

## TEORIA ANEXA

### Duelo

Cuando se habla de pérdidas y en especial de las pérdidas relacionadas a una persona, es una experiencia que necesita ser compartida, acompañada y respetada. Como doliente, es normal que se necesite saber que el dolor, tiene un impacto en los demás; así que, por lo general, las personas que han tenido una pérdida suelen valorar mucho la presencia y la compañía de las personas que aprecian.

Al presentarse el duelo, será importante dejar que la persona pueda sentir el dolor junto a todas las emociones que ello conlleva. Aceptar que ese ser amado ya no está y que la pérdida es irreparable, será un momento inicial y crucial para el fortalecimiento de la persona.

#### Mitos respecto al duelo en niños y niñas: (Ferrufino, 2020)

- **Mito 1:** Los niños no sufren.
- **Mito 2:** El duelo en los niños no provoca un sufrimiento tan profundo como en los adultos.
- **Mito 3:** Los niños cuentan con suerte, porque son tan jóvenes que no entienden sobre la muerte.
- **Mito 4:** Los niños deben ser protegidos del dolor y el sufrimiento que la muerte lleva con el fin de mantener su inocencia infantil.
- **Mito 5:** Dada su juventud y resiliencia, son capaces de olvidar fácilmente a la persona cercana fallecida o pérdida, resolver el duelo rápidamente y seguir con sus vidas.
- **Mito 6:** Cuando se consideran como grupo, los niños y adolescentes entienden, experimentan y expresan el duelo de la misma manera.
- **Mito 7:** Se dice: “En la infancia no se comprenden los rituales y además les pueden traumatizar, por lo que es mejor que no asistan a ellos.”

#### Realidades

- **Realidad 1:** Todos los niños sufren.
- **Realidad 2:** Los niños y adolescentes expresan su duelo de forma diferente a los adultos y también sufren.
- **Realidad 3:** Los niños son vulnerables y pueden tener desventajas cuando están en duelo.
- **Realidad 4:** Los niños no pueden ser protegidos de la muerte. La muerte es algo que sale de nuestro control, por lo tanto, nadie está protegido/a de ella.
- **Realidad 5:** Algunos niños olvidan y otros recuerdan incluso más que los adultos.
- **Realidad 6:** El duelo en niños y adolescentes es distinto a las diferentes edades, en cuanto a comprensión, experiencia y expresión.
- **Realidad 7:** Que acudan a los rituales y/o a los funerales es muy favorable, ya que ayuda a los niños(as) a hacer real la muerte del ser querido.

En los diversos niveles de desarrollo, la niñez tiene una idea diferente de la irrevocabilidad de la muerte. Su enfoque para hablar de la muerte dependerá del nivel de comprensión que tenga cada niño o niña de cuatro conceptos principales de la muerte:

- Irreversibilidad (la muerte es permanente).
- Irrevocabilidad (todo funcionamiento se detiene con la muerte).
- Inevitabilidad (la muerte es universal para todos los seres vivos).
- Causalidad (las causas de la muerte).

“Los padres, madres o responsables deben prestar atención a las respuestas normales a la muerte así como a las señales de que un niño o niña puede necesitar ayuda profesional”

La falta de comprensión de estas ideas por parte de la niñez, afecta su capacidad para procesar lo ocurrido y afrontar sus sentimientos.

**Para Soler y Jordá (1996) el duelo es necesario en la vida de las personas, ya que cumple una función de adaptación a una realidad completamente nueva, permitiendo enfrentarse y ajustarse al medio. El “duelo normal” o “duelo no complicado” abarca un rango amplio de los sentimientos y conductas que son normales después de una pérdida y que ha sido enumeradas por el autor Worden (1997), donde se presentarán en el proceso de duelo, pero es obligación que se presenten en cada persona.**