



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA  
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Manuscrito Recepcional

Programa de Profundización en desarrollo humano y  
educativo

Nombre del trabajo: Educando para ver la muerte de forma  
más natural

Reporte de investigación empírica

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A :

Maricela Zuluaga Morales

Director: Mtra. Xóchitl Gutiérrez Camacho

Dictaminador: Mtra. Mónica Jazmín Montoya García



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, Diciembre 2017



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## Índice

<b>RESUMEN.....</b>	<b>5</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>8</b>
<b>CAPÍTULO I. ANTECEDENTES SOBRE EL DUELO.....</b>	<b>10</b>
1.1 APORTES TEÓRICOS.....	10
1.2 INVESTIGACIONES SOBRE EL DUELO .....	12
1.3 ESTADÍSTICAS DE MORTANDAD EN MÉXICO .....	16
<b>CAPÍTULO II. DUELO.....</b>	<b>17</b>
2.1 DEFINICIÓN DEL DUELO .....	17
2.2 ABORDAJE DEL DUELO DESDE DIFERENTES CORRIENTES.....	18
2.2.1 <i>Duelo desde el modelo psicoanalítico</i> .....	19
2.2.2 <i>Teoría del apego</i> .....	19
2.2.3 <i>Duelo como transición psicosocial o expresión de la crisis</i> .....	20
2.2.4 <i>Modelo de duelo como enfermedad</i> .....	21
2.2.5 <i>Modelos biológicos</i> .....	21
2.2.6 <i>Modelo cognitivos</i> .....	22
2.2.7 <i>Modelos fenomenológicos y existencialistas</i> .....	22
2.3 TIPOS DE DUELO.....	23
2.4 ETAPAS DEL DUELO .....	23
2.5 TAREAS DEL DUELO .....	25
2.6 DURACIÓN DEL DUELO.....	26
<b>CAPÍTULO III. IMPLICACIÓN FAMILIAR EN EL PROCESO DE DUELO .....</b>	<b>27</b>
3.1 ASPECTOS FAMILIARES EN EL PROCESO DE DUELO.....	27
3.1.1 <i>Características del sistema familiar</i> .....	27
3.1.2 <i>Actuaciones de los adultos en el proceso de duelo con los niños</i> .....	28
<b>CAPÍTULO IV. CARÁCTERÍSTICAS DEL DUELO INFANTIL .....</b>	<b>30</b>
4.1 CARACTERÍSTICAS DEL DUELO INFANTIL, A DIFERENCIA DEL DE LOS ADULTOS .....	30
4.2 CARACTERÍSTICAS DEL DUELO EN LOS NIÑOS DE 0 A 12 AÑOS (ENTENDIMIENTO DE LA MUERTE DE ACUERDO A LAS DISTINTAS ETAPAS DEL DESARROLLO DEL NIÑO).....	31
4.3 TIPOS DE PÉRDIDA EN LA INFANCIA .....	32
4.4 INDICADORES DEL DUELO COMPLICADO INFANTIL.....	34
4.5 ESTRATEGIAS PARA COMUNICAR A UN NIÑO LA PÉRDIDA DE UN SER QUERIDO.....	34
4.6 ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.....	36
4.6.1 <i>Tipos de estrategias de Afrontamiento</i> .....	36
<b>CAPÍTULO V. TRASTORNO DE ESTRÉS POST TRAUMÁTICO .....</b>	<b>37</b>
5.1 DEFINICIÓN DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO.....	38

5.2 CAUSAS .....	38
5.3 SIGNOS Y SÍNTOMAS.....	38
5.4 MODELOS EXPLICATIVOS PARA EL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO (TEPT).....	42
5.5 DURACIÓN.....	43
5.6 ACTUACIONES DE PADRES CON LOS NIÑOS RESPECTO A LA SITUACIÓN DE SISMO .....	44
<b>CAPÍTULO VI. MARCO METODOLÓGICO.....</b>	<b>48</b>
6.1 JUSTIFICACIÓN .....	48
6.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	49
6.3 OBJETIVO GENERAL.....	50
6.3.1 <i>Objetivos específicos</i> .....	50
6.4 VARIABLES .....	50
6.4.1 <i>Definición conceptual</i> .....	50
6.4.2 <i>Definición operacional</i> .....	51
6.5 MUESTRA Y SUJETOS .....	51
6.6 TIPO DE INVESTIGACIÓN .....	52
6.7 DISEÑO .....	52
<b>DISEÑO DEL TALLER.....</b>	<b>53</b>
FICHA TÉCNICA.....	53
INSTRUMENTO .....	55
<i>Redes semánticas</i> .....	55
DESCRIPCIÓN DEL TALLER .....	55
CARTAS DESCRIPTIVAS.....	58
<b>RESULTADOS.....</b>	<b>72</b>
ANÁLISIS ESTADÍSTICO DESCRIPTIVO .....	72
DISCUSIÓN .....	102
CONCLUSIONES.....	105
<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>107</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>113</b>

## Lista de tablas

Tabla 1. Actuaciones de los padres.....	45
Tabla 2. Pre test (papás). Muestra inicial.....	74
Tabla 3. Pre test (papás). Muestra final.....	77
Tabla 4. Post test (papás) .....	79
Tabla 5. Pre test (niños). Muestra inicial .....	82
Tabla 6. Pre test (niños). Muestra final.....	84
Tabla 7. Post test (niños) .....	86
Tabla 8. Pre test (papás) Muestra inicial. General .....	88
Tabla 9. Pre test (papás). Muestra final. General.....	90
Tabla 10. Posttest (papás). General.....	91
Tabla 11. Pre test (niños). Muestra inicial. General .....	93
Tabla 12. Pre test (niños). Muestra final. General .....	94
Tabla 13. Post test (niños). General.....	95

## Lista de figuras

Figura 1. Aplicación de instrumentos .....	132
Figura 2. Redacción de cuento.....	132
Figura 3. Aplicación de instrumentos (niños)	Figura 4. Aplicación de instrumentos.....133
Figura 5. Aplicación de instrumentos .....	133
Figura 6. Dibujo del sismo	Figura 7. Dibujo del sismo .....
Figura 8. Dibujo del sismo	Figura 9. Dibujo del sismo .....
Figura 10. Dibujo representativo de la muerte	Figura 11. Dibujo representativo de la muerte ..135
Figura 12. Dibujo representativo de la muerte	Figura 13. Dibujo representativo de la muerte 135
Figura 14. Lectura del cuento .....	136
Figura 15. Ciclo vital .....	136
Figura 16. Representación del miedo .....	137
Figura 17.Árbol genealógico	Figura 18. Árbol genealógico .....
Figura 19. Árbol genealógico	Figura 20. Árbol genealógico .....
Figura 21. Carta	Figura 22. Carta .....
Figura 23. Carta .....	140

## Resumen

La muerte es una de las pérdidas significativas que llevan a los individuos a la elaboración del duelo. Por tanto el fallecimiento de un ser querido es un hecho significativo que repercute en los deudos. Sin embargo la mayoría de las veces los adultos no cuentan con las herramientas necesarias para comunicar y dar apoyo a los menores por pérdida.

Los diversos estudios existentes afirman que el tema de educar respecto al tema de la muerte es muy poco abordado, pero que en niños el cuento resulta ser una herramienta muy útil para abordar los temas que la rodean.

El objetivo general del presente taller fue generar en niños y padres de familia la comprensión del tema de la muerte y los aspectos que la rodean: duelo, etapas, tareas, características, pérdidas. A través de un taller a nivel preventivo para que puedan ver la muerte de una forma natural. Los objetivos específicos se basaron en identificar creencias de los niños respecto a la muerte, así como creencias de sus padres respecto al duelo infantil; proporcionar herramientas y estrategias para el reconocimiento y manejo de emociones por pérdidas significativa; y dar herramientas y estrategias a los padres para la comunicación de pérdidas y dar acompañamiento en caso de ser necesario. Se abordaron un total de 6 sesiones, 2 con los padres de familia y 4 con los niños, a través de dinámicas, juegos de mesa, videos, exposiciones, cuentos y dibujos. La muestra final estuvo conformada por 8 madres de familia con rango de edad de 26 a 65 años y 4 niños (3 niños y una niña) con edades oscilantes entre los 8 y 11 años de la comunidad de San Andrés Jaltenco, estado de México. Utilizando el instrumento Redes semánticas, como pre y post test para conocer las creencias de los padres y niños ante la muerte. Obteniendo como resultado que los padres ven la muerte como un proceso natural e universal que produce sentimientos de tristeza, dolor y enojo. Mientras que los niños ven a la muerte como una representación de la catrina (huesuda, alta y mala). Después de la intervención se lograron modificar algunos términos utilizados por los niños dentro del repertorio de sus creencias ante la muerte, por lo que finalizado el taller, comprendieron

que la muerte es universal, irreversible, causal y de no funcionalidad de los órganos vitales.

Palabras clave: duelo infantil, creencias, taller, estrategias, herramientas.

## Abstract

Death is one of the significant losses that lead individuals to the elaboration of grief. Therefore the death of a loved one is a significant fact that affects the relatives. However, most of the time, adults do not have the necessary tools to communicate and give support to minors due to loss.

The various existing studies affirm that the issue of educating about the subject of death is very little addressed, but that in children the story turns out to be a very useful tool to address the issues that surround it.

The general objective of this workshop was to generate in children and parents the understanding of the subject of death and the aspects that surround it: grief, stages, tasks, characteristics, losses. Through a preventive level workshop so they can see death in a natural way. The specific objectives were based on identifying children's beliefs regarding death, as well as beliefs of their parents regarding childhood grief; provide tools and strategies for the recognition and management of emotions for significant losses; and give tools and strategies to parents to communicate losses and provide accompaniment if necessary. A total of 6 sessions were tackled, 2 with the parents and 4 with the children, through dynamics, board games, videos, exhibitions, stories and drawings. The final sample consisted of 8 mothers with an age range of 26 to 65 years old and 4 children (3 boys and a girl) with ages ranging between 8 and 11 years old of the community of San Andrés Jaltenco, State of Mexico. Using the instrument Semantic networks, as a pretest and posttest to know the beliefs of parents and children about the death. Obtaining as a result that parents see death as a natural and universal process that produces feelings of sadness, pain and anger. While the children see death as a representation of the "catrina", like (bony, tall and bad). After the intervention, some terms used by the children within

the repertoire of their beliefs in the face of death were modified, so that after the workshop, they understood that death is universal, irreversible, causal and of non-functionality of the vital organs.

