



UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA

FACULTAD DE CIENCIAS
DE LA EDUCACIÓN

Trabajo Fin de Máster.

PREVENCIÓN DE DUELO COMPLICADO EN NIÑOS

“Guía Didáctica: El camino en el duelo”

TERESA MORENO MUÑOZ

Máster en Intervención e Investigación Psicológica en
Justicia, Salud y Bienestar Social.

Perfil del Máster: PROFESIONAL

Córdoba, Noviembre del 2014

“Poder llorar la muerte de un ser querido adecuadamente y afrontar la pérdida antes de que se produzca, en el momento en que ocurre y sobre todo después, hace que el niño/a no pueda sentirse culpable, deprimido, enojado o asustado. Cuando ayudamos a nuestros hijos a curarse del dolor que produce la herida emocional más profunda de todas –la muerte de un ser querido–, los estamos dotando de unas capacidades y una comprensión importantes que les servirán para el resto de sus vidas”.

(Kroen, 1996, p.13)

ÍNDICE

RESUMEN /ABSTRACT	5
INTRODUCCIÓN	6
JUSTIFICACIÓN	8

CAPITULO I: MARCO TEÓRICO.

1.1 Antecedentes y Estado Actual del Tema.....	12
1.2 Teorías del Duelo	12
1.2.1 Modelo Psicoanalítico - Freud.....	12
1.2.2 Modelo Biológico – Engel y Parkes	13
1.2.3 Modelo Psicosocial – Lindemann, Kübler-Ross y Claplan.....	13
1.2.4 Modelo Biopsicosocial - Bowlby	14
1.2.5 Modelo Cognitivo - Worden.....	16
1.2.6 Modelo Constructivista - Neimeyer	17
1.3 Duelo: Aspectos básicos.....	18
1.3.1 Qué es el Duelo	18
1.3.2 Tipos de Duelo	19
1.3.3 Cronología del Duelo.....	23
1.4 Duelo infantil.....	25
1.4.1 Características del Duelo Infantil	25
1.4.2 Diferencias con el Duelo en Adultos	26
1.4.3 Manifestaciones del Duelo	27
1.4.4 Muerte y Periodos Evolutivos	29
1.4.5 Duelo y Desarrollo	30
1.4.6 Factores de Riesgo y Protección del Duelo Complicado Infantil.....	33
1.4.6.1 Factores de Riesgo	33
1.4.6.2 Factores de Protección	34
1.4.7 Indicadores del Duelo Complicado Infantil.....	35

CAPITULO II: BASES DEL PROYECTO.

2.1 Formato del Proyecto	39
2.2 Contenidos tratados en el proyecto	40
2.3 Divulgación del proyecto	41
2.4 Destinatarios	41
2.5 Metodología empleada	43
2.6 Objetivos	44

CAPÍTULO III: DETALLANDO EL PROYECTO

3.1 Primeras páginas	51
3.2 ¿Qué importancia tiene la ayuda de los adultos en el Duelo Infantil?	51
3.3 Los niños y el duelo	52
3.4 ¿Cómo entiende el niño de seis a ocho años la muerte?	53
3.5 ¿Cómo comunica la muerte de un ser querido?	54
3.6 El niño y los rituales de despedida	55
3.7 ¿Cómo podemos ayudar?	55
3.7.1 ¿Qué podemos hacer en los primeros momentos?.....	56
3.7.2 ¿Qué podemos hacer para ayudar a los niños a sobreponerse?	56
3.8 ¿Y si el Duelo se complica?	57

CAPÍTULO IV: EVALUACIÓN DEL PROYECTO

4.1 Evaluación externa del proyecto	59
4.2 Conclusiones	59

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... 61

ANEXOS..... 65

RESUMEN

El objetivo de este proyecto es presentar una guía didáctica para la prevención del duelo complicado infantil, concretamente, en niños de seis a ocho años. La realización de esta guía "El camino en el duelo", ofrecerá a los adultos un medio para conocer en qué consiste el proceso de duelo, las manifestaciones del mismo y las pautas de actuación, para prevenir los posibles problemas asociados a un duelo complicado. Del mismo modo, con este proyecto se señalará la importancia de acompañar a los niños en este proceso iniciado tras la pérdida y aportarles las estrategias de adaptación al mismo. Los destinatarios directos de este proyecto serán los adultos cercanos al menor y los profesionales que tengan como objetivo enseñar a estos adultos pautas de actuación. La distribución de la guía y su evaluación se realizarán por medio de una Web con contenido en el área de la psicología.

Palabras Clave: duelo, duelo complicado, niños, guía, muerte y prevención.

ABSTRACT

The objective of this project is to provide a teaching guide to preventing complicated grief child, specifically in children six to eight years. This guide "The way in mourning" will offer adults a means to know what is the grieving experience, and those manifestations and how to action to prevent possible problems associated with complicated mourning. Similarly, with this project adults will learn the importance of accompanying children after the loss and provide them with adaptation strategies. The direct beneficiaries of this project will be the adults around the child and professionals that objective to teach these adults how to action. Distribution of this guide and evaluation it will be done through in a Web of psychology.

Keywords: bereavement, grief, complicated mourning, children, guide, death and prevention.

INTRODUCCIÓN

A lo largo de su desarrollo, los niños, tienen que hacer frente a diversas pérdidas (el destete, el fin de un ciclo escolar, etc.). En algunos casos, estos menores viven el fallecimiento de un ser querido lo que desencadena un duelo intenso al que tienen que hacer frente. Ante una pérdida el menor se sumerge en un estado de desequilibrio e inseguridad. Este estado de duelo será más intenso y doloroso ante la muerte de sus figuras afectivas de referencia. El papel de estas figuras pueden ocuparlo los padres, los abuelos y otros miembros de la familia.

Actualmente muchos abuelos suelen encargarse de sus nietos, tomando en ocasiones, el rol propio de los padres. Esto puede dar lugar a un nuevo tipo de familia en la que los niños establecen vínculos de la misma intensidad con padres y abuelos. Teniendo en cuenta la diferencia de edad existente en la mayoría de las ocasiones entre abuelos y nietos, la muerte de los abuelos puede llegar a ser una experiencia sufrida por muchos niños.

El duelo que el menor experimentará ante la muerte de un ser querido podrá agravarse atendiendo a diferentes factores. El apoyo recibido es uno de los factores de mayor relevancia. Un apoyo inexistente o inadecuado, por parte de sus adultos de referencia, puede contribuir a que el niño se sitúe en un estado mayor de inestabilidad y sufrimiento.

Por ello, se plantea la necesidad de realizar una guía didáctica con la finalidad de aportar al adulto pautas sobre cómo actuar ante un niño en situación de duelo. Estas pautas, contribuirían a la prevención de complicaciones en el duelo infantil y a la concienciación sobre la importancia de incorporar el fenómeno “muerte” en la educación de los niños. La educación sobre el concepto de muerte podrá facilitar que estos niños entiendan este hecho como el desenlace natural e inevitable de la vida, favorecerá la asimilación y el afrontamiento de este suceso luctuoso de una forma “sana”, y adquirirán durante el desarrollo del mismo, actitudes adaptativas ante este fenómeno. Dicha guía recibirá el nombre de “El camino en el duelo”, porque el duelo, al igual que la vida, es un camino que los deudos deben recorrer para superar el dolor de la pérdida.

Dada la complejidad del proceso de aceptación de la muerte, junto con los cambios que el niño experimenta a lo largo de su desarrollo, este proyecto se centrará en trabajar cómo viven la pérdida niños de seis a ocho años. De esta manera podremos aportar información más específica, sin olvidarnos que los niños de este rango de edad, cuentan con la capacidad cognitiva suficiente para comprender este fenómeno, y con la ayuda de los adultos, pueden desarrollar estrategias que les permitan responder las dudas que se les presenten.

El proyecto estará dirigido a adultos que se encuentran en el núcleo familiar o cerca del menor. Estas personas podrán comprender la importancia del papel que tienen para ayudar al niño de una forma adecuada. También pretendemos que estos contenidos trabajados en la guía, puedan ser utilizados por profesionales del ámbito escolar, sanitario y de los servicios sociales. Dicho trabajo puede servir como una guía para adquirir las nociones básicas sobre el duelo infantil y aconsejar sobre este tema a los allegados del menor. Sin embargo, esta guía no aborda las pautas específicas para estos profesionales, ni la labor que desempeñan. Este documento dará respuestas a algunas de las preguntas que habitualmente preocupan en estos casos: ¿cómo comunicar la noticia?, ¿puede comprender el niño lo que ha pasado?, ¿se debe dejar al niño asistir a los rituales de despedida?, ¿es bueno dejar al niño con un familiar unos días?, etc.

El formato que hemos elegido para su desarrollo será el de guía didáctica, siendo una de las vías más indicadas para acceder a dicha población. Esta guía deberá estar escrita con claridad para facilitar y amenizar su lectura.

Para favorecer la difusión de este proyecto, nos planteamos su distribución online. Junto a la guía aparecerá un cuestionario de satisfacción donde se evaluará la utilidad de la misma, para establecer una comunicación continua con los usuarios y una retroalimentación del trabajo realizado.

JUSTIFICACIÓN

Siendo el hecho más seguro que todos habremos de experimentar, la muerte es, sin embargo uno de los menos abordados y más evitados en nuestros tiempos. Los cambios experimentados por nuestra cultura occidental, con una mejora meteórica en la esperanza de vida, en la lucha contra las enfermedades infantiles, no han hecho sino aislar más aún este tema. Por más que estemos sometidos al fenómeno de la globalización, por más que los medios de comunicación, el cine y la televisión presenten continuas imágenes de personas que mueren o están muertas, de ninguna manera nos preparan para afrontar la muerte de algún ser cercano, sino que esta experiencia queda relegada a la esfera del mundo privado de cada familia. Nuestra sociedad no recibe una educación adecuada que le ayude y prepare ante una futura pérdida afectiva. Esto contribuye a que este suceso no se conciba como una fase más de la vida, sino que tendemos a enfrentarnos a ella con miedo, sin experimentar las emociones negativas propias de la pérdida con normalidad (Esquerda y Agustí, 2012).

Los cambios que se están produciendo en nuestra sociedad en relación con el rito de despedida de los difuntos, están agravando esta tendencia hacia la evitación. En tiempos pasados, la muerte de un ser querido se vivía de forma pública: el fallecimiento y el velatorio se producían en el propio hogar con la participación del entorno familiar y social del difunto. Esto, favorecía desde un primer momento la expresión de dolor y tristeza, facilitando el proceso de duelo de todos los familiares del fallecido y su comprensión, independientemente de su edad. En la actualidad, sin embargo, esta explosión de dolor queda más limitada, suele vivirse en una mayor soledad, intentando en muchos casos reprimir estos sentimientos negativos. Dificultando, de esta manera, la adaptación a la nueva situación a la que se enfrentan, en la que su ser querido ya no está (Cabodevilla, 2007).

Sí no recibimos una educación para aceptar la muerte como algo natural, no comprenderemos las diferentes reacciones que experimentamos y observamos en los que nos rodean ante el trágico suceso que inicia el proceso del duelo. Circunstancias que se convierten en agravantes cuando se produce el fallecimiento de un ser querido con el que el menor mantenía una intensa relación.

La falta de formación de los familiares a la hora de aceptar y asimilar el proceso de duelo de los niños, les lleva a no saber cómo actuar y a tener miedo a la repercusión que esta realidad puede tener en los más pequeños. Los adultos pueden llegar a creer que la mejor opción, es evitar que sus hijos experimenten dichas emociones, tienden entonces a sobreprotegerlos, a minimizar el suceso, o aislar a los menores de este proceso (Cid, 2011). Esta sobreprotección en muchas ocasiones puede desembocar que el duelo al que el menor se enfrenta se complique, dando lugar a un Duelo Complicado (DC) (Molina, 2012).

Nosotros entendemos que esta situación expone a los menores a una posición de riesgo, ya que en muchos casos, son capaces de percibir el sufrimiento de su familia, pero al no ser incluidos en el duelo familiar, se desconciertan, sin saber qué deben sentir o cómo expresar las emociones que están sintiendo. Estos niños se pueden enfrentar a una situación de mayor riesgo e inestabilidad, como es la muerte de una de sus figuras de referencia, sus padres (Tizón, 2004). Añadiremos que la evolución que presenta nuestra sociedad, en muchos núcleos familiares la figura de referencia puede quedar ampliada y completada por los abuelos.

En la literatura consultada hemos encontrado que un 4% de niños han sufrido el fallecimiento de uno de sus progenitores antes de los 15 años (Lewis 2002, en Lozano y Chaskel, 2009). Este porcentaje aumentaría considerablemente si tenemos en cuenta los niños que han vivido la pérdida de uno de sus abuelos.

La prevención del duelo complicado, es una tarea de importancia para que el deudo pueda adaptarse a la situación, mejorando sus capacidades de afrontamiento y de integración. Porque un duelo mal resuelto puede dar lugar a dificultades de adaptación e integración en el ámbito psicológico, biológico y social.

