

Comunicación cuidada y eficaz tras la muerte de un ser querido a niños de 3 a 11 años

Alejandra Esponda Rodríguez

Licenciada en Psicología. Magister en Psicología de Emergencias. Ciudad de México

alejandraespondar@gmail.com

Teresa Pacheco Tabuena

Doctora en Psicología. Experta en Psicología de emergencias y Sucesos de Gran Magnitud. Madrid (España)

Resumen

El objetivo de este artículo apunta a la creación de un protocolo para comunicar correctamente el fallecimiento de un familiar a un niño entre las edades de tres y once años. Siguiendo pautas específicas, cualquier adulto o profesional de la salud que se enfrente a tal situación puede utilizar este protocolo para facilitar el proceso de duelo. En este documento se destacan diferentes puntos, tales como: los beneficios del proceso correcto del anuncio de la muerte; la auto preparación de la persona que transmitirá las malas noticias, la comprensión del concepto de muerte dada la edad del niño, el uso apropiado del lenguaje y la consideración de los rituales de muerte y sus particularidades culturales y religiosas. El protocolo divide el proceso de comunicar la muerte en tres momentos: antes, durante y después de que se da la noticia. Y se base en que todas las reacciones emocionales y conductuales, tanto del adulto como del menor, se consideran reacciones normales ante situaciones poco frecuentes, pero de alto impacto emocional. Por último, se incluyen pautas adicionales para quién acompaña al niño en los siguientes días de duelo, reconozca la reacciones esperadas del niño o del cuidador y tome las medidas apropiadas para facilitar la adaptación gradual de la nueva vida.

Palabras clave

Comunicación, muerte, duelo, niños, despedida.

Abstract

The objective of this paper aims towards the creation of a protocol to correctly communicate the decease of a relative to a child between the ages of three and eleven years old. Following specific guidelines, any adult or health care professional, who's facing such a situation, can make use of this protocol making the bereavement process easier.

In this paper different points stand out, such as; the benefits of the correct process of the death announcement; the self-preparation of the person who's going to transmit the bad news, the understanding of the concept of death given the age of the child, the proper use of language and consideration of death rituals and their cultural and religious particularities.

The protocol divides the process of communicating the death in three moments: before, during and after the news are given. And it is based on the fact that all emotional and behavioral reaction, both of the adult and the child, are considered normal reactions to rare situations, but of high emotional impact.

For last, extra guidelines are included for who is accompanying the child on the following days of bereaving, acknowledge the expected reactions of the child, or the caretaker, and take the appropriate actions to facilitate the gradual assumption of the new life.

Keywords

Communication, death, grief, children, farewell.

Introducción

Dar una mala noticia es una de las tareas más desafiantes para aquellos que se dedican a la psicología de emergencias, pero comunicarle una mala noticia a un niño supone un reto mayor. Existen varios manuales y guías prácticas que nos dan pautas específicas para realizar dicha tarea, y suelen tener pequeños aparatos dedicados a la comunicación para menores, pero hay poca información que trate el tema de forma específica.

La intención de realizar este protocolo es dar una herramienta más para todos aquellos que tengan que enfrentarse a informar a un niño sobre la muerte de un ser querido. Se busca que el adulto esté mejor preparado y le proporcione al menor un ambiente de acogimiento después de dicha comunicación, dado que "cuando los niños comienzan a sentirse seguros, permitirán más fácilmente que sus recuerdos y sentimientos afloran a la superficie" (Benveniste, 2000).

La dificultad de comunicar una mala noticia

La mala noticia "es la que supone siempre consecuencias negativas, la que altera las expectativas o planes de futuro de nuestro interlocutor y la que en sí supone el inicio de una crisis vital para el individuo" (Pacheco, 2009). Worden (2008), explica que trabajar con personas en duelo nos puede hacer conscientes, de forma dolorosa, de nuestras propias pérdidas, de nuestra propia muerte y generar temor a sufrir más pérdidas. Aquel que trasmite la mala noticia también tiene reacciones emocionales y conductuales dignas de tomar en cuenta.

Cid (2001) realizó una guía para adultos sobre cómo manejar el duelo en niños y explica que:

Hoy en día, en nuestra sociedad occidental, hablar de la muerte es casi "de mal gusto". Evitamos de muchas formas y por todos los medios mirar de frente a este hecho natural de la vida. Se tapa, se oculta y se aleja, como si morir fuera en realidad una equivocación o un error que no tiene por qué pasar o pasarnos (de momento).

Cuándo se debe dar la comunicación de la muerte y quién debe darla

La noticia de la muerte de un ser querido debe ser transmitida al niño lo antes posible y debemos "intentar conseguir que esta comunicación la realice alguien cercano al menor, siempre en presencia de un profesional y siguiendo una serie de pautas (...). No debemos confundirnos (...), el mejor apoyo en ese momento será una cara conocida" (Pacheco, 2009). "Cualquier aplazamiento en hacerles saber la muerte ocurrida aumentará al máximo las probabilidades de que se enteren de dicha muerte por la persona menos indicada, de la forma menos idónea y en el lugar menos adecuado" (Grollman, 1974) y "le estaremos dejando fuera de aspectos importantes y eso puede complicarnos el manejo de otras situaciones a posteriori" (Díaz, 2016).

Díaz (2016), afirma que lo ideal es que estas personas sean aquellas que estén en contacto con él de manera habitual: a ser posible sus padres o uno de ellos en el caso del fallecimiento del otro progenitor. Si han fallecido ambos, debe comunicárselo la persona que se quedará al cuidado del menor y/o quien esté más cercano a él.

El concepto de muerte en los niños

Para poder capacitar a un adulto en cómo manejar, tanto las preguntas que los menores ha-

cen sobre la muerte, como las reacciones que suelen tener después de hablarles de esto, es importante examinar ciertos factores: el concepto que los niños tienen sobre la muerte según su edad y su cultura, sus creencias (considerando a la religión como un fenómeno social que rige el pensamiento y conducta ante la vida y la muerte), las experiencias que el niño y su entorno han tenido respecto a la muerte y el contexto actual del menor.

Schilder y Wechsler (1934) realizaron las primeras exploraciones sobre las actitudes de los niños frente a la muerte y consideraron la importancia de modificar el lenguaje según se le cuestionaba sobre dicho tema a un adulto o a un niño. Así mismo, en otro estudio realizado sobre el desarrollo de la comprensión infantil de la muerte, Tau (2016) hace una investigación exhaustiva sobre los diferentes autores que exploraron y estudiaron el concepto de muerte en los niños. En dichas investigaciones se comienza a reconocer que hay diferentes determinaciones cognitivas y afectivas que finalmente indicaron lo siguiente: (...) hay dos momentos en los que es necesario hablar de la muerte con los niños: ante una pérdida o contacto con un muerto, y ante la curiosidad del propio niño. La primera regla es no hablar de cuestiones intelectuales sino del aspecto emocional, porque los chicos no comprenden la muerte de la misma manera que los adultos. La segunda regla: no usar lenguaje metafórico que no suele entenderse o suele ser entendido de manera literal —por ejemplo, decirle que la persona muerta se fue a dormir y no despertará jamás, sólo contribuiría a la generación de terrores nocturnos. También define el concepto de la muerte “como una zona de saberes, creencias, valores, y significados sociales de diferente orden” y explica que “la muerte es, indiscutiblemente, un asunto de la biología” (Tau, 2016), sin embargo, “los niños adquieren ciertas ideas sobre

la vida y la muerte aún antes de comprender los procesos biológicos implicados” Slaughter, Jaakola y Carey (Tau, 2016).