Keywords: child duel, beliefs, workshop, strategies, tools



## **Introducción**

“La muerte no existe, la gente solo muere cuando la olvidan; si puedes recordarme, siempre estaré contigo” (Allende, 2001)

La muerte es un hecho que nos acompaña desde el día en que nacemos, ya que conforma una de las fases del ciclo de vida de todo ser vivo: nacer, crecer, reproducirse y morir. De hecho en México la muerte es vista como una celebración donde se recuerdan a los seres queridos que ya no están en este mundo.

Sin embargo aun así, la muerte sigue siendo un tema tabú, en la sociedad, debido al temor que se le tiene a la misma y al no saber cómo abordar el tema, en especial con los más pequeños.

Aunque se evite hablar del hecho, la muerte es un proceso natural, independientemente de sus causas (natural, accidente, homicidio, suicidio) por el que todo ser humano tendrá que pasar y presenciar durante el transcurso de su existencia la muerte de un familiar, amigo o compañero.

Y es que hoy en día las cifras por muerte en México son elevadas, pues datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) han registrado en México innumerables cifras cada año, destacando en los últimos años: 5,909 suicidios durante el año 2013, 4,601 muertes por accidente de tráfico en el 2015 y 23, 718 muertes por homicidio durante el 2016.

Mientras que en lo que va del año 2017, el coordinador Nacional de Protección Civil de la Secretaría de Gobernación (Segob), Luis Felipe Puente, informo que suman 369 las personas fallecidas en seis entidades como consecuencia del fenómeno natural. (“Sismos”, 2017)

Por lo cual cabe mencionar que los individuos están expuestos a pasar por un proceso de duelo, y algunos de ellos lo experimentaran durante la infancia, debido a pérdidas significativas (abuelos, progenitores, compañeros, mascota, etc.). Llegado el momento las actuaciones de los adultos para con los menores suelen no ser las ideales, pues en su intento de no causarles daños a los menores o no saber cómo comunicar la pérdida,

los niños son alejados de la situación de muerte del familiar, o en ocasiones la información proporcionada no es la correcta. Ocasionando que de esa manera el menor tenga confusiones y en su defecto sentimiento de culpa. Por lo que Gómez (2015) refiere que hasta un 40% de los niños puede padecer un trastorno hasta un año después de sucedida la pérdida o desencadenar en un duelo patológico.

Por lo tanto la familia es uno de los principales contextos donde se puede suscitar el fallecimiento de un ser querido, por lo cual es de vital importancia que se hable del tema de la muerte con los niños dentro de esta red de apoyo que es la familia.

Sin embargo en muchas ocasiones los adultos no cuentan con las herramientas necesarias para abordar el tema, es de ahí que radica la importancia de proporcionar a padres de familia las herramientas necesarias para comunicar pérdidas significativas a los menores y que conozcan además los signos de alarma acerca del duelo infantil complicado, tipos de pérdidas, entendimiento de la muerte acorde al desarrollo cognitivo del niño, etc. Así como abordar el tema con los niños para ayudarlos a expresar sus dudas y emociones respecto al tema de la muerte.

## **CAPÍTULO I. ANTECEDENTES SOBRE EL DUELO**

### **1.1 Aportes teóricos**

Si bien es cierto que en México ha existido y sigue existiendo una celebración especial para el día de muertos con ofrendas, música y festividades, el hablar del tema con los niños tras el fallecimiento de un ser querido no es tarea fácil, y aunque es un hecho natural, no suele verse como tal.

Desde épocas prehispánicas los aztecas, mayas y toltecas, etc., realizaban ritos funerarios tras el fallecimiento de alguien, y aunque los ritos eran quizá un poco distintos a los de la actualidad, los sentimientos y emociones vividas siguen siendo las mismas.

Pero no fue hasta principios del siglo XX que se comenzó a estudiar de manera científica aquellas emociones, sentimientos y conductas expresadas por el individuo que vivencia la muerte de alguien significativo en su vida, entendiéndose este como proceso de duelo.

Así poco a poco han surgido diversas aportaciones en torno al duelo, entre las que destacan de acuerdo a De Hoyos (2015), las siguientes:

- Sigmund Freud propuso el primer modelo sobre psicología del duelo, diferenciando entre el normal y el patológico. En su obra “duelo y melancolía” (1917) desarrolló una teoría donde defendió que el sufrimiento de la persona en duelo es debido al apego con el fallecido y su finalidad era la de separar dichos sentimientos hacia el objeto perdido para que el “yo” quede liberado y se vincule con otra persona.
- Jean Piaget (1950) y M. Mahler (1960) realizaron investigaciones centradas en las reacciones de pérdidas en niños de preescolar, considerando el duelo como una parte integral del desarrollo del “yo”.
- E. Kubler- Ross publicó en su obra “on death and dying (1969) las 5 etapas por las que pasan los enfermos terminales (negación, ira, negociación, depresión, aceptación) en un proceso de duelo individualizado en el que no todos experimentan todas ellas y en el mismo orden.

- J. Bowlby (1980) hizo aportaciones sobre la necesidad maternal en su “teoría del apego” y sobre sus consecuencias en caso de separación por fallecimiento parental. También describió diversas fases en el proceso de elaboración del duelo:

1.- Fase de entumecimiento o shock: periodo inicial o desesperación intensa, aturdimiento, negación de la realidad y cólera.

2.- Fase de anhelo y búsqueda: etapa de añoranza y pensamientos permanentes sobre la persona fallecida

3.- Fase de desorganización y desesperanza: se va estableciendo la realidad de la pérdida acompañada de apatía, insomnio y desesperanza.

4.- Fase de reorganización: el individuo se reincorpora a lo que era su vida cotidiana antes de la pérdida.

- J. W. Worden (1996) presentó un enfoque acerca del duelo donde las personas en vez de mostrarse pasivas en el proceso, tenían que resolver tareas para aceptar la pérdida, enfocadas en trabajar con las emociones y el dolor para adaptarse a la ausencia del fallecido.
- W.C. Kroen quien se interesó por el duelo infantil, describiendo las respuestas adaptativas en cada etapa del desarrollo, al mismo tiempo que propuso pautas para favorecer un adecuado manejo de la pérdida en el entorno familiar
- R. Pereira (2002) analizó la reorganización familiar y su redistribución de roles como proceso adaptativo después del fallecimiento de uno de los integrantes.

Gracias a las aportaciones teóricas de diversos estudiosos del tema se ha permitido que las investigaciones sigan avanzando y que otros más puedan llevar a cabo investigaciones de manera empírica para ampliar el conocimiento. De las cuales se retoman algunas para dar un sustento teórico y metodológico de la presente investigación.

## **1.2 Investigaciones sobre el duelo**

Para tener una idea más clara sobre el tema y los objetivos a seguir es necesario consultar algunas investigaciones realizadas con anterioridad relacionadas con el tema del duelo en la infancia. Entre ellas destacan: un estudio empírico descriptivo sobre la percepción del duelo, una propuesta a nivel preventivo para tratar el tema de la muerte antes de que ocurra y un estudio dirigido a niños que ya habían pasado por el proceso de duelo debido a la pérdida de uno de sus progenitores, entre otros. De los cuales se retoman puntos importantes a saber: el objetivo de la investigación la metodología (población, instrumentos aplicados), así como resultados obtenidos.

Ávila (2016) Realizó un estudio empírico descriptivo sobre la percepción del duelo de los niños, los padres y los profesores. Cuyo objetivo general fue conocer el conocimiento que tienen los agentes de la comunidad educativa sobre el duelo en los alumnos de primaria. Y los objetivos específicos consistieron en: conocer el concepto de duelo que poseen los niños, saber el conocimiento que poseen los padres sobre el duelo en los niños y saber el conocimiento que posee el profesorado sobre el duelo respecto a los niños de primaria. La muestra estuvo conformada por 29 alumnos con edades comprendidas entre 6 y 8 años, 20 padres con edades oscilantes entre 25 y 55 años, y 15 profesores. Los instrumentos empleados fueron: Cuestionario Valoración de la adquisición de subconceptos de constructo de muerte (Ramos, 2009) y dos cuestionarios de elaboración por parte del autor, una para padres (cuestionario percepción de la muerte a través de los hijos) y otros para profesores (cuestionario percepción de la muerte a través de los alumnos). En el procedimiento se llevó a cabo la aplicación de cuestionarios para los niños (previo consentimiento de los padres), luego se realizó una reunión, donde padres y maestros resolvieron sus cuestionarios correspondientes y se les animó a que despejaran dudas sobre el tema. Los resultados fueron separados en cuanto a las respuestas dadas por alumnos, padres y profesores. Respecto a los alumnos (niños y niñas) se investigó acerca de si conocían los subconceptos relacionados con el concepto de duelo (no funcionalidad, permanencia, inevitabilidad y universalidad), arrojando en los resultados que efectivamente poseen dichos conocimientos tanto niños como niñas. Respecto a los padres, se indago acerca de si tenían ideas claras sobre el tema de la

muerte, y si difieren sus respuestas de acuerdo a su nivel de estudios (básico, medio y superior), en cuanto a la valoración de las reacciones sobre la muerte con los niños, se encontraron diferencias marcadas entre las respuestas dadas por los padres de nivel de estudios básicos comparados con los de nivel superior; no se encontraron diferencias acerca de las frases que se pueden nombrar y el nivel de estudios de los padres; en cuanto a los mitos sobre el duelo, los padres con estudio de nivel superior poseen un mejor concepto que los padres de nivel básico y medio. Por último se manejaron los cuestionarios para profesores respecto al tema, encontrando que existen diferencias en las respuestas dadas respecto a los diferentes grupos de maestros, acorde con los años de experiencia (5-15 años, 16-25 y de 26-35).