Basándonos en los diferentes modelos que realizan una aproximación de este proceso, podemos defender la importancia de ayudar y recibir ayuda ante una pérdida significativa. Sobre todo, con los más pequeños, que debido a su corta edad todavía no han desarrollado su personalidad, siendo más improbable que cuenten con unas estrategias de afrontamiento adecuadas (Tizón, 2004).

Cabodevilla en 2007, determina que las personas durante las primeras etapas de su desarrollo no han sido estimuladas y ayudadas para ser personas individuales, para que puedan separar su identidad y así no tener dificultades para desprenderse de los objetos queridos, resultándoles difícil la elaboración del duelo. En este sentido, Bowlby (1993) defiende que las pérdidas afectivas en la infancia pueden dar lugar a una baja autoestima o autoconcepto, a una sobreidealización del fallecido, al establecimiento de relaciones negativas con los otros, de dependencia o sumisión, etc. Por ello, es muy importante atender a los primeros pasos que se dan para afrontar la pérdida y co-experimentar el duelo con el menor.

Tras una revisión del estado actual del tema elaboraremos un futuro proyecto didáctico que sirva de referencia y ayuda, para todos los adultos que en el círculo cercano de los menores, puedan ayudar y enseñar las estrategias necesarias de afrontamiento del duelo a éstos. Añadiremos que este proyecto estará centrado en el duelo que experimentan niños de seis a ocho años.

En el siguiente capítulo presentaremos los antecedentes que hemos encontrados relacionados con este tema y resaltaremos los modelos explicativos del duelo que nos han servido para comprender las necesidades de estos niños y la mejor forma de ayudarles en su duelo.

Pasaremos por lo tanto a desarrollar el marco teórico.

CAPITULO I:
MARCO TEÓRICO.

1.1 ANTECEDENTES Y ESTADO ACTUAL DEL TEMA

Como ya hemos señalado, en otros tiempos la muerte de un ser querido se vivía de forma pública. El fallecido era velado en el propio hogar, facilitando a los menores un espacio de comprensión del suceso ocurrido y experimentando el proceso de dolor y tristeza en su entorno familiar, consiguiéndose de esta manera que, independientemente de la edad del doliente, éste pueda entender el fenómeno que está viviendo.

En la actualidad, la explosión de dolor tiende a limitarse, a esconderse o a reprimirse. Sin enseñarle a los más pequeños a exteriorizar sus emociones, tarea imprescindible para superar las primeras fases del duelo.

Antes de resaltar una definición de duelo, vamos a elaborar un resumen de las diferentes teorías que hemos encontrado en la literatura revisada. De las abundantes teorías consultadas, realizaremos una semblanza, de la Teoría psicoanalítico de Freud por ser la primera que realizaba una aportación sobre este tema. La teoría del apego de Bowlby y la pérdida del lazo afectivo, por recalcar la importancia que otras personas tienen en el desarrollo de un individuo. Y completaremos el resumen de las teorías expuestas con dos modelos descriptivos del duelo realizados por Worden y Neimeyer, por plantear la necesidad de llevar a cabo tareas y reajustes en la vida del deudo para superar el proceso doloroso que vive tras la pérdida de un ser querido.

Sin embargo, no hemos querido olvidar otras aportaciones a nuestro trabajo que distintos modelos teóricos nos ofrecen.

1.2 TEORÍAS DEL DUELO

1.2.1 MODELO PSICOANALÍTICO - FREUD

En el libro “Duelo y melancolía”, publicado en 1917, Freud realiza el primer acercamiento al duelo estableciendo unos límites con la melancolía. Su modelo se inspira en la depresión. Defiende que ante la pérdida de un objeto amado también se pierde una parte del yo del doliente, del mundo interno y de la estructura personal de éste.

Esta aportación de Freud constituye la base de la teoría psicodinámica, según la cual *“el duelo se entiende como la retirada de la libido invertida en el objeto perdido para su posterior reinversión en otro objeto de una forma saludable”* (Barreto y Soler, 2007, p. 23). Freud ya aportaba un papel activo al doliente, determinando que el trabajo del duelo consiste en un proceso intrapsíquico donde se reitera el interés del sujeto por el mundo exterior y se elabora la pérdida sufrida.

1.2.2 MODELO BIOLÓGICO – ENGEL Y PARKES.

Engel y Parkes, teniendo como referencia un modelo biológico, postulan que el duelo es una disfunción psiquiátrica o una enfermedad, que deteriora el estado de salud y del bienestar del deudo. **Engel** (1913-1999) defiende que el duelo se divide en seis fases: shock e incredulidad, desarrollo de la conciencia de la pérdida, restitución, resolución de la pérdida, idealización y resultado. Para él, cuando el deudo supera estas seis fases se encuentra en un estado similar al de la curación (Molina, 2012)

Por otro lado, **Parkes** (1928) presenta cuatro fases: insensibilidad, anhelo, desesperación y conducta reorganizada. Determina que el dolor que experimenta una persona tras una pérdida afectiva es similar a un trauma físico propio de una enfermedad. Esto desencadenaría alteraciones en el estado de salud del doliente (Molina, 2012).

1.2.3 MODELO PSICOSOCIAL - LINDEMANN, KÜBLER-ROSS Y CLAPLAN

Las aportaciones realizadas por **Lindemann** (1944) han sido imprescindibles para el desarrollo de teorías explicativas posteriores y la concepción del duelo que tenemos actualmente. Los resultados de sus trabajos le permitieron determinar las características de la aflicción aguda de pena (duelo): molestias somáticas, preocupación por la persona que ya no está, culpa, reacciones violentas, tendencia a asumir el rol o rasgos propios del fallecido y la pérdida de capacidades y funciones. Este autor desarrolla la idea de “trabajo de duelo”. Propone diferentes tareas a realizar para

superar el duelo: disolución de los vínculos emocionales con el fallecido, reajuste al medio y establecimiento de nuevas relaciones (Tizón, 2004).

Kübler-Ross, sin embargo, se centró en trabajar con personas moribundas, desarrollando sus conocimientos sobre la muerte y la agonía humana propia del duelo anticipatorio. Mientras acompañaba a enfermos terminales en su lecho de muerte, en 1969, determina las fases del proceso de duelo: negociación y aislamiento -shock-; ira, protesta y cólera; negociación y pacto; tristeza o depresión; y aceptación final (Molina, 2012).

Claplan (1964), por su parte, defiende que el duelo es una crisis que todos vamos a experimentar. Esta crisis implica una ruptura de situaciones y relaciones previas, desencadenando la adaptación a una nueva realidad. Este autor postula, que al superar una crisis, como puede ser la pérdida de un ser querido, el individuo mejorará sus estrategias de afrontamiento ante situaciones similares (Molina, 2012).

1.2.4 MODELO BIOPSIICOSOCIAL - BOWLBY

Bowlby (1993) realiza una explicación sobre el duelo, siguiendo el modelo psicosocial, basándose en su Teoría del Apego. Esta aportación nos sirve para conocer la intensidad de la relación que el menor establece con otra persona y la importancia de la misma. Esta teoría sostiene, principalmente, la necesidad del ser humano de establecer vínculos (lazos emocionales) con otras personas, con el fin de sentirse protegido y seguro. Además, defiende que desde una edad temprana los seres humanos, al igual que el resto de especies, tienen la necesidad de establecer un vínculo afectivo que los ayudará en su desarrollo y el cual siempre estará presente. El establecimiento de estos vínculos se produce desde nuestro nacimiento hasta la edad adulta, con la posibilidad de establecer nuevas vinculaciones.

En diferentes estudios realizados por Bowlby (1985) se observaba la reacción de los más pequeños ante la ausencia de su principal figura de apego. Esta ausencia crea una situación en el sujeto de peligro, ante la cual se desencadenan respuestas muy intensas. Lo mismo ocurre cuando un ser querido fallece. La pérdida afectiva produce la ruptura del vínculo con éste, dejando al doliente en una situación de inseguridad y

desestabilización, logrando que ante un hecho de esta envergadura, el deudo reaccione con emociones intensas y adopte respuestas marcadas por la aflicción y protesta, desesperanza y desapego. Asimismo, la magnitud y duración de estas reacciones dependerán de la intensidad de la relación afectiva.

Este autor establece cuatro fases del duelo:

La primera de ellas es la **fase de incredulidad y embotamiento** de la sensibilidad, con una duración de unas horas, hasta unas semanas. En este periodo el doliente puede llegar a experimentar momentos de cólera o ansiedad intensa.

La segunda **fase**, la de **añoranza, anhelo y búsqueda de la figura perdida**, con una duración de meses a años. Durante la cual el deudo realiza una búsqueda del ser querido perdido, caracterizada por la presencia de emociones intensas ante la ausencia.

Posteriormente, se da lugar a la **fase de desorganización y desesperanza**, en la cual, el doliente comienza a ser consciente de la pérdida sufrida, aumentando sus sentimientos de soledad. Dando lugar a una etapa de apatía y depresión.

En último lugar, Bowlby establece la **fase de reorganización** que suele iniciarse tras un año de la pérdida. En este caso, el deudo se redefine a sí mismo y al nuevo contexto en el que se encuentra. Es decir, en esta fase se produce una asimilación de la realidad y la adaptación a la nueva situación.

Kübler-Ross o Bowlby no son los únicos autores que fijan la existencia de unas etapas en el proceso de duelo. John William Worden y Robert Neimeyer, basándose en las aportaciones que les precedían determinaron diferentes etapas o tareas que el deudo debe experimentar o realizar, para adaptarse a la nueva realidad y finalizar el proceso iniciado. Estos autores no olvidan la importancia de que el deudo tome las riendas del proceso que está experimentando. Las aportaciones realizadas por estos autores las reflejaremos a continuación.

1.2.5 MODELO COGNITIVO - WORDEN

Worden en 1996, siguiendo un modelo cognitivista y al igual que Lindemann, defiende que el deudo debe realizar una serie de tareas para superar una pérdida afectiva. Sin establecer un obligado orden de realización de dichas tareas, existiendo flexibilidad en la forma de adaptarse a la nueva realidad.

La primera de estas tareas se fundamenta en la **aceptación de la pérdida**. Se debe asumir que la marcha es irreversible, es decir, que la persona querida ya no volverá, se debe comprender la imposibilidad de un reencuentro y el significado de la pérdida. La aceptación de esta realidad se deberá llevar a cabo racional y emocionalmente. Durante la realización de esta tarea el deudo puede intentar protegerse realizando estrategias desadaptativas, como la negación (realidad de la pérdida, significado de la misma y la irreversibilidad de la muerte).

La segunda tarea consiste en el **trabajo de las emociones y el dolor de la pérdida**. Esta tarea encuentra su importancia en el hecho de que solo al experimentar en su totalidad el dolor de una pérdida se conseguirá una elaboración adecuada del duelo, y es importante trabajar el bloqueo emocional sin negar las emociones experimentadas. El principal objetivo de esta tarea es la superación del dolor sentido por la pérdida, para evitar que el deudo arrastre este dolor a lo largo de su vida. Para ello, se deberán expresar libremente las emociones y pensamientos que este suceso les suscita.

La tercera será **adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente**, desarrollando nuevas habilidades y roles, reajustando el núcleo familiar y social, con el fin de encontrar sentido a la vida. En el caso de los más pequeños, deberán buscar una nueva figura de referencia para que le ayude en el desarrollo de estas estrategias. Esta tarea les será más dificultosa a aquellos deudos que antes de la pérdida no asumían un rol de responsabilidad dentro del núcleo familiar, en este caso, tendrán que adaptarse a una situación donde su ser querido ya no está y asumir tareas que anteriormente no habían llevado a cabo.

En último lugar, se deberá **recolocar emocionalmente al ser querido fallecido** y continuar viviendo. En este caso, el deudo trabajará para recolocar al fallecido en su vida psicológica, y así entablar nuevos lazos afectivos, pudiendo vivir su vida mirando al futuro.

Las bases de este modelo han sido revisadas en Barreto y Soler (2007), Cabodevilla (2007) y Molina (2012). Para el siguiente modelo de estudio que será el constructivista de Neimeyer hemos elegido su propia obra publicada en 2001.

1.2.6 MODELO CONSTRUCTIVISTA - NEIMEYER

En cambio, Neimeyer (2001) basándose en la teoría constructivista, defiende que tras la pérdida significativa el doliente pone en marcha la reconstrucción de significados, desde su propia identidad hasta sus creencias previas. Estos significados determinan la percepción e interpretación que cada persona tiene de los acontecimientos vitales, así como la negociación que se hará sobre la realidad a la que el deudo se va a enfrentar.

