

A stylized, colorful illustration of a landscape. The foreground features rolling green hills with dark brown soil patches. On the left, there is a green tree, a purple flower, and a small orange bush. A red bird is flying in the sky above the tree. The background consists of light blue and white wavy bands representing the sky.

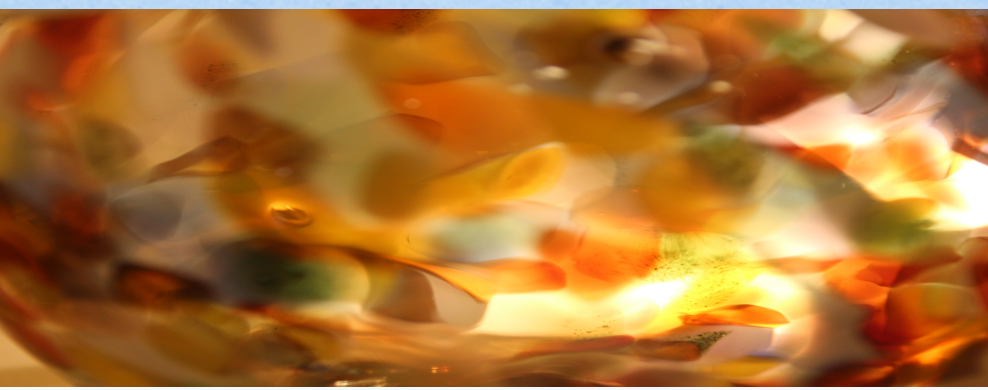
Comprensión de la muerte según el desarrollo

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 incontrolable:** 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

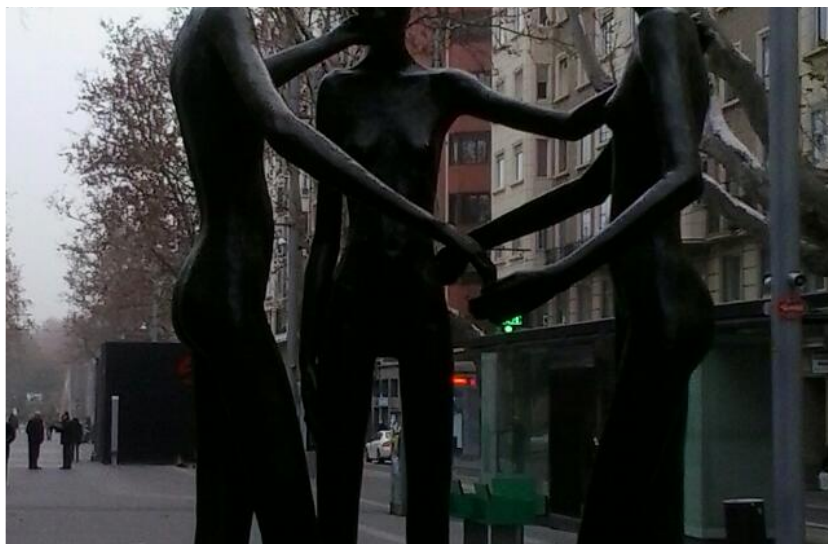


En la adolescencia

- 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

A stylized, colorful illustration of a landscape. The foreground features rolling green hills with dark brown soil patches. On the left, there is a green tree, a purple flower, and some orange foliage. A small red bird is flying in the sky above the tree. The background consists of light blue and white wavy lines representing a sky or distant hills.

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 cotidianidad.

- 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