

Ayudar a los Niños a Enfrentar la Muerte

Los niños comprenden la muerte según su edad, su desarrollo y las experiencias que hayan tenido en el pasado con ella. Los niños también aprenden sobre la muerte observando cómo la enfrentan sus amigos y su familia. Sea honesto con sus hijos y hable con ellos tempranamente para ayudarlos a comenzar a comprender y enfrentar la muerte.

Este folleto le indicará cómo los niños comprenden y enfrentan la muerte según su edad.

Niños de 0 a 2 años

Comprensión de la Muerte

- Conscientes de los cambios que ocurren a su alrededor
- Se ven afectados por los cambios físicos y emocionales que experimentan sus cuidadores

Comportamientos Comunes

- Irritable y apegado
- Problemas para dormir

Cómo Ayudar

- Crear un entorno tranquilo
- Elegir un grupo de cuidadores pequeño
- Mantener las mismas rutinas para comer y dormir

Niños de 2 a 5 años

Comprensión de la Muerte

- La muerte es temporal y se puede revertir
- Se basa en las acciones y emociones de la familia

- Probablemente no piensa en el significado de la muerte para el futuro

Comportamientos Comunes

- Apegado
- Se orina en la cama
- Juguetón
- Alegre
- Juega a fingir que está muerto

Qué decir

- Evite palabras o frases como "dormido" o "fallecido."
- Use la palabra muerte, muriendo y muerto(a): Ejemplos: "El corazón de tu mamá dejó de funcionar y ella murió."
- Utilice lo que le interesa al niño para explicarle: Ejemplos: "Tu papá no puede comer como tú; no puede respirar aire para jugar en el parque como tú."
- Conteste las preguntas con respuestas simples y honestas.
- Es posible que el niño haga las mismas preguntas, conteste de la misma forma cada vez.

Cómo Ayudar

- Permita que el niño juegue en la casa, la escuela y la guardería.
- Hable sobre los sentimientos del niño: Ejemplos: "Está bien sentirse triste o llorar."
- Expresa algunos de sus sentimientos frente a su hijo. Ejemplos: "Yo también estoy triste."
- Permita la expresión de los sentimientos en forma segura a través del arte o el juego,

- Mantenga las rutinas de su hijo, como ir a la escuela o la guardería,

Niños de 6 a 12 años

Comprensión de la Muerte

- Comienza a comprender que la muerte es definitiva y no se puede revertir.
- Los niños más pequeños pueden pensar que la muerte es algo que les sucede a otros
- Los niños más grandes pueden preocuparse de que morirán
- Los niños más grandes pueden preocuparse de que otros familiares y amigos morirán.

Comportamientos Comunes

- Pueden tener muchas preguntas sobre los detalles de la agonía y la muerte
- Pueden pensar que la causa de la muerte fue algo que dijeron o hicieron
- Pesadillas
- Pueden actuar de manera ruda, traviesa, graciosa o triste en la casa o la escuela

Qué decir

- Averigüe lo que ya sabe el niño. Ejemplos: "¿Por qué papá está en el hospital?"
- Sea honesto al contestar las preguntas de su hijo.
- Pregúntele sobre lo que piensa. Ejemplos: "¿Qué piensas de eso?"
- Pregúntele sobre lo que siente. Ejemplos: "¿Cómo te sientes sobre lo que has oído acerca de tu papá?"

Comportamientos Comunes

- El niño puede negar que ocurrirá la muerte.

- El niño puede decir o sentir que, "Yo nunca moriré."
- El niño puede no mostrar emociones.
- El niño puede pedir apoyo a sus amigos en lugar de a su familia.
- El niño puede querer pasar menos tiempo con la familia.

Cómo Ayudar

- Conteste las preguntas con respuestas honestas.
- Corrija la confusión que el niño pueda tener en relación a la muerte.
- Cuente con que a veces el niño estará de mal humor o triste.
- Mantenga al niño involucrado en las cosas que le interesan para ayudarlo a expresar sus sentimientos (por ej. escuela, deportes, arte).
- Pregúntele al niño si le gustaría visitar a su ser querido en el hospital.
- Pregúntele al niño si le gustaría crear recuerdos familiares.

Niños de 13 a 18 años

Comprensión de la Muerte

- La muerte es definitiva y le puede ocurrir a cualquiera
- Las experiencias que ha tenido en el pasado con la muerte pueden afectar la manera de enfrentar las muertes actuales y futuras
- Piensa en el futuro sin el familiar fallecido.
- Cuestiona las creencias aprendidas sobre el más allá (por ejemplo: El Cielo)

Comportamientos Comunes

- El niño puede negar que ocurrirá la muerte.
- El niño puede decir o sentir que, "Yo nunca moriré."
- El niño puede no mostrar emociones.

- El niño puede pedir apoyo a sus amigos en lugar de a su familia.
- El niño puede querer pasar menos tiempo con la familia.

