



## **Comunicar malas noticias a niños: la muerte de un ser querido.**

Psicología, 15/01/2013

Las malas noticias son aquellas informaciones que suponen al individuo consecuencias negativas y/o pérdida de estimulación gratificante a corto-medio-largo plazo y el proceso de comunicación que se establezca es fundamental por el impacto psicológico que puede provocar en la persona ya que puede facilitar u obstaculizar la adaptación a la nueva situación. (Muñoz, Fernández, Parada, Martínez y García, 2001).

Hay que tener en cuenta que las personas a lo largo de nuestro ciclo vital presentamos características psicológicas muy determinadas, las cuales llevan aparejados roles sociales concretos, lo que determinan unas pautas de intervención adecuadas al momento evolutivo (Lorente Gironella, 2008)

Una de las malas noticias que con mayor frecuencia hay que dar a los niños es el fallecimiento de un ser querido (fallecimiento de los abuelos, de los padres, de un hermano...); es por ello que hay que prestar especial atención a la concepción que tienen los niños acerca de la muerte; teniendo en cuenta que son concepciones variables en función del desarrollo evolutivo (Gil Verona, 1999):

Hasta los dos años, se da una incomprensión total del concepto de muerte, viviéndose la ausencia con angustia. Esto es así, porque un prerequisite para la construcción del concepto de muerte es la noción de permanencia del objeto (Jubert, 1994)

Generalmente, los menores de cinco años no consideran que la muerte sea algo definitivo, por lo que no lo consideran un hecho irreversible. Para ellos, la muerte es sinónimo de separación, y la separación de sus seres queridos es algo aterrador.

Los niños de tres a cinco años viven las muertes de los familiares o amigos con sentimientos muy intensos, pero recurrentes y breves ya que de alguna manera son capaces de permanecer durante largos periodos de tiempo muy abatidos.

Frecuentemente requieren explicaciones y sus conductas de duelo se muestran en el juego.

Los niños de seis a nueve años, ya distinguen la fantasía de la realidad, y también pueden sentir emociones de culpa. Tienen mayor habilidad para comprender la muerte y sus consecuencias si bien esto no significa que estén preparados para aceptarla (Kroen, 1996)

Los preadolescentes y adolescentes, ya saben que la muerte es permanente. Pueden captar el significado de los rituales, comprender cómo ocurrió la defunción y entender la influencia de dicha pérdida sobre él y sobre su familia. Su concepto de muerte es más parecido al de los adultos (Kroen, 1996). Para García (2002, en Herrán Gascón y Cortina Selva, 2006) tanto el preadolescente como el adolescente, todo lo que le sucede lo enfoca de una manera muy personal y su respuesta muestra que cree que su experiencia es única. Entienden ya el ciclo de la vida y descubren la obligatoriedad de la muerte, el hecho de que es irreversible e inexorable. Aún así, la noción de muerte es la más difícil de integrar en su universo conceptual y la más tardía en incorporarse.

## Pautas y recomendaciones para la comunicación

Como norma general, cuando se trata con niños es de especial relevancia la necesidad de éste de contar con una figura familiar que pueda servirle de apoyo y le proporcione recursos de afrontamiento ante la crisis. Por lo tanto, hay que procurar que sean los padres o tutores quienes comuniquen las malas noticias.

De no contar con esos referentes, o en el caso de que habiéndolos éstos nos lo pidan expresamente, seremos los psicólogos o personal de intervención en crisis, emergencias y catástrofes quienes comuniquemos la mala noticia al menor.

Hay que tener en cuenta la etapa evolutiva del niño y, por tanto, la concepción que puede tener en relación a la muerte.

Pautas y recomendaciones a la hora de comunicar la muerte de un ser querido a un niño:

- Valorar si ha podido recibir información de manos de terceros y qué sabe. Así podremos adecuar la información a lo que ya sabe o incluso reestructurar alguna idea errónea como considerar, por ejemplo, "Papá está dormido".
- Facilitar un entorno adecuado, aislado de personas ajenas y con la presencia de una figura de apoyo si es posible. Así pues, no habría que separar al niño de sus seres queridos, pero hay que favorecer un entorno tranquilo.
- Identificarnos con nuestro nombre propio.
- Dar mensajes claros, concisos y comprensibles. Hay que comunicar de una forma veraz. Por doloroso que sea, hay que aclararles que la muerte de una persona significa que nunca jamás volveremos a verla, porque ya no está viva, no respira, no se mueve, no se escucha y tampoco está dormida. (Marulanda, 1998) Con esto se trata de que comprendan qué supone la muerte y que ésta es irreversible.
- No dar falsas esperanzas de su regreso; ya que esto confundiría al menor.
- Facilitar que nos pregunte cualquier duda que le surja en relación a lo ocurrido, en relación a la muerte en general, al futuro, etc.
- Dar una breve explicación sobre los hechos, pero no dar detalles irrelevantes ni prolongar la explicación, puesto que "dar vueltas" a las cosas hará que se incremente la angustia.

