

## Las Diferencias de Desarrollo en La Comprensión de La Muerte, Las Reacciones de Duelo, y en Las Formas de Ayuda

Entendiendo la Muerte	Reacciones de Duelo	Formas de Ayudar
<b>Infantil a 2 Años de Edad</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• No entienden la naturaleza o la permanencia de la muerte – esperan que la persona va a regresar</li> <li>• Experimentan la muerte como una separación – su persona especial ha desaparecido y su mundo es diferente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pueden parecer como no les afecta</li> <li>• Están buscando la persona que murió</li> <li>• Apartándose de su cuidadores o aferrándose a extraños</li> <li>• Malestar general, problemas durmiendo o comiendo</li> <li>• Lloran mas o tienen dificultad calmándose o siendo consolados</li> <li>• Inquietud, irritabilidad, rabietas</li> <li>• Aferramiento, ansiedad sobre separación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evite palabras confusas sobre la muerte, como “descansando,” “durmiendo” o “se fue.” Palabras así pueden resultar en temores de sueño o separación</li> <li>• Ayuda al niño entender que la persona no puede volver y que su cuerpo ya no funciona</li> </ul>
<b>3 a 5 Años de Edad</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Normalmente tienen una comprensión limitada de la muerte</li> <li>• Quizás creen que la persona todavía puede respirar y tener hambre o tener frío cuando estén enterrados</li> <li>• Creen que los deseos se pueden cumplir (“pensamiento mágico”)</li> <li>• Creen que la persona puede volver a vivir</li> <li>• Pueden creer que la muerte era un castigo o su culpa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pueden parecer muy bien por momentos y en otro momentos pueden tener dificultad calmándose o siendo consolados</li> <li>• Apartándose de sus cuidadores o aferrándose a extraños</li> <li>• Tienen muchas preguntas sobre la muerte</li> <li>• Confusión y temores o preocupaciones aumentados</li> <li>• Pesadillos o dificultades durmiendo</li> <li>• Quejas físicas, dolores de estómago, problemas comiendo</li> <li>• Inquietud, irritabilidad, rabietas</li> <li>• Aferramiento, ansiedad sobre separación</li> <li>• Preocupaciones sobre su propia muerte o sobre la muerte de otros</li> <li>• Pueden actuar más joven que su edad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilice simples, honestas palabras para explicar la muerte (causas de la muerte, el cuerpo deja de funcionar, no puede volver, etc.); repetir esto lo tanto que solicite el niño</li> <li>• Modela y explica expresiones de dolor</li> <li>• Evite palabras confusas como “descanse en paz” o “se fue.” Palabras así pueden resultar en temores de sueño o separación</li> <li>• Ofrece oportunidades para expresar su dolor por el arte o el juego</li> </ul>
<b>6 a 9 Años de Edad</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dependiendo de sus experiencias en la vida y la educación, podría comprender plenamente lo que significa la muerte y que es permanente y la persona no puede regresar (normalmente a los 7 años)</li> <li>• Se preocupen mucho que sus propios pensamientos o acciones causaron la muerte</li> <li>• Pueden creer que la muerte es como una persona o fantasma que viene a perseguirlos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Negación inicial o incredulidad</li> <li>• Muchas preguntas, confusiones, y temores sobre la muerte</li> <li>• Malestar general se expresa como ira, irritabilidad, o pelea</li> <li>• Dolores físicos</li> <li>• Problemas con el trabajo escolar o con perfeccionismo</li> <li>• Intentos de conformar con compañeros; pueden actuar como “no hay nada malo” o “todo está bien.”</li> <li>• Inseguridades, ansiedad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrece información exacta cuando el niño expresa confusión sobre la muerte</li> <li>• Modela e invita expresión de los sentimientos y pensamientos</li> <li>• Ofrece oportunidades para los juegos físicos (deportes, juego)</li> </ul>

Entendiendo la Muerte	Reacciones de Duelo	Formas de Ayudar
<b>10 a 12 Años de Edad</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprenden plenamente lo que se significa la muerte y que la muerte es universal (todos se mueren) y irreversible (nadie puede volver a vivir)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Shock inicial o negación</li> <li>• Ansiedad, temores, ira, irritabilidad</li> <li>• Agresión para evitar sensaciones de impotencia</li> <li>• Desconfianza o temor de a ser abandonado</li> <li>• Pueden parecer egocéntricos o callosos</li> <li>• Curiosidad o fascinación con la muerte</li> <li>• Intentos de conformar con compañeros: “nada está mal – no quiero ser diferente.”</li> <li>• Inseguridades, sentimientos de pena o vergüenza</li> <li>• Se sienten culpable o remordimientos por las acciones pasadas con el fallecido</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sin presionar a los jóvenes que hablen, haga espacio para escuchar y responder a preguntas con honestidad</li> <li>• Modela y invita expresión de los sentimientos y pensamientos</li> <li>• Ofrece seguridad y seguridad para el futuro. Ofrece proximidad física y comodidad.</li> <li>• Ofrece oportunidades para los juegos físicos (deportes, corriendo juego)</li> <li>• Es más probable que van a</li> </ul>
<b>13 Años y Mayores</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tienen una comprensión completa de la muerte – la comprenden como si fueran adultos</li> <li>• Pueden tener la capacidad de pensar abstractamente y procesar cuestiones espirituales y el sentido de la vida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se sienten culpable o remordimientos por las acciones pasadas con el fallecido</li> <li>• Sentimientos de pena o vergüenza</li> <li>• Tristeza, llanto, depresión</li> <li>• Ira (al fallecido, a él mismo, a los padres/cuidadores, a Dios, etc.)</li> <li>• Irritabilidad, frustración</li> <li>• Desconfianza o temor de a ser abandonado</li> <li>• Curiosidad o fascinación con la muerte</li> <li>• Intentos de conformar con compañeros: “nada está mal”</li> <li>• Inseguridades</li> <li>• Incumplimientos, acciones de riesgo, comportándose mal</li> <li>• Dificultades durmiendo o durmiendo demasiado, fatiga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sin presionar a los jóvenes que hablen, haga espacio para escuchar y responder a preguntas con honestidad</li> <li>• Modela e invita expresión de los sentimientos y pensamientos</li> <li>• Comparta libros, ofrece la idea de un diario, de dibujar, etc.</li> <li>• Evite poner responsabilidades o presiones de adultos en los adolescentes</li> <li>• Es más probable que van a hablar con sus compañeros y otra gente fuera de su familia; grupos de apoyo pueden ser útil</li> </ul>

**References:** *Brief Information on Childhood Traumatic Grief* (National Child Traumatic Stress Network, [www.nctsn.org](http://www.nctsn.org)), *Dougy Center Grief Resources* ([www.dougy.org](http://www.dougy.org)), *Grief in Childhood* (Pearlman,, Schwalbe, & Cloitre, 2010), *Helping Bereaved Children* (Webb, 2010)