

Biblioterapia: duelo, pérdida y muerte

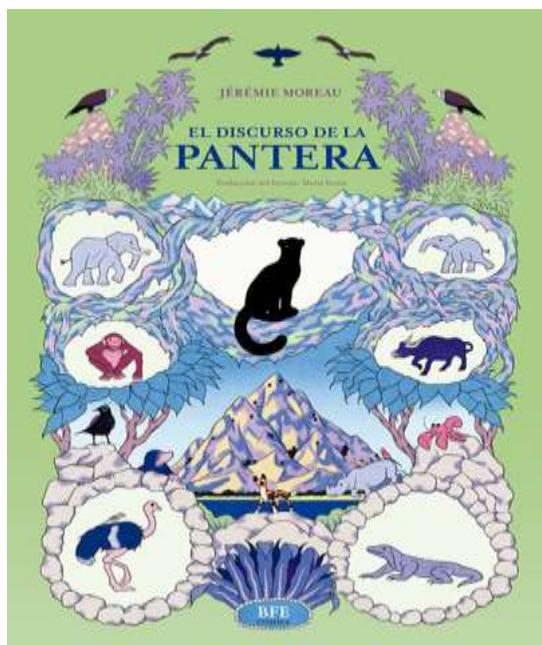
Histórias para adolescentes y jóvenes

De 12 a 15 años



Criando malvas: el libro ilustrado sobre la muerte para familias curiosas, Katarina von der Gathen; Anke Kuhl, Duomo, 2024.

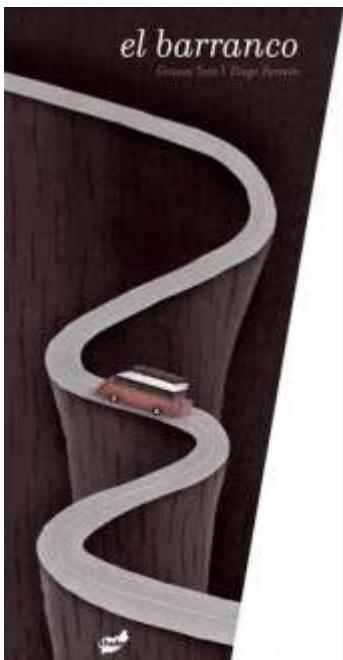
Este es un libro sobre la muerte. ¿Está mal morir? ¿Puede ser algo bonito? ¿Por qué hay que morir? ¿Qué pasa después? ¿Y qué es lo que ocurre cuando son nuestros seres queridos los que mueren? ¿No sería mucho mejor ser inmortal? Nadie en el mundo puede responder a este tipo de preguntas. Quienes vivieron hace cientos y miles de años se enfrentaron a ellas igual que nosotros lo hacemos hoy. Solos o acompañados, reflexionar sobre este tema puede arrojar algo de luz en la oscuridad. A veces puede ponernos tristes. ¡Pero también puede ser interesante e, incluso, divertido!



El discurso de la pantera, Jérémie Moreau, Barbara Fiore, 2022.

El cómic está compuesto por 6 relatos ligados entre sí que se encargan de recordarnos que cada acción que realizamos tiene su reacción en nuestro entorno. Cada relato sigue un momento crucial en la vida de diferentes grupos de animales y explora desde distintos puntos de vista lo más profundo de las relaciones sociales, la importancia de cada acto llevado a cabo y el autoconocimiento; pero, sobre todo, habla de la vida y de la muerte.

Hay muchos libros e historias de todo tipo que abordan la muerte, pero lo especial de *El discurso de la pantera* es el trato que da a la vida.

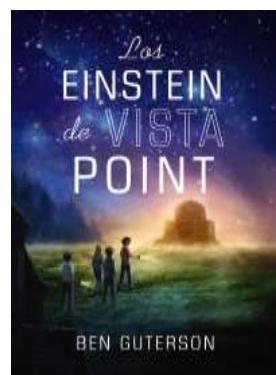


El barranco, Grassa Toro; Diego Fermin, Thule, 2010.

Nicolás es el narrador que da cuenta de la vivencia de la muerte, de la amistad como fuerza positiva que restaura el equilibrio, del viaje iniciático que emprenden los amigos por el fondo del barranco, del crecimiento personal. Su especial forma de narrar, en presente y mediante frases esenciales que hacen significativo lo que se cuenta y lo que no, espolea la imaginación del lector. Desde el original argumento a las ilustraciones, sombrías, austeras, y al llamativo formato asimétrico que resalta la presencia del barranco, es un álbum singular al que se vuelve intrigado después de cerrarlo.