Qué decir

- Pregúntele "¿Que te gustaría saber?"
- Conteste las preguntas con respuestas honestas.
- Esté preparado para hablar o escuchar.

Cómo Ayudar

- Pregúntele al niño si le gustaría participar en el proceso del fin de la vida del ser querido.
- Pídale al niño que ayude a crear recuerdos familiares y rituales.

- Apoye al niño para que obtenga apoyo de sus amigos y la escuela.
- Explique la importancia de cuidarse a sí mismo durante el proceso de la muerte de un ser querido.
- Sea respetuoso cuando el niño necesite un descanso de la conversación sobre la muerte o de su entorno.

Su equipo de atención médica puede haberle dado esta información como parte de su atención. Si es así, por favor úsela y llame si tiene alguna pregunta. Si usted no recibió esta información como parte de su atención médica, por favor hable con su doctor. Esto no es un consejo médico. Esto no debe usarse para el diagnóstico o el tratamiento de ninguna condición médica. Debido a que cada persona tiene necesidades médicas distintas, usted debería hablar con su doctor u otro miembro de su equipo de atención médica cuando utilice esta información. Si usted tiene una emergencia, por favor llame al 911. Propiedad Literaria © 1/2024 Autoridad del Hospital y las Clínicas de la Universidad de Wisconsin. Todos los derechos reservados. Producido por el Departamento de Enfermería. HF#8009s

Helping Children Cope with Death

Children understand death based on their age, development, and past dealings with death. Children also learn about death by watching how friends and family cope with it. Be honest with your child and talk to them early to help them begin to understand and cope with death.

This handout will tell you how children understand and cope with death based on age.

Children 0 to 2 Years Old

Understanding of Death

- Aware of changes going on around them
- Affected by physical and emotional changes in caregivers

Common Behaviors

- Irritable and clingy
- Trouble sleeping

How to Help

- Create a calm environment.
- Choose a small group of caregivers.
- Keep the same eating and sleeping routines.

Children 2 to 5 Years Old

Understanding of Death

- Death is temporary and can be reversed
- Based on family's actions and emotions
- Not likely to think about what death means for the future

Common Behaviors

- Clingy
- Bedwetting
- Playful
- Cheerful
- Play pretend death

What to Say

- Avoid words and phrases such as "sleeping" or "passed away."
- Use the words death, dying, and dead: Example: "Your Mom's heart was not working, and she died."
- Use child's interests to help you explain: Example: "Your Dad can't eat like you can; he can't breathe air to play at the park like you can."
- Give simple and honest answers to questions.
- Child may ask the same questions, answer the same way every time.

How to Help

- Let child play at home, school, and daycare.
- Talk about child's feelings: Example: "It is ok to be sad or cry."
- Express some of your feelings in front of your child. Example: "I am sad, too."
- Allow safe expression of feelings through art and play.
- Keep your child's routines, like going to school or daycare.

Children 6 to 12 Years Old

Understanding of Death

- Begin to understand that death is final and cannot be reversed
- Younger children may think of death as something that happens to others
- Older children may worry death will happen to them
- Older children may worry about other family and friends dying

Common Behaviors

- May have many questions about details of death and dying
- May think something they said or did caused death
- Nightmares
- May act tough, naughty, funny, or sad at home or school

What to Say

- Find out what child already knows. Example: “Why is Dad in the hospital?”
- Be honest when you answer your child’s questions.
- Ask about thoughts. Example: What do you think about that?”
- Ask about feelings. Example: “How are you feeling about what you’ve heard about your Dad?”

Common Behaviors

- Child may deny that death will happen.
- Child may feel or say, “Death will not ever happen to me.”
- Child may not show emotions.
- Child may reach out to friends for support instead of family.
- Child may want to spend less time with family.

How to Help

- Give honest answers to questions.
- Correct confusion child may have about death.
- Expect child to be moody or sad at times.
- Keep child involved in interests to help express feelings (ex. school, sports, art).
- Ask if child would like to visit loved one in the hospital.
- Ask if child would like to help create family memorials.

Children 13 to 18 years old

Understanding of Death

- Death is final and can happen to anybody
- Past experience with death may affect coping with current and future deaths
- Thinks about the future without the deceased family member
- Question learned afterlife beliefs (ex. Heaven)

Common Behaviors

- Child may deny that death will happen.
- Child may feel or say, “Death will not ever happen to me.”
- Child may not show emotions.
- Child may reach out to friends for support instead of family.
- Child may want to spend less time with family.

What to Say

- Ask, “What would you like to know?”
- Give honest answers to questions.
- Be ready to talk or listen.

How to Help

- Ask if child would like to be a part of end of life process of loved one.
- Ask child to help create family memorials and rituals.
- Support child to get support from friends and school.
- Explain importance of caring for self during the death of a loved one.
- Respect if child needs a break from talking about death or their environment.