



CIETSGe
Centro de Investigación y Estudios de
Trabajo Social en Gerontología



dgapa

Dirección General de Asuntos
del Personal Académico

Universidad Nacional Autónoma de México
Escuela Nacional de Trabajo Social
Centro de Investigación y Estudios de Trabajo Social en
Gerontología

2° Seminario internacional y multidisciplinario de los cuidados paliativos y tanatología para la atención de personas con pronóstico corto de vida y sus familias.

Duelo en Niños y Adolescentes

Mtra. María Martha Leticia Cortés Avilés

Fundación Murehi

MUERTE

ÉPOCA MEDIEVAL

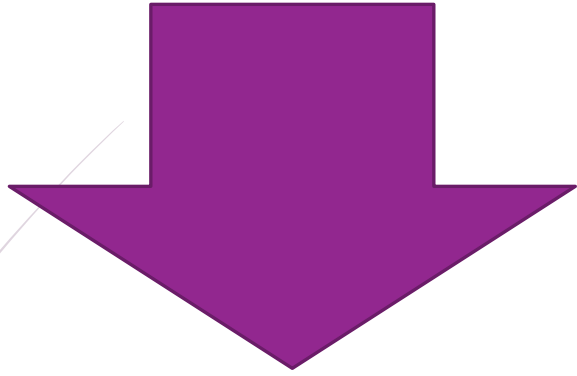


ACTO SOLEMNE Y PÚBLICO



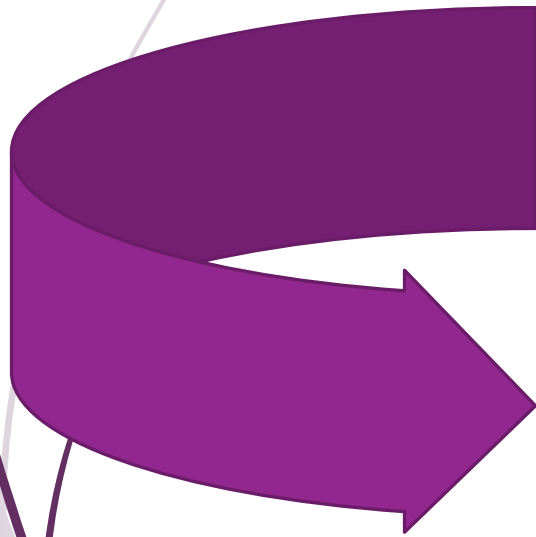
MORIBUNDO COMO FIGURA
IMPORTANTE

MUERTE



HORROR

MIEDO



TANATOFOBIA





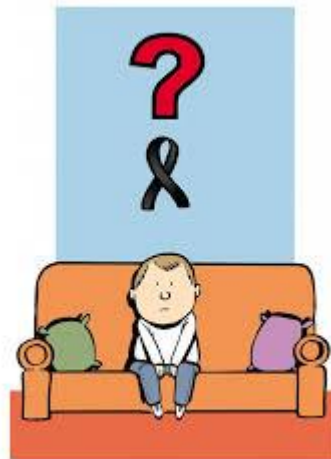
- Paulatinamente el proceso de la muerte se ha ocultado y se priva al niño de estos eventos.
- Antes se velaba a los muertos en casa y nos permitían como niños ver al fallecido.

- Ocultan al niño la muerte con el afán de que no sufra.
- Que piense que se fue de viaje o pronto vendrá.



IDEAS DEL ADULTO

□ EXCUSAS



MINIMIZA LA IMPORTANCIA DEL HECHO DE LA MUERTE

- Cuanto menos sepa mejor.
- Es muy pequeño.
- Casi no se entera.
- Es mejor no dar detalles.
- Es un niño es preferible que esté distraído.
- Es mejor no decírselo.
- Podemos hacerle mucho daño, etc.



- Los alejamos de habilidades que son necesarias para reponerse de reveses de la vida que la realidad nos tiene preparada en algún momento del proceso evolutivo.

Evitamos enfrentarnos a dar explicaciones y aclaraciones que pueden ser dolorosas, pero necesarias para un sano crecimiento.



Todos los niños y adolescentes tienen derecho a recibir la información que sea ajustada a la situación real, teniendo en cuenta el momento de desarrollo en el que se encuentran.