Ante un suceso tan desestabilizador como es la pérdida de un ser querido Neimeyer, apunta que habrá casos en que este hecho valide las anteriores construcciones (creencias) que orientaban nuestra vida. Pero en otras ocasiones, deberemos crear nuevas construcciones, debido a que las que sustentaban anteriormente nuestra forma de ser y ver la vida no valdrían. Según esta interpretación del duelo el deudo, adquiere un papel activo en el proceso, replanteándose las construcciones anteriores para adaptarse a la realidad de la pérdida.

Esta teoría recoge que durante el proceso de duelo el doliente pasará por distintos momentos: evitación, asimilación y acomodación.

La **evitación** se produce en los primeros momentos, cuando la persona se encuentra en estado de shock, imposibilitando la toma de conciencia de la realidad. En este momento, se experimenta un estado de desprotección por la conmoción y aturdimiento.

Durante la **asimilación** el deudo ya es consciente cognitiva y emocionalmente de la pérdida, comenzando a experimentar las emociones con gran intensidad. Neimeyer, defiende, que en ocasiones las emociones experimentadas pueden acarrear problemas internos. Por ejemplo, el fallecimiento de un ser querido tras un larga enfermedad, nos puede suscitar un alivio, que se acompañará de la culpabilidad por haber sentido dicho sentimiento.

La **acomodación**, se caracteriza por la aceptación de que el ser querido ha desaparecido y no va a volver. Tras esta aceptación, comienza la reorganización de la vida, recuperando el autocontrol emocional, volviendo a nuestros hábitos, reconstruyendo nuestro mundo social, etc.

Las aportaciones teóricas consultadas defienden que el duelo es un proceso activo en el cual, el doliente debe ir adquiriendo conciencia de la realidad y experimentando diferentes “manifestaciones” del duelo, a medida que va pasando el tiempo. Cada una de las teorías apuntadas en el presente trabajo partiendo de diferentes modelos, llegan a la misma conclusión: la necesidad de readaptación del doliente y lo positivo de contar con apoyo durante este camino.

Recogiendo las palabras de Thomas Attig “*Aunque la pérdida de un ser querido es un acontecimiento que no puede escogerse, la elaboración del duelo es un proceso activo de afrontamiento lleno de posibilidades*” (Neimeyer, 2001, p. 61).

Las teorías revisadas y recogidas en el presente trabajo, constituyen la base sobre la noción de duelo y los conceptos relacionados con este proceso. Partimos de estas aportaciones, para así facilitar una mejor comprensión de los puntos que vamos a desarrollar a continuación y de una definición del concepto de duelo.

1.3 DUELO: ASPECTOS BÁSICOS

1.3.1 QUÉ ES EL DUELO

El duelo puede considerarse como un “*conjunto de procesos psicológicos y psicosociales que siguen a la pérdida de una persona con la que el sujeto en duelo, el deudo, estaba psicosocialmente vinculado*” (Tizón, 2004, p.19). Es una experiencia universal, dolorosa y única, que necesita del esfuerzo por parte del doliente para asimilar lo acontecido (Barreto y Soler, 2008).

El duelo se caracteriza por ser un proceso multidimensional y dinámico, que evoluciona con el paso del tiempo. Aunque en un primer momento el doliente considere que no podrá superar las emociones negativas que está sintiendo tras la pérdida

(Barreto, de la Torre y Pérez-Martín, 2012). El deudo deberá tomar un papel activo, encargándose de la elaboración de su propio duelo.

Este proceso finaliza cuando el deudo puede recordar el pasado y a su ser querido, sin sentir malestar, con afecto sereno, “superando”, así su pérdida (Barreto y Soler, 2007).

El proceso de duelo se lleva a cabo ante cualquier pérdida, más allá de la desaparición de un ser querido, por ejemplo, un divorcio, cambio de domicilio, despido laboral, ruptura amorosa, etc (Cabodevilla, 2007). Para nuestro trabajo desarrollaremos la pérdida afectiva en referencia a los menores cuya edad esté comprendida desde los seis a los ocho años, y tendremos en cuenta diferentes factores tales como: la causa de la muerte, la intensidad de vínculo establecido entre el fallecido y el doliente, las características propias de éste, etc. Estos factores son importantes a la hora de determinar el tipo de duelo que una persona está experimentando que oscila desde un duelo “sano”, hasta un duelo que presenta algún tipo de complicación.

Pasemos por tanto, a resaltar estos tipos de duelo.

1.3.2 TIPOS DE DUELO

El tipo de duelo adecuado para una óptima evolución del adulto o niño es el **duelo normalizado**. En el que el deudo evoluciona positivamente pasando por las diferentes fases del duelo, consiguiendo así, adaptarse a su nueva situación y recordar al fallecido con tranquilidad y sin sufrir un dolor profundo.

La estadística nos demuestra que en torno a un 10-20% de los duelos experimentados se desarrollan de forma inadecuada, dando lugar a un duelo complicado (DC) (Dillen, Fontaine y Verhofstadt-Deneve, 2009. En Millán-González y Solano-Medina, 2010). El **duelo complicado** sigue un curso inesperado, en el cual, el doliente está desbordado y recurre a conductas desadaptativas, comprometiendo su salud y dificultando su funcionamiento general, haciendo que este proceso de adaptación se cronifique, aumentando su duración e intensidad.

En el DSM-5 no se presenta una categoría diagnóstica sobre el duelo complicado. Pero los numerosos debates llevados a cabo para elaborar este manual de diagnóstico, si plantearon un Trastorno por Duelo Complejo Persistente y sus correspondientes criterios de diagnóstico. A pesar de que al final este trastorno no forma parte del DSM-5, en dicho manual (Sección III) se recoge el objetivo de establecer las condiciones de este trastorno (Persistent Complex Bereavement Disorder) en investigaciones futuras. Por ello, consideramos interesante reflejar los posibles criterios establecidos del mismo, para hacernos una mejor idea de a lo que nos estamos refiriendo cuando hablamos de Duelo Complicado (APA, 2012. En Barreto, de la Torre, y Pérez-Martín, 2012, pág. 361).

Criterio A: el individuo ha experimentado la muerte de un familiar hace al menos 12 meses.

Criterio B: desde el fallecimiento, ha experimentado al menos uno de los siguientes síntomas, casi diariamente o en grado intenso o perturbador:

- a) Anhelos perturbadores y fuertes por lo que se ha perdido (En los niños pequeños, el anhelo se puede expresar en el juego y la conducta, incluyendo la separación-reunión con los cuidadores),
- b) Dolor intenso por la separación,
- c) Preocupación por el difunto,
- d) Preocupación por las circunstancias del fallecimiento (En los niños, esta preocupación por la persona fallecida puede ser expresada a través de los temas de juego y el comportamiento y se puede extender a la preocupación por la posible muerte de otras personas cercanas a ellos.).

Criterio C: El Dolor/Distrés por la separación: desde el fallecimiento, ha experimentado por lo menos seis de los siguientes síntomas, casi diariamente o en un grado intenso o perturbador:

- a) Dificultades marcadas para aceptar la muerte (Nota: En los niños, esto depende de la capacidad del niño para comprender el significado y la permanencia de la muerte),

- b) Aturdimiento,
- c) Dificultad para recordar positivamente al fallecido,
- d) Evaluaciones desadaptativas sobre uno mismo en relación al difunto o la muerte (por ejemplo, sentimiento de culpa),
- e) Tristeza o ira,
- f) Evitación excesiva de recordatorios de la pérdida (por ejemplo, la evitación de las personas, lugares o situaciones relacionadas con el fallecido). (Nota: en los niños, esto puede incluir la evitación de pensamientos y sentimientos con respecto a la persona fallecida.)

Interrupción de la identidad social:

- g) Deseo de morir para estar con el fallecido
- h) Dificultad para confiar en los otros
- i) Sentirse solo
- j) Sentir que la vida no tiene sentido
- k) Confusión sobre su propia identidad o papel en su vida
- l) Dificultad o reticencia para marcarse metas futuras).

Criterio D: la alteración provoca malestar clínicamente significativo o deterioro en las áreas social, ocupacional o de otro tipo de funcionamiento.

Criterio E: la reacción de duelo debe ser desproporcionada o no acorde con las normas culturales, religiosas o adecuadas a la edad.

Especificar si: Con Duelo traumático: posterior a una muerte que ocurrió bajo circunstancias traumáticas (por ejemplo, el homicidio, el suicidio, el desastre o accidente), hay pensamientos persistentes, frecuentes y angustiantes, imágenes o sentimientos relacionados con las características traumáticas de la muerte (por ejemplo, el difunto grado de sufrimiento, lesión horrible, la culpa o la de los otros para la muerte), incluso en respuesta a los recordatorios de la pérdida.

Podemos encontrar diferentes tipos de **duelo complicado**, Cruz y Pérez (2013) recogen los siguientes tipos:

- Duelo crónico: caracterizado por una duración excesiva, donde el deudo experimenta durante años el dolor de forma intensa, absorbido por los recuerdos del pasado, la imposibilidad de llegar a una conclusión satisfactoria, y por lo tanto, de rehacer su vida.
- Duelo retrasado: recibe el nombre de duelo congelado, inhibido o pospuesto. Este tipo de duelo se caracteriza por un embotamiento emocional en las fases iniciales del duelo. Es decir, en las primeras etapas, hay una reacción inicial insuficiente, experimentando los síntomas del duelo posteriormente.
- Duelo exagerado o eufórico: caracterizado por una intensa reacción de duelo. Es importante tener en cuenta las connotaciones culturales, con el objetivo de determinar si la manifestación del duelo es excesiva o estamos ante una negación de la realidad sucedida, manteniendo la sensación de que la persona querida continúa con vida. O incluso, reconociendo la muerte de éste y creyendo que sucedió por beneficio del deudo. Este tipo de duelo está relacionado con un cuadro clínico de depresión, trastornos de ansiedad o la ingesta de sustancias (alcohol, drogas, etc).
- Duelo enmascarado: donde se experimentan los síntomas sin que el deudo los asocie con la pérdida afectiva que ha tenido recientemente. En este tipo de duelo, el doliente acude al sistema sanitario apuntando diferentes molestias sin referirse a la pérdida reciente, debido a que no relaciona estas manifestaciones con el suceso ocurrido.

Otros autores incorporan otros tipos de duelo complicado (Tizón, 2004; Cabodevilla, 2007), como:

- Duelo anticipatorio: proceso que se inicia ante una muerte inminente. La elaboración del dolor propio del duelo comienza antes de que la pérdida se produzca. Es una forma de adaptación a una situación futura.

- Duelo ambiguo: resultado de la ansiedad que sufre el doliente ante la incertidumbre sobre la situación en la que se encuentra su ser querido. El duelo puede darse de dos formas, en una de ellas el deudo percibe al fallecido ausente en un plano físico pero presente en el psicológico. Esto es propio cuando se desconoce si el ser querido ha fallecido o no. Mientras que en el otro caso, el deudo percibe a su ser querido ausente psicológicamente pero presente físicamente. Esto es frecuente en personas que han sufrido daño cerebral o presentan demencias en estadios avanzados.
- Duelo bloqueado por un exceso de culpa: un individuo experimenta este tipo de duelo ante el fallecimiento de un ser querido con el que mantenía una relación ambivalente.
- Duelo psicotraumático: autores como Tizón (2004) prefieren denominarlo desorganizador o desbordante. Este tipo de duelo debe contar con una revisión en sus primeras etapas, ya que el doliente puede presentar un cuadro clínico típico de un Trastorno de Estrés Post-traumático (TEPT).

Los deudos pueden experimentar un duelo caracterizado por su buena evolución o uno que presente complicaciones, pero para superar este proceso es imprescindible que el doliente pase por las diferentes fases de duelo, como la cronología que detallaremos a continuación.

1.2.7 CRONOLOGÍA DEL DUELO

Como hemos podido comprobar la mayoría de las aportaciones del duelo en la literatura consideran que este proceso presenta diferentes fases. En este caso, la siguiente cronología detallada es defendida por Cruz y Pérez (2013).

En aquellas situaciones en las que la persona querida presenta una enfermedad terminal, este proceso comienza con un **duelo pre-muerte**, conocido como anticipado. El individuo sufre un shock inicial ante el diagnóstico y negación de la muerte próxima. En esta primera fase es muy importante la preparación psicológica ante la pérdida.

Seguidamente pasamos a un **duelo agudo**, caracterizado por una catástrofe psicológica, de aturdimiento e incredibilidad y un bloqueo emocional ante la situación vivida.

El **duelo temprano**, constituye el duelo de semanas a tres meses después del fallecimiento. El doliente se encuentra en un estado de negación y búsqueda del fallecido, de profundo sentimiento. Todavía no se es consciente de la realidad surgida.

El **duelo intermedio**, dura de meses a años. Se producen tormentas emocionales y vivencias contradictorias, de culpa y autorreproches, con sentir la presencia del fallecido. En esta fase del duelo, el deudo vuelve a la rutina y comienza a ser consciente de la realidad. Apareciendo numerosos duelos cíclicos, en fechas señaladas relacionadas con el fallecido.