Mientras que Apezetxea (2015) maneja una propuesta a nivel preventivo cuyo objetivo es adelantarse a los hechos y tratar el tema de la muerte antes de que ocurra, tratando el tema con naturalidad como un proceso más de la vida. Para llevar a cabo la intervención, se formó un equipo constituido con el orientador del centro escolar, el psicólogo, el especialista en psicología terapéutica y el tutor. Equipo formado en el tema cuyo objetivo fue el de dotar a alumnos y padres de los recursos necesarios teniendo en cuenta las características evolutivas de los alumnos de la primaria. En dicha propuesta se pretende realizar trabajo en conjunto entre alumnos y padres, ofreciendo a estos, pautas sobre cómo tratar el tema, información sobre el duelo y manifestaciones de los niños ante él. Los objetivos de la propuesta fueron: facilitar un posible proceso de duelo, trabajar la educación emocional, ayudar a los alumnos a asumir la muerte como parte de la vida, educar a los alumnos para la vida y la muerte.

La población meta son los alumnos de los tres ciclos de educación primaria, donde se lleven a cabo sesiones de entre 45 y 60 minutos una vez cada dos semanas. Con las siguientes actividades a saber: recogida de conocimientos previos e intereses (conocer qué saben sobre la muerte y las experiencias que han tenido, las dudas que tengan sobre el tema y lo que quieran saber), ciclos vitales (se pretende que los niños conozcan las diferentes etapas del ciclo de vida de los seres vivos), película (familiarizarse con la muerte), árbol genealógico (para conocer las distintas causas que conducen a la muerte),

cuento, obra artística, carta de recuerdo, dramatización y baúl de los recuerdos. Se realizó evaluación de la intervención de manera inicial, durante el proceso y final.

Para la recogida de información se pretende el uso cuestionarios y la observación. No se cuenta con resultados debido que solo se habla de una propuesta de intervención. Sin embargo a manera de conclusión, el autor menciona que en el colegio se abordan todo tipo de temas excepto la muerte y que hacen falta recursos y herramientas para hacer frente a las pérdidas. Pues los adultos evitan hablar de la muerte evitando de esa manera que los niños desarrollen sus propios recursos.

Otra investigación fue la realizada por Martínez (2008) donde el objetivo general del taller es que el niño sea capaz de imaginar las situaciones que presentan los cuentos, para incorporarlas inconscientemente a su vida dándole un sentido diferente al proceso del duelo, a través de la lectura. En los objetivos específicos se encuentran: explicar por medio del cuento lo que es una pérdida así como su proceso de duelo, conocer que es un proceso de duelo así como las etapas que lo integran y ampliar la información que tienen los niños acerca de la muerte y lo que conlleva. La población fueron niños de entre 6 y 8 años cuyo criterio de inclusión fue haber tenido dos años de haber vivido la pérdida por muerte de uno de sus progenitores (con un máximo de 6 participantes por taller). En cuanto al procedimiento y metodología, se realizó un taller de tipo vivencial donde se incluyeron dinámicas de observación, y activación física, visualización, ejercicios de relajación, y respiración, lectura de cuentos donde cada uno aborda un tema diferente enfocado al proceso de duelo, así como retroalimentación continua al término de las sesiones. Para la evaluación de la efectividad del taller "cuéntame un cuento" se pretende hacer uso de una evaluación al inicio y fin del taller utilizando la escala visual análoga tipo Likert aplicada con imágenes de cara que expresan diferentes estados emocionales y un cuestionario de aproximación al concepto de muerte integrado por 15 categorías que incluyen irreversibilidad, universalidad, inevitabilidad, cese de funciones, etc. Debido a que es meramente una propuesta no se obtuvieron hallazgos, sin embargo entre las conclusiones que destaca el autor están que el niño en cualquier momento de su infancia percibe y registra la muerte de alguien cercano, considera también que la cultura influye

de forma directa en el proceso del duelo. Además de que las pérdidas que vive un niño durante la infancia no siempre van acompañadas de síntomas como peleas o llantos, sino también de aislamiento o dejar de jugar. Y considera el cuento como una herramienta eficaz para ayudar a elaborar un proceso de duelo y explicar de manera sencilla y clara lo que es una pérdida, esto debido a que permite imaginar situaciones e incorporarlas a su vida dándoles un sentido diferente.

Otro trabajo realizado por Vázquez (2009) cuyo objetivo general fue que los participantes obtuviera conocimientos básicos sobre tanatología que le permitiesen integrar su visión en torno a la muerte y el manejo de pérdidas y duelos como procesos naturales del ciclo de vida. La muestra sumó un total de 207 participantes (82% mujeres y 18% hombres), con edades oscilantes entre los 20 y 89 años. En cuanto a la metodología, dicho taller fue basado en concebir a la educación como un proceso constructivo, el taller se organizó en 5 sesiones, abordando contenidos como: tanatología (significados y objetivos de la tanatología, muerte: un concepto personal, persona: ser integral); duelos (las pérdidas, el proceso del duelo, tipos de duelo); aprendizajes vitales (aprendizajes y sentido de la vida, espiritualidad), todo de manera dinámica. En cuanto a resultados, se aplicó el formato de evaluación de cursos. Algunos reactivos del formato incluyen: logros de los objetivos del taller, aprendizaje alcanzado, calidad de apoyos, evaluación del instructor, etc. De lo cual se obtuvo que para muchos de los participantes el contenido y la forma de proceder durante el taller permitió cubrir los objetivos.

Por último, una investigación realizada por Martínez (2015) cuyo objetivo fue observar sistemáticamente las manifestaciones emocionales, cognitivas y comportamentales en el proceso de duelo de cada participante y evaluar su mejoría en sintomatología ansiosa y depresiva. Se realizó un estudio exploratorio descriptivo de casos con 4 participantes con edades entre 7 y 16 años (2 hombres y dos mujeres). Los instrumentos utilizados fueron el inventario de depresión para niños (Meave y Ayala, 2001), escala de ansiedad manifestada en niños revisada (Cecil R, Reynolds, PhD y Bert O Richmond), Inventario de depresión e inventario de ansiedad de Beck (Beck, 1961). Se llevaron a cabo un total de 16 sesiones, tratando los diferentes temas: realización de historia clínica específica



de duelo, primer encuentro y pre-evaluación, identificación de emociones, psico educación sobre la pérdida y la muerte, comprensión de la causa de la muerte del ser querido; pensamientos, comportamientos y emociones; estilos explicativos e ideas relacionales, habilidades sociales, solución de problemas, seamos resilientes, recordando al ser querido. En los resultados se mostraron los niveles de sintomatología depresiva y de ansiedad (pre y post evaluación) en 2 y 5 meses con disminuciones significativas de los mismos en los 4 pacientes.

La mayoría de las investigaciones mencionadas en el apartado anterior abordan el duelo como un proceso tras la muerte de alguien, aunque existen otro tipo de pérdidas significativas que pueden ocasionar un proceso de duelo. Pero sin duda alguna, la muerte de un ser querido o conocido es una de las pérdidas más significativas que repercuten en la conducta y pensamiento del individuo.

Y es que cada año mueren cientos de personas en México y en el mundo, por lo que nadie está exento de pasar por un duelo.

### **1.3 Estadísticas de mortandad en México**

Existen diversas causas de muerte, de acuerdo con el modelo NASH son clasificadas en (natural, accidental, suicidio y homicidio). De las cuales en México, de acuerdo al Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2017) se registran miles de muerte cada año. En 2013 se registraron 5, 909 suicidios, durante el año 2015 hubo un total de 4601 víctimas que murieron tan solo en accidentes de tránsito, eso sin contar los accidentes laborales o en el hogar, en 2016 se registraron 23,718 muertes por homicidio. Mientras que en lo que va del año 2017, el coordinador Nacional de Protección Civil de la Secretaria de Gobernación (Segob), Luis Felipe Puente, informo que suman 369 las personas fallecidas en seis entidades como consecuencia del fenómeno natural. (“Sismos”, 2017).

Por lo tanto en los hogares se ha de experimentar tarde o temprano la muerte de un familiar, donde entre los deudos se verán implicados niños que tendrán que experimentar el proceso de duelo a su corta edad. Tal como refiere Hoyos (2015) la mayoría de los

niños perderán a alguno de sus abuelos a lo largo de su infancia y hasta el 3.5- 4% a uno de sus progenitores o hermanos, según las estadísticas a escala mundial.

Trayendo de acuerdo a Olmedo (2004) diversas consecuencias en los menores respecto a problemas de aprendizaje, fracaso escolar, y hasta pensamientos suicidas. O el desencadenamiento de un duelo complicado, puesto que Dillen, Fontaine y Verhofstadt-Deneve mencionan que “en torno a un 10-20% de los duelos experimentados se desarrollan de forma inadecuada, dando lugar a un duelo complicado” (como se citó en Millán y Solano, 2010)

Otras de las consecuencias mencionadas por Gallego, Vélez y Agudelo (2015) que sufren los niños tras la pérdida de sus progenitores son la disminución de cuidados hacia su persona, menos educación y un rendimiento escolar bajo. De entre esos niños, los menores de 10 años tienen una probabilidad 10 veces más de morir dentro de los dos años siguientes respecto a los niños que tienen a sus dos progenitores con vida.

Por otro lado Macías (como se citó en Torres, 2015) estima que un 16 % de las personas que han padecido la pérdida de un ser querido presentaron un cuadro de depresión durante un año o más después del fallecimiento.

Las cifras de mortandad son elevadas así como los índices de las consecuencias que pueden experimentar los deudos tras la pérdida del ser querido, hecho que los llevara indudablemente a experimentar el duelo.

## **CAPÍTULO II. DUELO**

### **2.1 Definición del duelo**

El duelo es el doloroso proceso normal de elaboración de una pérdida, tendiente a la adaptación y armonización de nuestra situación interna y externa frente a una nueva realidad. Elaborar el duelo significa ponerse en contacto con el vacío que ha dejado la pérdida de lo que no está, valorar su importancia y soportar el sufrimiento y la frustración que comporta su ausencia. (Bucay, 2006)

Para Freud (como se citó en Tizón y García, 2004) es la reacción habitual a la pérdida de una persona amada o de una abstracción puesta en su lugar: la patria, un ideal, la libertad, etc.