Antes de que iniciara la pandemia:

- ❑ Los adultos no nos ocupábamos de la muerte.
- ❑ Dejando de lado con ello el interés de orientar a los niños respecto al cuidado de la salud.
- ❑ Hablar de la muerte se veía aún más lejano.
- ❑ Inadecuado.
- ❑ Superfluo.
- ❑ Quedando muy pocos deseos de hablar de lo plausible, de lo real, de lo inminente como lo es la muerte y muchísimo menos hablar de la propia muerte.





TOCO MADERA

Negación de la MUERTE


Gala León

- 1.- Cambios físicos reales o imaginarios.
- 2.- El tener la noción del imparable paso del tiempo.
- 3.- El dolor y el estrés real y/o anticipado que se da en la enfermedad crónica.
- 4.- Los miedos personales asociados a la muerte.





- ❑ **EL DUELO.** Es un proceso de adaptación normal que sigue a la pérdida de un ser querido, mascota, amigo, cambio de casa, sentido de vida, etc. Y que era altamente significativo para la persona (lucha de emociones).
- ❑ **Es un proceso**, no es inmediato, requiere de tiempo.
- ❑ **Es dinámico**, hay cosas que las personas pueden hacer en el proceso. Hay un cúmulo de emociones que están en lucha.
- ❑ **Es normal**. Es común a las personas tras la muerte de un ser querido.
- ❑ No es una enfermedad.
- ❑ Es necesario que el doliente se muestre con reacciones EMOCIONALES.
- ❑ **Es un proceso único.**

- 
- Con los niños y adolescentes hay que hablar en casa de esas pérdidas legitimando sus emociones.
 - **Implica un trabajo personal.**
 - De acuerdo a **William Worden** se trabajará con el menor y el adolescente:
 1. Aceptar la realidad de la pérdida.
 2. Trabajar las emociones que conlleva la pérdida.
 3. Aprender a vivir en un mundo en donde la persona fallecida está ausente.
 4. **RECOLOCAR EMOCIONALMENTE AL FALLECIDO Y SEGUIR VIVIENDO.**

DUELO: ELIZABETH KÜBLER ROSS



1.- LA NEGACIÓN. *Se rechaza la verdad*, se intenta ocultar.

- Es frecuente escuchar frases como “no es posible” “no puede ser”.
- Se puede presentar una exaltación exagerada”.

2.- IRA O ENOJO

Su primera reacción es el reproche injustificado y lanzar la pregunta **¿por qué a mí?**

Mucha impotencia hay en el corazón y se busca ***culpar a todo el mundo.*** Aquí se generan ***sentimientos de envidia o coraje hacia los demás*** que no están viviendo la pérdida.



3.- NEGOCIACIÓN

Durante la enfermedad previa a la muerte, se espera una curación milagrosa o la prolongación de la vida, **no se acepta la verdad**, se puede decir que es un **mecanismo para ganar tiempo**, pues no se puede aceptar la pérdida tan fácilmente, se necesita ir adaptándose poco a poco a la tristeza. Se intenta hacer **pactos con Dios**.

¡Déjame o déjalo vivir y hago esto, aquello, o lo otro!



4.- DEPRESIÓN

Es una tristeza o enojo hacia dentro.

Falta de ánimo

Desamparo

Malestar físico



Tristeza

Alejamiento del entorno

DEPRESIÓN



5.- ACEPTACIÓN

El fin del duelo es la aceptación de la pérdida y es lo que permite volver al equilibrio de la persona. ***El proceso de curación ha culminado***, pero ha dejado cicatriz que recuerda al pasado. Cuando llega la aceptación, se propician nuevos comienzos, **aprovechando lo que se tiene para salir adelante.**



Factores esenciales en la elaboración del duelo

- Las relaciones con la familia extensa, el entorno y el medio educativo.
- El adulto transmitirá enseñanza de manejo del duelo positiva o negativa.





- Investigaciones de la UNAM.
- *Contención emocional.*
- *Fluidez de emociones ante la pérdida.*



DUELOS SANOS



TIPOS DE DUELO

Duelo funcional o no complicado

Los niños con ayuda de las figuras parentales o significativas logran ajustarse a la pérdida del ser querido.



Duelo anticipatorio

Aparece ante la inminente muerte o enfermedad terminal del ser querido.



Duelo aplazado

Aparece en los adolescentes que deciden congelar o retrasar la elaboración de su duelo.



