

Conversaciones con niños sobre la muerte y morir

Es difícil hablar con los niños y los adolescentes sobre la muerte, pero es importante incluirlos. Cuando hable, trate de ser sincero, honesto y transparente.

Sugerencias que tener en cuenta:

- **Pregúnteles lo que saben:** A menudo, los niños saben más de lo que pensamos. Puede preguntarles, “¿Qué sabes ya acerca de lo que está pasando?”
- **Prepárelos para recibir malas noticias:** Hágales saber que tiene algo difícil que compartir.
- **Revise la información general:** Si todavía no la conocen, este es un buen momento para revisar cualquier información que pueda ayudar a los niños a entender cómo llegó la persona hasta este punto (accidente, enfermedad, etc.)
- **Explíqueles el aspecto médico:** Dígalos que el equipo médico utilizó cosas como la medicina o la cirugía, pero que el cuerpo de la persona estaba demasiado enfermo o lastimado para mejorar.
- **Use palabras claras:** Use palabras reales, como “murió” o “muerto”. Deben evitarse frases, como “se fue a dormir” o “falleció”, ya que estas pueden confundir a los niños.
- **Explique lo que significa la muerte:** Dígalos que el cuerpo ha “dejado de funcionar”. Que ya no puede hacer cosas, como respirar, comer o hablar.



- **Muestre sus sentimientos:** Está bien que los niños vean cómo usted se siente. Esto les muestra que está bien que ellos compartan sus sentimientos también.
- **Aliente las preguntas:** Los niños podrían hacer preguntas o mostrar cómo se sienten por medio de dibujos, música o juegos.
- **Lean un libro juntos:** Leer un libro infantil sobre la muerte puede ayudarles a entender y mantener la conversación abierta.
- **Busque ayuda:** Usted no está solo. Recorra a la familia, al personal del hospital o a otros recursos para recibir apoyo.

Para obtener más información, o para conectar con un especialista en vida infantil, por favor visite: <http://ucdavis.health/childlife>