Mientras que para la Real Academia Española (2001) el duelo tiene tres significados:

Del latín tardío *dolus* “dolor”

- 1.- Dolor, lástima, aflicción o sentimiento
- 2.- Demostraciones que se hacen para manifestar el sentimiento que se tiene por la muerte de alguien.
- 3.- Reunión de parientes, amigos o invitados que asisten la casa mortuoria, a la conducción del cadáver al cementerio, o a los funerales.

El duelo es la respuesta psicológica- pensamiento –sentimiento- que se presenta ante la pérdida de un ser querido. Dicha respuesta es totalmente subjetiva y depende de las estructuras mentales y emocionales de quien la vive, lo cual determina si se involucra o no síntomas físicos en ella. Eso quiere decir que si bien el dolor ante una pérdida es inherente a los seres humanos, los sistemas de creencias que tenga quien lo sufre modifica sustancialmente su exposición y desarrollo, haciéndolo más manejable, en algunos casos, o, por el contrario, mucho más complejo de lo que en realidad es. (Rojas, 2008)

De los autores mencionados, cabe destacar que cada uno aborda el tema de duelo desde diferentes enfoques. En el caso de Freud, es manejado desde un enfoque psicoanalítico, sin embargo también se encuentran otros enfoques como el biológico, cognitivo, existencialista, etc., a saber.

## **2.2 Abordaje del duelo desde diferentes corrientes**

De entre los distintos modelos que abordan el duelo, se encuentran de acuerdo a Tizón y García (2004): el modelo psicoanalítico, la teoría del apego, el duelo como una transición psicosocial, entre otros.

### **2.2.1 Duelo desde el modelo psicoanalítico**

Está centrado en los componentes “intrapsíquicos” de éste, es definido como un proceso doloroso de identificación, des-investimento de lo perdido y re-investimento de nuevas relaciones internas y externas. Freud (como es citado en Tizón y García, 2004) sostiene que los síntomas del duelo son similares a los de la melancolía o depresión severa, pues incluyen: profundo y doloroso abatimiento, retirado del interés por el mundo externo, pérdida de la capacidad de amar y una inhibición de toda actividad, o lo que es lo mismo la “inhibición y parcialización del yo” pero que conforme se va elaborando el duelo el “yo” vuelve a quedar libre y desinhibido nuevamente. Visto desde esta perspectiva el familiar del fallecido se aflige no solo por la pérdida del objeto, sino también por la pérdida de una parte del “yo” y por la pérdida de diversos niveles de vinculación (representaciones, símbolos) involucrados en dicha relación.

### **2.2.2. Teoría del apego**

Bowlby (como se citó en López y Ramírez, 2005) refiere al duelo como aquel proceso doloroso mediante el cual los menores establecen una relación especial con una persona adulta y la mantienen a través del tiempo, ya que consideran a este como alguien preparado con el cual se apoyaran para enfrentar al mundo.

Siendo Bowlby el desarrollador de la teoría del apego, postuló cuatro fases sobre el duelo (1. Impacto, obnubilación; 2. Protesta, anhelo y búsqueda; 3. Desorganización y desespero; 4. Reorganización). De acuerdo a Tizón y García (2004) cabe destacar algunos principios de esta teoría: se determina el apego como una conducta que lleva a que una persona alcance la proximidad respecto a otro individuo diferenciado y preferido, se determinan vínculos afectivos entre el niño y el progenitor, otro importante principio de esta teoría es en el que la amenaza de pérdida despierta ansiedad y la pérdida real pesadumbre y cólera; el vínculo de apego es la principal fuente de seguridad durante la infancia y fundamental para la vida adulta; a cualquier edad pueden existir patrones perturbados de la conducta de apego, debido a que el desarrollo se ha desviado.

De entre los tipos de apego más frecuentemente descritos de acuerdo con López y Ramírez (2005) se encuentran:

- Inseguro evitativo: Donde los niños se muestran desinteresados ante la separación o reencuentro con sus cuidadores durante episodios de angustia, debido a la poca confianza que sienten de ser ayudados, originado por el constante rechazo por parte de sus figuras de apego.
- Apego seguro: Donde los niños tienen figuras de apego que son sensibles y responden asertiva y rápidamente a sus necesidades. Durante la separación los niños muestran sufrimiento de forma abierta, mismo que es tranquilizado por la misma figura de apego para que el niño sea capaz de reincorporarse a jugar y explorar.
- Inseguro- ambivalente: donde los niños responden a la separación de su figura de apego con angustia intensa, y frente al reencuentro muestran expresiones de protesta enojo y resistencia. Tampoco tiene confianza respecto al acceso y respuesta de sus cuidadores.
- Desorganizado-desorientado: Son niños cuyos padres han mostrado conductas de negligencia o cuyos padres no han elaborado sus propios procesos de duelo. Cuando se suscita el reencuentro los menores muestran comportamiento de desinterés tales como movimientos estereotipados, rigidez, congelamiento y expresiones de miedo hacia la figura parental.

Seguendo con los distintos enfoques sobre el duelo se encuentra el duelo como transición social.

### **2.2.3. Duelo como transición psicosocial o expresión de la crisis**

Una crisis en un sistema se da cuando los aportes externos necesarios para su mantenimiento disminuyen por debajo de los mínimos. De manera que las crisis pueden ser accidentales, individualizadas, idiosincráticas, de un individuo o sistema en cada sociedad, la mayoría de los individuos suelen sufrir una serie de crisis en los momentos de cambio de unas fases o modos psicosociales a otras y las cuales implican procesos de duelo. (López y Ramírez, 2005)

Y es que a lo largo de cada etapa de la vida del ser humano se pueden sufrir diversas transiciones psicosociales, las cuales de acuerdo a López y Ramírez (2005) son:

- En la infancia: la pérdida o separación de los padres y las pérdidas de contacto con el medio del hogar familiar, por acontecimientos como el ingreso a un hospital, en un internado o una escuela.
- En la adolescencia: separación de los padres, del hogar y de la escuela.
- En los adultos jóvenes: emparejamiento estable, ruptura matrimonial, embarazos (sobre todo el primero), abortos, nacimiento de un niño disminuido, pérdida de trabajo, pérdida de un progenitor, emigración mal asistida, etc.
- En los adultos y ancianos: jubilación, pérdida de las funciones físicas, duelos por familiares o allegados, enfermedad o incapacidad en miembros próximos de la familia.

Mientras que Guillem, Romero y Oliete (2007) destacan los siguientes modelos a saber: modelo de duelo como enfermedad, biológicos, cognitivos, fenomenológicos y existencialistas

#### **2.2.4. Modelo de duelo como enfermedad**

Erich Lindemann 1944 fue el primero en describir la sintomatología física y mental del duelo agudo. Consideraba al duelo como un conjunto de síntomas cuya evolución varía de acuerdo a al tipo de pérdida y de las experiencias previas del duelo. Describió las características del duelo normal como: algún tipo de malestar somático o corporal, preocupación por la imagen del fallecido, culpa relacionada con el fallecido o con las circunstancias de la muerte, reacciones hostiles, incapacidad para funcionar como lo hacía antes de la pérdida y desarrollo de rasgos del fallecido en la propia conducta.

#### **2.2.5. Modelos biológicos**

El duelo es considerado una respuesta automática del organismo a cualquier cambio ambiental externo o interno, mediante el cual se prepara para hacer frente a las posibles demandas que se generan a consecuencia de una nueva situación. De tal manera que la respuesta de estrés a la que se enfrenta el individuo dependerá de la percepción que

tenga de la situación y de las habilidades con las que cuente para enfrentarse a ellas. Engel (1962) entiende el duelo como una máxima situación de estrés biológico que activa dos sistemas de respuestas contrapuestos: ataque-huida (llevaría a sufrir ansiedad, intranquilidad psicomotriz y rabia irracional) y el de auto conservación- abandono (pudiendo generar apatía, dificultad de concentración y aislamiento social).

### **2.2.6. Modelo cognitivos**

Basada en la teoría de constructos personales, la cual menciona que las personas desarrollan una forma de estar en el mundo, es decir tienen una idea personal de cómo funciona y tienen expectativas acerca de una situación dada, es decir que hacen hipótesis subjetivas de probabilidades que someten a experimentación, mediante su conducta en interacción continua con esa realidad. Para dicho modelo lo relevante en el duelo son las hipótesis cognitivas sobre la propia persona y la valoración que cada individuo hace de sí mismo.

### **2.2.7. Modelos fenomenológicos y existencialistas**

En modelos fenomenológicos el duelo conlleva a cambios sociales (posición social, estatus y roles).

Mientras que para los modelos existencialistas, el hecho de vivir conlleva al hecho de tener que morir algún día. El duelo es considerado como el primer contacto de la persona con el abismo de la nada, la primera experiencia de la posibilidad de no ser. Lo que conlleva al ser humano a sumergirse en grandes mitos: el de la libertad, la inmortalidad, la compañía y el de si la vida tiene un significado trascendente. Las pérdidas de los seres queridos conllevan al individuo a una crisis y a cuestionarse si hay vida después de la muerte, de modo que el duelo como crisis existencial forjara seres humanos más fuertes o más débiles dependiendo del afrontamiento que se tenga.

A pesar de que cada enfoque tiene su forma de ver el duelo, tienen algo en común, y radica en que todo duelo puede llevarse a cabo de manera normal o de forma patológica, lo cual va a depender de cómo se susciten las circunstancias de la muerte del familiar

(natural, homicidio, accidente), así como de las herramientas y estrategias de afrontamiento del duelo.

