

Los niños y el duelo: La muerte de un ser querido

Nancy McEntire

La muerte de un ser querido forma parte del ciclo vital que les ocasiona el duelo tanto a niños como a adultos. Según el Censo de los EE.UU. de 2000, el 4% de padres solteros eran viudos; el 13,9% de estas familias incluían a niños con menos de 12 años de edad (U.S. Census Bureau, 2001). Además de la muerte de un padre o una madre, muchos niños tal vez también sufren la muerte de un abuelo, hermano o amigo. Los padres y maestros pueden tomar un papel importante en ayudar a los niños a hacer frente a las pérdidas. Este Digest discute las tareas psicológicas que parecen ser esenciales para el ajuste de los niños, cómo estos conciben la muerte y reaccionan ante la muerte de un ser querido, y cómo los padres y maestros pueden ayudar a los niños a enfrentarse con una pérdida.

Las "tareas" de los niños durante el duelo

El Harvard Child Bereavement Study (HCBS, o Estudio Harvard del Duelo Infantil), bajo la dirección participada de J. W. Worden, entrevistó y dio exámenes a 125 niños entre los 6 y 17 años de edad y sus familias. Instrumentos estandarizados, como el Smilansky Death Questionnaire (Cuestionario Smilansky sobre la Muerte) y la Child Behavior Checklist (Lista de Cotejo de Comportamientos Infantiles), además de entrevistas, se utilizaron en este estudio. De estos niños, el 74% había perdido a un padre y el 26% a una madre. También se estudió a un grupo parecido de 70 niños que no habían sufrido tal privación. Worden distinguió entre cuatro tareas del duelo para estos niños: (1) aceptar la realidad de la pérdida, (2) sufrir la pena o los aspectos emocionales de la pérdida, (3) ajustarse a un ambiente en que el difunto está ausente y (4) colocar de nuevo esta persona dentro de la vida de uno y hallar maneras de conmemorarla (Worden, 1996, pp. 13-15).

Christian (1997), profesor de la educación de la niñez temprana que trabajaba con familias con el SIDA, observa que, a diferencia de los adultos, algunos niños tal vez no se den cuenta de que pueden sobrevivir sin el padre difunto. Baker y Sedney (1996), basándose en experiencias clínicas y entrevistas, hacen una lista de tareas tempranas del duelo para niños que abarca la auto-protección o la necesidad de una afirmación de su seguridad y cuidado. La comprensión de la muerte, otra tarea, exige la provisión de información a estos niños sobre cómo o por qué la muerte ocurrió. Algunos expertos creen que las abstracciones vagas podrían dejar creer un niño que los padres difuntos podrían volver si quisieran (Corr y Corr, 1996, pp. 120-121). Los expertos concuerdan en que mientras se maduran, los niños necesitan poder hacer preguntas repetidamente sobre la muerte y penetrar poco a poco su comprensión en desarrollo de un evento tan trascendental (Christian, 1997).

¿Cómo conciben los niños la muerte?

Los expertos sugieren que la comprensión de la muerte implica el entendimiento de los conceptos de irreversibilidad, finalidad, inevitabilidad y causalidad (Corr y Corr, 1996). Un estudio de 50 niños de entre los 7 y 12 años de edad exploró la comprensión de estos conceptos según la afectaban tales variables como la edad, la experiencia y el desarrollo cognitivo (Cuddy-Casey et al., 1997). Basándose en su experiencia como consejeros en el New England Center for Loss and Transition (Centro de Nueva

Inglaterra de Pérdida y Transición), Emswiler y Emswiler (2000) concluyeron que antes de los 3 años de edad, es posible que los bebés perciban una ausencia entre quienes forman su mundo inmediato y que les haga falta una persona conocida ausente, pero es poco probable que entiendan la distinción entre una ausencia temporal y la muerte. Un niño preescolar podría hablar de la muerte pero a la vez esperar que la persona vuelva. El National Center for Victims of Crime (NCVC, o Centro Nacional para Víctimas de Crímenes) ha juntado el trabajo de varios profesionales que trabajan con el duelo infantil. Este grupo teoriza que antes de los 5 años de edad, la mayoría de los niños no se da cuenta de que todos, incluso ellos mismos, morirán. Para los 9 o 10 años de edad, sin embargo, la mayoría de los niños ha desarrollado una comprensión de la muerte como final, irreversible e imposible de escapar (Worden, 1996, pp. 10-11; NCVC, 2003).

¿Cómo reaccionan los niños ante la muerte de un ser querido?

En el estudio HCBS de niños de 6 a 17 años de edad que habían perdido a un padre o una madre, los niños respondieron a la noticia de la pérdida con tristeza y lágrimas. En la mayoría de los casos el llanto se calmó o disminuyó con el tiempo, aunque el 13% de los niños todavía lloraba diaria o semanalmente aun después del transcurso de un año (Worden, 1996). Las lágrimas con frecuencia se provocaron al ver a otros llorar. Algunos niños afligidos también se ponían ansiosos por la seguridad propia o de otros seres queridos. Muchos niños en este estudio expresaron un sentido de culpa por mal comportamiento recordado u oportunidades perdidas de expresar el cariño (Worden, 1996).

