

---

# CÓMO AYUDAR A UN NIÑO A LIDIAR CON LA MUERTE

por Nancy Boyd Webb, DSW, BCD, RPT-S

---

*¿Qué puede decir un adulto a un niño luego de la muerte de un miembro de la familia o amigo muy querido? Frecuentemente los niños hacen preguntas profundas o dolorosas. Para un adulto que esté atravesando el duelo, puede parecer espantoso tener que explicar la muerte a un niño, especialmente cuando no hay respuestas sencillas. Las siguientes pautas pueden facilitar este proceso.*

- 1** *Está bien decir que usted no sabe la respuesta a la pregunta de un niño.* Incluso puede decir: “Nadie lo sabe con certeza, pero esto es lo que yo pienso”.
- 2** *Considere la edad del niño y su capacidad para entender ideas complejas.* Varios expertos creen que los niños no tienen una capacidad de comprensión madura de la muerte sino hasta los ocho o nueve años. Los niños menores pueden creer que la muerte es temporal, y que la persona a la que se refieren volverá en el futuro.
- 3** *Utilice términos precisos para hablar sobre la muerte.* Generalmente la gente se refiere a “perder” un ser querido. Los niños pueden interpretar esto de manera literal y suponer que se puede encontrar a la persona. También debe explicar que estar muerto significa que el cuerpo dejó de funcionar y que no se puede reparar. Que ya no siente ni frío ni le da hambre. La parte buena de eso es que el difunto no siente ninguna molestia o dolor.
- 4** *Si el niño pregunta si usted va a morir,* responda que todos moriremos algún día, pero que usted espera vivir para hacer cosas con la familia por mucho tiempo.

- 5** *Recuerde que los niños no pueden tolerar períodos largos de tristeza.* Eso significa que pueden querer jugar y participar en sus actividades habituales. Eso no significa que no amaran a la persona que falleció, ni significa que están siendo irrespetuosos. Está bien permitir o animar a los niños a divertirse como lo hacían antes del fallecimiento.
- 6** *Los cambios en las actitudes del niño o en sus patrones de conducta pueden ser claras advertencias de que el niño está teniendo problemas relacionados con la muerte.* En estos casos, corresponde buscar la ayuda de un especialista en orientación para duelo infantil.

A muchos niños en edad escolar les hace bien participar en grupos de duelo con otros niños que han perdido a un ser amado. Los niños detestan ser distintos de otros niños. En un grupo de duelo, descubren que no están solos.

Si bien es posible que no sepan qué decir, no eviten a los niños que están en el proceso del duelo. Díganles lo mucho que los aman y que, si bien ustedes pueden estar tristes o llorando, siempre los amarán y cuidarán de ellos. También aprenda usted a expresar su propio dolor. Encontrará la fortaleza para poner en práctica estas sugerencias, y usted y el niño se sentirán mejor gracias a eso.

*Este artículo es de la edición especial del boletín del HFA, Journeys,  
“Cómo Ayudar a los Jóvenes”.*



---

Para más información acerca de instituciones de cuidados paliativos, dolor y duelo, o bien asuntos relacionados con la prestación de cuidados a enfermos graves, sírvase visitar nuestro sitio web en [www.hospicefoundation.org/hfcares](http://www.hospicefoundation.org/hfcares) o llámenos al: 800-854-3402.

Esta Ficha está disponible para usted gracias a la subvención de los Centers for Medicare and Medicaid Services (CMS) destinada a apoyar actividades de extensión y educación sobre cuidados paliativos y de enfermos graves.