### **2.3 Tipos de duelo**

De entre las distintas formas de llevar a cabo un duelo, están de acuerdo con Ávila (2016):

- Normal: están presentes la tristeza y estados pasajeros de ánimo bajo.
- Anticipatorio: producidos por muertes anunciadas.
- Retrasado o retardado: se presenta tiempo después de producida la pérdida del ser querido, debido al exceso control de emociones.
- Inhibido: la persona no manifiesta sus emociones y sentimientos, mostrando autocontrol personal. Apareciendo estallidos de llanto repentinamente.
- Aplazado: se puede tardar tiempo en exteriorizar la aflicción.
- Crónico: es un duelo que se arrastra durante varios años, aferrándose a los sentimientos vividos en el momento de la pérdida, causando poca integración en la vida social.
- Complicado: caracterizado por incapacidad para asumir la pérdida y reintegrarse a la vida. Apareciendo además reacciones intensas como tristeza o depresión.
- Patológico: Representa un periodo extenso de evolución y trae consigo manifestaciones incapacitantes para la persona que la padece, además la persona no se adapta nunca a la pérdida.

Aunque los duelos puedan experimentarse de distinta manera, siendo estos experimentados de manera crónica, normal o patológica, etc. Resulta necesario que para que el individuo pueda concluir el proceso de forma idónea pase por una serie de etapas que irán desde la negación hasta la aceptación.

### **2.4 Etapas del duelo**

Según Díaz (2012) las 4 etapas por las que atraviesa un individuo para la elaboración del duelo son:



- Negación: se niega el hecho de la muerte y la posibilidad de que no se tenga nunca más la posibilidad de estar con el ser querido, la negación de que en algún momento haya recuperación de la pérdida. Existe tristeza y ansiedad.
- Experimentación de ira, enojo, culpa y frustración. En esta etapa aparece la culpa por no haber sabido cuidar bien al ser querido o el enojo por no haber demostrado afecto a aquel ser querido. Y en algunos casos el enojo contra los médicos, la propia persona fallecida y Dios.
- Compromiso: la persona llega a un compromiso consigo mismo y con el mundo se llega a una nueva relación con la realidad. Mientras que el enojo, ira, frustración, culpa y ansiedad comienzan a disminuir.
- Aceptación: Se acepta que la persona fallecida se ha ido pero ha dejado su cariño y la experiencia de lo vivido y sentido con ella mientras estaba viva.

Así mismo, la doctora Elizabeth Kubler-Ross, de acuerdo a Delgado (2014), hace referencia a 4 etapas:

- Negación: la negación es una defensa, una forma normal y sana de enfrentarse a una situación catastrófica, repentina. Permite a la persona un tiempo para enfrentar la realidad, dosificando el dolor y la pérdida; son mecanismos naturales de protección, aceptarlo de tajo sería totalmente devastador, se vive un estado de shock.
- La rabia o ira: La ira se desplaza en todas direcciones y se proyecta alrededor, casi al azar. Usualmente se utiliza para evitar los sentimientos más hondos, hasta estar preparados para afrontarlos. Debajo de la ira se encuentra el inmenso dolor, de sentirse solo y desamparado. Sin embargo en muchas ocasiones la ira se contiene en vez de expresarse.
- Negociación o pacto: Consiste en intentar pactar el dolor a cambio de una buena conducta o premio. La negociación permite aliviar temporalmente el dolor que conlleva el duelo o muchas veces permite a la mente pasar de un estado de pérdida a otro, para hacer una adaptación.

- Depresión: La depresión reactiva puede ser la respuesta del individuo por acumulación de pérdidas a lo largo de su vida. Resulta importante descartar que se trate de un síntoma de enfermedad mental, sino la respuesta natural ante la pérdida.
- Aceptación: comienza la readaptación y curación. Se empieza a vivir de nuevo solo hasta que se le haya dedicado el tiempo correspondiente al proceso de duelo. El individuo vuelve a su vida normal.

El individuo tiene que pasar por las distintas etapas del duelo para poder superar su duelo, sin embargo eso no significa que tenga que mostrar un papel pasivo ante la situación, por el contrario, deberá de llevar a cabo una serie de tareas

## **2.5 Tareas del duelo**

Seguendo a Cabodevilla (2007), realizar las distintas tareas sirve para restablecer el equilibrio y completar el proceso de duelo, entre las cuales se encuentran:

1.- Aceptar la realidad de la pérdida: aceptando que la persona ha muerto, se ha ido y no regresara. Lo cual requiere tiempo pues se necesita una aceptación racional y emocional. Para favorecer este paso es importante acercarse a las evidencias que hagan constatar que el ser querido ha fallecido, tales como ir al cementerio, hablar de la pérdida, contar las circunstancias de la muerte de manera objetiva.

2.- Trabajar las emociones y el dolor de la pérdida: La negación de esta segunda tarea es no sentir, bloquear los sentimientos y negar que el dolor está presente. Por lo tanto lo relevante es que el individuo exprese sus sentimientos y emociones tal cual los experimenta. Cabe destacar que dichas emociones también pueden estar acompañadas por sintomatología física como: trastornos de la alimentación y alteraciones perceptivas como ilusiones o alucinaciones.

3.- Adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente: Por lo regular el familiar no es consciente los roles que realizaba la persona fallecida hasta pasado algún tiempo. Por lo cual el familiar tiene que desarrollar nuevas habilidades y asumir nuevos roles. Es el momento para desprenderse del fallecido sin renunciar a su recuerdo.

4.- Recolocar emocionalmente al fallecido y seguir viviendo: No se trata de olvidar al fallecido sino de darle un lugar en la vida psicológica, dejando espacio para los demás (nuevas relaciones).

Dicho proceso contiene altibajos sobre todo en aniversarios, fechas especiales (navidad, cumpleaños, etc.).

Y aunque sea un proceso en el que este marcado que se tenga que pasar por distintas etapas y realizar distintas tareas no existe un tiempo establecido en el cual se tengan que llevar a cabo cada una de ellas, puesto que el proceso es individual. Por lo cual no es posible saber cuánto tiempo le ha de llevar al doliente superar la pérdida.

## **2.6 Duración del duelo**

Un duelo estará resuelto cuando la persona es capaz de pensar en él, o la fallecida sin dolor, lo que significa que consigue disfrutar de los recuerdos, sin que traigan dolor, resentimiento o culpabilidad. Sin descartar que pueda sentirse triste de vez en cuando, pero lo acepta y además consigue hablar de esas emociones con libertad. (Cabodevilla, 2007)

Si bien es cierto que no existe un tiempo definido de la duración del duelo, puesto que cada persona es diferente y lleva a cabo el proceso de manera individual, entonces dependerá más bien de que el individuo haya pasado por las diferentes etapas que implica el proceso, hasta volver a retomar su vida como era antes. Esto en el caso de los adultos, aunque en el caso del duelo infantil, este suele elaborarse más rápido, debido a que los niños siguen manteniendo sus rutinas (ir al colegio, actividades sociales, actividades deportivas, etc.) y a que ven a la muerte de manera más concreta es decir, les preocupa los ámbitos en los que se ven afectados de acuerdo las actividades que lleva a cabo la persona fallecida.

A pesar de que no exista un tiempo limitado para la resolución del duelo, y que este es un proceso individual, resulta importante contar con la red de apoyo familiar, sobre todo si el deceso se suscitó dentro de este ámbito, pues permitirá al individuo compartir la experiencia dolorosa.

## **CAPÍTULO III. IMPLICACIÓN FAMILIAR EN EL PROCESO DE DUELO**

### **3.1 Aspectos familiares en el proceso de duelo**

Normalmente las pérdidas significativas se originan dentro del ámbito familiar, la cual es definida como “un <<microcosmos social>> - un <<sistema vivo>> lo llaman los sociólogos-que, como todo sistema vivo, tiene un equilibrio que puede ponerse a prueba por cambios que se operan entre su miembros” (Sánchez, 2001, pg. 73). Y donde cada uno de los miembros experimenta el duelo de manera diferente.

Por lo cual de acuerdo a Sánchez (2001) la conducta de cada uno de los individuos en una familia, está relacionada con el comportamiento del resto de los miembros. De tal manera que la muerte de uno de los integrantes constituye un cambio importante, afectando al conjunto del grupo familiar en cuanto a equilibrio y cambios adaptativos en el resto de los integrantes.

Así que la pérdida de uno de los miembros requerirá de una reorganización del sistema familiar para adaptarse a la nueva situación. Walsh y McGoldrick (como se citó en Espina, Gago y Pérez, 1993) describen 4 tareas que la familia debe llevar a cabo:

- 1.- Reconocimiento compartido de la realidad de la muerte. Se favorece con los funerales, el entierro y visitas a la tumba por parte de todos, incluyendo niños.
- 2.- Experiencia compartida del dolor de la pena, expresando libremente todos los sentimientos asociados.
- 3.- Reorganización del sistema familiar asumiendo las funciones del rol del difunto.
- 4.- Establecimiento de nuevas funciones y metas en la vida, lo cual se ve muchas veces dificultado por un sentimiento de lealtad al muerto, el temor a nuevas pérdidas, etc.

#### **3.1.1. Características del sistema familiar**

Aunque todas las pérdidas son significativas en el núcleo de la familia, cabe destacar que la de un hijo y un progenitor son especialmente significativas, pues siguiendo a Espina, Gago y Pérez (1993) la pérdida de un hijo puede ocasionar deterioro en la

relación de parejas, incluso hasta llegar al divorcio. Mismo que a su vez es propiciado por los roles sociales atribuidos al hombre y a la mujer, donde el hombre tiende a ser instrumental y no expresa sus emociones, mientras que la mujer es más expresiva emocionalmente. Debido a esto el hombre se encierra en sí mismo y la mujer muestra depresión y pena, además de sentirse incomprendida.

Por lo cual resulta necesario que ante tal pérdida de un hijo, los padres no descuiden las necesidades de los otros hijos. Sin embargo en ocasiones los padres ven a su otro hijo que está vivo como alguien que sustituirá al hijo fallecido, ocasionando que este último no pueda desarrollar una identidad propia.

Por otra parte, cuando existe la pérdida de alguno de los progenitores lo primero se debe procurar es que algún otro miembro de la familia cumpla con el rol que desempeñaba la persona fallecida, no sin antes tener en cuenta que cada niño respecto a la edad cognitiva en la que se encuentre comprenderá en mayor o menor grado la pérdida, por lo que se deberá actuar con cautela al momento de dar la información, pero sin excluir a los menores de la experiencia de la muerte. Para lo cual se describen a continuación algunas actuaciones a saber por parte de los adultos con los niños.

