



Cómo ayudar a un niño ante la muerte de un familiar



La muerte forma parte de la vida, pero la mantenemos alejada. La muerte real no está presente en la vida del niño. El niño es testigo de la muerte ficticia, en películas o series televisivas. Pero la muerte real sigue alejada de la vida familiar; oculta en los hospitales y en los tanatorios.

La muerte de un familiar sumerge al niño en una confusión, y le llena de temores sobre los cuidados que recibirá en el futuro.

Los padres deben conocer las reacciones normales de los niños ante la muerte de un ser querido, así como de las señales que indican que el niño está teniendo dificultad para hacer frente a la pena.

Evolución de la idea de muerte en el niño

- **0 - 2 años:** el niño reacciona con incomprensión e indiferencia ante la muerte.
- **2 - 6 años:** el niño entiende la muerte como un hecho transitorio, algo mítico.
- **Hacia los 6 años:** el niño empieza a aceptar la universalidad de la muerte.
- **6 - 9 años:** empiezan las representaciones concretas sobre la muerte; quien ha muerto sigue siendo representable en el tiempo y en el espacio. Hacia los 9 años se desliga la muerte de sentimientos de culpabilidad.
- **9 - 11 años:** etapa de la angustia vital y aspectos filosóficos, metafísicos, religiosos...
- Para el **adolescente**, la muerte es un hecho inevitable y universal. Le preocupa el allí y puede sentir miedo ante una muerte larga y dolorosa. Puede negar la propia muerte en una reacción de huida, amparándose en un sentimiento de invulnerabilidad.

Recomendaciones concretas

- Hacer cambios mínimos en el ambiente, las relaciones y las actividades diarias del niño.
- Una persona adulta debe atender, con sensibilidad, las necesidades diarias del niño.
- Es bueno compartir con el niño, abiertamente, la tristeza y los recuerdos, animándole a hablar sobre la persona fallecida.
- Más que evitar la tristeza en el niño, debe proporcionársele apoyo en esta situación.
- Es importante que los padres afligidos dejen pasar un tiempo prudencial antes de tomar decisiones vitales que puedan afectar a sus hijos.
- El proceso de duelo requiere una mayor observación durante el primer año: entrevistas con los cuidadores o maestros, observación de la conducta y del desarrollo, observación del juego * Es importante prepararse para las posibles reacciones en los aniversarios.

¿Debe acudir el niño al funeral?

No debe obligarse al niño a ir al funeral de un ser querido. Pero **es bueno facilitar que el niño pueda honrar o recordar a la persona de alguna manera** y según las costumbres familiares y sociales (encender una velita, rezar una plegaria, preparar un álbum de recortes, revisar las fotografías o el contar una historia). Los niños necesitan expresar su pérdida y pena como ellos crean.

A partir de los 6 años, se puede tener en consideración la opinión del niño a la hora de acudir al funeral. Pero si va, es imprescindible que haya una persona que le dé todo el apoyo y que tenga la posibilidad de abandonar el

lugar si la experiencia resulta demasiado dura para el niño.

¿Cuándo conviene aumentar la vigilancia?

Existen unos factores que pueden incrementar las reacciones de duelo. Por ejemplo cuando:

- La pérdida del ser querido tiene lugar en la etapa preescolar o en el inicio de la adolescencia.
- Existen problemas previos, emocionales o de conducta.
- Existen dificultades relacionales, antes de la muerte, con la persona que muere.
- El progenitor superviviente tiene dificultades emocionales.
- Faltan apoyos familiares o comunitarios.
- Las atenciones que recibe el niño son inestables e inconstantes.
- El fallecimiento ha sido inesperado o violento (suicidio, homicidio). Mantener en lo posible los vínculos afectivos con abuelos, primos, tíos, etc. de ambas partes.

Las manifestaciones de pena en el niño

El niño puede manifestar su pena de distintas maneras en función de su edad. Hay que prestar especial atención a las regresiones hacia conductas ya superadas o las dificultades escolares. Las reacciones de ira son normales cuando la persona fallecida era esencial en la vida del niño. Puede manifestarse en juegos violentos, pesadillas, irritabilidad o enojo hacia los miembros sobrevivientes de la familia.

Cuando estos problemas persisten en el tiempo, más allá de los seis primeros meses, o se manifiestan con gran intensidad, puede ser útil la atención por parte del psiquiatra o de otro profesional de la salud mental.

Artículo elaborado por la **Sociedad de Psiquiatría infantil de la Asociación Española de Pediatría**.

Artículo publicado el 20-12-2011, revisado por última vez el 12-12-2018

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/como-ayudar-un-nino-ante-muerte-un-familiar>