Resolución del duelo

Familia normalizada permite a todos sus miembros procesar y vivir su duelo de una manera personal, libre, a su propio ritmo.

EL DUELO se considera resuelto cuando:

- Se puede recordar al fallecido sin tanto dolor y sin llanto.***
- Se pueden establecer nuevas relaciones sin que esto provoque desconcierto o enojo.***



DUELO COMPLICADO O PATOLOGICO

Duelo complicado o patológico.

El proceso de duelo no se inicia, pudiendo ser la causa que el shock inicial es muy fuerte que ***se queda estancado el proceso***, quedando indefinidamente sin evolucionar.

Criterios para decirse que se trata de duelo complicado:

- Estrés por la separación afectiva que lleva la muerte.
- Estrés por el trauma psíquico que supone la muerte.
- Sintomatología presente seis meses después del fallecimiento.
- Importante deterioro de la vida familiar y escolar.



MITOS SOBRE EL DUELO EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

□ ***“Las y los niños no se dan cuenta de lo que sucede tras una pérdida”.***

Pese a este argumento se ha demostrado que se dan perfecta cuenta de la muerte de personas significativas para ellos.

“Los niños y las niñas no elaboran duelo”.

□ Desde luego que sí lo elaboran, pero de una manera diferente a como lo hacen los adultos.

“Debemos protegerlos para que no sientan dolor y sufrimiento, por lo que es mejor disimular y no mostrar nuestro dolor”.



“En la infancia no se comprenden los rituales y además les puede traumatizar, por lo que es mejor no asistan a ellos”.

Lo que sí es cierto es:

- El niño **menor de tres años** es más probable que se pueda asustar.
- **Entre cuatro y seis años** es posible acudir a los rituales sin que estén cargados de gente, los especialistas recomiendan será mejor acudir cuando haya grupos reducidos de personas. Pensamiento mágico.
- **A partir de los seis años** es adecuado que asistan los niños al velatorio, siempre y cuando estén acompañados de un adulto que esté dispuesto a contestar todas las preguntas que este le haga. Salto del pensamiento.

CONCEPTOS CLAVE PARA EXPLICAR LA MUERTE A LOS NIÑOS Y ADOLESCENTES

1.- IRREVERSIBILIDAD. *Aquello que ha muerto no va a volver.*

- En el ámbito cotidiano los niños cuando ven caricaturas, dibujos animados se retrata la muerte como algo temporal. No le es permitido estar en los rituales de velación y seguirá pensando que está de viaje.
- Desde la lactancia hasta los tres años de edad no comprenden el concepto de muerte, pero sí viven el abandono o separación percibida como amenaza de seguridad y bienestar.



2. UNIVERSALIDAD

Todos los seres vivos mueren en algún momento.

- Hasta los seis años no entienden la idea de universalidad de la muerte, creen que ellos y sus seres queridos vivirán siempre.

Se les dice a los menores cosas tales como:

- “No te preocupes eso no me pasará a mi”.
- “Eso le ocurre a la gente mala”.
- “Siempre voy a estar a tu lado”.
- “No te voy a fallar”.
- Le da al adulto gran **temor ante la pregunta del niño ¡papá, mamá! ¿tú te vas a morir?**

- Se podrá contestar siempre afirmando que sí.
- *“Si mi amor, si voy a morir cuando pase mucho tiempo”.*
- *“Las personas podemos morir después de mucho tiempo, o cuando están muy malitas”.*
- **Utilizar el recurso de la postergación disminuye un poco la angustia** del menor. Ante la pregunta ¿tú te vas a morir? Sería adecuado contestar: “mi amor lo normal es que yo me muera cuando tú seas más mayor con el fin de que te puedas cuidar solo”
- ¿Qué pasará si mi papá se muere?
- “Yo cuidaré de ti para que tengas lo que necesitas”.

- ***TODOS MORIMOS***



3.- EL CUERPO DEJA DE FUNCIONAR

Todas las funciones vitales se paran tras la muerte.

- La confusión en este punto es que como adultos en muchas ocasiones utilizamos un lenguaje incorrecto con el menor utilizando frases como:
- “Se murió el celular”.
- “Papá va a estar siempre a tú lado”.
- “La muñeca tiene frío”.
- “Seguro que te va a ayudar desde el cielo”.