Los Einstein de vista Point, Ben Guterson, Anaya, 2023.

Cuando la **hermana pequeña** de Zack fallece en un trágico accidente, su familia se muda a Vista Point, un pequeño pueblo del noroeste de Estados Unidos, para intentar superar el duelo. Zack, que tiene once años, se culpa por la muerte de su hermana, y le cuesta encontrar consuelo en ese nuevo entorno. Hasta que conoce a Ann. Ella le enseñará lo que este lugar tiene de especial. Y es que Vista Point alberga todo tipo de rincones misteriosos. Hay varias pozas ocultas e incluso una cueva secreta en el bosque. Y su gran Torre, que proyecta sombras inescrutables y cuya cúpula esconde un críptico mensaje.



Querido nadie, Alicia Borrás Sanjurjo, Anaya, 2020.

Blanca acaba de perder a su **padre** en un accidente de tráfico. Serena ha tenido que cambiar de ciudad para someterse a un tratamiento quirúrgico.

Dos niñas que se enfrentan a momentos muy difíciles de sus vidas y que encontrarán, la una en la otra, un hombro donde llorar y una mano firme en la que apoyarse.

La historia del nacimiento de una amistad en momentos muy difíciles para sus protagonistas.



Bajo la misma estrella, John Green, Nube de Tinta, 2012.

Hazel y Gus son dos adolescentes que se enamoran. Este podría ser el comienzo de cualquier otra historia, pero la suya es especial, porque ambos tienen cáncer y su vida va unida a una pierna ortopédica y a una bombona de aire. Aun así, lucharán por ser más fuertes que la amenaza de muerte que envuelve sus ilusiones. Tan emotiva como irónica, esta historia habla de jóvenes que no han nacido con estrella, pero pelearán por alcanzar sus sueños incluso en las circunstancias más difíciles.





Jim, François Schuiten, Libros del Zorro Rojo, 2022.
¿Cómo llenar el vacío tras la muerte de quien nos ha acompañado a lo largo de más de una década? A François Schuiten se le impuso un único remedio ante la desesperación tras la pérdida de su perro Jim: dibujarlo. Dibujarlo a diario, con lápiz, tinta y lágrimas, pero no solo como terapia para aliviar la pena, como estrategia ilusoria para conservarlo un poco más a su lado, sino también como un método profundo para conocer la dimensión del vínculo que los había unido con un lazo firme e invisible. De esta disciplina —que vino a reemplazar los largos paseos— nació

Jim, a la vez evocación de los momentos compartidos y exploración del misterio de las relaciones entre los perros y sus amos. Esta novela gráfica conmoverá no solo a todos aquellos que han perdido un perro o temen perderlo, sino a todos los amantes de los animales.



Octubre, Octubre, Kayta Balen; Angela Harding, Errata Natura, 2023.

Octubre vive con su padre en el bosque en una cabaña que él mismo ha construido. Octubre conoce los árboles, las rocas, el lago y las estrellas como la palma de su mano. Octubre está a punto de cumplir once años, le gusta contar historias junto al fuego y es feliz en la naturaleza.

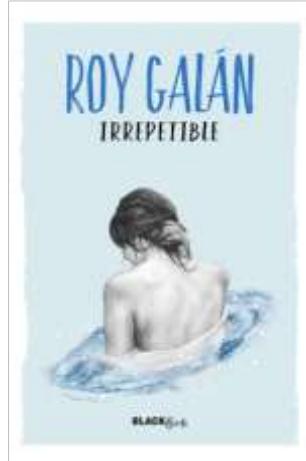
Hasta el día del cumpleaños. Es el año en que rescata una cría de lechuza. El año en que su **padre** cae del árbol más alto del bosque y tiene que ir al hospital. El año en que la mujer que dice ser su madre, y que se marchó cuando ella tenía cuatro años, vuelve. El año en que todo cambia. Una historia de reconstrucción.



El día que mi hermana quiso volar, Alejandro Palomas, Nube de Tinta, 2024.