Tau y Lenzi (2016) distinguieron el concepto del espacio y el del tiempo como los “ejes fundamentales que caracterizan a la noción de muerte”. También afirman que los niños “explican” la muerte, en sentido amplio, mediante argumentos que se orientan predominantemente hacia dos momentos: el de las razones de su ocurrencia (¿por qué sucede la muerte?) y el del más allá (¿qué pasa después de que alguien muere?).

Los niños elaboran ideas originales que no sólo están relacionadas con lo que se refiere al cuerpo y su funcionamiento (Tau, 2016), sino que usan argumentos relacionados a la “imaginación religiosa y a las representaciones difundidas en cuentos, películas, dibujos animados, entre otros” (Tau y Lenzi, 2016). Hacen referencia a versiones distintas del lugar al que van los muertos, tales como el cielo, el paraíso, las nubes y otras representaciones de tinte religioso, así como imágenes transmitidas por medios de comunicación, de entretenimiento social. Y les atribuyen capacidades como la de volar, flotar, de ver desde el cielo lo que ocurre en la tierra, de leer el pensamiento de los vivos o de curarlos a distancia (Tau y Lenzi, 2016).

El concepto de muerte por edades

Para los niños de 0 a 2 años de edad no hay comprensión del significado de la muerte, solo son capaces de percibir los cambios que se producen en su entorno y en sus rutinas como consecuencia de la ausencia del fallecido, al igual que son sensibles al estado de ánimo que sus cuidadores experimentan después de la muerte sucedida (Cid, 2011).

“Entre los 3 y los 5 años (...) la muerte es para el niño como un sueño: nos morimos y luego volvemos a vivir. O como un viaje: nos vamos, pero para regresar al cabo de algún tiempo” (Grollman, 1974). Creen que la muerte es temporal y reversible, usan el pensamiento mágico para explicarse las cosas y pueden creer que la muerte o las enfermedades que causaron la muerte se contagian (Cid, 2011). La muerte es “un fenómeno irreversible porque no existe el “para siempre”. La aflicción que presentan a esta edad es muy breve pero intensa y recurrente” (Muñoz y García, 2006). En esta etapa pueden entender explicaciones sencillas y concretas, y de los 5 años en adelante deben darse explicaciones simples pero ya pueden expresar sentimientos de forma verbal (Nacif y Hegewisch, 2004), la dificultad está en que estas explicaciones deben darse con cautela porque en esta etapa del desarrollo “interpretan de forma literal cualquier explicación que les demos sobre la muerte. Si se les dice que alguien ha ido al cielo preguntarán cómo pueden ir ellos también” (Cid, 2011).

Para los niños entre 5 y 6 años de edad “los muertos se diferencian de los vivos en varios aspectos: son inmóviles, no sienten o tienen sentimientos diferentes y no pueden oír, ver, oler o hablar” (Tizón, 2004), piensan que “estar muerto es situarse en un lugar específico, sin que esa relocalización suponga, necesariamente, una pérdida de las capacidades que se poseía en vida” (Tau, 2016) y “admiten que es posible volver a vivir luego de morir —mediante curaciones médicas, descensos desde el cielo, o desentierros, por ejemplo” (Tau, 2016). “Los niños tardan en comprender la irreversibilidad de la muerte y lo que les decimos será siempre interpretado como algo temporal si no les explicamos que no es así” (Cid, 2011), para cualquier persona genera más angustia esperar que alguien vuelva y que esto nunca suceda.

Worden (2008), explica que los niños de 5 a 7 años de edad son especialmente vulnerables debido a que su desarrollo cognitivo permite entender algunos conceptos sobre la muerte, pero su capacidad de afrontamiento es poca, y por lo tanto merecen especial atención al momento de intervenir con ellos. También, “su egocentrismo (...) les lleva a sentir que la muerte es un castigo (...) que tiene que ver con sus propios deseos y fantasías (...), y con eso, al dolor por las pérdidas se sobreañade el tormento de culpa incipiente y las autoacusaciones” (Tizón, 2004).

Hacia los 8 ó 9 años ya son capaces de comprender que ellos también se pueden morir. Pueden preguntarse si ellos tuvieron algo que ver en la muerte de su familiar y desarrollar sentimientos de culpa. Puede inquietarles que sus conocidos también puedan morir y mostrar preocupación y conductas de cuidado hacia ellos. También preguntan sobre las ceremonias y las creencias religiosas y tiene curiosidad por los ritos funerarios (Cid, 2011).

Por último, según el Committee on Bioethics and Committees on Hospital Care American Academy of Pediatrics (citado en Hernández et. al. 2009), de los 7 a los 11 años de edad el niño desarrolla un pensamiento lógico y poco a poco se va tomando

Por último, según el *Committee on Bioethics and Committees on Hospital Care American Academy of Pediatrics* (citado en Hernández et. al. 2009), de los 7 a los 11 años de edad el niño desarrolla un pensamiento lógico y poco a poco se va tomando consciencia de irreversibilidad y finitud. Y afirman que de los 12 años en adelante ya tienen un pensamiento abstracto con capacidad de razonar de manera filosófica el concepto de la muerte, comprendiendo que es irreversible, universal e inevitable, y aunque

saben que la muerte puede sucederles a todos, la propia muerte se percibe muy lejana.

Las reacciones de los niños ante la noticia de muerte

Una vez hecho el análisis del concepto de muerte según la edad del niño es importante recalcar que "independientemente del nivel cognitivo que el niño tenga, su respuesta emocional respecto de la idea de muerte es fuerte y debe enfrentarse" (Hernández et. al. 2009).

Según Arriagada y Valdebenito (2011) el impacto que una situación de crisis tiene en los niños va a depender de distintos factores como: Edad del niño o la niña, recursos psicológicos con lo que cuente, reacción que tengan los adultos más cercanos, restitución de la normalidad, magnitud del evento y los efectos al que se haya visto expuesto/a tanto el niño o niña como sus cuidadores. Según Grollman (1974): No hay ningún procedimiento o fórmula simple que se acomode a todos en el momento de la muerte o en el tiempo que la sigue. Intervienen muchas variedades: el grado de unión del niño con el difunto, las circunstancias del tiempo, modo y lugar de la muerte, el concepto que de ésta tenga el niño, la reacción de adultos significativos, la salud física y emocional de los niños, sus anteriores experiencias con la muerte... Condiciones, sentimientos y actitudes distintos que dan lugar a diferentes reacciones.

Reacciones inmediatas más comunes a la comunicación de la mala noticia

Una crisis es una respuesta psicoemocional normal a una situación anormal, frente a la cual no se puede responder con los mecanismos habituales de resolución de problemas. La

crisis normalmente interrumpe y perturba el nivel de funcionamiento habitual en todos los ámbitos de la vida (Arriagada y Valdebenito, 2011). Habrá que considerar todas las reacciones que tenga el niño como normales y esperable al comunicarle la muerte de alguien, a pesar de que "no todos los niños, niñas y adolescentes reaccionan del mismo modo, por lo que es importante estar atentos a las necesidades y emociones individuales de cada uno de ellos/as" (Arriagada y Valdebenito, 2011).