En la siguiente fase, **duelo tardío**, se produce entre el primer y cuarto año tras el fallecimiento, estableciendo un nuevo modo de vida, experimentando sentimientos de soledad, sin que éstos sean tan discapacitantes como en fases anteriores. En esta fase es cuando se comienza a vivir pensando en el futuro.

Por último lugar, **duelo latente**, surge con el paso del tiempo. El deudo se adapta a la nueva situación siendo consciente de que nada volverá a ser a como era antes.

Algunos autores (Neimeyer, 2001; Cid, 2011) defienden que el duelo no tiene una duración determinada, siendo un proceso caracterizado por altos y bajos. Dando lugar a cambios en el estado psicológico, físico y social. Llegando a su completa resolución, tras producirse la reorientación de los esquemas mentales, la recomposición del mundo interno y la superación de la tristeza, permitiendo, así, continuar hacía el futuro sin anhelar el pasado. Por lo tanto, el proceso de cada doliente se caracterizará por su singularidad, por permanecer en cada una de las fases determinadas el tiempo necesario.

Esta última aportación, nos permite enlazar los puntos que desarrollaremos seguidamente, que tratan sobre el duelo que los niños experimentan. El duelo que un adulto vive es distinto al que experimenta otro, pero, ¿qué pasa en el caso de los niños?, ¿se dan estas mismas fases?, ¿presentan características totalmente distintas al duelo adulto?, ¿pueden presentar duelos complicados como los detallados anteriormente?

1.3 DUELO INFANTIL

1.3.1 CARACTERÍSTICAS DEL DUELO INFANTIL

Los niños y adolescentes pueden experimentar emocionalmente el duelo afectivo, que puede ser de larga duración, aunque no cuentan con unas capacidades cognitivas que posibilite una comprensión completa sobre el suceso que está ocurriendo. Podemos decir que el duelo experimentado en estas etapas de desarrollo es mayoritariamente diferido, siendo finalizado en la etapa adulta (Tizón, 2004).

La expresión del duelo infantil (y adolescente) suele realizarse en un plano fisiológico y/o conductual, y presentándose principalmente en lugares tales como, el hogar, el colegio o instituto (Esquerda y Agustí, 2012).

En muchos casos, tras una pérdida se pueden observar reacciones inadecuadas o sorprendentes por parte de los niños y los adolescentes, debido a que su vida psicológica (dependiendo de la etapa evolutiva en la que se encuentren) está menos dominada por la lógica (Tizón, 2004). Por ejemplo, se pueden observar cambios en sus estados emocionales a lo largo del día, mostrándose apáticos y tristes, y posteriormente, disfrutando de una actividad. El malestar experimentado por el menor no puede mantenerse todo el tiempo, debido a que en edades tan tempranas no pueden soportar una emoción negativa tan intensa durante un largo periodo (Gamo y Pazos, 2009).

Del mismo modo, para los niños, la pérdida de un ser querido también puede provocar cambios en el desarrollo de su identidad, pues al experimentar este suceso de forma pasiva, pueden sentirse abandonados, llevándoles en muchos casos a sentirse culpables, paralizados, o madurando precozmente, etc (Gamo y Pazos, 2009).

El niño toma a sus referentes, a su figura parental como modelo, por el cual “aprenderá” cómo afrontar la muerte. Las personas allegadas al menor pueden tomar un papel muy importante en el desarrollo del duelo infantil, siendo estas personas sus referentes, transmitiéndole seguridad, reduciendo la incertidumbre de lo más pequeños, contestando a sus preguntas, estando cerca de ellos o explicándoles lo que está ocurriendo (Cruz y Pérez, 2013).

En ocasiones el duelo del niño puede presentar complicaciones, debido a la forma que tienen de afrontar el duelo de un menor sus allegados. Dando lugar, a que en la mayoría de los casos, la intensidad y viveza de la pena infantil y la expresividad de dolor del niño, se intente negar, racionalizar e intelectualizar. Esto impedirá el desarrollo emocional del menor y una adecuada adaptación a la realidad surgida (Tizón, 2004).

Como podemos ver, el duelo infantil necesita del apoyo adulto para una buena evolución. Este duelo presenta características similares al proceso experimentado por un adulto que ha sufrido una pérdida afectiva, pero al mismo tiempo, también aspectos diferenciados.

1.3.2 DIFERENCIAS CON EL DUELO EN ADULTOS

El proceso de duelo infantil es similar al duelo que experimentan los adultos con algunas características propias, puesto que tiende a afectar más a los menores aumentando su vulnerabilidad, debido a que todavía continúan desarrollándose y no cuentan con unas óptimas estrategias de afrontamiento. Igualmente, el mundo interno de los niños es más flexible al de los adultos, dotándoles de una mayor capacidad de adaptación y resiliencia (Tizón, 2004).

En el caso de que el menor experimente la pérdida de uno de sus progenitores (o abuelos, dependiendo de la intensidad de la relación con éstos), su forma de vivir el duelo será diferente con respecto al progenitor sobreviviente, ya que éste pierde a su pareja, amigo y compañero. Mientras que el niño ha perdido a su protector, cuidador, educador y su figura materna o paterna de identificación.

Las defensas ante el dolor y los conflictos mentales están poco desarrolladas en los niños, complicando la diferenciación entre fantasía y realidad y aportando ápices de complejidad al proceso que han iniciado. Durante el duelo, los niños al igual que los adultos pueden experimentar profundas emociones, pero sin contar con los recursos cognitivos y las suficientes experiencias previas, que le ayudarían a comprender lo que ha sucedido (Tizón, 2004).

Los niños tienen una mayor necesidad y en ocasiones, dependencia de aquel familiar que ha fallecido, necesitando readaptar su situación y encontrar otro referente que le acompañe en su desarrollo. Como se ha apuntado anteriormente, los menores presentan una inmadurez afectiva. Por lo que, no pueden tolerar un dolor intenso durante un tiempo prolongado, alternando periodos de risa y juego, con llanto y tristeza. Una de las diferencias más fáciles de observar, es la forma en que adultos y niños tienen de expresar su dolor, en el caso de los niños suelen expresar lo que sienten mediante juegos, que se caracterizan por su rareza, carecer de sentido y ser reiterativos. Mientras que los adultos verbalizan más su malestar.

Las manifestaciones externas de los pequeños suelen ser más llamativas y perceptibles por el menor control que niños y adolescentes tienden a tener de los impulsos y por la necesidad de tener a sus figuras de referencia (apego) presentes (Tizón, 2004).

Los adultos y los niños, sin obviar las diferencias, experimentan un mismo proceso de duelo. Viven una etapa de desequilibrio y de dolor intenso, que dependiendo de la relación mantenida con el fallecido, se reflejará con cambios en el individuo y en su entorno, desencadenando el padecimiento de una serie de alteraciones (manifestaciones) en el duelo.

1.3.3 MANIFESTACIONES DEL DUELO

La pérdida de un ser querido trae consigo una respuesta a nivel emocional, física, comportamental, social y cognitiva. En el caso de los niños y adolescentes se registrarán mayores complicaciones en el plano somático y conductual (Barreto y Soler, 2007).

- **Manifestación física:** dentro de este plano, se pueden registrar diferentes molestias, dolor o sensación de vacío en el estómago, dolor de cabeza, disnea, falta de energía, mareos, alteraciones del sueño y/o del hábito intestinal, pérdida de apetito (negativa a comer) y, por tanto, de peso, etc.

El padecimiento de estas molestias con el incremento del estrés que se experimenta, parece estar relacionadas con la inmunodepresión, desencadenando una mayor vulnerabilidad a caer enfermo.

- **Manifestación emocional:** sentimientos de tristeza y desapego, rabia, enfado, culpa, miedo, anhedonia, abatimiento, ansiedad, desamparo, desesperanza, autoestima disminuida, etc.
- **Manifestación cognitiva:** se experimenta ansiedad ante la separación, fantasías de muerte, miedo a que otro familiar fallezca, dificultades de aprendizaje y de concentración, apatía, confusión, embotamiento mental, ideas repetidas relacionadas con el fallecido, olvidos frecuentes, inclusive, pueden tener sensación de presencia del familiar fallecido.
- **Manifestación conductual:** aparecen comportamientos regresivos, retrocediendo en sus estadios de desarrollo, por lo que, deberán re-aprender competencias o destrezas ya adquiridas (enuresis), o retrasando algunos aspectos claves del desarrollo (el lenguaje). Así como la explosión de emociones o retraimiento emocional, desapego, dependencia excesiva, demandas de atención, berrinches moderados, desinterés por el grupo, timidez extrema, etc.

Los preadolescentes y adolescentes pueden iniciarse en el consumo de sustancias: tabaco, alcohol, o drogas. Así como un replanteamiento de las propias creencias que tenían antes del fallecimiento, como de las ideas de trascendencia.

Existen casos, donde el proceso de duelo, desemboca en el padecimiento de un trastorno (trastornos de conducta o de ansiedad) o alteraciones más propias de los adultos, como la distimia (Tizón, 2004).

Como hemos apuntado anteriormente, tenemos que tener en cuenta una serie de factores a la hora de predecir el tipo de duelo que un deudo va a experimentar, así como su progresión, para poder ofrecer una ayuda más personalizada. En el caso de los niños, es importante que conozcamos previamente qué conocimientos tienen sobre el fenómeno que han vivido.

Para poder hacernos una idea del proceso de duelo que un menor puede experimentar es importante conocer su grado de comprensión de nociones tan complejas, como la de muerte.

1.3.4 MUERTE Y PERIODOS EVOLUTIVOS

El concepto de muerte es complejo y abstracto, *“en el niño, la elaboración de la idea de la muerte sigue un proceso evolutivo congruente con su desarrollo cognitivo y emocional, proporcional a la madurez de su inteligencia y emociones”* (Esquerda y Agustí, 2012, p. 25).

Wass en 1984 relaciona el concepto de muerte con las primeras etapas evolutivas (En Barreto y Soler, 2007) concluyendo, que hasta los dos años el niño no conoce dicho concepto. Esta noción empieza a ser adquirida en el periodo de edad comprendido entre los dos y siete años, aportándole un carácter temporal y reversible.

Es a la edad de cinco años cuando se establece una línea importante en la comprensión de este fenómeno, empezando a asimilar los componentes básicos (conceptos claves) de la muerte: la muerte desencadena la no conservación de las funciones vitales, es irreversible, se produce por una causa física y es universal (Tizón, 2004).

De los siete a los once años se incorpora la característica de irreversibilidad a la muerte, faltando aún el componente de casualidad y universalidad. Por lo que, a estas edades consideran la muerte como un fenómeno caprichoso, ajeno a él y a sus seres queridos. Es a los doce años cuando se adquiere este concepto en su plenitud.

La característica de universalidad de esta noción es la última en ser adquirida por el menor. Entendiendo, en un principio, que la muerte es un fenómeno que puede sucederle a todas las personas, pero sin ser consciente de que sus seres queridos y él mismo, también pueden sufrirlo (Esquerda y Agustí, 2012).

La comprensión de la noción muerte es imprescindible para garantizar una buena evolución en el proceso de duelo, a la hora de ayudar a un niño que está pasando por un suceso tan desestabilizador. Es importante que conozcamos este grado de comprensión.

Para ello, es imprescindible que nos fijemos en la etapa de desarrollo en la que el menor se encuentra y tengamos en cuenta las características generales de cada una de ellas.

1.3.5 DUELO Y DESARROLLO

Cada cierto rango de edad, la literatura ha recogido aspectos genéricos sobre la comprensión que el niño tiene respecto a la muerte y al duelo, y cómo el niño y el adolescente, pasará por este proceso dinámico de adaptación (Tizón, 2004; Apraiz, 2006; Cid, 2011; Esquerda y Agustí, 2012). Aunque el proyecto que vamos a presentar está dirigido a niños de seis a ocho años, es positivo conocer cómo viven esta experiencia dolorosa niños de edades inferiores o superiores a este rango de edad, para así tener una idea general de cómo puede desarrollarse dicho proceso.

A continuación, se presenta la clasificación realizada en base a las etapas escolares:

- **De 0 a 3 años:**

Los niños menores de tres años, desconocen el significado de la palabra muerte, debido a la limitación que presentan sobre la comprensión y percepción del espacio y tiempo. Viven la muerte de un ser querido como si fuera una separación, percibiendo que alguien les falta, sintiendo que han sido abandonados. De este modo, estos menores convierten este hecho en una amenaza para su seguridad (Lozano y Chaskel, 2009).

En este periodo de edad los niños son sensibles a los cambios que se producen tras una pérdida afectiva en la familia, sobre todo, si fallece una figura de referencia, de vinculación primigenia. También perciben las emociones intensas que experimentan las personas cercanas a ellos (Tizón, 2004; Cid, 2011).

