



LA EXPLICACIÓN DE LA MUERTE

- La muerte es un suceso real en la vida. Forma parte del orden natural de la existencia: nacemos, vivimos y luego morimos; pero es un tema que a casi todos nos preocupa y preferimos no pensar en ello.
- Nos cuesta aceptar el hecho de la muerte, y mucho más hablar de ella a un niño, en especial cuando se trata de un familiar o alguien muy allegado al que ha fallecido.
- La edad del niño afecta su concepto sobre la muerte. Para un niño muy pequeño la muerte no es un proceso irreversible; tal vez piense que una persona muere y luego regresa; esto puede verse reforzado por los engaños que los adultos le cuenten en su deseo de no hacerle sufrir; el niño puede quedar confundido e incluso con ciertas esperanzas de volver a ver a la persona muerta.
- Al hablar sobre este tema hay que ser directos y sinceros con los niños. Se le debe decir que esa persona ha muerto, que su cuerpo ha sido enterrado en tierra y que allí va a permanecer. Se le debe explicar que la muerte significa **NO** volver a ver a una persona, pero que siempre podemos recordarla, quererla y saber cuánto nos quería.
- Si el niño plantea preguntas sobre su enfermedad, se le dará una explicación que esté en consonancia con su edad. Los niños al saber que alguien ha muerto tras una enfermedad pueden comenzar a temer a éstas en exceso creyendo que son muy peligrosas. Se le dirá que no existe peligro de enfermarse como la otra persona, y que casi siempre nos reponemos de las enfermedades, en especial si somos jóvenes.
- Cuando muere un progenitor o familiar allegado es bueno y deseable sentir y exteriorizar la tristeza y el dolor por su pérdida. No hay que reprimir estas emociones ni los adultos ni los niños. A éstos no sólo se les debe permitir la manifestación de sus sentimientos, sino que incluso conviene fomentar este desahogo. Hay que decirles que es perfectamente normal estar tristes y llorar por ello y es bueno también que vean a los adultos manifestar su pena.



- Es aconsejable hablar abiertamente del tema, aunque él se ponga triste y nosotros también. Es bueno preguntarle si le echa de menos y le diremos que cuando

fallece alguien querido todos solemos estar muy disgustados y tristes, y que algunos creen que no es correcto sentirse así. Insistiremos en que no es nada malo sentir de esta forma y que es conveniente que nos explique todas sus angustias sobre el tema.

- Cuando muere un progenitor y deja hijos pequeños éstos suelen experimentar un gran sentimiento de abandono. Los niños se preocupan mucho de quién va a cuidarles ya que para ellos es esencial poder depender de alguien. Si el niño expresa claramente su miedo a que muera el otro padre se le dirá que, aunque todos hemos de morir algún día, es posible que éste llegue a vivir mucho y que él tendrá seguramente una familia propia cuando esto suceda. Es importante que todos los niños, en especial aquellos que ya han perdido a un progenitor y temen la pérdida del otro, dispongan de información sobre quién será la persona que podrá cuidar de ellos en el caso poco probable de que el otro padre muera. Esta información tranquilizará mucho al niño que está luchando con el miedo a quedarse solo.

- A veces el niño que es pequeño puede sentirse culpable en cierto modo de la muerte de alguien, debido a los deseos hostiles que haya podido sentir hacia él en algún momento determinado. El niño recuerda sus enfados y puede creer que, de una forma u otra, ha provocado la enfermedad o accidente fatales. Hemos de intentar corregir y eliminar estas ideas equivocadas diciéndole, por ejemplo: "Todos los niños se enfadan a veces con los padres, e incluso llegan a desearles algo malo, aunque en realidad no desean que ello suceda. Pero si algo llega a sucederle al padre o la madre, no es por los pensamientos del niño cuando éste estaba enfadado. Los deseos y pensamientos no pueden dañar a nadie"

- También pueden experimentarse sentimientos de rabia e injusticia "¿por qué a mí?" que pueden aflorar en diferentes situaciones; no debe sentirse culpable porque exteriorice estos sentimientos; se le debe decir que la muerte no fue culpa de nadie pero que puede sentirse enojado ya que casi todos los niños se sentirían igual si algo similar les sucediese. De esta manera puede saber que no es nada raro ni negativo el tener sentimientos contrarios en una situación como ésta.



- Cuando una persona muere, la existencia de los restantes miembros de la familia se complica mucho. Los niños deben asumir ciertos deberes y responsabilidades que antes no tenían. No obstante, es importante permitir que los niños sigan siendo niños.

No se les debe cargar con responsabilidades de adultos para las que no están preparados. Cuando los niños mediante palabras o actos sugieren que se harán cargo del papel de la persona fallecida, es preciso decirles de una forma clara y contundente que no es necesario que se comporten así. Tal vez tendrán que ayudar más en la casa, pero no por ello dejarán de ser niños y serán los adultos los que se encarguen de todo.

- ¿Debe asistir el niño al funeral? Si el niño tiene la edad suficiente para comprender lo que pasa, se le debe sin duda ofrecer una oportunidad (si él quiere) para intervenir en la ceremonia de duelo por la pérdida de un ser querido. Si es pequeño y aún no sabe controlar bien sus acciones, es mejor que no asista, pero hay que intentar responder honestamente a todas las preguntas que plantee sobre esta ceremonia, de forma sencilla que pueda entender. Los niños más mayores pueden asistir a los funerales. Es conveniente que aprenda a ver como normales las manifestaciones de dolor en un momento como éste. El niño debe saber que la infelicidad existe en la vida y que en su vida deberá enfrentarse a hechos tristes. El niño aprende a tratar la adversidad en base a las actitudes de la gente de su alrededor allegada a él, y el estar con estas personas durante los momentos de tristeza es una parte importante de esta experiencia de aprendizaje. Si el niño no quiere de ninguna forma acudir al funeral, no debe ser forzado a hacerlo, y tampoco se le hará sentirse culpable por su negativa.

- **Al niño que se le niega la posibilidad de participar en épocas de tristeza, se le están negando también los efectos curativos del duelo.**