### **3.1.2. Actuaciones de los adultos en el proceso de duelo con los niños**

Siguiendo a Mesquida, Seijas y Rodríguez (2015) existen ciertas consideraciones que deben de tener en cuenta los adultos para con los menores deudos:

1.- Información: los menores, como cualquier otro miembro de la familia no deben ser excluidos de algo que aunque doloroso también forman parte. Pues apartarlos del hecho, sólo dificultará su proceso de duelo, independientemente de la edad. El primer paso que debe darse es una explicación sincera y objetiva de lo sucedido, así como ofrecer una explicación de lo que ocurrirá en los días posteriores al fallecimiento. De tratarse de una muerte por enfermedad grave, deberá permitírsele al menor participar en los cuidados (con realización de tareas simples, acordes a su edad).

2.- Normalización y mantenimiento de las rutinas: para ayudar a los niños a reponerse de la pérdida de un ser querido es importante que estos retomen lo antes posible sus

actividades diarias como ir a la escuela, la relación con sus amigos, etc. Siempre a un ritmo tolerado por el menor. También se les debe asegurar la continuidad en los cuidados, es decir, que no se realicen cambios en su entorno, tales como mudanzas, cambio de escuela. Así como procurar en lo posible que sigan siendo las mismas personas las que se encarguen de sus cuidados.

3.- Ambiente abierto a la expresión de las emociones y en el que reciban apoyo emocional: se les debe permitir a los niños expresar sus emociones: rabia, ira, tristeza, preocupación, angustia, etc., a fin de que puedan explorarlas y lograr un control sobre ellas. Es importante que los adultos atiendan las emociones de los niños y les transmitan esperanza de recuperación. Es importante también tener en cuenta que los niños deben de tener momentos de descanso para desconectarse un poco del proceso tan doloroso. Una forma de afrontamiento pudiera ser la distracción.

4.- Eliminar el sentimiento de culpa: asegurarse que el menor no se sienta responsable por la muerte del ser querido, así como combatir el miedo que tengan a que otro familiar cercano también muera.

5.- Dejarlos formar parte de los rituales de despedida: siempre y cuando los niños expresen su deseo de asistir al funeral para despedirse del fallecido. Destacando que es importante dar información relevante al menor sobre lo que sucederá en el rito, para que no se lleve sorpresas inesperadas. Se aconseja que en estas situaciones el menor permanezca acompañado de un familiar, mismo que deberá de estar en la entera disposición de resolver sus dudas y preguntas.

6.- Mantener una relación simbólica con el ser querido fallecido: se puede ayudar a los niños a redefinir su relación con el ser querido y a preservar sus recuerdos significativos.

Las pautas descritas con anterioridad sobre las actuaciones de los adultos son relevantes, sin embargo resulta conveniente saber con qué grado de complejidad se les puede hablar a los niños del tema, de acuerdo a su edad, pues la experimentación del duelo en niños y adultos difiere en varios aspectos

## **CAPÍTULO IV. CARACTERÍSTICAS DEL DUELO INFANTIL**

### **4.1 Características del duelo infantil, a diferencia del de los adultos**

De acuerdo a Fonnegra y Jaramillo (2015) el duelo infantil dista mucho del duelo presentado por los adultos.

Por lo regular los adultos esperan que el niño se comporte de la manera en que lo harían ellos, es decir, que entiendan, que sean prudentes, que se comporten como es debido, que lloren cuando toca y que sean fuertes en otros momentos, pero sobre todo que no haga comentarios ni preguntas al respecto. Sin embargo los niños procesan la información en la medida en que crecen y a cada edad requieren nuevas respuestas, debido a que tienen nuevas inquietudes sobre la vida y la muerte. Durante el proceso de duelo a menudo suelen tener expresiones como: dolor de cabeza, dolor de estómago, somnolencia, falta de concentración, manifestación de miedo y el no querer hablar. Las cuales denotan una necesidad de compañía y afecto.

Así mismo, cada niño reacciona de manera diferente ante la noticia de la muerte de un ser querido dependiendo de su edad cronológica, su edad emocional, su personalidad y de lo que considere permitido o censurado en su entorno.

Por tanto el niño puede manifestar su duelo y tristeza mostrándose agresivo o rebelde. También es importante entender que debido a la muerte del familiar las rutinas se modifican y cambian ciertas reglas, originando inseguridades en el menor.

En cuanto a la culpa y los autorreproches, los niños suelen creer que ellos mismos pudieron haber ocasionado la muerte debido a un pensamiento o deseo (pensamiento mágico infantil).

Más específicamente los niños viven su duelo y entienden la muerte de acuerdo a su etapa de desarrollo cognitivo en el que se encuentren y va aumentando el conocimiento conforme a la edad. Para ello se mencionan algunas características en menores desde el nacimiento hasta los 12 años.

#### **4.2 Características del duelo en los niños de 0 a 12 años (entendimiento de la muerte de acuerdo a las distintas etapas del desarrollo del niño)**

Los niños que están en una etapa entre los 10 y 12 años de edad, comprenden la muerte de manera más semejante a la de un adulto, pero no es así para los más pequeños que van adquiriendo mayor entendimiento conforme la etapa cognitiva en la que se encuentren, de acuerdo con Arceo (2013) se divide en las siguientes etapas:

- 0-2 años: La muerte es vista como una separación o abandono, no existe una comprensión racional de la muerte y el menor experimenta desesperación por la interrupción en el cuidado que se recibe. No existe como tal una percepción de muerte pero sí de ausencia de la figura de apego y a medida que el menor se va acercando a los dos años, es más sensible de percibir la ausencia, además de aparecer el temor a que el objeto querido ya no vuelva.
- 2-4 años: En esta etapa cuya característica principal es la búsqueda de independencia el niño cree que la muerte es un suceso reversible o solo temporal, la percibe como un castigo y además se tiene la idea de que el haber tenido pensamientos negativos hacia la persona fallecida fue lo que pudo ocasionar la muerte (culpabilidad).
- 5-8 años: En esta etapa los niños son susceptibles a los mensajes no verbales que les transmitimos, a esta edad ya son capaces de entender que la muerte es definitiva e irreversible y de demostrar un razonamiento concreto de con capacidad de comprender la relación causa-efecto.
- 9-11 años: En esta etapa en la que están a punto de entrar a la adolescencia, ya comprenden mucho mejor que la muerte es un suceso irreversible, inevitable, universal. Además muestran un pensamiento más abstracto y filosófico. Una de las cosas que más les concierne es cómo se va a ver afectada su vida debido a la pérdida del ser querido.

El entendimiento que tienen los niños sobre la muerte va aumentando conforme a su edad y la etapa cognitiva en la que se encuentren. Sin embargo cabe destacar que la muerte no es la única causa que puede desencadenar un proceso de duelo, también



existen otro tipo de pérdidas significativas que se suscitan a lo largo de las distintas etapas del ser humano.

#### **4.3 Tipos de pérdida en la infancia**

Mendoza (2008) menciona que existen distintos tipos de pérdidas en la infancia, que incluyen desde la pérdida de un diente, un juguete, una mascota o un familiar. Tales pérdidas se ven reflejadas en las distintas categorías:

##### 1.- Relacional:

- Referida a la muerte o ausencia del padre, la madre, abuelos, hermano, amigo, compañero o mascota

##### 2.- Ambiental:

- Fuegos, inundaciones, huracanes y otros desastres naturales.
- Mudanzas, cambio de escuela, cambio de estructura familiar.

##### 3.- Habilidades y destrezas:

- Retrasarse en la escuela
- No ser elegido para algún equipo en la escuela (deportes)
- Sobrepeso, trauma, enfermedad, incapacidad física
- Dislexia, déficit de atención, etc.

##### 4.- Pérdida de futuro/ protección del mundo de los adultos:

- Pérdida del modelo del rol
- Miedo de la escuela como un lugar peligroso
- Falta de motivación para el trabajo escolar
- Elección de la violencia como una forma de solucionar problemas

##### 5.- Objetos externos: incluyen la pérdida de un juguete u objeto favorito

##### 6.- De sí mismos:

- Pérdidas de partes físicas del cuerpo (diente, brazo)
- Pérdida de autoestima; por abuso físico, sexual o emocional

## 7.- Hábitos:

- Chuparse el dedo, comerse las uñas, enredarse el pelo en los dedos
- Cambio de patrones alimenticios o rutinas diarias
- Empezar o terminar la escuela

A su vez estas pérdidas pueden ocasionar distintas secuelas en los niños. Tal como menciona Arceo (2013):

- Padres: En el caso de la muerte de uno de los padres, el niño experimenta privación amorosa, inseguridad, desprotección y falta de apoyo. Si el padre muere, entonces la madre se ve obligada involuntariamente a alejarse para buscar trabajo, por lo cual deja el cuidado del menor a alguien más como una tía, abuela o niñera, lo cual significa una doble pérdida para el niño.
- Hermano: Davies (como se citó en Arceo, 2013) destaca que la pérdida de un hermano puede traer secuelas entre las cuales:

1.- La muerte de un hermano durante la infancia tiene implicaciones a largo plazo desde 7 hasta 9 años después.

2.- La muerte de un hermano no es un hecho aislado que los niños olvidan en poco tiempo, sino que deja secuelas para la vida adulta.

3.- Entre más fuerte y cerca haya sido la relación entre hermanos, mayores efectos tendrá.

A través de estudios realizados en niños que sufrieron pérdidas de un hermano en la infancia, se notó que el 60% tenían diversos rasgos de conducta, incluso aún tres años después de la muerte: nerviosismo, preferencia por la soledad y ánimo triste con tendencia a depresión

- Mascota: La muerte de una mascota es una de las primeras oportunidades que tienen los adultos para hablar de la muerte con los menores. La cual debe manejarse con cautela y como un ciclo terminado que es parte de un proceso natural. Por lo cual debe darse sepultura, despedirse de ella en agradecimiento

a los momentos felices y pedir perdón si hubo algún mal comportamiento hacía con ella.