Los padres y maestros tal vez observen arranques de cólera y comportamientos problemáticos entre niños que han perdido a un ser querido. La somatización (quejas físicas sin ninguna enfermedad ni base física para explicarlas) aumentó durante el primer año después de la muerte del ser querido en el 13% de los niños del estudio (Worden, 1996). La cantidad de niños que sufrieron enfermedades graves aumentó durante el primer año pero bajó hasta igualar el porcentaje de niños que no estaban de duelo durante el segundo año. Un patrón parecido se observó en la cantidad de accidentes experimentados por niños afligidos (Worden, 1996).

¿Cómo pueden ayudar los padres?

Shaw, especialista en el duelo, el trauma y la pérdida, sugiere que los padres les expliquen la muerte a sus hijos en términos sencillos y apropiados a la edad de estos. Shaw (1999) señala que los eufemismos vagos podrían confundir y asustar a los niños. Ella sugiere que los padres eviten el intento de suprimir las lágrimas o expresiones de pena del niño, le ayuden a comunicar sus sentimientos con palabras, y provean respuestas francas a las preguntas. Se puede ofrecer a los niños la opción de asistir o no al funeral u otras ceremonias conmemorativas. Si los niños deciden asistir, los padres podrían prepararlos de antemano para lo que van a observar y escuchar, incluso la pena que otras personas tal vez expresen. Los padres también podrían ayudar a los niños a hallar maneras de honrar y recordar al difunto. Los padres tal vez

necesiten reafirmar a los niños que está bien reanudar las actividades diarias normales además de volver a jugar y reírse (Shaw, 1999).

¿Cómo pueden ayudar los maestros?

Hogan (2002) sugiere que los maestros pueden facilitar el regreso a la escuela de un niño que está de duelo al comunicarle inmediatamente su simpatía, asistir al funeral y hablar con la clase sobre la muerte antes de que el niño vuelva. El maestro podría tener presente la posibilidad de que actividades relacionadas con la familia tal vez incomoden al niño. Los días festivos frecuentemente provocan una tristeza reanudada, y los maestros podrían ayudar a los niños a hacer frente a estos momentos de pena reanudada. El maestro podría mencionar también que otras personas han perdido a un ser querido, para que el niño no se sienta tan solo y diferente. Se podría tranquilizar a los niños que han perdido a un miembro de la familia con la afirmación de que con el tiempo volverán a sentir la felicidad y que es apropiado que jueguen y se diviertan.

¿Cuáles son los indicios de que un niño afligido por muerte necesita ayuda adicional?

La American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (1998) advierte a los padres y maestros que, aunque la pena disminuye para la mayoría de los niños andando el tiempo, se podría considerar la consejería si un niño exhibe varios de los siguientes comportamientos durante un período extendido:

- Depresión tan severa que el niño muestra poco interés en las actividades diarias
- Incapacidad de dormir, comer normalmente o estar solo
- Regresión a comportamientos de un niño menos maduro
- Imitación de la persona difunta
- Expresiones repetidas del deseo de unirse al difunto
- Pérdida del interés en los amigos o el juego
- Denegación de asistir a la escuela o una baja persistente y notable en el logro escolar

Conclusión

La muerte de un padre o ser querido durante la niñez puede tener efectos profundos y duraderos (Harris, 1995). Se necesita más investigación sobre los efectos de largo plazo de varias intervenciones. La literatura sugiere que aunque los padres no pueden proteger a sus hijos de la pena ocasionada por la muerte de un ser querido, sí pueden guiarlos y consolarlos durante el proceso del duelo.

Libros infantiles sobre la muerte y el duelo

Quienes trabajan con niños afligidos por muerte frecuentemente utilizan literatura como la que recomiendan Corr (2000) y otros (*Children's Books on Death and Dying*, 1997). Los títulos recomendados incluyen los siguientes libros:

Adler, C. S. (1993). *Daddy's Climbing Tree*. New York: Clarion Books. Se mata a un padre en un accidente cuando el conductor de un coche lo atropella y huye.

Anderson, Leone. (1979). *It's O.K. to Cry*. Ilustrado por Richard Wahl. Elgin, IL: Child's World. Dos hermanos lloran la muerte de un tío.

Bartoli, Jennifer. (1975). *Nonna*. Ilustrado por Joan Drescher. New York: Harvey House. Una familia hace frente a la muerte de una abuela.

Jones, Penelope. (1981). *Holding Together*. New York: Bradbury Press. Unas hermanas se ayudan durante la enfermedad y la muerte de su madre.