- **De 3 a 5 años:**

Los niños de tres a cinco años, carecen del desarrollo cognitivo que les permita comprender el concepto de muerte. Creen que la muerte es algo reversible, temporal, no real. Es decir, aunque saben la diferencia entre estar vivo y muerto, estos dos procesos son considerados por los niños como intercambiables (Lozano y Chaskel, 2009).

En ocasiones, estos niños suelen sentirse responsables de la muerte, por el egocentrismo que caracteriza esta etapa de desarrollo. En este periodo de edad los menores pueden pensar que la muerte o la enfermedad son contagiosas (Tizón, 2004; Esquerda y Agustí, 2012).

- **De 6 a 10 años:**

Entre los seis a los ocho años van siendo más conscientes de lo que significa el concepto muerte. Comprenden que la muerte es irreversible, y aunque pueden considerar este fenómeno como universal, no aceptan la posibilidad de que les ocurra a sus familiares o a ellos mismos (Cid, 2011).

Así, los niños de nueve o diez años, comienzan a aceptar que la muerte también les puede suceder a ellos, incrementando su incertidumbre y fragilidad (Lozano y Chaskel, 2009).

- **A partir de los 11 años:**

A partir de los once y doce años los niños adquieren una noción similar a la de los adultos. Desarrollando su propia filosofía de vida, cambiando sus actitudes ante temas tan relevantes como la muerte.

A pesar de que el adolescente ya comprende la muerte en su totalidad, puede mostrarse angustiado y obsesionado con este tema. En ocasiones, la forma de expresar este malestar, de negar la realidad, les conducirá a realizar conductas inadaptadas y agresivas. Asimismo, en este periodo del desarrollo algunos adolescentes niegan su propia mortalidad, realizando conductas de riesgo que ponen en peligro su propia vida (Cid, 2011).

Finalizada esta breve reseña de la relación que los periodos de desarrollo tienen con la variable duelo, pasaremos a comentar en profundidad el rango de edad en el que nos centramos en el presente trabajo, seis a ocho años. En estas edades podemos ver cómo los menores van evolucionando sobre el nivel de comprensión que tienen de esta noción.

Durante este rango de edad la muerte se personifica, aunque sigue considerándose como algo externo, y con casuísticas que pueden afectar a determinadas personas, como los enfermos o ancianos (Sipos y Solano 2001).

Un niño de seis años, si ha tenido alguna experiencia con la muerte, ya sea de un ser querido o ha vivido indirectamente el duelo experimentado por otra persona cercana (un amigo, primo, etc), puede comenzar a preocuparse de que su madre/padre o algún pariente se muera aumentando su curiosidad sobre este fenómeno y sus causas. Es más, les cuesta imaginar la muerte de sus padres o la suya propia. La posibilidad de que ocurra este suceso les puede llevar a incrementar su nivel de ansiedad y miedo, siendo expresado este malestar por medio de somatizaciones y cambios de conducta.

En estas edades los niños van comprendiendo que las personas se pueden morir por diversos motivos más allá que el hacerse mayor. Asimismo, necesitan protección contra experiencias relacionadas con la muerte: accidentes de tráfico, animales fallecidos, etc (Rodríguez de Ita y Espinosa, 2011).

A los siete y ocho años comparten la noción de duelo con los niños de seis años, pero de una forma más realista, reflexiva y descriptiva. Aún no conciben la muerte como un proceso biológico y reconocen su mortalidad aunque niegan la posibilidad de que mueran. Sus inquietudes se trasladan hacia los ritos funerarios, como los funerales y los elementos relacionados con ellos (Rodríguez de Ita y Espinosa, 2011).

En el duelo experimentado por los niños de estas edades podemos observar que el menor se culpabiliza de la muerte de la figura afectiva, considerándose responsable de su fallecimiento, por motivos tales como, el haberles llevado la contraria o enfadarse con ellos recientemente (Tizón, 2004).

Como hemos visto, el duelo infantil será experimentado y contará con unas características definidas teniendo en cuenta: la edad del menor, la capacidad cognitiva, el grado de comprensión sobre la noción muerte, la madurez emocional, la educación recibida, la religión, las experiencias previas, el apoyo social recibido, etc (Bleda et al., 2006). Estas características pueden actuar como factores de riesgo y de protección a la hora de presentar, o no presentar, unas complicaciones en el duelo.

1.3.6 FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN DEL DC INFANTIL

Hay que tener en cuenta, la influencia que los factores de riesgo y de protección tienen en el proceso que va a experimentar el doliente, ya que estos favorecerán la aparición de complicaciones en el duelo, o que el desarrollo de éste presente una evolución positiva.

1.3.6.1 FACTORES DE RIESGO

Como se ha apuntado anteriormente, el duelo presenta unos patrones comunes en todos los casos. Aunque el desarrollo (intensidad o duración) de dicho proceso puede variar, cambiando la velocidad de recuperación y aumentando el impacto que este trágico suceso puede tener en el doliente. Así se favorecerá la aparición de un duelo complicado (Barreto y Soler, 2007). Para prevenir la complicación en el duelo se deben atender a una serie de factores/variables de riesgo:

- Características personales del deudo, edad, género, personalidad.
- La pérdida ocurre antes de los cinco años o durante la adolescencia.
- Pérdida del padre en la adolescencia para los varones, y para las niñas pérdida de la madre antes de los 10 años.
- Tipo de relación mantenida con el fallecido, principal figura de referencia, relación ambivalente o agresiva, de dependencia, etc.
- Casuística de la muerte, si la muerte ha sido inesperada o tras una enfermedad. La duración de la enfermedad también es un factor a tener en cuenta, o si la causa del fallecimiento ha sido por suicidio u homicidio.
- El niño presenta dificultades psicológicas anteriores a la pérdida.
- Forma inadecuada de reacción del progenitor sobreviviente, o familiares allegados al menor. Estas figuras son un referente para el menor sobre cómo reaccionar ante este hecho.

- Ambiente inestable (antes y/o después del fallecimiento) sin respetar una rutina o donde el cuidador encargado del menor cambie continuamente, aumentando el sentimiento de confusión e inestabilidad del niño.
- Poca consistencia en la disciplina impuesta al niño.
- Escasa calidad del apoyo social (acompañante) que recibe o ha recibido el menor durante el duelo.
- El progenitor sobreviviente se vuelva a casar, y la relación mantenida con esta nueva figura sera negativa.
- Recursos matriales escasos.

Tizón (2004, p. 282) establece una serie de circunstancias que aumentarían la gravedad del duelo, viéndose afectado el desarrollo de la personalidad del menor.

- Muerte de la madre antes de los 18 años (especialmente, si ésta ocurre antes de los 11 años).
- Muerte de un hermano/a en la infancia.
- Muerte de un familiar allegado que convivía con el niño.
- Abandono por parte de la madre, padre o ambos.
- Separaciones prolongadas (sobre todo si es de la madre) antes de los 18 años.

1.4.6.2 FACTORES DE PROTECCIÓN DE DUELO COMPLICADO INFANTIL

Los factores de protección favorecen el desarrollo de un duelo normalizado, por lo que, deben ser potenciados para así facilitar la adaptación del menor ante la pérdida afectiva sufrida (Barreto, Yi, y Soler, 2008; Barreto, de la Torre, y Pérez-Martín, 2012).

- Apoyo social, por medio, de una figura de referencia que se encargue del menor y esté a su disposición ante cualquier pregunta o necesidad de éste. En estos momentos, los niños necesitan muchas muestras de afectividad. Cid (2011) defiende que un buen estilo de comunicación y una buena actitud de la familia en este tipo de sucesos, actuarán con factores protectores ante alguna complicación en el duelo.
- Estabilidad en la rutina: la muerte de un ser querido ya supone para el menor una de las mayores situaciones de inestabilidad a la que va hacer frente. El mantenimiento de una rutina le aportará seguridad para poder desarrollar su duelo.
- Comprensión del suceso: es importante que los menores conozcan de antemano la enfermedad que sufre su familiar y la gravedad de la misma, en los casos en que el fallecimiento se de por esta causa. O conociendo la muerte de su ser querido desde un primer momento (teniendo siempre en cuenta las características del menor –edad, capacidad cognitiva, etc-).

Nos parece importante resaltar que los factores de riesgo invirtiendo su connotación también pueden actuar como factores de protección de un DC. Por ejemplo, sería un factor de protección que el menor no hubiese presentado problemas psicológicos antes de la pérdida o que el entorno social contara con recursos económicos y materiales suficientes para favorecer la estabilidad del menor.

El duelo complicado suele desencadenar determinadas alteraciones en los menores, que detectan un duelo “no-normalizado”. Creemos que es importante, conocer la existencia de indicadores de duelo complicado en esta etapa, para así poder ayudar al menor en la tarea de afrontamiento del duelo.

1.3.7 INDICADORES DEL DUELO COMPLICADO INFANTIL

Tras la muerte, debemos estar atentos a las reacciones que muestran los más pequeños ya que nos pueden indicar que el proceso de duelo no está evolucionando positivamente.

Lacasta y García (2007) y la Asociación de Enfermos Contra el Cáncer (2008) determina algunos de los síntomas que si son presentados durante un tipo prolongado, apuntarían a un posible Duelo Complicado:

- Llanto frecuente y continuo.
- Rabieta y pataletas frecuentes y prolongadas.
- Comportamiento más infantil del habitual (pedir ayuda para comer, vestirse o ducharse, utilizar lenguaje de un bebé, hacerse pis por la noche).
- Apatía y desgana. Pérdida de interés por las actividades habituales.
- Irritabilidad constante.
- Alteraciones del sueño (insomnio, pesadillas y terrores nocturnos...).
- Miedo a quedarse solo.
- Problemas escolares: peor rendimiento escolar, falta de asistencia al colegio o instituto, incapacidad para concentrarse y memorizar, etc.

Existen otros indicadores que nos pueden indicar que el proceso de duelo del menor está siendo patológico (Tizón, 2004):

- Anhelo y añoranza continuada por la persona fallecida.
- Esperanzas persistentes de reunión con el ser querido y/o deseos de morir para reunirse con él.
- Continuos reproches contra la misma, combinados con autorreproches inconscientes.
- Cuidado compulsivo de los objetos y/o personas de su alrededor.
- Incredulidad sobre la pérdida (negación persistente).
- Momento de despersonalización.
- Problemas somáticos (similares a los que sufría el fallecido).
- Modelado de la personalidad del menor en función del muerto.

- Conductas de riesgo, aumento de accidentes, como por ejemplo, las caídas.

Estos indicadores nos alertan de la existencia de un problema en el proceso dinámico del duelo. Si el círculo más próximo al menor es conocedor de la existencia de estos indicadores, pueden ayudar a que el duelo de éste no acabe desembocando en un DC, sin necesidad de acudir a un profesional para su tratamiento. Estos son los fundamentos y las bases que nos han motivado a desarrollar una guía para que los familiares más allegados al menor, así como otros profesionales, puedan conocer estrategias adecuadas para ayudar a los niños a superar la pérdida vivida.

En los siguientes capítulos presentaremos el proyecto elaborado a partir de los contenidos expuestos anteriormente, para de este modo, conseguir una guía que realmente ayude al adulto con el duelo que un niño experimenta, pudiendo ser utilizado como un recurso para prevenir las complicaciones en el duelo.

CAPITULO II:

BASES DEL PROYECTO

2.1 FORMATO DEL PROYECTO

El proyecto se desarrollará en formato de Guía Didáctica bajo el nombre de “*El camino en el duelo: Una guía para adultos*”. En la que se darán pautas a los adultos para que comprendan el proceso de duelo que los niños de estas edades pueden experimentar. Daremos a conocer las manifestaciones que esta vivencia desencadena en los más pequeños y explicaremos qué noción tienen los niños sobre la muerte, con el objetivo de ayudar y apoyar a éstos, ante una pérdida afectiva.

Con la ayuda de esta guía los adultos podrán adquirir pautas básicas sobre cómo afrontar el duelo infantil y cómo ayudar a los niños a experimentar un duelo sano, previniendo el duelo complicado.

Hemos decidido que el formato del proyecto a presentar sea una guía, ya que ante la pérdida de un ser querido, o cuando ésta ya se ha producido, el entorno del menor también sufre esta experiencia desequilibrante, imposibilitando en muchos casos, que el referente del niño acuda a charlas, grupos de apoyo, o pida ayuda en este primer momento. En definitiva, no suelen hacer uso de este tipo de recursos presenciales que le ayudarían con su propio proceso de duelo y con el del menor.

El formato elegido también nos permitirá la divulgación de su contenido y el uso del mismo de forma autónoma e independiente, pudiéndose utilizar como información complementaria en talleres donde se trabaje esta temática.

Este documento realizará aportaciones sobre la muerte de un ser querido y el posterior duelo infantil, tratando una situación general en la mayoría de los casos, desarrollando diferentes consejos y recomendaciones, teniendo en cuenta las características de los deudos o las diferentes tipologías de muerte. Desde el fallecimiento de un ser querido tras un periodo largo de enfermedad, en la que el niño ha podido ir asimilando lo que iba a ocurrir, a aquellos casos en los que la muerte ha sido súbita (accidente de tráfico, ataque al corazón, etc) caracterizados, en su mayoría, por un mayor impacto.

