

Anexo

Manifestaciones del duelo en la niñez

Manifestaciones del duelo en la niñez.

En los niños y niñas, las manifestaciones normales de duelo pueden presentarse inmediatamente después de la pérdida o pasado un tiempo. Es importante destacar que las reacciones de duelo son intermitentes (pueden estar muy tristes un minuto y jugando al siguiente) debido a que ellos no pueden explorar de una manera racional todos sus pensamientos y sentimientos como lo hace una persona adulta. Además, en algunas ocasiones, los niños y niñas tienen dificultad para expresar con palabras sus sentimientos acerca del duelo y lo hacen a través de su comportamiento.

Las manifestaciones más frecuentes son las siguientes:

- **Conmoción y confusión** ante la pérdida de un ser querido.
- **Ira manifestada** en juegos violentos, pesadillas e irritabilidad.
- **Enojo hacia los otros miembros de la familia.**
- **Gran temor o miedo a perder al padre o madre que aún sigue vivo.**
- **Vuelta a etapas anteriores del desarrollo.** Esto hace que actúe de manera más infantil, por ejemplo, exigiendo más comida, más atención, más cariño, hablando como un bebé, dejando de contener esfínteres, etc.
- En algunas ocasiones **pueden creer que son culpables de la muerte de su familiar por cosas que han dicho, hecho o deseado** (como, por ejemplo: “no quiero volver a verte”).

- **Tristeza que puede manifestarse** con **insomnio, pérdida de apetito, miedo prolongado a la soledad, falta de interés** por las cosas que antes le motivaban, **disminución** acentuada en el **rendimiento escolar** y **deseo de irse con la persona fallecida**.

Es importante tener en cuenta que estas manifestaciones son las esperables en un niño o niña ante la muerte de alguien querido, pero es importante observar y notar si estas actitudes se sostienen en el tiempo. De ser así, puede ser recomendable consultar a un profesional.