Por una parte, las reacciones inmediatas a un suceso traumático en un niño pueden manifestarse como parálisis, que a menudo evitará el golpe inicial del incidente para calmar el dolor físico y emocional que provoca. A esto se le llama mecanismo de choque fisiológico y disociación, reflejado como inmovilidad e insensibilidad temporal que se da por la secreción de sustancias que libera el propio cuerpo para protegerse (Levine y Kline, 2016). Esta fase se caracteriza por la incredulidad de la pérdida, el impacto que ha provocado, oleadas de angustia aguda: agitación, llanto, sensación de ahogo, opresión, sensación de vacío en el abdomen, debilidad muscular, sofoco y repetición mental constante de los eventos que condujeron la muerte. Algunos síntomas físicos como: sequedad en la boca, respiración suspirante, debilidad muscular, llanto, temblor incontrolable, manos frías y sudorosas, náuseas, palpitaciones, mareo, etc. (Muñoz y Gómez, 2006). Pero mientras más pequeños sean, las reacciones suelen ser distintas. "Los bebés en especial tienen pocas opciones más allá de bloquearse. No es algo que eligen, es una respuesta automática cuando su aflicción ya no es tolerable" (Levine y Kline, 2016). Ante esto lo mejor que se puede hacer es esperar junto al menor a que se desvanezcan dichas reacciones, validar sus emociones y reacciones físicas, usando una voz tranquila (Levine y Kline, 2016). "El llanto y la

ira son respuestas naturales ante la pérdida y la muerte” (Tizón, 2004) y “las reacciones del niño deben continuar hasta que se detengan por sí mismas” (Levine y Kline, 2016). Permitir la expresión emocional es uno de los pilares de la intervención.

La Cruz Roja Española (2006) elaboró un díptico sobre cómo debemos de ayudar a los niños ante una situación traumática y explica cuáles son las reacciones más esperadas en un niño:

- Adoptar comportamientos que eran comunes en edades más tempranas: mojar la cama, chuparse el dedo, tener miedo ante los desconocidos, hablar como bebé, no querer estar solo, sufrir pesadillas y tener problemas de sueño.
- Expresar sus miedos a través de síntomas físicos: dolores de cabeza, de estómago, mostrarse agitado y nervioso, puede perder el apetito, vomitar o comer en exceso, en general se puede sentir “enfermo”.
- Tener cambios en el comportamiento o en el humor: mostrarse agresivo o irritable, triste y apático hacia las cosas que antes eran de su agrado, como ir al colegio, estar con los amigos o jugar.

Wolfelt (2003) realizó un libro para niños dándoles consejos y pautas ante el significado de la muerte. El libro ayuda a validarles y normalizarles reacciones emocionales y conductuales como la dificultad para realizar los deberes del colegio, el tener “oleadas de dolor”, el sentirse aliviados por la muerte de esa persona (explicando que quizá estaba enferma o quizá era una persona que no le simpatizaba), el tener ganas de estar solo o de estar siempre acompañado y el sentirse molesto o tener ganas de jugar. Esta última, es especialmente relevante

porque “el juego, el dibujo y los cuentos son el medio de expresión natural de los más pequeños” (Cid, 2011). Los niños juegan con lo que los adultos reflexionan o discuten. Lo que puede parecer un juego raro, reiterativo o sin demasiado sentido, tal vez sea en realidad un serio esfuerzo por parte del niño para comprender, para elaborar y para aceptar” (Tizón, 2004).

Los beneficios de decir la verdad

Prepararse antes de dar una mala noticia es necesario puesto que “en ocasiones la incomunicación es menos lesiva que la información mal administrada (...), dar información incierta o no comprobada, doble información, información mal dosificada o no soportable o simplemente transmitida en un momento inadecuado (...) puede perjudicar en lugar de beneficiar” Hernández et. al. (2009).

El Comité Permanente entre Organismos (ISAC) (2007), hace énfasis en la importancia del cuidado de los niños ante las emergencias y las pérdidas, y explica que: Cuando el niño sufre pérdidas tempranas (por ejemplo, muerte de un progenitor), o presencia actos de violencia física o sexual y otros acontecimientos perturbadores, en su mayoría se recuperan, especialmente si se les brinda la atención y el apoyo adecuados. No obstante, en ocasiones puede resultar afectada la posibilidad de establecer lazos emocionales estables y menoscabarse el desarrollo social y emocional durante toda la vida.

Como se explicó antes, no es necesario hablarles sobre la muerte a los niños hasta que ocurra, sino que es un tema en el que deben ser educados poco a poco. “Trabajar este tema requiere un aprendizaje, que se debe producir a lo largo de toda la vida, pues, la muerte es un

hecho inevitable (...) y repercute en cada uno de manera singular y única" (Cantero, 2013). "Los niños dependen completamente de los adultos para que lean y respondan a sus necesidades de seguridad, apoyo, cariño, autorregulación y consuelo" (Levine y Kline, 2016). Grollman (1974), expone que los adultos suelen ocultar la información a sus hijos debido al propio dolor que ellos tienen de la pérdida y suelen pensar que el suceso va más allá de la comprensión del niño o que al ocultárselo lo protegen de la angustia que están sintiendo. Frecuentemente, tienen pensamientos tales como: "Cuanto menos sepa, menos sufrirá"; "Se le pasará pronto"; "Que no nos vea tristes y así no lo pasará mal"; "Hay que distraerle"; "No le puede afectar tanto, es muy pequeño"; "Si te pregunta, dile que no pasa nada, que todo está bien"; "No le hables de lo que ha pasado, se puede asustar y no queremos que lo pase peor"; "No puede afectarle, todavía no se entera". (Cid, 2011)

Incluso es común que "en situaciones de pérdida en un menor se apresure a sustituir esa pérdida (por ejemplo, la mascota) con el fin de "salvarle" el dolor, creando sustitutos de estas carencias y disuadiendo su expresión de sufrimiento" (Muñoz y Gómez, 2006). La complicación de todo esto es que "cuando los niños no saben, pero intuyen y desean saber, lo que hacen es inventar sus propias teorías" (Cid, 2011). "El menor, de uno u otro modo, necesitará entender qué ha ocurrido en su entorno tras una pérdida, y si no se lo explicamos, él lo elaborará como mejor pueda" (Muñoz y Gómez, 2006). Debido a que los menores "no cuentan con los mismos recursos que los adultos para reunir los datos necesarios para hacer una evaluación realista, su imaginación vuela descontroladamente. A menudo los pequeños imaginan una serie de peores situaciones posibles" (Levine y Kline, 2016). Si un niño está preguntando sobre el tema, probablemente sea

porque necesita aclarar lo que él mismo ya ha construido.

La conspiración del silencio

El miedo, la falta de información y la intención de "proteger" a los seres queridos, puede llevar a la conspiración del silencio, y es quizás, uno de los mayores conflictos éticos a los que podemos enfrentarnos. La conspiración del silencio se define como "el acuerdo implícito o explícito, por parte de familiares, amigos y/o profesionales, de alterar la información que se le da al paciente con el fin de ocultarle el diagnóstico y/o pronóstico y/o gravedad de la situación" (Barbero, 2006). En el caso de la comunicación de una mala noticia a un niño, suceder exactamente lo mismo.