Las diferentes pérdidas mencionadas pueden o no desencadenar un duelo, que aunque es un proceso normal es importante siempre estar alerta de que no se trate de un duelo patológico. Lo cual es posible saber si los padres reconocen los signos de alarma en sus hijos.

#### **4.4 Indicadores del duelo complicado infantil**

Para Lacasta y García (como se citó en Moreno, 2016) existen ciertos indicadores, que permiten reconocer un duelo infantil complicado, entre los que se encuentran:

- Llanto frecuente y continuo
- Rabietas y pataletas frecuentes y prolongadas
- Comportamiento más infantil del habitual (pedir ayuda para comer, vestirse o ducharse, utilizar un lenguaje de un bebé, hacer pis por la noche)
- Apatía y desgana. Pérdida de interés por las actividades habituales
- Irritabilidad constante
- Alteraciones del sueño (insomnio, pesadillas y terrores nocturnos)
- Miedo a quedarse solo
- Problemas escolares: por rendimiento escolar, inasistencia, falta de concentración y memorización, entre otras.

El hecho de que pudiera desencadenarse un duelo complicado o no dependerá en gran medida de la red de apoyo del menor. De igual manera, la forma de dar a conocer la noticia de pérdida al menor influirá en su pensamiento y conducta.

#### **4.5 Estrategias para comunicar a un niño la pérdida de un ser querido**

Aunque comunicar la muerte de un familiar no es tarea fácil, menos cuando se trata de dar la noticia a un menor, existen algunas claves para hacerlo, las cuales de acuerdo a Arceo (2013) incluyen:

- 1.- Comunicar la noticia lo antes posible y por medio de una persona con un vínculo afectivo cercano, de ser posible los padres.
- 2.- De asistir al colegio, la institución debe de ser informada para que el equipo docente y psicopedagógico tome las medidas necesarias.
- 3.- La noticia debe darse de forma calmada e ir proporcionando información de manera gradual y respondiendo a las preguntas o dudas del menor.
- 4.- Los niños deben de saber siempre la verdad de lo sucedido, pero deberá abordarse en función de la capacidad emocional y cognitiva que el niño posea.
- 5.- La explicación de la muerte tiene que ser en términos reales, utilizando términos de irreversibilidad, definitiva y final de las funciones vitales. Se pueden dar ejemplos de la naturaleza que el niño haya visto (la muerte de un pájaro, perro, etc.)
- 6.- Es importante compartir creencias religiosas y espirituales con los niños, siempre y cuando primero quede claro la muerte desde el aspecto físico. Debe tomarse en cuenta que los más pequeños no están preparados para ciertos aspectos.
- 7.- Asegurarse de que el menor no muestre sentimientos de culpa y que comprenda que no es responsabilidad de él.
- 8.- Dar tranquilidad, seguridad y protección en especial a los más pequeños, ya que pueden temer a la muerte de otro familiar cercano. Asegurarles que se les va a cuidar.
- 9.- Transmitirles seguridad y confianza sobre la continuidad de sus vidas.
- 10.- a partir de los 6 años los niños pueden participar en ritos funerarios (siempre y cuando así lo deseen). Para lo cual deben tener un abrevé explicación con anterioridad y siempre y cuando vaya acompañado de un adulto.

Además de la red de apoyo familiar y las estrategias de comunicación de pérdida hacia con el menor, resulta importante entre ver que cada ser humano cuenta con distintas estrategias de afrontamiento que le ayudaran en el proceso de superar su duelo.

## **4.6 Estrategias de afrontamiento**

El afrontamiento es definido por Lazarus y Folkman como “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas, externas y/o internas, que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (como se citó en González y López, 2013)

En términos psicológicos las estrategias de afrontamiento están vinculadas directamente con el estrés y están dirigidas a establecer conductas de resolución de problemas para manejar la ansiedad y otros estados emocionales que repercuten negativamente en el individuo. Tales estrategias dependen de factores relacionados con el individuo, entre los cuales están: experiencias individuales, personalidad del sujeto, exigencias del medio ambiente con sus desafíos y presiones sociales.

### **4.6.1 Tipos de estrategias de Afrontamiento**

Lazarus y Folkman (como se citó en González y López, 2013) mencionan dos maneras distintas de afrontamiento, la primera encaminada a manipular o alterar el problema y la otra encaminada a regular la respuesta emocional ocasionada por el problema. Las cuales a su vez se dividen en estrategias específicas:

#### **1.- Centradas en el problema**

- **Confrontación:** dirigidas a las acciones directas para alterar la situación. (ejemplo: me mantuve firme y luche por lo que quería)
- **Búsqueda de apoyo social:** implica buscar la asistencia de terceras personas para encontrar consejos, asesoramiento, asistencia, información, comprensión y apoyo moral.
- **Búsqueda de soluciones:** acciones orientadas a buscar posibles alternativas de solución.

#### **2.- Centradas en la emoción**

- **Autocontrol:** esfuerzos realizados por el individuo para regular y controlar sus sentimientos, acciones y respuestas emocionales.

- Distanciamiento: esfuerzo por parte del individuo por alejarse del problema para que no le afecte.
- Reevaluación positiva: esfuerzos para crear un significado positivo, centrándose en posibles aspectos positivos que tienen una situación estresante.
- Autoinculpación: el individuo asume la responsabilidad de los problemas por medio de autoreproche o autocastigo.
- Escape/ evitación: a nivel conductual implica el empleo de estrategias como beber, fumar, consumir drogas, comer en exceso, dormir más de lo habitual. Y de manera cognitiva a través de pensamientos irreales (desconociendo de esta forma el problema).

Por último, retomando los índices de mortandad en México ocurridos recientemente a causa del sismo del 19 de septiembre, en el que muchas personas quedaron sin vida y muchas otras más tuvieron pérdidas totales de sus hogares y pertenencias. Las personas se vieron afectadas emocionalmente, en especial los niños pudieron experimentar cambios en su salud mental, como el padecimiento de estrés postraumático por las fuertes emociones vividas, incluso el duelo por pérdidas significativas como sus hogares o la vida de algún familiar o amigo. Es por ello que surge la necesidad de incluir la temática del estrés post traumático dado las circunstancias y la cercanía con el tema objeto del presente taller.

## **CAPÍTULO V. TRASTORNO DE ESTRÉS POST TRAUMÁTICO**

Como se mencionó, el sismo del reciente 19 de septiembre, dejó varias muertes y ligado a ello dejó un impacto emocional en niños y adultos. De acuerdo a Wolder (2017) los efectos del sismo se hacen presentes en diferentes aspectos, como el miedo a que pueda volver a ocurrir, la sensación de amenaza continua, la preocupación, paralización, el seguir sintiendo en el cuerpo lo que se vivió. Por lo cual ocurrirán cambios y transformaciones personales dependiendo de los recursos de cada persona y de sus vivencias. Pudiendo aparecer una enfermedad o trastorno ante la situación de estrés emocional, como lo es el trastorno de estrés post traumático.

### **5.1 Definición del trastorno de estrés postraumático**

El trastorno de estrés postraumático (TEPT) implica de acuerdo a Valdivia (2002) la aparición de determinados síntomas tras la exposición a un evento traumático y estresante y donde el sujeto se ve rodeado de circunstancias que presentan un peligro real para su vida o cualquier otra amenaza para su integridad física o es testigo de un acontecimiento donde se producen muertes, heridas o existe una amenaza para la vida de otra persona.

Las principales causas que lo pueden originar son:

### **5.2 Causas**

- Guerras
- Catástrofes naturales
- Muerte o enfermedad de un ser querido
- Ser víctima o presenciar un acto de violencia
- Accidentes automovilísticos o de avión
- Robo violento o donde haya herido o muertos

Al igual que en el duelo complicado, también existen determinados síntomas y signos que permiten reconocer que un menor este pasando por estrés post traumático.

### **5.3 Signos y síntomas**

Para adultos, adolescentes y niños mayores de 6 años, los criterios del DSM-V para el trastorno por estrés post traumático (TEPT) son conforme a la American Psychiatric Association (APA, 2013):

**A. exposición ante la muerte, lesión grave o violencia sexual, ya sea real o amenaza en alguna de las siguientes formas.**

1. Experiencia directa del suceso (s) traumático (s)
2. Presencia directa del suceso (s) ocurrido (s) a otros

3. Conocimiento de que el suceso (s) traumático ha ocurrido a un familiar próximo o a un amigo íntimo. En los casos de amenaza o realidad de muerte de un familiar o amigo, el suceso ha de haber sido violento o accidental.

4. Exposición repetida o extrema a detalles repulsivos del suceso (s) traumático (s) (p. ej., socorristas que recogen restos humanos; policías repetidamente expuestos a detalles de maltrato infantil)

Nota: El criterio A4 no se aplica a la exposición a través de medios electrónicos, televisión, películas o fotografías, a menos que esta exposición esté relacionada con el trabajo.

**B. Presencia de uno (o más) de los síntomas de intrusión siguientes asociados al suceso (s) traumático (s), que comienzan después del suceso (s) traumático (s)**

1. Recuerdos angustiosos recurrentes, involuntarios e intrusivos del suceso (s) traumático (s).

Nota: En los niños menores de 6 años se pueden producir juegos repetitivos en los que se expresen temas o aspectos del suceso (s) traumático (s).

2. Sueños angustiosos recurrentes en los que el contenido y el afecto del sueño está relacionado con el suceso (s) traumático (s)

Nota: En los niños, pueden existir sueños aterradores sin contenido reconocible.

3. Reacciones disociativas (por ej., escenas retrospectivas) en las que el sujeto siente o actúa como si se repitiera el suceso (s) traumático (s). (Estas reacciones se pueden producir de forma continua, y la reacción más extrema es una pérdida completa de conciencia del presente.

Nota: En los niños, la representación específica del trauma puede tener lugar en el juego.

4. Malestar psicológico intenso o prolongado al exponerse a factores internos o externos que simbolizan o se parecen a un aspecto del suceso (s) traumático (s).