«*Cuando hay dos mellizos y uno muere, ¿el otro sigue siendo un mellizo o se llama de otra manera?*»

Esta es la primera pregunta que Elio se hace después de que Eva, su **hermana**, su compañera inseparable y su amiga del alma, caiga desde lo alto de una azotea. En ausencia de Eva, tan inteligente, tan inquisitiva, tan exigente e intolerante a la injusticia, ¿quién es Elio? ¿Quién es Mónica, su madre, a quien la adolescencia había colocado a mil planetas de distancia de su hija? ¿Qué lugar ocupa en este juego de ausencias Mateo, el psiquiatra de Elio, que tiene que ayudarlo a transitar por el duelo de una pérdida que primero debe desentrañar si ha sido accidental o provocada? Elio no sabe cómo se llama un mellizo cuando el otro muere, pero sí sabe que Eva ya no está, ha volado. Lo que ella siempre ha querido. Ahora tiene que decidir qué desea hacer él: cómo contar qué le ha sucedido a su hermana, y con su propia vida.



Irrepetible, Roy Galán, Alfaguara, 2016.

“...este es el libro que me hubiera gustado leer después de que las cenizas de mi madre se ahogaran en el mar azul.”

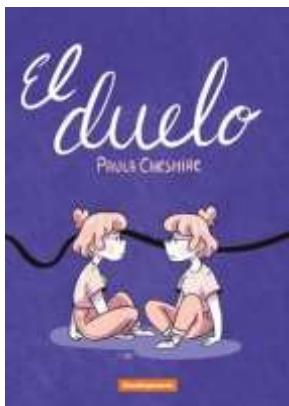
Un libro escrito desde fuera ver lo de dentro. Un libro especial y sencillo para que lo entienda todo el mundo. Un libro cargado de ternura que reivindica lo hermoso de nuestra existencia. Un libro para recuperarse de lo triste de nuestro paso por la misma. Un libro para confiar de nuevo en la vida. Un libro, en definitiva, para que todo vaya bien.

A partir de 15 años



Amigo muerto, Simon Gärdenfors, Liana Editorial, 2021.

Cuando Simon tenía diecisiete años, recibió una llamada telefónica del hospital: su mejor **amigo** Kalle había fallecido repentinamente a causa de una meningitis. Simon relata como él y Kalle se hicieron amigos, la divertida relación que tenían cuando eran adolescentes y como continuó con su vida tras la muerte del amigo. Es una historia íntima, pero en su narración biográfica el autor nos habla también de aquellas personas que formaron parte de su vida y de la de su mejor amigo. El retrato más impactante es el de la madre de Kalle, Anna, obligada a buscar una forma de sobrevivir a la pérdida de un hijo. Un *cómic* sobre la pérdida inesperada de un ser querido.



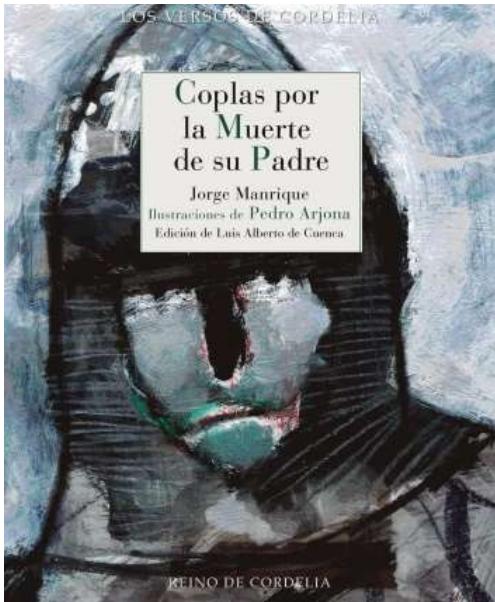
El duelo, Paula Cheshire, Fandogamia, 2023.

¿Qué ocurre cuando alguien muere? Lo cierto es que no hay una respuesta correcta. Solo se sabe lo que queda entre los vivos: una vorágine de sentimientos y el tener que lidiar con el hecho de que alguien, que había estado siempre, ya no esté. Paula narra el proceso de duelo tras la pérdida de su **madre**, atravesando las diferentes etapas que tienen, como fin, una sola cosa: aprender a vivir con el dolor y poder transformarlo. Un *cómic* que trata de cómo afrontar la pérdida-



Sábanas, Brenna Thummler, La Cúpula, 2022.

Los trece años de Marjorie Glatt no son como los de los demás, tras la muerte de su **madre** se encargada de administrar la lavandería familiar al tiempo que intenta sobrevivir al instituto, en su día a día debe lidiar con clientes quisquillosos, compañeros de clase insopportables, lecciones angustiosas de natación y la lavandería. Wendell también es un poco diferente. Pero es que él es un fantasma, aunque se resista a aceptar su nuevo estado. Cuando sus mundos chocan y Wendell convierte la lavandería de los Glatt en su patio de juegos nocturno, no se da cuenta que sus torpes intentos de forjar una amistad pueden poner en peligro la vida que Marjorie está luchando por mantener. Este *cómic* es una historia delicada que habla de duelo, segundas oportunidades y amistades poco probables, pero, sobre todo, es una invitación a una lavandería bastante atípica en la que hasta las sábanas pueden cobrar vida.