Cuando un profesional o un comunicador de una mala noticia se enfrenta con un familiar o allegado que se resiste a comunicar la muerte de alguien a un niño, es importante validarle sus razones y transmitirle con mucha sensibilidad y sutileza las consecuencias que puede tener el guardar dicha información. El objetivo, no es transmitirle al adulto que lo está haciendo mal, sino que la falta de información en los niños o en los adultos, puede ser contraproducente e interponerse en el necesario proceso de adaptación. (Barbero, 2006). Aquel que defiende la conspiración del silencio no tiene la intención de dañar ni de perjudicar al otro, sino todo lo contrario, suele ser un deseo de proteger al otro del dolor y también puede ser una necesidad de contener sus propias ansiedades, por lo cual, el que está involucrado en la conspiración del silencio, también tiene derecho a ser acompañado en su sufrimiento (Barbero, 2006). Es útil explicarle al adulto que los niños:

- Necesitan poder ver la aflicción e incluso la

turbulencia afectiva de sus familiares para interpretar lo que está pasando: tal vez no con toda su crudeza, tal vez no todas las veces, pero, desde luego, sí en algún momento o en alguna de sus manifestaciones. Cuando un progenitor teme o rechaza expresar sus sentimientos, es más probable que los niños oculten los suyos. (Tizón, 2004)

- Aprender a expresar incluso los sentimientos como la tristeza y el dolor por la pérdida de alguien es necesario, y su modelo para aprenderlo es viendo cómo sus figuras o los adultos más cercanos lo manifiestan, dotándolos de nuevas herramientas, puesto que negar o contener nuestros sentimientos es enseñarles que así es como deberíamos de reaccionar, quitándoles el permiso de sentirse tristes y llorar. (Cid, 2011)

“El niño, tiene pleno derecho a ser incluido en la situación que le afecta como individuo y como miembro de una familia. El silencio le priva de compartir con otros su dolor” (Grollman, 1974). Se ha comprobado que darles un espacio a los niños en el asunto de la muerte no solo le garantiza al niño que sus figuras protectoras hablan con la verdad, que son confiables evitando confusión y enojo. La adecuada comunicación de malas noticias puede minimizar el impacto psicológico de la pérdida; ayudar a la persona a poner en marcha habilidades de afrontamiento adaptativas a la situación; favorecer el desahogo emocional; apoyar en el inicio del proceso de las tareas de duelo; disminuir la probabilidad de aparición de patologías físicas y/o psicológicas, e identificar factores de riesgo e indicadores de duelo patológico. (Pacheco, 2009)

“Entre más pronto se le dé ayuda al niño (...), es menos probable que los síntomas secundarios se desarrollen. Otra certeza es que los síntomas duraderos tienden a extenderse: afec-

tan el desarrollo físico, emocional, cognitivo y conductual del niño” (Levine y Kline, 2016) y “cuando persisten los síntomas de trauma, las etapas importantes de un desarrollo normal pueden retrasarse” (Levine y Kline, 2016).

Las pautas a seguir

Distintos autores han dado pautas generales para que el proceso de dar una mala noticia cumpla los objetivos y genere los beneficios deseados. En esta revisión se encontró que todos los autores tienen algunos objetivos en común: decir la verdad, eliminar el sentimiento de culpa y resolver las preocupaciones de cada niño. Montoya, aclara que “cualquier trabajo con un menor tras la pérdida de un ser querido debe tratar tres preguntas: ¿la causé yo?, ¿me puedo ocurrir a mí, a mi papá o a mi mamá?, ¿quién cuidará de mí?” (Como se citó en Muñoz y Gómez, 2006).

En lo que respecta al lugar donde debe darse la comunicación del fallecimiento, se sabe que no siempre puede elegirse el ambiente ideal, sobre todo en situaciones inesperadas. Aún así se recomienda lo siguiente:

Elegir un lugar íntimo, que esté libre de posibles interrupciones, donde los niños o adolescentes puedan expresar sin miedo los dudas, emociones o reacciones que tengan tras serles notificada la muerte del ser querido. Ese lugar debe permitir a quienes se encarguen de transmitir la noticia la expresión emocional sin tapujos y el contacto, así como ofrecerles un espacio para comprender las distintas reacciones que pueda manifestar el menor. (Díaz, 2016).

Barbero (2006), recomienda las siguientes pautas para el proceso de comunicación con el

niño, que a pesar de estar dirigidas a profesionales pueden ser útiles para cualquier adulto que se haga responsable de la comunicación de la muerte:

1. Explorar permanentemente; no dar nada por supuesto. No hay un paciente igual a otro, cada persona es un mundo.
2. Identificar no sólo los problemas que yo como profesional, en función de mi experiencia clínica, puedo objetivar sino también aquellas preocupaciones que el paciente subjetivamente puede estar viviendo.
3. Fomentar la actitud de empatía. La empatía no sólo favorece que el otro se sienta escuchado, sino también que pueda seguir explorando su mundo interno, sin miedo a adentrarse en él, para posteriormente ir tomando decisiones.
4. Actuar desde la congruencia o autenticidad.
5. Propiciar la creación de un vínculo terapéutico. Sin éste, no hay cambio posible. Si el profesional no se vincula a fondo se dará un proceso meramente informativo, pero no comunicativo.

Por otro lado, Pacheco (2009), establece cuatro fases para la comunicación de malas noticias para adultos que también pueden ser de provecho:

1. Toma de contacto y evaluación: recaudar la mayor información del suceso, establecer un lugar con la menor estimulación ambiental y limitar el número de personas presentes para evitar contagio emocional.
2. Comunicación de malas noticias:

- Identificarse.
- Llamar a la persona por su nombre.
- Invitarla a sentarse.
- Narrar de forma breve y concisa qué es lo que ha pasado, dónde, quién estaba implicado y cuál ha sido el resultado final: el fallecimiento.
- No dejarnos llevar por nuestras propias resistencias.
- Dar espacio a las reacciones emocionales, a las preguntas y a los silencios.
- Identificar si la persona ha recibido toda la información.
- Evaluar si hay que cubrir necesidades inmediatas.

3. Despedida del cadáver: evaluar si es adecuado o no. Los sanitarios deben preparar el cadáver para que se vea lo menos impactante posible. Anticipar al familiar cómo se ve el cadáver y dar intimidad al momento de la despedida.
4. Cierre de la intervención: asegurarse que se han resuelto todas las dudas, que las emociones más intensas se han controlado y que ya hay un apoyo social adecuado.

Pacheco (2009), también hace énfasis en que la persona a la que se le comunica una mala noticia tiene que escuchar qué es lo que ha pasado: "su familiar ha fallecido". De la otra forma, lo único que se fomenta es que no se ponga en marcha ninguna habilidad de afrontamiento y se genere una irrealidad en el interlocutor.

Es más recomendable usar símiles para explicar el proceso de la muerte, pero nunca usarlo para sustituir la palabra "muerte" o "murió". Hay que "valorar en función de la situación biopsicosocial la utilización de símiles con animales, cuentos o fábulas" (Muñoz y Gómez, 2006), o emplearlos con conceptos familiares al niño, como personajes de películas que conozca.