Para facilitar la búsqueda de información al futuro usuario de la misma, ésta empezará con un índice de contenidos.

2.2 CONTENIDOS TRATADOS EN EL PROYECTO

El proyecto, contará con la siguiente distribución del contenido:

- Índice.
- Introducción.
- ¿Por qué es importante el papel del adulto en el duelo infantil?
- Los niños y el duelo, en el que se desarrollarán dos puntos: una definición de duelo y las reacciones que los niños suelen experimentar tras una pérdida afectiva.
- ¿Cómo entiende el niño de seis a ocho años la muerte?. Para explicar este punto nos centraremos en los conceptos claves de la noción “muerte”: universalidad, irreversibilidad, la muerte se debe a una causa física y el fin de las funciones vitales.
- ¿Cómo comunicar la muerte de un ser querido?
- El niño y los rituales de despedida.
- ¿Cómo podemos ayudar?: explicaremos la ayuda que se debe proporcionar al menor en los primeros momentos, y posteriormente, la ayuda que necesita para sobreponerse a la pérdida.
- ¿Y si el duelo se complica?
- Debemos asegurarnos que...

Los contenidos que formarán parte de cada uno de estos apartados se expondrán en el capítulo siguiente de este trabajo.

2.3 DIVULGACIÓN DEL PROYECTO

La guía estará disponible para su descarga en una Web dedicada a la psicología infanto-juvenil y de género. El futuro usuario de la guía podrá descargarse la misma, previo pago, en la plataforma de pago seguro, Paypal.

Hemos elegido esta plataforma de distribución teniendo en cuenta la evolución de nuestra sociedad, y el uso generalizado que hacemos de las TICs. De este modo, permitiremos que la descarga de la guía pueda realizarse en cualquier sitio del mundo y en cualquier momento, ampliando el radio de difusión.

La distribución vía online nos brindará la posibilidad de una retroalimentación con aquellas personas que la han leído y han puesto en práctica los consejos que se desarrollarán en la guía, con el objetivo de conocer la utilidad del trabajo realizado y establecer un contacto permanente que nos permita resolver las dudas de los usuarios.

Sin olvidarnos, de los recursos tradicionales, la divulgación de la guía se podría realizar en formato papel, si se consiguiera que una Editorial la publicara.

2.4 DESTINATARIOS

La guía estará dirigida a los familiares que están cerca del niño (padres, tíos, abuelos) que va a experimentar o ya ha experimentado la pérdida de un ser querido (accidente de tráfico, enfermedad, etc) y quieran documentarse sobre cómo ayudar a los niños y así prevenir las complicaciones en el duelo infantil. Estos adultos, no tienen que presentar características específicas, debido a que el proyecto se desarrollará tratando este tema de una forma general y clara, pudiendo ser utilizado por todos.

Los destinatarios de esta guía también serán los profesionales (psicólogos, orientadores escolares, trabajadores sociales, educadores, sanitarios, etc.) que trabajarán con las familias que sufran la muerte de un ser querido o directamente con los niños. La guía será un recurso informativo para adquirir las nociones básicas que se necesitan para ayudar a los adultos a facilitar el proceso de duelo a los más pequeños.

El documento estará dirigido a los adultos con el principal objetivo de ayudar al niño en su duelo. La edad de referencia de estos niños será de seis a ocho años, y por medio de este recurso se intentarán resolver las cuestiones que se plantean ante este fenómeno, tales como: qué ha pasado, qué estoy sintiendo, cómo va a cambiar mi vida, dónde está mi ser querido, etc.

El principal motivo por el cual esta guía se centrará en niños de seis a ocho años, se debe a las diferentes características que los niños presentan a lo largo de su desarrollo. Por ejemplo, como hemos apuntado anteriormente, la comprensión sobre el fenómeno “muerte” o la forma de experimentar una pérdida afectiva, cambia dependiendo de diferentes factores, como son la edad o la capacidad cognitiva del deudo. Estos factores nos han hecho acotar los destinatarios indirectos de este programa a niños de esta edad, es decir, niños escolarizados en el primer ciclo de Educación Primaria.

En esta etapa *“el niño hace un gran avance en el desarrollo intelectual y empieza a comprender conceptos un poco más elaborados relacionados con el ámbito de las relaciones sociales, el ritmo del tiempo o el funcionamiento del cuerpo”*. (Esquerda y Agustí, 2012, p.42). Etapa caracterizada por el incremento de la curiosidad del menor sobre lo que ocurre a su alrededor, o consigo mismo. Además, los niños de esta edad pueden realizar operaciones concretas e inician la elaboración de un pensamiento más elaborado y complejo (cognitivo más formal) (Piaget, 1973). Lo que les permitirá entender conceptos como enfermedad o muerte, así como empezar a comprender la noción causa-consecuencia y a distinguir la fantasía de la realidad.

En estos años, los niños empiezan asimilar o ya han asimilado las cuatro claves que sustentan el concepto de muerte (universalidad, irreversibilidad, fin de las funciones vitales y la casuística física de la muerte). Al ser una etapa donde el menor adquiere la capacidad de comprender términos complejos, es importante que un adulto acompañe al niño ante la adquisición de estos conceptos y la comprensión de la realidad inminente que sucede tras una pérdida afectiva.

Es importante entender que aunque un niño de estas edades comprenda qué significa la palabra muerte y cómo este suceso puede alterar su estructura familiar, su rutina y a sí mismo, no significa que esté preparado para aceptar estos cambios y que sepa reaccionar de una forma racional ante un suceso tan estresante como éste (Cid, 2011).

En este periodo de edad, los niños necesitan que se les explique la muerte de un ser querido atendiendo a los hechos y las causas que han desencadenado este desenlace. A esta edad van a cobrar especial importancia las reacciones, preguntas y temores que los niños suelen expresar cuando se les comunica la muerte de un ser querido.

Esta guía se elaborará teniendo en cuenta el destinatario de la misma, adecuando el lenguaje a adultos que no tienen conocimientos en psicología, ni formación sobre el proceso de duelo, facilitando así la comprensión de los contenidos desarrollados.

2.5 METODOLOGÍA EMPLEADA

La metodología utilizada será explicativa (psicoeducativa), donde por medio de la explicación de las nociones y aspectos básicos del duelo, de consejos de actuación y ejemplos de situaciones futuras que un adulto se podrá encontrar, pretendemos conseguir que los usuarios de la misma, conozcan el proceso de duelo al que se van a enfrentar y adquieran pautas de actuación adecuadas, para así poder ayudar al niño.

El contenido estará distribuido por varios puntos. Dentro de los mismos podremos encontrar diferentes recursos gráficos (cuadros y flechas) para aclarar lo apuntado, así como remarcar lo más importante. Los pies de página nos servirán para explicar conceptos complejos o técnicos (co-visionado, astenia, conducta disruptiva, etc).

Los contenidos estarán presentados atendiendo a las diferentes situaciones que se pueden desencadenar en el duelo de un niño, sin entrar de forma específica a tratar ningún caso en profundidad. Aportaremos ejemplos de diferentes tipos, donde la muerte sufrida puede ser tanto de una de sus figuras de referencia como de otra figura con la que se establece un lazo menos intenso. También se tendrá en cuenta que la causa de la muerte puede ser variada (accidente, enfermedad, etc), permitiendo que la guía pueda

ser un recurso a utilizar en cualquier tipo de duelo que presenten los niños de seis a ocho años.

2.6 OBJETIVOS

El principal objetivo de este proyecto será aportar a los adultos las nociones suficientes para que sean unos buenos acompañantes en el duelo experimentado por los niños, prevenir las posibles complicaciones del duelo, y tratar de garantizar que la evolución de este proceso de duelo sea “normal”. El cumplimiento de nuestro objetivo general debe acompañarse de la consecución de los siguientes objetivos específicos por los adultos.

A continuación, presentamos los objetivos que nos planteamos conseguir en cada uno de los apartados de la guía. Es decir, los conocimientos que pretendemos que los usuarios de este recurso adquieran en las diferentes partes que componen éste.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer la importancia de la prevención de duelo infantil, y por tanto, de la adquisición de conocimientos sobre él. - Comprender la importancia de ayudar al menor durante el duelo. - Saber cómo usar la guía. - Conocer los medios para contactar con los autores de la guía y la web donde evaluarla.
¿Por qué es importante el papel del adulto en	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer los papeles que toman los adultos con respecto al desarrollo del duelo del niño.

<p>el duelo infantil?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender la importancia de co-experimentar esta etapa de desestabilización junto al menor (acompañamiento, normalizar las emociones que el niño experimenta, explicar lo que está ocurriendo, etc). - Comprender la importancia del apoyo social para la superación del duelo, que experimenta tanto el adulto como el niño.
<p>Los Niños y el Duelo</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Adquirir y comprender nociones sobre el proceso de duelo y duelo infantil. - Adquirir la noción de duelo complicado. - Saber distinguir entre un duelo normalizado y un duelo complicado. - Conocer las diferentes manifestaciones que pueden presentar un niño de estas edades en su duelo. - Conocer algunas diferencias sobre las manifestaciones que adultos y niños sufren tras una pérdida.
<p>¿Cómo entiende el niño de seis a ocho años la muerte?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender lo positivo que es para la evolución del duelo que el niño comprenda lo que significa la palabra muerte. - Adquirir conocimientos sobre la etapa de desarrollo del menor y su capacidad para comprender la muerte - Conocer qué conceptos claves interiorizan los niños de seis a ocho años. - Conocer las dificultades que tienen los niños para comprender las cuatro claves del concepto muerte.

	<ul style="list-style-type: none"> - Adquirir pautas para facilitar la interiorización de estas claves en la noción de muerte que tenga el niño. - Comprender las necesidades que puede presentar un niño tras la pérdida de un ser querido.
<p>¿Cómo comunicar la muerte de un ser querido?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer quién, cómo, dónde y cuándo se debe comunicar esta noticia al menor. - Comprender las necesidades que puede presentar un niño tras la pérdida de un ser querido. - Adquirir estrategias sobre cómo comunicar esta noticia. - Adquirir estrategias para afrontar las preguntas e inquietudes que pueden plantear el niño. - Adquirir estrategias para facilitar la expresión emocional del niño y la normalización de sus emociones. - Comprender lo positivo que es para el menor conocer y entender lo que ha sucedido. - Comprender lo importantes que es hablar previamente de la muerte. - Comprender lo importante de preparar a un niño ante una muerte inminente. - Conocer si beneficia o no al menor la incorporación de nociones religiosas en esta comunicación.
<p>El niño y los rituales de despedida</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender lo positivo que es para el duelo del niño el participar en estos ritos.

	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender la importancia de preparar al menor antes de acudir a estos actos. - Conocer cómo ayudar a los niños durante estos rituales. - Comprender las necesidades que puede presentar un niño tras la pérdida de un ser querido. - Adquirir estrategias sobre cómo afrontar las preguntas e inquietudes que pueden plantear el niño. - Adquirir estrategias para facilitar la expresión emocional del niño y la normalización de sus emociones.
<p>¿Cómo podemos ayudar?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender las necesidades que puede presentar un niño tras la pérdida de un ser querido. - Comprender la importancia de co-experimentar esta etapa de desestabilización junto al menor. - Conocer cómo hacer frente a las diferentes reacciones que puede tener un niño tras una pérdida significativa. - Adquirir pautas sobre qué hacer para ayudar a los niños después del fallecimiento. - Adquirir pautas sobre cómo ayudar a los niños a sobreponerse. - Adquirir estrategias sobre cómo afrontar las preguntas e inquietudes que pueden plantear el niño. - Adquirir estrategias para facilitar la expresión emocional del niño y la normalización de sus emociones.

	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender la importancia de que el entorno del menor conozca el proceso que éste está experimentando, para recibir la ayuda oportuna. - Conocer los factores de riesgo y de protección del duelo complicado, y la importancia de reducir los factores de riesgo y potenciar los de protección.
¿Y si el duelo se complica?	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y saber detectar los predictores de riesgo del duelo complicado. - Saber a quién solicitar ayuda. - Saber cuándo se debe solicitar esta ayuda.
Debemos asegurarnos que...	<ul style="list-style-type: none"> - Repasar los contenidos tratados a lo largo de la guía. - Comprender las necesidades que puede presentar un niño tras la pérdida de un ser querido. - Comprender la importancia de co-experimentar esta etapa de desestabilización junto al menor. - Conocer pautas para ayudar a los niños en el desarrollo de su duelo.

Basándonos en el modelo descriptivo del duelo de Worden (1997), teoría desarrollada anteriormente, planteamos que esta guía se elaborará con la intención de facilitar que el niño en duelo supere las cuatro tareas fijadas por este autor (objetivo a conseguir a largo plazo).