- No mentir, si algo no se sabe es mejor decir que no se tiene esa información.
  
- No usar eufemismos, por ejemplo, decir que es un ángel que se ha ido al cielo, porque es posible que el menor quiera ir con él.
  
- Desculpabilizar, es muy probable que el niño se sienta culpable del fallecimiento.
  
- Facilitar la expresión emocional. Hay que permitir que reaccionen como deseen, nunca decirles “no llores”, “no te preocupes”, “tranquilízate”... Cada persona reacciona de una forma determinada, y por tanto, los niños también. Si el menor está en condiciones podemos guiarle a describir en palabras sus sentimientos y pensamientos, para así superar la alexitimia.
  
- Normalizar la reacción emocional. Tiene que comprender que su reacción es normal ante esa situación.
  
- Facilitar la comunicación: utilizar frases o expresiones tranquilizadoras que animen al menor a expresarse.
  
- Uso de estrategias específicas, en el caso de que sea necesario: reestructuración cognitiva, técnicas de relajación, solución de problemas...
  
- Prestar atención a las necesidades que vayan surgiendo. (necesidades de todo tipo, desde las necesidades básicas)
  
- Mantener la calma. Es importante controlar nuestra propia reacción emocional, puesto que los niños serán un espejo de nosotros mismos. Si comunicas con calma, ellos la percibirán y reaccionarán con calma. En cambio, si comunicas en un estado de elevada ansiedad, “se la contagiarás”.

Una vez comunicada la noticia del fallecimiento del ser querido, es necesario que los responsables del menor (familiares) conozcan los síntomas normales que pueda manifestar y otros que puedan indicar que es necesaria la ayuda profesional, puesto que el proceso de duelo puede durar un año o más. Así, han de estar pendientes de la aparición de las siguientes conductas para solicitar ayuda profesional (Kroen, 1996):

- ~ Llorar en exceso durante largos periodos.
  
- ~ Rabietas frecuentes y prolongadas.
  
- ~ Cambios extremos en la conducta.

- ~ Patentes cambios en el rendimiento escolar y en las notas.
- ~ Retraerse durante largos periodos de tiempo.
- ~ Falta de interés por los amigos y por las actividades que solían gustarle.
- ~ Frecuentes pesadillas y problemas de sueño.
- ~ Frecuentes dolores de cabeza.
- ~ Pérdida de peso.
- ~ Apatía, insensibilidad y una falta general de interés por la vida.
- ~ Pensar negativamente acerca del futuro durante mucho tiempo o no interesarse por él.

Por otro lado, para favorecer la adaptación del menor tras el fallecimiento, no se debe prohibir ni obligar a que el menor acuda al velatorio o al entierro, debe valorarse el que lo haga con el resto de la familia. Si se decide que acuda, hay que informarle de lo que va a ver, de qué se va a hacer, que va a haber gente llorando, etc. Es fundamental proporcionar toda esta información para que el niño no se asuste ni se sorprenda.

Es importante que se restaure la vida cotidiana lo más rápidamente posible, proporcionando al niño serenidad y normalización, para recuperar su control y autonomía. En cuanto a la vuelta a casa, se pueden mantener los objetos del fallecido, pero con precaución de que no parezca que va a volver en cualquier momento, ya que esto afectaría a la comprensión del niño de lo ocurrido.

## Referencias

Bernardo, Y. y Bruent, N. (2010) Comunicación de malas noticias. *Cuadernos de crisis y emergencias*. Num 9. Vol. 2.

Cruz Roja Española (2010) Equipo de respuesta inmediata en Emergencias (ERIE) de Intervención Psicosocial. Manual del interviniente. Madrid.

García, A. M. (2002) Sociedad española de tanatología. [www.tanatología.es](http://www.tanatología.es)

Gil Verona, J.A. (1999) Problemas médicos en la escuela y su entorno. Madrid. Panamericana.

Herrán Gascón, A y Cortina Selva, M (2006) La muerte y su didáctica. Manual para la educación infantil, primaria y secundaria. Madrid. Universitas.

Jubert, J. (1994) La infancia y la muerte. *In-fan-cia* (set.-oct), 10-14

Kroen, W (1996) Cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser querido. Barcelona. Oniro.

Lorente Gironella, F (2008) Asistencia psicológica a víctimas. Psicología para bomberos y profesionales de las emergencias. Madrid. Arán Ediciones

Marulanda, A (1998) Creciendo con nuestros hijos. Bogotá. Norma.

Muñoz, F. A, Fernández, S., Parada, E., Martínez, M.J., y García, A. (2001) Comunicación de malas noticias. *Rev.Psiquiatría Fac. Med Barna*. 2001: 28 (6) 350-356