Deben evitarse frases: como "se ha ido al cielo" o "se ha quedado dormido y no despertará", "sigue aquí pero no lo podemos ver", "está en el cielo donde hay dulces y cosas muy bellas", porque confunden a los niños y se dan mensajes poco claros. "Los niños no sobreentienden lo que les estamos diciendo: interpretan lo que les decimos de forma literal" (Cid, 2011). "Hemos de aclarar al niño que la persona amada ha muerto, no la verá nuevamente con vida" (Tizón, 2004), y como se ha insistido anteriormente, hay que asegurarles a los niños (especialmente los menores de 6 años) que ni ellos, ni el resto de la gente están por morir también.

Tizón (2004), también insiste en hablarle y tranquilizarle al niño sobre la continuidad de la vida, las rutinas, sus relaciones con los demás, para darle certidumbre al futuro y da las siguientes pautas para el duelo agudo, el momento del impacto y la crisis:

- Estar presente, pero con contención, más que con intervención.
- Los contactos físicos (besos, abrazos, etc.) de familiares y allegados son importantes.
- Que pueda ver al muerto (si él mismo o un progenitor no se oponen cerradamente), que pueda despedirse de quién se va.
- Reconocer lo importante de la pérdida y de sus sentimientos.

- Plantear a la familia la conveniencia de que en la escuela sepan de la pérdida, para que los maestros y los tutores puedan colaborar.

Worden (2008), identificó varias necesidades en los niños que han sufrido una pérdida (específicamente de uno de sus padres) y afirma que aquellos que trabajan el tema con los niños deben considerar los siguientes puntos: los niños que han sufrido una pérdida necesitan saber que serán atendidos, que no han provocado la muerte con su ira o sus defectos, necesitan información clara sobre la muerte y a alguien que escuche sus preguntas, necesitan participar y sentirse importantes, necesitan una rutina y maneras de recordar a la persona fallecida.

Cid (2011), aconseja para niños de 3 a 6 años explicarles que ante su duda de si nosotros también vamos a morir, que lo haremos cuando seamos "muy, muy, muy mayores". El uso de múltiples "muy" implica que las personas suelen fallecer cuando son ancianas, lo que implica que ellos ya serán personas "adultas". Es una forma de dar seguridad a su estado "niño". Si la muerte ha sido a consecuencia de una enfermedad, también haremos hincapié en que las personas mueren cuando están "muy, muy, muy enfermas" para diferenciar los niveles de enfermedades y ayudarles a que comprendan que, cuando se está "malito", no suele existir riesgo de muerte.

Una vez que se ha establecido el tipo de lenguaje que debemos de usar frente al niño podemos utilizar otras técnicas para complementar la comunicación de una mala noticia. Ya se ha mencionado la importancia del juego, pero existen otras herramientas en el discurso que hacen una diferencia significativa en el impacto que tiene el hablar de la muerte. Worden (2008), encontró útiles las siguientes técnicas para el asesoramiento en los procesos de duelo

con los niños, como el uso del lenguaje evocador, que se refiere a usar la palabra "muerte" y a hablar del fallecido en pasado para ayudar a aceptar la realidad de la pérdida y provocar aquellas sensaciones dolorosas que la persona necesita sentir. También sugiere escribir y/o dibujar como otros medios de expresión que permiten integrar los pensamientos y sentimientos e incluso para provocar una sensación de resolución y de significado personal a la pérdida.

Ramos (2006), propone otras técnicas de comunicación verbal: en principio la escucha activa es una de las técnicas clave para mantener una comunicación, implica mantener el contacto visual y dar muestra corporal de que estás escuchando lo que el otro dice, sin interrumpir, ni distraerse. Empatizar y resumir implican dar cuenta de que tratas de imaginar y entender lo que el otro está sintiendo y luego resumir con tus propias palabras lo que acaban de decirte. También es útil hacer reflejo de lo que el otro está diciendo, esto quiere decir que se puede repetir el contenido emocional del mensaje con el objetivo de animar al otro a continuar hablando y expresando dicha emoción. Otras técnicas involucran el dar información útil y afirmar la capacidad del sujeto para enfrentar la situación. Feixas y Miró (como se citó en Ramos, 2006).

La despedida

La importancia de evaluar si es prudente o no que el menor asista a los ritos funerarios radica en que "estos acontecimientos ayudan a fomentar la aceptación de la realidad" (Ramos, 2006). El hecho de que los niños asistan a los rituales, vean el cuerpo del fallecido y sean informados adecuadamente sobre sus dudas respecto a la muerte, ayuda de manera bene-

ficiosa al a elaboración del duelo. "En principio ningún caso es generalizable, pero la recomendación es que si es menor de siete años no se le permita acudir" (Ramos, 2006), por lo tanto se recomienda que el niño realice su propio rito de despedida, adecuado a su edad y a su personalidad (Tizón, 2004).

Cada niño, cada familia y cada cultura tendrán ritos específicos y buscarán la forma de despedirse del fallecido, y como profesionales o adultos que acompañan a los niños debemos de proporcionar todas las facilidades para que esto suceda. Wolfelt (2003), recomienda a los niños diferentes actividades útiles, como el hacer un libro o una caja de recuerdos con fotografías, dibujos y objetos o escribir una carta a la persona que ha muerto. Worden (2008), también recomienda el uso de fotografías, cartas, grabaciones de audio, videos, ropa u objetos del fallecido, para trabajar el duelo. Ramos (2006), propone "crear un rito propio visitando el lugar preferido de aquella persona o haciendo algo que le gustaba".

Si el niño desea asistir a los ritos funerarios es indispensable "explicar en términos sencillos qué es lo que va a observar allí, cuál es la finalidad y qué comportamientos pueden manifestar los adultos. Una vez que el menor tenga esa información podrá decidir si desea asistir o prefiere quedarse en casa" (Muño y Gómez, 2006). "También es fundamental que permanezcan acompañados en todo momento por un adulto que se responsabilice de ellos y que responda a todas las preguntas que necesiten resolver" (Cid, 2011). En un estudio realizado por Silverman y Worden (2008) encontraron que a la mayoría de los niños se les había ofrecido la oportunidad de participar en el funeral y habían optado por hacerlo. Se observaron mejores resultados en los niños que habían sido preparados de antemano para la ceremonia. (...). Incluir

a los niños en la planificación del funeral había tenido un efecto positivo y les había ayudado a sentirse importantes y útiles en una situación en la que muchos niños se sienten abrumados.

Diferencias culturales y religiosas en los ritos de despedida

“Una de las polémicas más antiguas de la psicología y la psiquiatría transcultural tiene que ver con la universalidad de los sentimientos y las emociones” (Pérez y Lucena, 2000). La pérdida, especialmente la muerte, provoca reacciones emocionales y procesos de duelo que suelen determinarse por las experiencias culturales y las creencias religiosas de la persona (Pérez y Lucena, 2000). “Existen en el mundo más de doscientas religiones de corte muy diverso con visiones en ocasiones antagónicas de la relación del hombre con la muerte” (Pérez y Lucena, 2000), dicho lo anterior, es estrictamente necesario preguntar e informarse sobre estos detalles antes de dar la comunicación de un fallecimiento.

