

“Los bebés se dan cuenta cuando hay una muerte en la familia”

Las respuestas sinceras son mejores para acompañar el proceso de duelo infantil



MARTA V. PASCUAL, Barcelona

11/04/2016 13:57 | Actualizado a 12/04/2016 16:51

Font:

http://www.lavanguardia.com/economia/innovacion/20160411/401033380679/duelo-infantil-muerte-psicologia-innovacion.html?utm_campaign=botones_sociales&utm_source=facebook&utm_medium=social&utm_campaign=botones_sociales&utm_source=facebook&utm_medium=social

La **muerte** es una realidad que está presente en todas las etapas de nuestra vida, también en la infancia. Sin embargo, cuando toca afrontar la pérdida de un ser cercano, es frecuente que los adultos intenten camuflar o endulzar lo que ha pasado realmente. Frases como “se ha ido”, sin ninguna explicación más, pueden ser contraproducentes, ya que pueden confundir al infante y dificultar el proceso de duelo.

“Incluso los bebés se dan cuenta cuando hay una muerte en la familia”, sostiene Meritxell Puyané, autora junto a Arantxa Sabanés del libro *En la vida y en la muerte*, que ofrece unos apuntes sobre cómo acompañar el proceso de duelo en niños y adolescentes.

Sabanés destaca que un libro de estas características “quizá no hubiera hecho falta hace unos años”, cuando la estructura familiar predominante hacía que ancianos y menores convivieran bajo el mismo techo, con lo que estos últimos vivían de cerca el envejecimiento de sus abuelos. “Había un mayor conocimiento sobre cómo afrontar la muerte, aunque se hiciera por pura intuición”, añade Puyané. En la actualidad, pero, se tiende a eludir este debate porque es “incómodo”.

No hay que huir del tema, sino que hay que aprovechar cuando preguntan para afrontar la cuestión con valentía y dar respuestas sinceras adecuadas a cada edad”, asegura Sabanés. En este sentido, subraya que si los infantes perciben una actitud de miedo o incomodidad en sus familiares, optarán por no preguntar más.

Para entrar en el tema, Puyané recomienda aprovechar las situaciones en que las preguntas surjan con naturalidad, como, por ejemplo, la muerte del abuelo o abuela de otro compañero de clase. La profesora asociada de la [Escuela Superior de Ciencias de la Salud](#) del Tecnocampus indica que es alrededor de los 9 años cuando los más pequeños toman consciencia de que la muerte es algo “definitivo”. Por este motivo, defiende no ofrecer explicaciones ambiguas sobre lo que ha sucedido.

Cuando el proceso de duelo es dentro de la propia familia, Puyané avisa de que será habitual que el niño o niña insista en preguntar acerca de la muerte. “Acompañar al infante puede ser difícil, ya que el resto del núcleo familiar también está viviendo un momento muy duro”, apunta. En estos casos, Sabanés aboga por buscar algún tipo de ayuda externa, como grupos de apoyo o profesionales, para que faciliten las herramientas que permitan afrontar la situación. Sin embargo, precisa que “no hay que caer en pensar que el duelo es como una enfermedad, ni ver la tristeza como una depresión”.

“Nos debe preocupar el infante, pero tenemos que ser conscientes de que le transmitimos la manera como vivimos nosotros el momento”, recalca. Por esto, recalca Puyanés, será conveniente que los adultos se planteen a sí mismos preguntas como “¿qué ha pasado?” o “¿dónde está el abuelo?” antes de contestar la misma a los más pequeños.

¿Y cuándo es el niño quien se enfrenta a la muerte?

Más allá de la muerte de los seres queridos, hay otra situación en la que los infantes se preguntan acerca de estos temas, y es cuando es su vida la que está en peligro. Las dos autoras han intentado dar respuesta a cómo abordar estos casos con la ayuda del personal de enfermería del Hospital Sant Joan de Déu, especializado en tratamientos infantiles.

“Los profesionales nos han asegurado que los niños y las niñas son conscientes de cuándo se están muriendo, aunque los mayores eviten darles respuestas concretas”, afirma Puyanés. El hecho de estas ingresadas, las visitas de personas a quienes no ven habitualmente, la pose sería de médicos y familiares, y su propio deterioro físico son algunos de los factores que hacen que noten que algo no va bien.

Sabanés asegura que ha habido una evolución en la manera de afrontar estos casos, ya que antes se tendía a “no hablar con los niños”. “Lo más recomendable es estar atentos y contestar a las preguntas que formulan”, relata.

“Si no se les responde a sus preguntas, ellos entran en una ‘conspiración del silencio’ para proteger a los propios padres. Lo mejor es ser sinceros”, resuelve Puyané.