Stiles, Norman. (1984). *I'll Miss You, Mr. Hooper*. Ilustrado por Joe Mathieu. New York: Random House. Big Bird llora la muerte de Mr. Hooper. Contiene notas para los padres.

Viorst, Judith. (1971). *The Tenth Good Thing about Barney*. Ilustrado por Erik Blegvad. New York: Atheneum. Un niño aprende sobre la muerte mediante la pérdida de una mascota.

Wolfelt, Alan. (2000). *Healing Your Grieving Heart: 100 Practical Ideas for Kids*. Ft. Collins, CO: Companion Press. Los niños de 6 a 12 años de edad que han sufrido la muerte de un ser querido encuentran ideas que les ayudan con los sentimientos de pena.

[Traducción: Berkeley Hinrichs]

Para más información

American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. (1998). *Children and grief*. Facts for Families Fact Sheet #8 [En línea]. Disponible: <http://www.aacap.org/publications/factsfam/grief.htm>.

Baker, J. E., y Sedney, M. A. (1996). How bereaved children cope with loss: An overview. En C. A. Corr y D. M. Corr (Eds.), *Handbook of childhood death and bereavement*. New York: Springer.

Children's books on death and dying. (1997). University Park: Pennsylvania State College of Agricultural Sciences. Disponible: http://www.penpages.psu.edu/penpages_reference/28507/285072304.html.

Christian, L. G. (1997). Children and death. *Young Children*, 52(4), 76-80. EJ 544 923.

Corr, C. A. (2000). Using books to help children and adolescents cope with death: Guidelines and bibliography. En K. J. Doka, *Living with grief* (pp. 295-314). Washington, DC: Hospice Foundation of America. ED 438 948.

Corr, C. A., y Corr, D. M. (Eds.). (1996). *Handbook of childhood death and bereavement*. New York: Springer.

Cuddy-Casey, M., Orvaschel, H., y Sellers, A. H. (1997, Agosto). *A scale to measure the development of children's concepts of death*. Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Chicago, IL. ED 414 532.

Doka, K. J. (Ed.). (2000). *Living with grief: Children, adolescents, and loss*. Washington, DC: Hospice Foundation of America. ED 438 948.

Emswiler, M. A., y Emswiler, J. P. (2000). *Guiding your child through grief*. New York: Bantam Books.

Harris, M. (1995). *The lifelong impact of the early death of a mother or father*. New York: E.P. Dutton.

Hogan, N. (2002). Helping children cope with grief. *Focus on Pre-K & K*, 15(1), 3-6.

National Center for Victims of Crime (NCVC). (2003). *Grief: Children* [En línea]. Disponible: <http://www.ncvc.org/gethelp/griefchildren/>.

Shaw, H. (1999). Children and grief: How parents can help in times of loss. *Parent and Preschooler Newsletter*, 14(2), 1-2.

Shriner, J. A. (1996). *Young children's understanding of death* [En línea]. Columbus: Ohio State University Extension. Disponible: <http://ohioline.osu.edu/hyg-fact/5000/5165.html>.

Thomason, N. D. (1999). "Our guinea pig is dead!": Young children cope with death. *Dimensions of Early Childhood*, 27(2), 26-29. EJ 584 450.

Tu, W. (1999). *Using literature to help children cope with problems*. ERIC Digest. Bloomington, IN: ERIC Clearinghouse on Reading, English, and Communication. ED 436 008.

U.S. Census Bureau. (2001). *Table FG6. One-parent family groups with own children under 18, by marital status, and race and Hispanic origin of the reference person: March 2000*. Washington, DC: Autor. Disponible: <http://www.census.gov/population/socdemo/hh-fam/p20-537/2000/tabFG6.txt>.

Worden, J. W. (1996). *Children and grief: When a parent dies*. New York: Guilford. ED 405 133.

Las referencias identificadas por ED (documento de ERIC), EJ (periódico de ERIC) o por un número PS se citan en la base de datos ERIC. La mayoría de los documentos está disponible en las colecciones ERIC de microficha en más de 1,000 lugares alrededor del mundo (véase <http://www.ed.gov/Programs/EROD/>). También se puede pedir las llamando a EDRS: 800-443-ERIC o en línea en <http://www.edrs.com/Webstore/Express.cfm>. Los artículos de periódicos están disponibles del periódico original, por medio de servicios de préstamos entre bibliotecas, o de servicios de reproducción de artículos como Ingenta (800-296-2221).

ERIC Digests son de dominio público y pueden ser reproducidos libremente. Este proyecto ha sido financiado, al menos parcialmente, por fondos federales del Departamento de Educación de EE.UU., Oficina de Investigación y Mejoramiento de la Educación, de acuerdo con el contrato N° ED-99-CO-0020. El contenido de esta publicación no necesariamente refleja los puntos de vista ni las políticas del Departamento de Educación de EE.UU., ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales ni organizaciones implica en endoso del Gobierno de EE.UU.