Testimonios

Los siguientes, son algunos testimonios de niños que sobrevivieron a la Segunda Guerra Mundial que Alexiévich (2017) recopila y son útiles para visualizar cómo es que los niños interpretan, experimentan y recuerdan la muerte:

- Niña de cuatro años: “Cuando caen bombas escondo la cabeza y mi muñeca; la muñeca ya no tiene ni manos ni piernas. Le pido llorando a mi madre que le vende las heridas” (Alexiévich, 2017).

- Niño de siete años: “si veo a mamá muerta, nunca volverá a estar viva. Pero si no la veo, regresaré a casa y ella estará allí” (Alexiévich, 2017).

- Niña de cinco años: “aprendí a rezar durante la guerra”, “Un año más tarde la abuela murió. Para entonces yo ya sabía rezar. Rezaba y pedía que su alma volviese. Pero no volvió” (Alexiévich, 2017).

- Niño de cuatro años: “Nadie me cree, ni siquiera mi madre me creía. Cuando empezamos a rememorar, ella se asombraba: “es imposible que tú te acuerdes de eso, eras muy pequeño. Te lo habrá contado alguien...”. Pues no, lo recuerdo...” . “Me acuerdo de cómo los mayores decían: “Es pequeño. No se entera”. Yo me extrañaba: “Qué raros son estos adultos, ¿de dónde habrán sacado que no entiendo nada? Si lo entiendo todo”” (Alexiévich, 2017).

- Niña de siete años: “Nuestro padre no volvió de la guerra; a mamá le enviaron un papelito que decía que nuestro padre había desaparecido en combate. Mamá se fue a trabajar, nos sentamos lo tres y nos pusimos a llorar porque no teníamos a papá. Pusimos la casa patas arriba, buscábamos el papelito ese que hablaba de papá. Pensábamos: en el papelito no dice que papá ha muerto, dice que ha desaparecido”. Así que romperíamos el papelito y papá aparecería otra vez. No encontramos el papelito. Nuestra madre volvió del trabajo y no lograba entender por qué de pronto había tanto desorden en casa. Me preguntó: “¿qué habéis hecho?”. Mi hermano pequeño respondió por mí: “estábamos buscando a papá...”.

- Niña de ocho años: “una vez me crucé por la calle con un hombre que se parecía a mi padre. Caminé detrás de él un buen rato. Es que nunca llegué a ver a papá muerto” (Alexiévich, 2017).

Protocolo ante la comunicación de la muerte de un ser querido a niños de 3 a 11 años de edad

1. Antes del primer contacto con el menor: pautas para el profesional, familiar o allegado

- Garantizar nuestra seguridad física y la del menor.
- Localizar a la persona más cercana al niño, alguien con quien el niño se sienta protegido, ya sea un familiar o cualquier persona mayor de edad que tenga un vínculo previamente establecido con el menor, priorizando la cercanía que tengan al niño, independientemente del vínculo que los una.
- Buscar el lugar más apto para comunicar la mala noticia: sin muchos estímulos, no muy encerrado, pero que de privacidad. Si es posible hacerlo en el domicilio del niño, mejor.
- Recaudar toda la información posible sobre el fallecido y el menor, por ejemplo: edad, parentesco y tipo de relación que tenía con el fallecido, pérdidas o duelos anteriores (incluso de mascotas), religión y ritos funerarios, cuánta información tiene el niño hasta el momento y quién estará los siguientes días acompañando al menor. Indagar sobre qué cosas le gustan al niño antes de conocerlo, puede ser muy útil para establecer un lazo con él y para usar de referencia cosas que le gustan o conoce para dar ciertas explicaciones (películas y programas de televisión que disfruta, libros, personajes, etc.).
- Conocer los aspectos legales y los pasos sanitarios a seguir después de una muerte.

Esto es para poder dar pautas, psicoeducación y acompañamiento adecuado.

- Invitar a la familia o allegado a dar la comunicación de malas noticias, dando psicoeducación sobre el beneficio que tiene el que sea transmitida por él o ella. Si esto no es posible hay que explicar que es necesario que é o ella esté presente durante la intervención con el menor.
- Dar psicoeducación sobre la importancia de dicha comunicación. Un ejemplo sería: "Comprendo que es algo muy complicado y doloroso de transmitir. Muchas veces pensamos que les haremos más daño al momento de informarles sobre la muerte de alguien, pero no es así. A pesar de que en el momento pudiera tener reacciones emocionales intensas, después, todo el contexto será más coherente para (nombre del menor). Él o ella, entenderá porqué los demás lloran, porqué cambió su rutina y aprenderá a expresarse emocionalmente. Los niños se dan cuenta de lo que sucede, es inevitable. Así que, por un lado, si le explicamos las cosas como realmente son, no tendrá que imaginarse cosas terribles. Por otro lado, también sabrá que puede confiar en los adultos, porque le dicen la verdad y será más fácil que (nombre del menor) se acerque a usted para expresarse, pedir consuelo y resolver sus dudas".
- Dar psicoeducación sobre las posibles reacciones del menor: El niño puede mostrarse regresivo, es decir, que puede adoptar comportamientos como si fuera más pequeño y es completamente normal en los primeros días después del fallecimiento. Si el niño comienza a jugar durante la intervención, hay que dejarlo, es normal y funciona como estrategia de regulación emocional. Es pro-

bable que el niño lloré, se muestre enojado o incluso que parezca que no le está afectando. Le tomará su tiempo entenderlo. También puede ser que empiece a jugar o que pregunte las mismas cosas varias veces. Todo eso es normal y habrá que darle tiempo a cada reacción y poco a poco ir preguntándole qué piensa y qué necesita.

- Acordar junto con la persona allegada toda la información que se dará, el tipo de lenguaje que se utilizará y los términos que se usarán con el menor.
- El familiar o allegado debe autorizar el tipo de información que se le dará al menor de acuerdo con sus valores, creencias religiosas e inquietudes.
- Si sucediera que el familiar no está de acuerdo con transmitir la información al niño, es importante respetarlo y buscar la posibilidad de una segunda intervención con el adulto para continuar evaluando la situación. Quizá el familiar necesite su propio tiempo para sentirse más tranquilo y preparado para dar la comunicación.
- Recordar que es completamente legítimo que el adulto que trasmite la comunicación de la muerte se emocione. Si esto sucede hay que ponerlo en palabras, explicarle al niño que como adulto también siente tristeza por lo sucedido. Describir cómo se siente dicha tristeza en el cuerpo y en el pensamiento (“me dan ganas de llorar, siento la tripa diferente, respiro más rápido y pienso que echaré de menos a la persona”). Esto ayudará al niño a entender y aprender a manifestar sus emociones.

2. Durante el primer contacto con el menor: Pautas para el profesional, familiar o allegado

- Colocarse a la altura del niño o sentarse cerca sin ningún objeto o mueble en medio y en posición cómoda.
- Hacer contacto visual. Cuidar tu lenguaje corporal. Respirar.
- No tocar al niño ni ser físicamente invasivos, a menos que éste lo pida.
- Presentarnos en caso de no conocernos. Usar un tono de voz suave, que sea audible, no hablar de prisa y preguntar al niño cómo le gustaría que le llamemos.
- Usar su nombre y el de sus conocidos (ejemplo: “tu abuelo Pepe está aquí contigo y se va a quedar con nosotros mientras hablamos un poco ¿te parece bien?”)
- Si el ambiente, la situación y la cantidad de tiempo disponible lo permiten, procurar hacer una actividad con el niño, como dibujar, que le permita vincular contigo y que disminuya las reacciones fisiológicas elevadas. Si el menor ya tiene antecedentes o alguna idea de lo que ha pasado, es mejor comenzar con el proceso de la comunicación desde el principio.
- Preguntar al niño qué sabe o qué ha visto hasta el momento, o qué le han explicado hasta ahora.
- Escuchar y observar su lenguaje verbal y no verbal. No interrumpir.
- Resumir lo que entendiste que dijo el menor: “lo que entiendo que dices es...”, “dime si estoy en lo correcto...”