Se afecta al menor con argumentos fantasiosos por dos motivos:

- **1.- En el niño existe un escaso desarrollo cognitivo y relacionan la muerte como un sueño.**
- Pueden mencionar si les dará frío en el ataúd, si verán televisión, si les da miedo la oscuridad, etc.



□ 2.- Dificultad de las explicaciones del adulto.

Los adultos damos vida al muerto con expresiones tales como: “papá te verá desde el cielo”, “la carta que le hiciste le encantará”.

”Se quedó dormidito y tranquilo”, lo cual hace que el menor no vea la muerte como la finitud de la vida.

□ Da como resultado:

- * Miedo a dormir solos.
- * Miedo a dejar la luz apagada.
- * Temor a fantasmas o apariciones.
- * Miedo a quedarse solos o en casa.



4.- HAY UNA CAUSA

La muerte tiene una explicación y es física.

- Se tendría que **explicar la causa física**, no lo morboso del evento.
- La **metáfora en el niño no funciona**, lejos de ayudarlo lo torna más ansioso, “se durmió y se quedó tranquilo, pero ya no pudo despertarse”, “tu hermanita era tan buena que el niño Jesús quiso que se fuera con él”.

- Es importante explicarle al niño que cuando se dice que el ser querido está en el **CIELO** se habla del **LUGAR** en el cual nos gusta **RECORDAR** a esta persona y que tiene mucho que ver con lo que le gustaba al fallecido. **RECOLOCAR LA PÉRDIDA**

Ejemplo: Mami ¿Qué le pasó a mi abuelito?

El abuelo ha muerto, esto quiere decir que su corazón ya no late, ya no lo vamos a ver nunca, pero ya no puede hablar, ya no le duele nada.

Ya no está aquí, pero me gusta recordarle en las cosas que hacía con nosotros. Me gusta pensar que está en el cielo, **ese cielo que es recordar lo que a el le gustaba.**



LA MUERTE

Puede ocurrir en un momento determinado.

- Es totalmente **independiente de la bondad o maldad de la gente** que fallece, así como edad o circunstancias.
- **Habrán personas que sobreviven y otras no**, como lo que está sucediendo ahora con COVID 19, o incluso el reciente accidente en la línea del metro.
- Finalmente es importante recalcar que **toda muerte tiene una causa**.

MECANISMOS DE DEFENSA A LA PÉRDIDA

- Enuresis, succión del pulgar,
- angustia de separación,
- miedo a morir,
- preguntar de manera reiterada por el fallecido,
- negación de la realidad,
- aislamiento,
- rabia por el abandono, proyectándola hacia los familiares,
- juegos agresivos,
- irritabilidad, pesadillas.



CÓMO AYUDAR A UN MENOR QUE VIVE LA MUERTE DE UN SER QUERIDO

- 1.- No retrasar la noticia del fallecimiento.
- 2.- Permitir que participe en los ritos funerarios.
- 3.- Estar cerca del niño, escucharle, abrazarle y llorar con él.
- 4.- No cohibir nuestros sentimientos de dolor ante la presencia del niño.
- 5.- Recuperar rápido la cotidianidad, continuar con las actividades diarias, ir a la escuela, a sus actividades y ver a sus amigos.
- 6.- Permitir al menor que manifieste su dolor a través del juego.
- 7.- Aprovechar la escuela como punto de apoyo.
- 8.- Y si muere uno de los padres, quien tendrá que dar la noticia al menor.

¿CUÁNDO DEBE DARSE LA MALA NOTICIA?

Se debe comunicar al niño de manera inmediata, o **lo antes posible**, con frases que se acerquen a lo inminente como, por ejemplo:

- “Cada vez está más débil”.
- “Está muy muy enfermo(a)”.
- “Ya no puede caminar”, etc. Esto ayudará al menor a ir comprendiendo lo que va a ocurrir.




FACTORES DE RIESGO PARA LA GRAVEDAD DEL DUELO

- Se ha encontrado que hasta el 40% de los niños en duelo padecen trastornos un año después de la pérdida.
- El 37% de pre púberes un año después de la pérdida de progenitores presentan cuadros de depresión mayor.

Algunos factores de riesgo son:

- Muerte de la madre antes de que el doliente cumpla 18 años, en especial antes de los 11 años.
- Muerte de un hermano/a en la infancia.
- Muerte de un familiar allegado que convivió con el niño.
- Abandono de la madre o padre, o ambos.
- Separaciones prolongadas, más aún si es la madre antes de los 18 años.
- Situaciones acarreadas por un progenitor gravemente afectado alterado psicopatológicamente.



