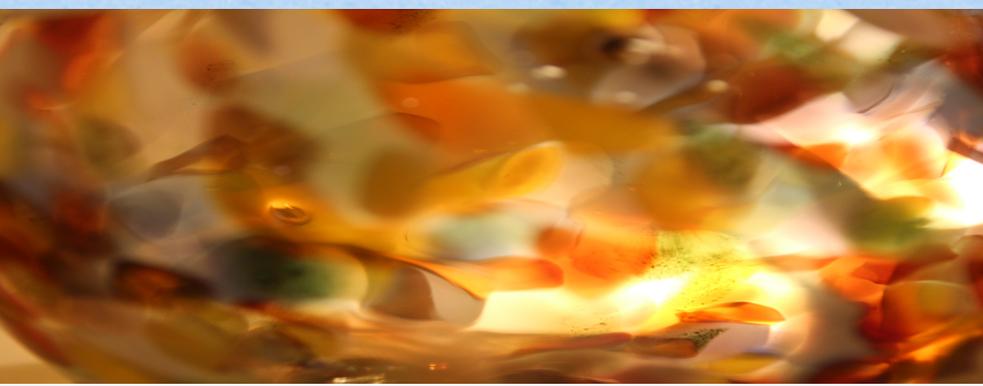
Comprensión de la muerte según el desarrollo

Cómo ayudar a los niños

Elementos fundamentales para la comprensión de la muerte:

- **Universalidad:** todo ser vivo tiene su final
- **Irreversibilidad:** no se puede volver al estado anterior
- **Falta de funcionalidad:** las funciones vitales se paran. El cuerpo no funciona ni siente nada
- **Es incontrollable:** la muerte siempre llega, más pronto o más tarde
- **Final de la vida:** se abren los planteamientos sobre el después





✓ Hasta los seis años

- ✓ Sin universalidad, sin irreversibilidad
- ✓ Predomina el pensamiento mágico.
- ✓ La muerte se relaciona con la vejez y la enfermedad.
- ✓ Se activan y actualizan antiguos temores.
- ✓ Tienen una enorme curiosidad.

A partir de los seis años

- ✓ Se cuestionan la muerte de otros o la propia.
- ✓ A partir de los 7 años, irreversibilidad y falta de funcionalidad
- ✓ Lo razonan todo, buscan explicaciones a todo lo que sucede.

Carlos (11 años)

Al morir todo se acaba. Me imagino el sitio donde va la gente como un espacio negro y un valle gigantesco. Me produjo mucha tristeza cuando murió mi hámster, también cuando murieron mis bisabuelas.... Todos nos moriremos, espero que de muy viejos



En la adolescencia

- *La comprensión es similar a la de una persona adulta.*
- *Aumento de los conflictos con las madres y padres*
→ *culpabilidad.*
- *Puede aparecer la idea del suicidio.*
- *No quieren ser diferentes de sus iguales.*

Cómo ayudar a elaborar el duelo en la infancia y adolescencia.





Primeros auxilios psicológicos

Cómo comunicar la pérdida: información

- Quién: Persona significativa para el niño o niña.
- Cuándo: lo antes posible.
- Dónde: Lugar tranquilo, silencioso y seguro.



Primeros auxilios psicológicos.

Cómo comunicar la pérdida: información

Cómo:

- Evitando eufemismos, metáforas. De forma clara.
- Dándole espacio para expresarse



Primeros auxilios psicológicos

Cómo comunicar la pérdida: información

- Transmitirles la universalidad, qué es lo que la ha producido. Nada funciona en el cuerpo, no sienten nada.
- Atender a la culpabilidad
- Socialización que se hace mediante los rituales.
- Coherente con las creencias de la familia



Actitudes prácticas para facilitar el proceso

Desde la familia y el centro educativo

Actitudes prácticas para facilitar el proceso

- ✓ *Constatar la ausencia: “echarle de menos”.*
- ✓ *Mantener, dentro de lo posible, la cotidianidad.*
- ✓ *Apoyarle emocionalmente:*
 - *Ayudarle a identificar y expresar las emociones*
 - *Reacomodación emocional*

Ayudarle a “darse cuenta de la pérdida”

- *Asistir a los rituales y compartir la pena. Siempre acompañados*
- *Separar el cuerpo y la persona fallecida.*
- *Recordarla.*
- *En los casos de enfermedad terminal larga, el duelo se anticipa.*



Mantener, dentro de lo posible, la cotidianeidad.

- Niños y adolescentes puedan seguir, en lo posible, con sus rutinas y tiempos de ocio y amistades.*



Apoyarle emocionalmente.

- *Expresar las emociones los adultos de referencia.*
- *Es de gran ayuda que el ámbito educativo sea sensible y conozca la situación*



Ayudarle a identificar y expresar las emociones.

- *Hablar de la muerte, de las pérdidas. Poner nombre a lo que sentimos.*
- *Las emociones y sentimientos más frecuentes son:*
 - *Tristeza y rabia.*
 - *Sentimiento de culpa.*
 - *Vulnerabilidad.*
 - *Miedo.*
- *Necesitan que se les dé permiso para expresar*



Reacomodación emocional

- *Mediante el juego trasladan todo su mundo interno y hacen sus acomodaciones emocionales e intelectuales.*
- *Los sueños.*
- *Encontrar un lugar significativo dentro o fuera.*



- <https://remontandoblog.com>

Elaborado por:

- *Elsa Sierra García*

Psicóloga General Sanitaria y Escolar

elsasierra@cop.es / compviaje@gmail.com

- *Víctor Landa Petralanda y Jesús Ángel García García*

Especialistas en Medicina Familiar y Comunitaria