- Identificar fantasías: ¿qué es lo que te imaginas que pasó?
- Resumir lo que entendiste que el niño imagina o piensa que pasó: "por lo que escuchó, tú piensas o sientes que..."
- Dar información muy clara y concreta.
- Dar un relato sencillo sobre lo que pasó antes de confirmar el fallecimiento (evitar detalles innecesarios), trata de utilizar palabras que el menor haya utilizado. Por ejemplo: si el niño dice que "le coche se golpeó contra la pared", trata de usar esas mismas palabras para tu relato: "papá salió en coche a trabajar, en el camino otro coche lo chocó y papá se golpeó contra la pared.
- Comunicar el fallecimiento usando la palabra "muerte", sin sinónimos. Ejemplo: "papá ha muerto", "los médicos hicieron todo lo que pudieron pero al final tu tío murió".
- Permitir la ventilación emocional, es decir que el niño exprese física y verbalmente lo que está sintiendo.
- A partir de este momento observar con detenimiento las reacciones del menor, respetar y tolerar los silencios y sé consciente que es muy probable que sea necesario repetir la información varias veces según las dudas que el niño exprese.
- Según se observen las reacciones emocionales del menor habrá que evaluar si es necesario disminuir las reacciones emocionales intensas, acompañarlo en silencio o preguntar con tono suave si necesita algo en ese momento. "¿Hay algo que te esté preocupando en este momento?", "A cada quién le ayudan cosas distintas cuando las cosas se han puesto difíciles, hay algo que crees que podría ayudarte en este momento?", "Puede ser normal que nos pasen muchas cosas por la cabeza o que sintamos el cuerpo diferente".
- Poco a poco preguntar qué es lo que necesita saber y ofrece información sobre lo que va a suceder en las próximas horas.
- Si es necesario, dejar claro la irreversibilidad de la muerte y la "irretornabilidad" de la persona fallecida (generalmente esto aplica a niños menores de siete años). Ejemplo: "esto quiere decir que a "Pepe" no lo vamos a poder ver más...", "Puede ser que pienses que ahora no está pero que volverá, pero cuando no morimos no es así..."
- Si es necesario, usar dibujos o esquemas para explicar algo sencillo sobre el funcionamiento del cuerpo, con la intención también de que el menor entienda que fue una situación única. Ejemplo: "Mamá murió porque estaba muy muy muy muy enferma", para que entienda la diferencia entre estar "malito" y algo más grave.
- Abrir el espacio a que el menor pueda preguntar sus dudas.
- Explorar qué está sintiendo, pensando y qué le preocupa.
- Explorar si es necesario dejar claro que el menor no es responsable del fallecimiento, explorar y trabajar culpa. "¿Porqué te imaginas que esto sucedió?"
- Explorar si hay pensamientos en relación con el miedo a su propia muerte o a la de otras personas.

- Validar y clarificar constantemente: es decir, hazle saber que lo que siente y lo que piensa es normal en relación con lo sucedido. Repite constantemente lo que crees haber entendido sobre lo que te dijo.
- Si el niño deja de contestar o comienza a hacer algo para evitar la conversación hay que preguntar si quiere parar de hablar del tema. Si dice que sí, hay que parar y decirle que podrán hablar de eso más tarde. Después de eso no habrá que dejarlo solo porque esto significa que se encuentra angustiado y no está tolerándolo. Distrae al menor y después de un tiempo intenta preguntarle qué es lo que está sintiendo o pensando.

3. Cierre

- Explicar las sensaciones que puede tener los próximos días, como tener ganas de llorar, de estar solo o muy acompañado, confusión, tener ganas de jugar, tener miedo, sentirse enfermo, no poder dormir, entre otras.
- Si el niño es mayor de seis o siete años hay que preguntar si le gustaría asistir al funeral o a los ritos de despedida. Si los ritos funerarios duran varios días habrá que explicárselo también.
- Explicar lo que pasará en el funeral o en los ritos de despedida. Ser específico en qué verá, quiénes estarán ahí y cómo se estarán comportando. Dar la opción de poder irse de ahí en el momento que él o ella quiera.
- Explicar dónde dormirá, quién estará a su lado y si es posible, es mejor que el menor elija entre las opciones que tenga. Tratar de

hacer predecible los siguientes días.

- Preguntar si le apetece o no ir a la escuela o realizar sus actividades rutinarias. Si no lo desea es importante hacerle saber que no hay problema, que las actividades de todos serán un poco diferentes en los próximos días y que poco a poco se retomarán.
- Mencionar que es normal que vayan surgiendo dudas en las próximas horas o días y que puede preguntarlas siempre.
- Que al niño no le quede la menor duda de que estará acompañado en todo momento.

4. Pautas para el cuidador del niño en los primeros días de duelo

- No dejar solo al menor, pero darle su espacio. Esto quiere decir que habrá niños que quieran estar acompañados y otros que quieran mantenerse más aislados, pero es importante mantenerlos vigilados y que tengan la seguridad de que estás ahí.
- Es normal que los niños se pongan a jugar como si nada hubiera pasado, por lo que animar a jugar y a dibujar a los niños, es una forma de darles un espacio para expresarse emocionalmente, sin malinterpretar que el niño está jugando porque no siente tristeza por la pérdida. Además, de que pueden usar el juego como método de distracción ya que no siempre pueden mantener por mucho tiempo el estado de ansiedad y angustia.
- Buscar la reincorporación a su rutina lo más rápido posible.
- Dejar que el menor elija, pero continúa poniendo límites. Por ejemplo: elegir la comi-

da, si es posible, elegir quién quiere que lo acompañe en esos momentos, etc.

- Hacer rituales de despedida en casa adecuados a su edad y a sus creencias. Ejemplo: hacer un libro de fotos, tirar un globo al cielo con un dibujo o una carta, hacer alguna actividad que le gustaba al fallecido, etc.
- Comunicar al colegio del menor: es importante avisar lo sucedido al colegio del niño. No presionarlo con las calificaciones (que suelen bajar durante el primer periodo después de la pérdida). Se le puede explicar al niño que es normal no poder concentrarse cuando uno está triste, enfadado o cuando la rutina de la vida ha cambiado. Explicar que poco a poco esos sentimientos serán menos intensos y que sus notas bajas no tendrán consecuencias negativas para él. Puede ayudar el explicarle que a ti como adulto también te es difícil concentrarte en el trabajo por lo sucedido.
- Hacer saber al niño que cualquier emoción poderosa que esté sintiendo está bien. Ayúdalo a que verbalicen sus sentimientos, preocupaciones y preguntas; menciona palabras simples para reacciones emocionales comunes: enfadado, triste, asustado, preocupado, con miedo, con dolor.