Para ello, cuando en la guía se recalque al adulto lo importante de explicarle al niño lo que ha ocurrido, responder sus dudas y dejarle participar en los rituales de despedida, se trabajará la tarea de aceptar la realidad de la pérdida. Estas acciones tienen como fin, que el niño sea consciente de lo que ha sucedido, que acepte las consecuencias del fallecimiento de su ser querido.

Durante la guía también se recogerá que el menor puede sospechar que algo pasa, pero sin saber el qué. En este caso, se puntualizará el papel que debe tomar el adulto, ayudando al niño a identificar sus emociones y normalizarlas, de este modo se desarrollará la tarea de elaborar las emociones y el dolor de la pérdida.

Por otro lado, cuando se recalque la importancia de apoyar al menor para que vuelva a su rutina (colegio, actividades extraescolares, etc), pidiendo, si fuera necesario, la ayuda de otros para que faciliten esta normalidad en la vida del menor, se perseguirá que el niño realice la tarea de adaptarse a un entorno donde el difunto no está.

En definitiva, todas las pautas marcadas en el proyecto tratarán de enseñarle al adulto cómo ayudar al niño para que en un futuro, le sea más fácil al menor recolocar emocionalmente al difunto y continuar viviendo, superando así su duelo.

En el siguiente capítulo detallaremos en profundidad los contenidos que compondrán la guía.

CAPITULO III:
DETALLANDO EL PROYECTO.

3.1 PRIMERAS PÁGINAS

En las primeras páginas de la guía se presentará un índice, donde se detallará los puntos a tratar en el documento y las páginas en las que se desarrollarán cada contenido. El fin de este índice será aportarle a la guía organización y claridad, permitiéndole al usuario leer los contenidos que desea en cada momento.

Posteriormente, se realizará una introducción, en la que se plantearán a los lectores de forma genérica los temas que se van a tratar a lo largo de la guía, así como, la importancia de trabajar el duelo. Con el convencimiento de que los adultos entiendan la importancia de su ayuda para los niños, y que los profesionales obtengan una herramienta práctica que ayude a formar a quienes puedan necesitarlo.

En estas primeras páginas expondremos consejos prácticos para el manejo de la guía y ofreceremos un correo electrónico para aclarar las dudas que nos puedan plantear los usuarios, estableciendo así, un feedback permanente. Acabaremos pidiendo la participación de los usuarios, con la realización de una encuesta que se encontrará ubicada en la página web de referencia, para que nos hagan llegar su valoración de nuestro material, y así poder hacer una evaluación externa del proyecto.

Finalizada la introducción de la guía, pasaremos a responder otra pregunta ¿por qué es importante el papel del adulto en duelo del menor?

3.2 ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE EL PAPEL DEL ADULTO EN EL DUELO INFANTIL?

Con este punto pretenderemos concienciar al adulto de la importancia de su papel en el duelo que experimenta un niño y de co-experimentar este proceso junto al menor. Los adultos deberán entender, que a estas edades los niños, tienen una relación de dependencia con ellos, y que necesitan de su ayuda para comprender el concepto de muerte y el fenómeno que acaba de suceder, así como, para transmitir al niño las pautas de actuación que le permitan afrontar la pérdida del ser querido y superarla por sí solo.

Señalaremos que el adulto debe cumplir un rol de acompañante, siendo el encargado de aportar seguridad, tranquilidad y afecto al menor, y deberá ejercer de adecuado modelo y orientador para el niño (Cid, 2011).

Una vez expuestas las razones por las que creemos que esta guía será de utilidad, y porqué es importante que los adultos la utilicen poniendo en práctica los conocimientos que hay en ella, pasaremos a explicar los contenidos básicos para que el lector pueda comprender la temática de la guía, definiendo duelo y exponiendo las manifestaciones que los deudos pueden experimentar.

3.3 LOS NIÑOS Y EL DUELO

Este apartado se encontrará subdividido en dos partes: la primera parte tratará de aportar una definición de duelo y duelo complicado, basándose en las características de estos niños. Mientras que la segunda parte, nos señalará las reacciones que estos niños pueden tener tras una pérdida afectiva.

- ¿Qué es el duelo?

Definiremos la noción de duelo, así como los aspectos más relevantes sobre dicho proceso atendiendo a las aportaciones de Tizón (2004) y Barreto y Soler (2007).

Del mismo modo, también se explicará la duración que generalmente tiene el proceso de duelo. Sobre este dato, diferentes autores han mantenido posturas contradictorias, considerando que el duelo suele durar en torno a seis meses-un año. Pero finalmente, hemos decidido que plasmaremos en la guía, el argumento que más ha sido apoyado por la literatura consultada, estableciendo que no existe una duración determinada del duelo, siendo ésta variable (Bleda et al., 2006; Ordoñez y Lacasta, 2006; AECC, 2008).

También, se desarrollará la definición de Duelo Complicado (Barreto y Soler, 2008) y la importancia de que conozcamos pautas para prevenir la aparición de este tipo de duelo y adquirir los conocimientos necesarios para diferenciarlo del duelo que presenta una evolución “normalizada”.

- Reacciones ante una pérdida afectiva

Detallaremos las manifestaciones que normalmente se van a poder observar en estos niños tras un suceso de estas características: somatizaciones, tristeza intensa, confusión y conmoción, ansiedad, bloqueo inicial, negación, culpa, ira, miedo a la muerte, aislamiento social, apatía, retroceso en el desarrollo, idealización del fallecido, entre otras (Apraiz, 2006; Bleda et al., 2006; Ordoñez y Lacasta, 2006; Barreto y Soler, 2007; AECC, 2008).

Finalizaremos este punto, señalando algunas de las diferencias que hay entre las manifestaciones que se observan entre un duelo experimentado por un adulto y el que experimenta un niño (Tizón 2004; Cid, 2011).

3.4 ¿CÓMO ENTIENDE EL NIÑO DE SEIS A OCHO AÑOS LA MUERTE?

Este apartado estará dedicado a que el adulto comprenda qué entienden los niños por el fenómeno muerte y cómo facilitar la comprensión total de este concepto.

Para ello, partiremos de las cuatro claves del concepto muerte, detallando cada una de ellas, hablando de las dificultades que los niños pueden tener para comprenderlas y aportando consejos para mejorar su entendimiento, basándonos en las aportaciones realizadas por Schonfeld y Quackenbush (2009), Cid (2011) y Esquerda y Agustí (2012).

Las cuatro claves, puntualizadas anteriormente, son: la muerte es universal, es irreversible, tiene como consecuencia la finalización de todas las funciones vitales y se produce por una causa física.

Terminaremos, defendiendo la importancia de que el menor cuente con un concepto completo de la palabra muerte. Es decir, comprenda su significado, favoreciendo así, la comunicación que el adulto tendrá con el niño, y de este modo, se facilitará la iniciación y evolución de su proceso de duelo.

En el siguiente punto, se desarrollarán algunas estrategias y consejos a llevar a cabo a la hora de comunicarle a un niño el fallecimiento de una persona especial para él.

3.5 ¿CÓMO COMUNICAR LA MUERTE DE UN SER QUERIDO?

En este punto expondremos algunas pautas básicas sobre cómo comunicar esta noticia al menor. Explicaremos quién debe dar la noticia (persona cercana emocionalmente al niño, principalmente sus padres), cuándo darla (lo más pronto posible) y en qué lugar (cómodo para ambos –adulto y menor-, sin ruidos y que puedan permanecer el tiempo necesario).

También, se desarrollará cómo se debe dar la noticia de un fallecimiento a un niño, dando algunas nociones básicas: decir siempre la verdad, ser claro, dar la noticia de forma gradual, etc. Se explicarán dos técnicas interesantes a utilizar: cuento y el <<muy, muy>>. Hemos considerado que sería adecuado incorporar la explicación de estas dos técnicas ya que facilitarán la comprensión del niño de lo que ha ocurrido y la disminución de su ansiedad. Por ejemplo, la técnica del cuento ayudará al niño a que por medio del relato asimile lo que ha ocurrido. Mientras que la técnica del <<muy, muy>> le servirá al adulto para suavizar la noticia del fallecimiento.

Aportaremos diferentes consejos que se pueden llevar a cabo si se presenta alguna complicación a la hora de realizar esta comunicación: los progenitores no estén en condiciones para hablar con el niño, o son estos los que hayan fallecido (¿quién habla con el niño?), o si la muerte se ha producido por una causa traumática y se necesita la ayuda de un profesional, etc.

A continuación comentaremos lo positivo que es hablar de la muerte antes de que esta se produzca, preparando así al niño a afrontar esta dura experiencia que todos vamos a sufrir, y enseñaremos a preparar al menor ante la muerte inminente de un ser querido que sufre una enfermedad, haciéndole consciente del empeoramiento que esta persona está sufriendo. No nos olvidamos que las creencias ocupan un lugar en la sociedad, por lo que trataremos de transmitir al adulto si es adecuado o no es adecuado incorporar las nociones religiosas en la comunicación del fallecimiento.

Esta parte de la guía se desarrollará tomando como referencia a Corless, Germino y Pittman (2005), Schonfeld y Quackenbush (2009), Cid (2011) y Esquerda y Agustí, (2012).

La guía continuará con un apartado que hace referencia a los rituales de despedida, pues una vez que el niño conoce el suceso, el adulto se plantea diferentes preguntas sobre si es o no es oportuno que el niño asista a estos actos de despedida.

3.6 EL NIÑO Y LOS RITUALES DE DESPEDIDA

En este caso, puntualizaremos lo positivo que es para el desarrollo óptimo del duelo del niño, el participar en los diferentes rituales de despedida, respetando siempre su decisión, respecto a acudir o no a estos actos, o de marcharse si así lo considera oportuno.

Para ello, plantearemos los diferentes rituales que normalmente se llevan a cabo en nuestra cultura (velatorio, misa, entierro, incineración) y comentaremos qué se debe hacer en cada caso (preparar al niño para el ritual, permanecer con él en todo momento, permitirle marcharse si lo desea, responder sus dudas, etc).

Otro punto que se detallará en este apartado es lo beneficioso que puede ser para el menor realizar alguna tarea en estos ritos (llevar la corona de flores, escribir una carta al fallecido, etc)

Los contenidos que se plasmarán en este caso se realizarán teniendo en cuenta las aportaciones de Apraiz (2006), Montaña y Aguilar (2007), Esquerda y Agustí (2012) y Díaz (2013).

3.7 ¿CÓMO PODEMOS AYUDAR?

Este apartado se dividirá en dos, desarrollando la ayuda que el adulto deberá ofrecerle al menor en los primeros momentos tras la muerte, y posteriormente, cuando el objetivo sea sobreponerse.

Este punto se desarrollará teniendo como referencia lo aportado por Ordoñez y Lacasta (2006), Apraiz (2006) Montaña y Aguilar (2007), Schonfeld y Quackenbush (2009) y Esquerda y Agustí (2012).

3.7.1 ¿QUÉ PODEMOS HACER EN LOS PRIMEROS MOMENTOS?

Con el fin de dar respuesta a algunas de las situaciones complicadas que con mayor frecuencia los adultos van a tener que afrontar, propondremos algunos consejos generales a tener en cuenta en todas las ocasiones, y responderemos a preguntas más específicas, sobre las posibles problemáticas que se pueden presentar en estos casos. Para ello, se presentarán las “situaciones-problema” divididas en cinco bloques dependiendo del tipo de problema planteado, para posteriormente dar una pauta de resolución (¿qué podemos hacer?):

- El proceso de duelo se ha iniciado tras la pérdida del cuidador del niño.
- Posibles problemas al intentar hablar con el niño sobre el fallecido o la pérdida sufrida.
- El niño no comprende lo ocurrido, por lo que pueden llegar a interpretar erróneamente todo lo relacionado con la muerte.
- El niño tiene reacciones inadecuadas/inesperadas tras la pérdida.
- Otras situaciones

Este apartado, recogerá, los consejos aportados en los puntos anteriores, siendo un resumen (práctico) de los mismos.

3.7.2 ¿QUÉ PODEMOS HACER PARA AYUDAR A LOS NIÑOS A SOBREPONERSE?

En este punto se desarrollarán diferentes consejos y actividades que el adulto puede realizar para facilitar una buena evolución en el duelo del menor.

El contenido de este apartado, servirá para ayudar al deudo en las fases siguientes del duelo. En las que el deudo se deberá adaptar a la situación en la que el ser querido ya no está (tercera tarea propuesta en la Teoría de Worden). Algunos de los consejos que se expondrán son: que el niño retome las actividades que antes eran satisfactorias para él, ayudar al niño a recordar al fallecido (proponiendo diferentes tareas), preparar anticipadamente al menor para afrontar los detonantes del duelo

(fechas importantes: navidad, cumpleaños; ir a sitios donde iban con el fallecido: playa, un restaurante, etc.), entre otros.

3.8 ¿Y SI EL DUELO SE COMPLICA?