Coplas por la muerte de su padre, Jorge Manrique.

*Nuestras vidas son los ríos
que van a dar en la mar,
que es el morir:
allí van los señoríos
derechos a se acabar
y consumir;
allí los ríos caudales,
allí los otros, medianos
y más chicos;
allegados, son iguales
los que viven por sus manos
y los ricos.*

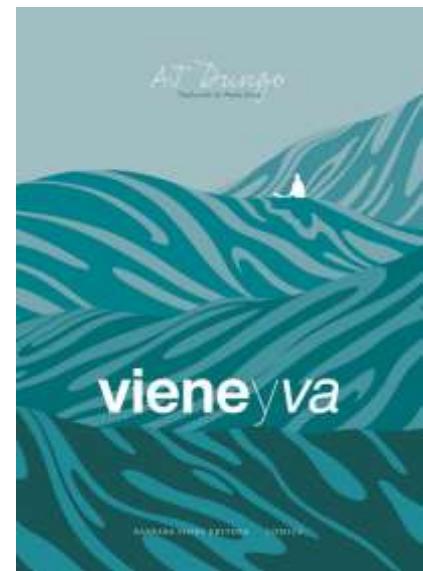
La mujer de la guarda, Sara Acosta; Alejandra Acosta, Milenio, 2018.

Tras la pérdida de su **madre**, Jacinta debe hacerse cargo de sus dos hermanos pequeños. Es mucha responsabilidad para una niña, pero una mujer en un caballo azul vela por ella. No es un cuento ilustrado al uso, ya que las imágenes se ubican al principio y al final del libro. En las dobles páginas, inquietantes figuras azules repletas de ojos nos observan, sumergiéndonos en un mundo onírico y misterioso. En el centro encontramos la historia, narrada con delicadeza, y otro relato más intercalado con ella, diferenciado por el tamaño y el color de la tipografía.



Viene y va, AJ Dungo, Barbara Fiore Editora, 2021.

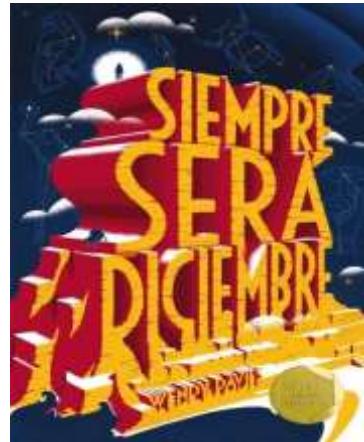
Esta *novela gráfica* en dos tonos de colores ofrece a los lectores una doble narración. El surfista e ilustrador AJ Dungo reflexiona sobre el amor, la pérdida y la soledad. El autor narra la intensa relación con su **pareja**: las emociones de sus primeros encuentros de adolescentes, la violencia de la lucha contra el cáncer y la dignidad y valentía de la joven ante la muerte. Dungo revela escenas íntimas y poderosas de la pasión compartida por el surf, los tratamientos de quimioterapia y la dulzura de los últimos momentos vividos juntos, sin olvidar los momentos de esperanza. Con el surf como punto de unión entre las dos narraciones, Dungo combina con gran delicadeza las secuencias en color verde azulado de su historia con la historia del surf en color sepia.



Siempre será diciembre, Wendy Davies, SM, 2017.

Sam ha muerto y tras su fallecimiento solo quedan secretos y mentiras. Escrita a dos voces, la del mejor amigo de Sam y la de su hermana melliza, esta novela ahonda en los sentimientos de ambos ante la pérdida de un **ser querido**. Una buena tensión narrativa sirve de marco a interesantes reflexiones sobre la muerte, la vida y el amor.

Historia de búsqueda de la propia identidad, que aunque comparte lugares comunes a muchas de las novelas juveniles de hoy en día, posee un profundo trasfondo que describe a la perfección las relaciones familiares de sus protagonistas.



Todas las cosas que no vi, Paula Praes González, Montena, 2024.

Hay días que tu memoria intenta borrar, pero que te persiguen allá donde vas.

¿Cómo sigue la vida cuando pierdes a tu mejor **amigo** con quince años, cuando no se hace justicia y una parte de ti se va con él porque no pudiste ayudarlo?