Discussion

La creación de este protocolo nace de la ambivalencia que se genera cuando se sabe lo importante que es comunicarles a los niños la muerte de uno de sus seres queridos, pues se suma la dificultad que tiene encontrar las palabras adecuadas y tolerar las reacciones emo-

cionales y conductuales de un niño al enterarse de dicho fallecimiento.

Se sabe que decir y explicar la muerte ocurrida tiene beneficios relevantes que evitará duelos patológicos, retrasos en el desarrollo, confusión, entre otros, pero el miedo que genera el hablar de la muerte con los niños ha provocado que existan muy pocos documentos que den pautas específicas para hacerlo. De ninguna manera puede asumirse que los protocolos para comunicar una mala noticia a un adulto pueden ser aplicados en menores, por lo que se detectó la urgente necesidad de crear un protocolo que apoye y dirija a los adultos, allegados del menor o profesionales de la salud, en este momento lleno de emociones y sensaciones desagradables como ansiedad, tristeza, preocupación, resistencia y miedo.

También, cabe aceptar las limitaciones de este trabajo, donde el problema de querer seguir un protocolo hace que se pueda perder la espontaneidad necesaria en un momento tan íntimo y por supuesto, no siempre se podrá adecuar a todos los casos. Las situaciones ambientales, familiares, las características de cada niño y las particularidades de las situaciones en crisis, específicamente las catástrofes, no siempre permiten encontrar un contexto adecuado para comunicar la muerte a un niño.

Finalmente, a la luz de la realización de este protocolo se identificaron dos necesidades relacionadas con el tema que pueden completar el protocolo e incluso abarcar temas de prevención: la primera, es aquella de crear una guía para conocer los diferentes rituales ante la muerte según cada cultura y religión, para que aquellos que faciliten el proceso de despedida de algún familiar fallecido puedan otorgar los espacios y recursos necesarios y comprendan las reacciones emocionales de las personas o

grupos familiares sin interpretarlos como algo desadaptativo o patológico. En segundo lugar, se identificó que no existen programas educativos, talleres, ni asignaturas que hablen del proceso de muerte como parte de la vida, así como del beneficio de la expresión emocional. Incluir talleres o capacitar a los maestros para hablar de la muerte bajo un contexto adecuado a la

edad de sus alumnos, puede ser una medida preventiva para disminuir las dificultades que se presentan al momento de la crisis. No debería ser necesario esperar a que alguien muera para enfrentarse a hablar de la muerte con los menores. La muerte tiene que dejar de ser un tabú lo antes posible.

Referencias bibliográficas

Alexiévich, S. (2017). *Últimos testigos. Los niños de la Segunda Guerra Mundial*. Barcelona: Penguin Random House Grupo Editorial.

Arriagada, P. y Valdebenito, L. (2011). *Para reconstruir la vida de los niños y niñas. Guía para apoyar intervenciones psicosociales en Emergencias y Desastres*. Santiago: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF.

Barbero, J. (2006). El derecho del paciente a la información: el arte de comunicar. *An. Sist. Sanit. Navar*, 29 (3), 19-27. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v29s3/original2.pdf>

Benveniste, D. (2000). Intervención en crisis

después de grandes desastres. *Trópicos: La revista del Sociedad Psicoanalítica de Caracas*. 1, 1-6.

Cantero, M. (2013). La educación para la muerte. Un reto formativo para la sociedad actual. En *Psicogente*, 16(30), 424-438. Recuperado de: <http://portal.unisimonbolivar.edu.co:82/rdigital/psicogente/index.php/psicogente>

Cid, L. (2011). *Explícame qué ha pasado. Guía para adultos para trabajar duelo en niños*. Madrid, España: Fundación Mario Losantos del Campo.

Comité Permanente entre Organismos (IASC) (2007). *Guía del IASC sobre Salud Mental y Apoyo Psicosocial en Situaciones de Emergencia*. Ginebra: IASC.

Cruz Roja Española. (2006). *Los niños ante una situación traumática...cómo podemos ayudarles*. (Díptico). Madrid. Recuperado de http://www.cruzroja.es/portal/page?_page_id=659,12330867&_dad=portal30&_schema=PORTAL30

Díaz, P. (2016). Hablemos de duelo. Manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes. Madrid, España: Fundación Mario Losantos del Campo.

Grollman, E. (1974). En E. Kübler-Ross, R. Fulton, R. Kastenbaum, J. Folta y E. Deck, *Sociología de la Muerte*, (pp. 129-143). Madrid: Sala.

Hernández Núñez-Polo, M., Lorenzo González, R., Catá del Palacio, E., López Cabrera, A., Martino Alba, R., Madero López, L. y Pérez Martínez, A. (2009). Hablar de la muerte al final de la vida: el niño con cáncer en fase terminal. *An Pediatr*, 71(5), 19-26. doi: 10.1016. Recuperado de: <http://www.analesdepediatria.org/es/pdf/S1695403309004755/S300/>

Levine, P. y Kline, M. (2016). *El trauma visto por los niños*. Barcelona: Eleftheria, S.L.

Muñoz, F. y Gómez, M. (2006). Atención psicológica inicial durante el proceso de duelo. En R. Ramos (Coord.), *Psicología aplicada a crisis y catástrofes*, (pp. 337-352). Granada: UNED-Melilla.

Nacif, L. y Hegewisch, A. (2004). *Guía para padres de niños con cáncer*. D.F., México: Casa de la Amistad para Niños con Cáncer, I.A.P.

Ostaseski, F. (2017). *Las cinco invitaciones*. México: OCEANO.

Pacheco, T. (2009). El arte de comunicar malas

noticias en el ámbito prehospitalario. *Prehospital Emergency Care (ed. esp.)*, 2 (1), 165-169.

Pérez, p. y Lucena, R. (2000). Duelo: Una perspectiva transcultural más allá del rito: La construcción social del sentimiento de dolor. *Psiquiatría Pública*, 12 (87), 259-271.

Ramos, R. (Coord.) (2006). *Psicología aplicada a crisis, desastres y catástrofes*. Granada: UNED-Melilla.

Schilder, P. & Wechsler, D. (2012). The Attitudes of Children toward Death. *The Pedagogical Seminary and Journal of Genetic Psychology*, 45(2), 406-451. doi: [10.1080/08856559.1934.10533137](https://doi.org/10.1080/08856559.1934.10533137)

Tau, R. (2016). *El desarrollo de la comprensión infantil de la muerte humana*. (Tesis doctoral). Universidad Nacional de La Plata, Facultad de Psicología, Argentina. Recuperado de [file:///Users/alejandraespondarodriguez/Downloads/Tau_Ramiro_Tesis.pdf-PDFA%20\(1\).pdf](file:///Users/alejandraespondarodriguez/Downloads/Tau_Ramiro_Tesis.pdf-PDFA%20(1).pdf)

Tau, R. y Lenzi, A. (2016). Espacio y tiempo en las representaciones infantiles de la muerte. *REVISTA M*, 1 (2), 464-483. Recuperado de http://www.revistam-unirio.com.br/arquivos/2017/01/v01_n02_a10.pdf

Tizón, J. (2004). *Pérdida, pena, duelo*. Barcelona: Paidós.

Worden, W. (2008). *El tratamiento del duelo* (4ª ed.). Barcelona: Paidós.

Wolfelt, A. (2003). *Consejos para niños ante el significado de la muerte*. Barcelona: Diagonal.