Los “signos de alerta” (indicadores) de duelo complicado son importantes y debemos tenerlos muy en cuenta, ya que nos indican que el duelo no sigue una evaluación adecuada. En este punto nos centraremos en señalar cuáles son estos signos, para detectar su aparición y poder prevenir complicaciones en el duelo (AECC, 2008).

Expuestos estos signos de alerta, planteamos cuándo se debería pedir ayuda, y a quién se puede recurrir en estos casos (Bleda et al, 2006).

3.9 DEBEMOS ASEGURARNOS DE QUE...

En este caso, se presentarán consejos para que los lectores de esta guía sepan cómo actuar e interioricen la forma de llevarlos a buen fin. Este punto se plantea a modo resumen del contenido aportado en los apartados previos, remarcando así, los contenidos más importantes tratados en las páginas anteriores y que el adulto debe tener especialmente en cuenta.

El contenido de este apartado se elaborará basándonos en la siguiente bibliografía consultada: Montañó y Aguilar (2007), AECC (2008), Schonfeld y Quackenbush (2009), Cid (2011) y Esquerda y Agustí (2012).

Esta guía finalizará con la bibliografía de referencia utilizada para la elaboración de la misma.

Como se ha puntualizado, en este proyecto por medio de ocho apartados y uno de introducción, se tratarán de abarcar los puntos más importantes a conocer sobre el duelo infantil y la forma de ayudar a un niño que está pasando por dicho proceso.

**CAPITULO IV:
EVALUACIÓN DEL
PROYECTO.**

4.1 EVALUACIÓN EXTERNA DEL PROYECTO

Uno de los objetivos que nos marcaremos tras la realización de este proyecto será conocer la utilidad real que esta guía tiene para los usuarios. Para evaluar este aspecto y muchos otros (el diseño, la claridad de los ejemplos, la organización de los contenidos, etc) realizaremos un cuestionario para los usuarios de la guía.

La evaluación del proyecto se realizará por medio de un cuestionario anónimo que estará disponible en la página WEB donde se podrá acceder a la descarga de este material (Anexo 1).

Este cuestionario constará de una serie de enunciados que deberán ser valorados según la escala Likert, con cinco opciones de respuesta (Totalmente en desacuerdo, En desacuerdo, Ni de acuerdo ni en desacuerdo, De acuerdo y Totalmente de acuerdo). Y también, de un espacio para que libremente el usuario pueda poner en nuestro conocimiento su opinión sobre la guía.

La retroalimentación, también se podrá llevar a cabo utilizando el correo electrónico.

4.2 CONCLUSIONES

La revisión que hemos llevado a cabo sobre los antecedentes y el estado actual del duelo infantil, nos ha permitido conocer las características propias de este proceso, y de este modo, ser más conscientes de las necesidades que estos deudos presentan tras sufrir una pérdida.

Si tenemos en cuenta la escasa preparación que recibimos sobre cómo hacer frente a la muerte, cómo procesarla y cómo aceptarla, esta guía podrá ser utilizada como una herramienta para que los adultos eduquen y transmitan a los niños la necesidad de entender que el fenómeno de la muerte es una etapa más de la vida.

Nosotros proponemos a modo de conclusión, la realización de una Guía Didáctica para enseñar a los adultos cómo intervenir ante el duelo que un niño experimenta. Una guía que estará compuesta por ocho bloques, en los que se explicarán

las nociones básicas relacionadas con el duelo y se aportarán pautas de actuación, a través de consejos y actividades a realizar. Un recurso en el que intentaremos acompañar al adulto en su papel de “compañero” en el duelo infantil.

Si tenemos en cuenta los contenidos trabajados para la realización en un futuro de una guía de estas características, obtendremos un recurso completo, para ser consultado por familiares, amigos y profesionales que van a vivir de forma directa o indirecta el duelo de un menor.

En el caso de los lectores-profesionales, pensamos que esta guía podrá ser para ellos un material que les permita conocer nociones básicas sobre el duelo infantil, sin olvidar que para garantizar una buena actuación ante este tipo de situaciones es imprescindible que continúen formándose con la ayuda de otros recursos.

Una de las mejores decisiones tomadas, bajo nuestra propia opinión, es la de divulgar la guía vía online porque consideramos que es un medio que nos permitirá gestionar nuestro propio contenido y actualizarlo en cada momento. De esta manera, conseguimos establecer una comunicación permanente con los interesados en nuestra temática.

Durante la realización de nuestro trabajo hemos detectado que podríamos utilizar esta herramienta (guía) como material base para impartir un curso en una Escuela de Padres o en unas jornadas formativas de profesionales, abriéndonos este proyecto otras vías de trabajo.

Como hemos señalado a lo largo de este documento la sociedad tiene que cambiar la forma de afrontar una pérdida y hacer un esfuerzo en involucrar al menor en el proceso del duelo familiar. Si con esta guía conseguimos “educar para la muerte”, transmitiendo a los lectores la idea de que *“protegemos a los niños cuando les hablamos de la muerte, no cuando evitamos hablar de ella”* (Esqueda y Agustí, 2012, p.29) habremos conseguido nuestro fin.

Para conseguir tal propósito ahora nos queda dar el paso más importante, llevar a cabo este proyecto. Elaborando así, un recurso para las familias que han sufrido una pérdida y los profesionales que trabajan con ellas. Ofreciendo, de este modo, un servicio a la comunidad.

BIBLIOGRAFÍA

- AECC (2008). *Cómo hacer frente a la pérdida de un ser querido*. Madrid: AECC.
Recuperado de https://www.aecc.es/Comunicacion/publicaciones/Documents/como_hacer_frente_pedida_ser_querido.pdf
- American Psychiatric Association. (2013). *DSM 5*. American Psychiatric Association.
- Apraiz, I (2006). *El duelo: Cómo ayudar a los niños/as a afrontarlo*. Bilbao: Escuela Vasco Navarra de Terapia Familiar.
- Barreto, P., y Soler, M. (2007). *Muerte y duelo*. Madrid: Síntesis.
- Barreto, P., Yi, P., y Soler, C. (2008). Predictores de Duelo Complicado. *Psicooncología. Volumen 5, Número. 2-3* , 383-400.
- Barreto, P., de la Torre, O., y Pérez-Martín, M. (2012). Detención de Duelo Complicado. *Psicooncología, Volumen. 9, Número. 2-3* , 355-368.
- Bleda, M., Cuairán, X., García, J., Gómez, M., Lacasta, M.A., Novellas, A., Rodríguez, V., Rovira, N., Sánchez., M., Serra, T., Soler, M.C., Fernández, E., Moral, B., y Pin, O. (2006). *Guía para familiares en duelo*. Madrid: Sociedad Española de Cuidados paliativos (SECPAL). Recuperado de <http://www.renacerrosario.com.ar/renacerr/material/libros/Guia%20para%20Familiares%20en%20Duelo.pdf>
- Bowlby, J. (1985). La conducta en presencia y en ausencia de la madre: seres humanos. En J. Bowlby, *La separación afectiva* (págs. 53-78). Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Bowlby, J. (1993). *La pérdida. El apego y la pérdida*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra. Vol. 30, Suplemento 3* , 163-176.

- Cid, L (2011). *Explícame qué ha pasado: Guía para ayudar a los adultos a hablar de la muerte y el duelo con los niños*. Madrid: Fundación Mario Losantos del Campo. Recuperado de <http://www.fundacionmlc.org/web/uploads/media/default/0001/01/guia-duelo-infantil-fmlc.pdf>
- Corless, I., Germino, B. B., y Pittman, M. A. (2005). Comunicación sobre la muerte y la agonía. En I. Corless, B. B. Germino, y M. A. Pittman, *Agonía, muerte y duelo. Un reto para la vida* (págs. 21-40). México: Manual Moderno.
- Corless, I., Germino, B. B., y Pittman, M. A. (2005). Educación sobre la muerte dirigida a niños. En I. Corless, B. B. Germino, y M. A. Pittman, *Agonía, muerte y duelo. Un reto para la vida* (págs. 21-40). México: Manual Moderno.
- Corless, I., Germino, B. B., y Pittman, M. A. (2005). Ayudando a los niños durante el duelo. En I. Corless, B. B. Germino, y M. A. Pittman, *Agonía, muerte y duelo* (págs. 239-253). México: Manual Moderno.
- Cruz, F., y Pérez, M.N (2013). *Factores emocionales asociados al proceso de fin de vida en las personas: Pérdidas y Duelo*. Material de clase – Presentación oral. Universidad de Granada, Facultad de Psicología.
- Díaz, Patricia (2013). *¿Debo llevar a mi hijo al tanatorio y al funeral?* Madrid: Fundación Mario Losantos del Campo. Recuperado de <http://www.fundacionmlc.org/actualidad/noticias/debo-llevar-tanatorio/>.
- Esquerda, M., y Agustí, A. M. (2012). *El niño ante la muerte: Cómo acompañar a chicos y adolescentes que han perdido a un ser querido*. Lleida: Milenio.
- Gamo, E., y Pazos, P. (2009). El duelo y las etapas de la vida. *Revista Asociación Española Neuropsicología, volumen volumen. XXIX, n.104*, 455-469.
- Kroen, W. C. (1996). *Cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser querido: Un manual para adultos*. Barcelona: Editorial Piados.
- Lacasta, M.A., Y García, E.D (2007). *El duelo en cuidados paliativos. Guías Médicas*. Madrid: Sociedad Española de Cuidados paliativos (SECPAL). Recuperado de www.secpal.com/guiasm/index.php?acc=see_guiayid_guia=1

- Lozano, L., y Chaskel, R. (2009). *El diagnóstico y manejo del duelo en niños y adolescentes en la práctica pediátrica. Reconocimiento y manejo. CCAP, 8(3)* , 19-32.
- Millán-González, R., y Solano-Medina, N. (2010). Duelo, duelo patológico y terapia interpersonal. *Revista Colombiana de Psiquiatría, volumen. 39, número. 2* , 375-388.
- Molina, M (2012). *El duelo por muerte en el sistema familiar* (Tesis doctoral inédita). ISEP: Máster en Psicología Clínica y de la Salud. Valencia.
- Montaño, N y Aguilar, J.E (2007). *La muerte y los niños. Una guía para padres.* México: Asociación Oaxaqueña de Psicología A.C. Recuperado de http://www.conductitlan.net/la_muerte_y_los_ninos.pdf
- Neimeyer, R. (2001). *Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo.* Barcelona: Paidós.
- Ordoñez Gallego, A., y Lacasta Rever, M. A. (2006). El duelo en los niños (La pérdida del padre/madre). *Duelo en Oncología* , 121-136.
- Oviedo, S.J., Parra, F.M., y Volcanes, M. (2009) La muerte y el duelo. *Enfermería global: Revista electrónica cuatrimestral de Enfermería*, volumen 8, nº1. Recuperado de <http://revistas.um.es/eglobal/article/view/50381>.
- Rodríguez de Ita, S.S.N., y Espinosa, T.N (2011). *Duelo por abandono infantil en niños de 5 a 10 años* (Tesina). Ciudad de México: Asociación Mexicana de Tanatología, A.C.
- Schonfeld, D.J., y Quackenbush, M (2009). *Después que muere un ser querido – Cómo enfrentan el Duelo los Niños: Y cómo los padres y otros adultos lo pueden apoyar.* Nueva York: New York Life Foundation. Recuperado de <http://www.newyorklife.com/newyorklife.com/General/FileLink/Static%20Files/Bereavement%20Guide%20in%20Spanish.pdf>
- Sipos, L., y Solano, C (2001). *El duelo en los niños.*Psiquiatria.com. Recuperado de <http://www.psiquiatria.com/depresion/el-duelo-en-los-ninos/>.

Tizón, J. L. (2004). *Pérdida, pena, duelo. Vivencias, investigaciones y asistencia*.
Barcelona: Fundació Vidal i Barraquer.

CUESTIONARIO DE VALORACIÓN: AYÚDANOS A MEJORAR

Indique del 1 al 5 el grado de acuerdo que tiene con respecto a cada uno de los enunciados planteados, siendo 1 Totalmente en desacuerdo y 5 Totalmente de acuerdo.

1. Estoy satisfecho con los contenidos desarrollados en la guía

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

2. Los ejemplos me han ayudado a comprender los conocimientos plasmados en la guía.

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

3. En general, me ha sido fácil comprender los puntos desarrollados en la guía.

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

4. Los puntos de la guía me parecen de utilidad y me han enseñado diferentes pautas para ayudar a un niño en duelo.

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

5. La guía ha cumplido, en general, las expectativas marcadas en un principio.

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

6. Considero que la organización de los contenidos está muy bien planteada.

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

7. Me parece que la guía cuenta con un buen diseño y con una estética adecuada.

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

Si quiere realizar alguna otra aportación para la valoración de este proyecto, le dejamos el siguiente espacio para hacerlo.

Gracias por colaborar con nosotros en la mejora de nuestra Guía.