Los niños que perdieron un progenitor en la infancia son más vulnerables que la población en general a presentar algún problema mental en la edad adulta.

- Trastornos de depresión y ansiedad son los más comunes.
- **Parece entonces que el haber sufrido tales pérdidas a edades tempranas les hubiesen hecho una grieta que difícilmente se cierra.**



QUE DECIR AL NIÑO O ADOLESCENTE SOBRE SU PROPIA MUERTE

En nuestra sociedad occidental la muerte de un niño aún sigue siendo un tema tabú, antinatural e inadmisibile.

- Dar la noticia de acuerdo a la edad evolutiva del menor o adolescente.
- Generalmente disfrazamos las respuestas confundiendo al menor, angustiándolo con nuestra propia angustia.


¿QUÉ PASA CUANDO SU PRONÓSTICO DE VIDA ES CORTO?

- Sería menos angustiante, que se tuviera desde pequeños una educación para disfrutar la vida con lo ineludible de este binomio que resulta imperfecto: La Muerte.
- Una explicación de acuerdo a su edad evolutiva.
- Siendo necesario que hable y manifieste todas sus inquietudes al respecto de su muerte y enfermedad.

Se podrá valorar la comprensión de su estado de salud a partir de las siguientes frases:

- Tengo una enfermedad grave.
- Estoy muy grave y mejoraré.
- Me moriré.



- 
- Por lo que, como adultos y equipo de salud se tendrá que estar alerta a cualquier manifestación de angustia del menor mediante sus dibujos, poemas, frases que dice, posturas, etc.
 - En este sentido si lo escuchamos a pesar del dolor inminente, el menor o el adolescente podrán sentirse en un clima de confianza y como parte de la dignificación de su vida manifestar pendientes tal como si fuese un adulto.
 - Tal vez desee festejar su cumpleaños, disfrutar alguna comida especial, ver a una persona en particular.
 - Mencionar que le gustaría para su ritual de despedida, etc.




RECOMENDACIONES DE MANEJO PARA MENORES Y ADOLESCENTES CON PERIODO CORTO DE VIDA

Hablar de una manera clara, sencilla, permitir que manifieste sus emociones, darle tiempo y la oportunidad de despedirse.

Al final de la vida y muy cercano a su muerte, *los niños y adolescentes tal vez se encuentren ausentes, enojados, distraídos, con llanto, sin querer hablar con nadie. Esto el equipo médico tendrá que informar a la familia que es normal* como parte de la elaboración de su propio duelo, se estará preparando para dejarse ir.

□ *El profesional a cargo del menor tendrá en estos momentos tan difíciles acompañar a los deudos enfatizando en el apoyo que dieron al menor o adolescente, es el momento de dejarlo ir con todo su amor, estar con el menor o adolescente y despedirse de él. El apoyo continuo, será necesario así sea después de concluidos los rituales con el fin de que puedan dar rienda suelta a todas las emociones que les produce la MUERTE de su hijo menor o adolescente.*

- 
- Por más que sea doloroso tanto para los padres, como para el menor será ***necesario escucharlo con la finalidad de que se pueda despedir de una manera tranquila y se pueda preparar para el final de su vida.***
 - En el caso de ***adolescentes*** propiamente dicho y a diferencia de los niños saben perfectamente la irreversibilidad de la muerte, lo definitivo de esta, siendo muy difícil el que pueda aceptar la misma ya que se encuentra también en una edad en la cual ***buscaba su independencia, cumplir objetivos y metas y su condición de enfermedad nuevamente lo llevan a la dependencia de los padres o figuras de autoridad,*** viviendo esta situación con angustia y tal vez enojo como parte del proceso de duelo anticipado.



FIN

“QUE TENGAMOS TODOS UNA BUENA MUERTE”

CONTACTO:

Mtra. María Martha Leticia Cortés Avilés

lecoav4@hotmail.com

Tel. 55 59829370 y 55 21611784

Fundación Murehi



CIE**TS**Ge
Centro de Investigación y Estudios de
Trabajo Social en Gerontología



dgapa

Dirección General de Asuntos
del Personal Académico

¡Gracias por su atención!
