M.E.S.Es

¿Qué les decimos a los niños?

Los hermanos

Todos los niños, sin importar su edad, pasan también por una etapa de dolor y duelo. Pueden sentirse atemorizados, portarse mal o necesitar atención especial. Algunos niños incluso pueden pensar que se van a morir. Afrontarán mejor el dolor si saben lo que está sucediendo.

En cada nuevo embarazo, los niños crean numerosas fantasías respecto al hermano desconocido, futuro compañero de juegos, pero también rival temido y odiado que puede "robarle" el amor de los padres.

¿Cómo ayudar a sus otros hijos?

Cuando se produce la muerte del hermano, sin siquiera haber podido conocerlo, se crea una gran confusión en el niño que no logra comprender la situación ni obtener respuestas satisfactorias a sus preguntas. En su mente infantil, que mezcla fantasías y realidad, sin conciencia de sus propios límites, se cree el causante de la muerte del hermano. Estas fantasías se intensifican por la actitud de los adultos: los niños son las grandes víctimas del silencio.

En general, los adultos creen que:

- los niños no se dan cuenta de lo ocurrido
- no hay que mostrar tristeza delante de ellos
- hay que callarse para evitar que sufran

Por el contrario, los niños perciben claramente que algo ha ocurrido respecto al hermano:

- la madre ya no tiene "la panza"
- fue al hospital y volvió sin el bebé
- hay conversaciones y un clima diferente a lo habitual

El proceso de duelo en los niños es igual al de los adultos, por lo tanto, el niño tiene las mismas necesidades de hablar, de saber, de llorar, etc. El saber calma sus vivencias de culpa, y el ver sufrir a los padres le demuestra el cariño que los padres sienten por sus hijos.

Generalmente nadie ayuda a los niños a manejar sus sentimientos que los llenan de temor. Los adultos no hablan con el niño sobre lo que sucedió por:

- temor a que el niño -o ellos- irrumpan en llanto
- no saber qué decir o cómo decirlo

Al intentar proteger a los niños de los sentimientos penosos, éstos quedan aislados y excluidos de importantes eventos familiares. Los niños perciben que algo anda mal, pero no pueden validar esta percepción. El protegerlos de la realidad de la muerte también les niega la realidad de la vida y la oportunidad de madurar y aprender a manejarse en este tipo de situaciones.

M.E.S.Es

Algunas formas que pueden ayudarlos a entender la muerte del bebé:

- **Háblele de la muerte con palabras sencillas y honestas.** Puede decir, por ejemplo, "el bebé no creció" o "el bebé nació muy pequeñito". No use palabras que los confundan, como "el bebé está durmiendo" o "mamá perdió al bebé".
- **Los niños precisan que se les repita la información**. Ellos están en pleno desarrollo, harán preguntas y comentarios acerca de la pérdida en un intento de procesarla en un nuevo nivel de comprensión.
- **Léale a sus hijos historias que hablen sobre la muerte y pérdida**.
- **Anímelos a hacer preguntas**. Dé tanta información como sus hijos necesiten, pero no les explique más de lo que estén preguntando.
- **Esté atenta a los cambios en el comportamiento de sus hijos**. Pueden sentirse heridos, confundidos y enojados como usted. Los más pequeños pueden actuar malhumorados y apegados. Pueden actuar o hacer cosas que hace mucho tiempo que no hacían. Los más grandes pueden estar más preocupados por la escuela, los amigos o los deportes. O quizás no demuestren reacción alguna ante la muerte del bebé. Es posible también que hagan preguntas que a usted le pueden parecer groseras o desinteresadas. Ésas son reacciones normales. Tenga paciencia y sea lo más cariñosa posible.
- **Explíqueles que ellos no se van a morir.**
- **Dígales que nadie tiene la culpa de la muerte del bebé.**
- **Pídales que busquen su propia forma de recordar al bebé**. Los más grandes quizás quieran ir a la misa o funeral. Los más pequeños pueden hacer un dibujo o recuerdo para el bebé.
- **Avise a las maestras y otras personas que cuidan a sus hijos lo que ha sucedido.**

Cada edad es diferente

Hasta los cinco años aproximadamente, los niños viven la muerte como una situación temporaria de separación, como una pérdida de vitalidad, como partir o soñar, como un estado de inmovilidad, ya que aún no se tiene conciencia de que es algo irreversible.

En el niño pequeño, la principal angustia de muerte se vincula al temor de ser abandonado o separado de sus padres y quedar desprotegido, cuando el niño fantasea con la muerte, fantasea con la muerte del otro. En la medida que el niño va perdiendo la relación de estrecha dependencia de los padres, que va adquiriendo autonomía, vive una serie de duelos, que hacen que sea temprano su contacto con las vivencias de muerte.

Entre los seis y los doce años, se empieza a ver la muerte como irreversible: es como un viaje sin retorno, pero el difunto sigue viviendo en otro lugar (por ejemplo en el cielo). Es común la creencia de que al menos el individuo continúa existiendo en otro mundo, que generalmente es imaginado como lo opuesto.

Después de los doce, la muerte es entendida como un estado irreversible, como algo que sucede en el interior del ser humano y responde a una ley biológica universal que no se puede evitar.