



Niños y niñas interpretan y viven
los procesos de duelo de manera
diferente dependiendo de su edad



#EscuchaAcogeAcompaña



#EscuchaAcogeAcompaña

Durante eventos de crisis y catastróficos como estos, donde hay separación, muerte de personas significativas de la vida de los niños y niñas, pérdida del hogar y pertenencias, los efectos y formas de interpretar el duelo son diferentes según la etapa vital en la que se encuentren.

Niños y niñas de cero a 2 años

- A pesar de que es más difícil comprender el concepto de muerte como tal, se percibe la ausencia de la persona significativa y los estados emocionales de las personas del entorno.
- Es esperable y frecuente que las rutinas centrales como las comidas, estados de sueño y vigilia se alteren.
- Pueden presentar mayor irritabilidad o intranquilidad.



Es muy importante observar si las alteraciones en las rutinas se vuelven muy llamativas, por ejemplo, si hay pérdidas de peso significativas, si se vuelven inconsolables, si muestra apatía o no recupera el patrón de sueño.

¿Cómo ayudar?

- Mantener, dentro de lo posible, rutinas del niño o niña. Esto, aunque sea en un escenario distinto, procurar que las comidas sean en horarios similares, como también sus momentos de descanso y sueño.
- Garantizar el cuidado. En el caso de la ausencia de cuidadores principales, preocuparse de que existan otras personas significativas disponibles para apoyar en estos momentos.
- Hablándoles de lo que se siente, aunque no lo entiendan completamente.

- Ser pacientes ante los cambios de comportamiento. La calma genera calma.



Niños y niñas de 3 a 6 años

- Pueden pensar que la muerte no es definitiva y que los fallecidos siguen manteniendo sus funciones vitales: que aún ven, oyen, sienten frío o calor, pero en otro lugar.
- Pueden pensar que la muerte es selectiva y que le sucede solo a personas mayores o que están muy enfermas.
- Las explicaciones de las personas adultas son recibidas de manera literal y concretas. Es importante no usar expresiones irreales, sino que ser claros y sencillos respecto a las explicaciones.



¿Cómo ayudar?

- Acoger sus preguntas, responder de manera honesta, usando un lenguaje sencillo y concreto, evitando metáforas y eufemismos como: "está dormido" "está descansando al fin" "ahora va a estar mucho mejor".
- Usar recursos como cuentos o canciones para poder entender mejor y propiciar espacios que faciliten conversaciones. De a poco ir incorporando libros e historias que levanten diálogos, con cuidado si es que es algo muy reciente.
- Acoger con cariño las conductas demandantes o necesidades que vayan apareciendo.

- Dar espacios para que los niños y niñas identifiquen, se contacten y manifiesten sus emociones. Es importante que las personas adultas también puedan expresar los sentimientos propios. Por ejemplo: si ven personas adultas llorar no hay que alejarlos, sino que explicarles que es natural sentir pena y tristeza y el llanto nos ayuda a sentirnos mejor. Se puede decir "a mi también me da pena, tengo ganas de llorar, me siento mejor cuando..." Evitar frases como: "tienes que ser fuerte", "no llores", "no está bien enojarse así", "a ella no le gustaría que estuvieras triste".
- Acoger con naturalidad el recuerdo y expresiones de los niños y niñas hacia las personas fallecidas, mascotas u hogares perdidos.

Referencias

Subsecretaría de Educación Parvularia, Fundación CAP - Duelo Infantil: ¿cómo acompañar a los niños y niñas?

UNICEF Australia - Cómo hablar a niños y niñas sobre desastres naturales: [How to talk to children about natural disasters | UNICEF Australia](#)

UNICEF España – Cómo hablar a los niños y niñas sobre desastres, emergencias y catástrofes: Recomendaciones dirigidas a educadores y familias para abordar dudas y miedos. [Cómo hablar a los niños y niñas sobre desastres, emergencias y catástrofes | UNICEF](#)



#EscuchaAcogeAcompaña

parvularia.mineduc.cl