Mezclando pasado y presente, Adriana recuerda su adolescencia junto a Aitor y Xabi, sus amigos íntimos, su primer beso y su primer desamor, y trata de reconciliarse con la pérdida de un amigo al que nunca olvidará.

Un testimonio desgarrador sobre el bullying, lleno de realismo, pero también de luz y esperanza.



Que se me pare el corazón si te olvido, Andrea Maceiras, Anaya, 2023.

Blue Shiva es la diosa de las redes. Pero es una diosa frágil. La noche que echa a caminar por el filo de un edificio de diez pisos, en el fondo desea que la lluvia le ponga freno a su osadía. Pero, más que de lluvia, Nordestal es una ciudad de viento.

La noticia de su muerte corre como la pólvora por todo Internet. Al otro lado de la pantalla, Ada, incapaz de aceptar que Blue Shiva ya no existe, convierte a su gemela Luna en cómplice involuntaria de una oscura espiral de retos y duelo. Por su parte, Gabriel, amigo de infancia de Blue Shiva, regresa a Nordestal guiado por los latidos de su corazón.

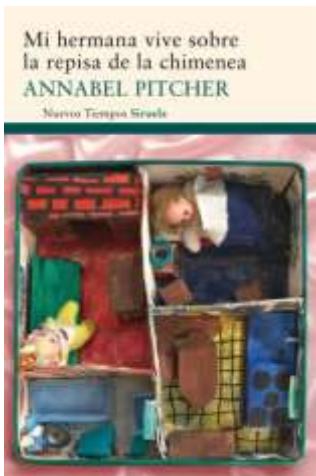




La luz difícil, Tomás González, Sexto Piso, 2023.

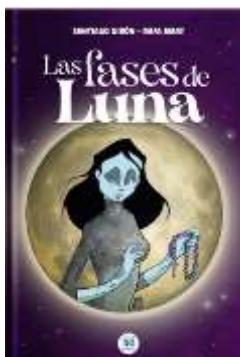
Una emocionante novela sobre el amor de un padre a su **hijo**, que celebra la vida en toda su luminosidad.

Son las siete de la mañana cuando a David lo despierta una punzada de angustia en el vientre: ha llegado el día en que está programada la muerte de su hijo Jacobo. Parapléjico tras un accidente de tráfico, el muchacho siente dolores tan fuertes que la vida se le ha vuelto insoportable. Su hermano lo ha acompañado hasta Portland, donde un médico va a prestarle ayuda, muy lejos del apartamento familiar en Nueva York, en el que David aguarda noticias del desenlace, padeciendo el paso de las horas mientras se pregunta si tal vez Jacobo, en el último momento, se arrepentirá. Casi veinte años más tarde, con la vista gastada pero la memoria intacta, David recuerda los tiempos de Nueva York, el terrible accidente de su hijo y, ante todo, la larga espera durante ese día, anhelando que no avance el tiempo mientras mata las horas trabajando en su último cuadro, en el que se esfuerza con ahínco, como si de ello dependiera la vida de todos, por plasmar el esquivo reflejo de la luz en el agua.



Mi hermana vive sobre la repisa de la chimenea, Annabel Pitcher, Siruela, 2011.

Hace cinco años que Rose, **hermana** de Jamie, murió en un atentado terrorista islámico en el centro de Londres, en Trafalgar Square. Su hermano Jamie, de diez años, sigue sin poder llorar por ello, aunque sabe que debería hacerlo porque toda su familia lo hizo. Nada va bien desde entonces: su padre bebe cada vez más; su madre los ha abandonado para irse con otro hombre; Jasmine, la gemela de Rose, ha dejado de comer y se ha teñido el pelo de rosa. Jamie se siente solo y tiene muchas preguntas que nadie le responde.



Las fases de la luna, Rafa Amat; Santiago Girón, Soldesol, 2020.

La muerte del **padre** de Luna, con quien mantenía una relación muy estrecha, la sume en una gran confusión en la que los sueños y la fantasía mandan sobre la realidad. Luna, a sus quince años, sufrirá las diferentes fases del duelo en un periplo amargo y caótico. Agotada por el dolor y la tristeza, su febril imaginación tomará las riendas para conducirla en un descenso desenfrenado a los infiernos del alma. Ni profesores, ni amigos, ni psicólogos, ni la fe cristiana, ni su propia madre, parecen frenar su enfermiza caída. *Las fases de Luna* es un cómic que representa las etapas del duelo.

