

INFORMACIÓN *para la* FAMILIA

No. 8

(Revisado 11/98)

LOS NIÑOS Y LA PENA POR LA MUERTE DE UN SER QUERIDO

La reacción de un niño por la muerte de un ser querido es muy diferente a la reacción de las personas mayores. Los niños de edad pre-escolar creen que la muerte es temporera y reversible; esta creencia está reforzada por los personajes en dibujos animados que se “mueren” y “reviven” otra vez. Los niños de entre cinco y nueve años comienzan a pensar más como los adultos acerca de la muerte, pero todavía no pueden imaginarse que ellos o alguien que ellos conozcan pueda morir.

A la conmoción y a la confusión que sufre el niño que ha perdido su hermanito, hermanita, papá o mamá se le añade la falta de atención adecuada de otros familiares que lloran esa misma muerte y que no pueden asumir adecuadamente la responsabilidad de cuidar al niño.

Los padres deben de estar conscientes de cuáles son las reacciones normales de los niños ante la muerte de un familiar, así como de las señales que indican que el niño está teniendo dificultad enfrentándose a la pena. De acuerdo a los psiquiatras de niños y adolescentes, es normal que durante las semanas siguientes a la muerte algunos niños sientan una tristeza profunda o que persistan en creer que el familiar querido continúa vivo. Sin embargo, la negación a largo plazo a admitir que la muerte ocurrió, o el evitar las demostraciones de tristeza, no es saludable y puede resultar en problemas más severos en el futuro.

No se debe obligar a un niño asustado a ir al velorio o al entierro de un ser querido; sin embargo, el honrar o recordar a la persona de alguna manera, como, por ejemplo, encender una velita, decir plegarias, preparar un álbum de recortes, revisar las fotografías o el contar una historia, puede ser de mucha ayuda.

Una vez que el niño acepta la muerte, es normal que manifieste su tristeza de vez en cuando a través de un largo período de tiempo, a veces en momentos inesperados. Sus parientes deben de pasar todo el tiempo posible con el niño y hacerle saber bien claro que tiene permiso para manifestar sus sentimientos libre y abiertamente.

Si la persona muerta era esencial para la estabilidad del mundo del niño, la ira es una reacción natural. Esta ira se puede manifestar en juegos violentos, pesadillas, irritabilidad o en una variedad de otros comportamientos. A menudo el niño mostrará enojo hacia los miembros sobrevivientes de la familia.

**Los niños y la pena por la muerte de un ser querido, “Información para la familia” No. 8
(11/98)**

Después de la muerte de un padre o una madre, muchos niños actuarán como si tuviesen menor edad. El niño temporariamente actúa de manera más infantil exigiendo comida, atención, cariño y habla “como un bebé”.

Los niños más pequeños creen que ellos son la causa de lo que sucede a su alrededor. El pequeño puede creer que su papá, abuelito, hermano o hermana se murió porque él una vez “deseó” que se muriera. El niño se siente culpable porque cree que su deseo se “realizó”.

Los niños con problemas serios de pena y de pérdida pueden mostrar una o más de las siguientes señales:

un período prolongado de depresión durante el cual el niño pierde interés en sus actividades y eventos diarios,

- C insomnio, pérdida del apetito o el miedo prolongado a estar solo,
- C regresión a una edad más temprana por un período extendido de tiempo,
- C imitación excesiva de la persona muerta,
- C decir frecuentemente que quisiera irse con la persona muerta,
- C aislamiento de sus amiguitos, o
- C deterioro pronunciado en los estudios o el negarse a ir a la escuela.

Estos síntomas de aviso pueden indicar que se necesita ayuda profesional. Un psiquiatra de niños y adolescentes puede ayudar al niño a aceptar la muerte y asistir a los sobrevivientes para que ayuden al niño durante el proceso de pena y luto.

Para información adicional puede ver las siguientes hojas sueltas de “Información para la Familia”: #4 El niño deprimido, #7 Los niños que se niegan a ir a la escuela (ansiedad por la separación), #34 Niños con problemas al dormir, #36 Ayudando a los niños después de una catástrofe.

###

El desarrollo de la serie Información para la Familia es un servicio público de AACAP (“American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”). Solicitamos su ayuda para poder aumentar la distribución de la serie; por favor, haga un donativo (deducible de impuestos) a “AACAP *Campaign for America's Kids*”. Con su ayuda, usted respaldará el esfuerzo de abogar de manera compresiva y constante por los niños y adolescentes que padecen enfermedades mentales.

Por favor, haga su cheque pagadero a AACAP y envíelo a: AACAP *Campaign for America's Kids*, PO Box 96106, Washington, D.C. 20090

La “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP)” representa a más de 6,000 siquiatras de niños y adolescentes quienes son doctores egresados de una escuela de medicina, con por lo menos cinco años adicionales de entrenamiento en siquiatría general (adultos) y siquiatría de niños y adolescentes,

La Información para la Familia ha sido desarrollada y distribuída por la “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”. No se requiere permiso escrito para reproducir las hojas de uso personal o educativo, pero no se pueden incluir en material que se presente a la venta. Para comprar la serie de “FFF’s”, puede llamar al “AACAP Office Assistant” al: 1.800.333.7636, ext. 131