El día más largo, Mario Barrachina, Planeta Cómic, 2025.

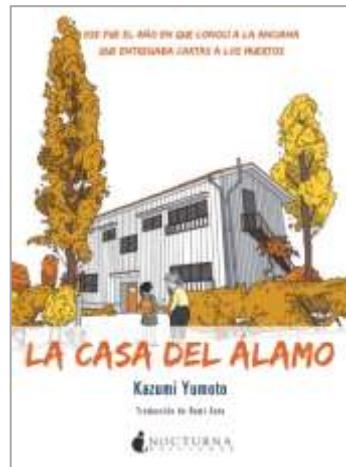
Todos alguna vez hemos tenido que decir adiós a un ser querido. Esa situación nos crea incertidumbre y tristeza, y lo que menos nos apetece es pasar el día en un lugar tan poco acogedor como un tanatorio. Mario, el autor de este *cómic*, vivió ese doloroso momento a punto de cumplir dieciocho años al tener que despedirse de su abuelo, una pérdida que supondría el comienzo de su madurez. Pero lo que amenazaba con ser un día horrible fue tenuemente iluminado por los recuerdos que vivió junto a él. A través de esta historia, Mario no quiere despedirse, sino que quiere recordarlo para siempre.



La casa del álamo, Kazumi Yumoto, Nocturna, 2017.

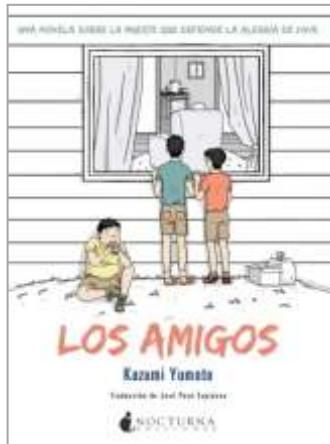
Cuando Chiaki se entera de que su antigua casera acaba de fallecer, decide asistir al funeral. Y esa última visita a la anciana le devuelve a su infancia a través de unos recuerdos en los que se entrelazan la muerte de su **padre**, los viajes sin rumbo de su madre, una casa protegida por un enorme álamo, un niño que sabe escuchar, una joven que arroja comida a los gatos desde las ventanas...

Y sí, la casera: esa mujer huraña con cientos de cartas en un cajón y el deber de llevárselas a los muertos en cuanto fallezca. Esta sorprendente novela reconcilia el dolor de la pérdida con la esperanza de lo venidero.



Los amigos, Kazumi Yumoto, Nocturna, 2015.

Con un enfoque original y diferente, este libro constituye una interesante aproximación para adolescentes al tema de la muerte. La historia, desarrollada en el transcurso de un verano, empieza como una aventura de acercamiento y curiosidad por la muerte desde un punto de vista algo distante, y acaba convirtiéndose en toda una experiencia de aprendizaje vital para tres jóvenes amigos. Los protagonistas evolucionan desde sus prejuicios, crudeza y falta de empatía iniciales, hasta implicarse completamente en la situación. De forma colateral, refleja también la soledad y el ostracismo en el que, por motivos muy diversos, acaban viviendo muchas veces las personas mayores, y cómo la solidaridad y el interés por el otro consiguen romper estas barreras. La habilidad de la autora para plantear un relato de adolescencia en el que se traten temas vitales de forma original, sin recurrir a historias de amor o desamor, es especialmente significativa.





Lo que se siente al flotar, Helena Fox, Molina, 2024.

Biz sabe cómo flotar, bien pegada a la superficie. Tiene amigos, a su madre, a los mellizos. Tiene a Grace. Y a su **padre**, que no debería estar aquí, pero está. Así que Biz no le dice nada a nadie sobre sus pensamientos oscuros. Y, por supuesto, nada sobre ver a su padre, que murió cuando ella tenía siete años. Pero tras el incidente en la playa, los lazos que atan a Biz con la realidad se deshacen. Su mundo se desmorona cuando su padre desaparece. Igual sería más sencillo dejarse ir hasta flotar muy lejos. Tal vez sería preferible quedarse para traer a su padre de vuelta. O quizás hay una tercera opción, aunque Biz todavía sea incapaz de verla



El libro de las muertes extraordinarias. Historias reales de vidas truncadas. Cecilia Ruiz, Avenauta, 2019.

Cecilia Ruiz compone un relato macabro y agudo que describe las extrañas defunciones de pensadores, escritores, monarcas, artistas o anónimos personajes a lo largo de la historia.