5. Reacciones fisiológicas intensas a factores internos o externos que simbolizan o se parecen a un aspecto del suceso (s) traumático (s)

**C. Evitación presente de estímulos asociados al suceso (s) traumático (s), como se pone de manifiesto por uno o las dos características siguientes**

1. Evitación o esfuerzos para evitar recuerdos, pensamientos o sentimientos angustiosos acerca o estrechamente asociados al suceso (s) traumático (s).

2. Evitación o esfuerzos para evitar recordatorios externos (personas, lugares, conversaciones, actividades, objetos, situaciones) que despierten recuerdos, pensamientos o sentimientos angustiosos acerca o estrechamente asociados al suceso (s) traumático (s)

**D. alteraciones negativas cognitivas y del estado de ánimo asociadas al suceso (s) traumático (s), que comienzan o empeoran después del suceso (s) traumático (s), como se pone de manifiesto por dos (o más) de las características siguientes:**

1. Incapacidad de recordar un aspecto importante del suceso (s) traumático (s) (debido típicamente a amnesia disociativa y no a otros factores como una lesión cerebral, alcohol o drogas).

2. Creencias o expectativas negativas persistentes y exageradas sobre uno mismo, los demás o el mundo (p. ej., “Estoy mal”, “No puedo confiar en nadie”, “El mundo es muy peligroso”, “Tengo los nervios destrozados”)

3. Percepción distorsionada persistente de la causa o las consecuencias (s) del suceso (s) traumático (s) que hace que el individuo se acuse así mismo o a los demás

4. Estado emocional negativo persistente (p. ej., miedo, terror, enfado, culpa o vergüenza).

5. Disminución importante del interés o la participación en actividades significativas

6. Sentimiento de desapego o extrañamiento de los demás

7. Incapacidad persistente de experimentar emociones positivas (p.ej., felicidad, satisfacción, sentimientos amorosos)

**E. Alteración importante de la alerta y reactividad asociada al suceso (s) traumático (s), que comienzan o empeoran después del suceso (s) traumático (s), como se ponen de manifiesto por dos (o más) de las características siguientes:**

1. Comportamiento irritable y arrebatos de furia (con poca o ninguna provocación) que se expresan típicamente como agresión verbal o física contra personas u objetos.
2. Comportamiento imprudente o autodestructivo.
3. Hipervigilancia.
4. Respuesta de sobresalto exagerada
5. Problemas de concentración
6. Alteración del sueño (p. ej., dificultad para conciliar o continuar el sueño, o sueño inquieto)

**F. La duración de la alteración (criterios B, C, D y E) es superior a un mes.**

**G. La alteración causa malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.**

**H. La alteración no se puede atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia (p. ej., medicamento, alcohol) o a otra afectación médica.**

Especificar si:

Con síntomas disociativos: Los síntomas cumplen los criterios para el trastorno de estrés postraumático y, además, en respuesta al factor de estrés, el individuo presenta síntomas persistentes o recurrentes de una de las características siguientes:

1. Despersonalización: Experiencia persistente o recurrente de un sentimiento de desapego y como si uno mismo fuera observador externo del propio proceso mental o

corporal (p. ej., como si se soñara, sentido de irrealidad de uno mismo, o del propio cuerpo o de que el tiempo pasa despacio)

2. Desrealización: Experiencia persistente o recurrente de irrealidad del entorno (p. ej., el mundo alrededor del individuo se experimenta como irreal, como en un sueño distante, distorsionado)

Nota: para utilizar este subtipo, los síntomas disociativos no se han de poder atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia (p. ej., desvanecimiento, comportamiento durante la intoxicación alcohólica) u otra afectación médica (p. ej., epilepsia parcial compleja)

Especificar si:

Con expresión retardada: Si la totalidad de los criterios diagnósticos no se cumplen hasta al menos seis meses después del acontecimiento (aunque el inicio y la expresión de algunos síntomas pueden ser inmediatos).

Dicho trastorno es visto desde diferentes enfoques, donde cada uno atribuye distintas causas a las reacciones del individuo frente a eventos traumáticos, como los condicionamientos o los mecanismos de defensa.

#### **5.4 Modelos explicativos para el Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT)**

Seguendo a Valdivia (2002), destacan los siguientes modelos a saber:

- Modelo psicoanalítico

Donde el trauma vivido implica la ruptura de los mecanismos de defensa del ego y la movilización de una serie de defensas psicológicas como la repetición compulsiva, la negación, la disociación, proyección e identificación con el agresor.

- Modelo del aprendizaje social

Enfocado a un condicionamiento clásico e instrumental. En el primero el evento traumático actúa como estímulo no condicionado que desencadena una respuesta (refleja no condicionada) de miedo extremo y percepción cognitiva de indefensión. Las

señales cognitivas, afectivas, fisiológicas y ambientales que acompañan al evento traumático se convierten en estímulos condicionados que desencadenan respuestas condicionadas conocidas como síntomas del TEPT. El condicionamiento instrumental lleva a que el niño aprenda a que dichas manifestaciones se reduzcan evitando situaciones.

- Modelo neurobiológico

Existen diversas interacciones nivel neurobiológico relacionadas con la exposición de un evento traumático. En primer lugar la respuesta inicial de hiperactivación estaría dada por una señal de alarma que activará el sistema simpático preparando al menor, para correr. En caso de persistir la amenaza traumática y el niño no cuenta con ayuda, entonces su respuesta pasara a un estado de inmovilización, y finalmente, a la disociación, que es la respuesta de derrota donde el menor presenta ausencia de reactividad emocional, indiferencia al mundo externo acompañada de evitación, embotamiento, ensoñación diurna y fantasías.

Para aquellas personas que han pasado eventos traumáticos y sufren el trastorno de estrés post traumático, es difícil saber en cuanto tiempo se van a recuperar, puesto que al igual que las personas que pasan por un proceso de duelo, depende más bien de las características de cada individuo, que haya pasado por eventos similares, de la red de apoyo y de las estrategias de afrontamiento que lleve a cabo.

## **5.5 Duración**

Sin embargo, de acuerdo a Montt y Hermosilla (2001) los síntomas de las personas con estrés post traumático pueden aparecer meses o años después del trauma. Dependiendo de la severidad, tipo de estresor, de su cronicidad, de las características del individuo y de sus experiencias previas, así como la red de apoyo social, la presencia de estresores asociados y los sucesos posteriores al evento. Regularmente el estrés más severo tiene un curso más prolongado.

Cabe destacar que ante la magnitud del desastre ocurrido por el sismo del 19 de septiembre muchos niños que se encontraban tanto en las escuelas como en sus casas

podieron verse afectados de manera emocional y donde los padres juegan un papel muy importante como red de apoyo para los niños.

### **5.6 Actuaciones de padres con los niños respecto a la situación de sismo**

Aunque los adultos se encuentren igual de consternados que los niños, es importante hacer énfasis en los menores, pues en muchas ocasiones y dependiendo la edad del niño, estos ni siquiera se imaginan que fue lo que ocurrió con exactitud, o se quedan con el temor de la inseguridad de que vuelva a suceder o la manera en que se verán afectados, por lo cual de acuerdo a Rodríguez, Davoli y Pérez (2006) se muestran algunas recomendaciones a seguir

#### 1. Hablar sobre lo ocurrido:

Debido a que la confusión y desorientación de los niños, es importante hablarles de lo sucedido de acuerdo a su capacidad de comprensión, los mensajes deben ser claros y adaptados a su edad. Es necesario explicar la naturaleza de lo ocurrido, las causas y la realidad de la situación existente.

#### 2. Dedicar tiempo y paciencia:

El proceso de recuperación emocional de los menores ante una situación de desastre requiere de sensibilidad y sobre todo paciencia. Esperando que poco a poco vaya disminuyendo la inseguridad, los temores y la aflicción.

#### 3. Proveer seguridad y confianza:

Los niños obtienen seguridad de los espacios físicos conocidos. Sin embargo si fueron destruidos es conveniente buscar otro espacio donde se sientan tranquilos y en confianza. También es importante hablarles sobre las medidas de seguridad, de manera que les permita recobrar la confianza en sí mismos.

#### 4. Restablecer rutinas:

Es recomendable reestablecer rutinas hogareñas y escolares, para recobrar la estabilidad emocional. De igual manera resulta importante la ocupación productiva del tiempo libre, de ser posible agrupando los niños en conjunto para desarrollar actividades acordes a su edad.

5. Expresión de sentimientos, pensamientos y recuerdos:

Se recomienda la tolerancia y comprensión con el relato y la expresión de los sentimientos de los menores, Procurando no incentivar el olvido o impedir el llanto u otras emociones. Se debe escuchar con atención las veces en que el niño quiera relatar lo sucedido, así como de lo que piensa al respecto. Aunque no es necesario hacerlos hablar al respecto si ellos no lo desean o no lo hacen de manera espontánea.

Para ciertas alteraciones en la conducta de los menores, se hacen ciertas recomendaciones a los padres. (Véase tabla 1)

*Tabla 1. Actuaciones de los padres*

Alteración observada	Consejo a los padres
Trastorno de sueños	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tranquilícelos</li> <li>• Firmeza sobre la hora de dormir</li> <li>• Acompáñelos un rato</li> <li>• Luz tenue prendida</li> <li>• Acuda si se despierta por completo (pesadilla), tranquilícelo; si lo recuerda al día siguiente, hablen de la causa del temor. Si no se despierta por completo (terror), no lo despierte, pues no lo recordara al día siguiente.</li> </ul>
Apego excesivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tranquilícelo</li> <li>• Permítale la cercanía física y consiéntalo</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prepara al niño cuando haya separación (a donde va, cuando regresa), asegúrele compañía</li> </ul>
Incontinencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evite el castigo o la burla</li> <li>• Cambie las ropas y tranquilícelo</li> <li>• Limitación de líquidos en la noche</li> <li>• Llévalo al baño antes de dormir y en el curso de la noche</li> <li>• Resalte satisfacción cuando no se orine (dígaselo, anote en un calendario los días en que no se orina)</li> <li>• Luz tenue prendida</li> </ul>
Problemas escolares	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Busque la rápida reinserción escolar</li> <li>• No lo castigue por las deficiencias, pero sí prémíelo por cualquier adelanto</li> <li>• Busque normalizar la vida en el hogar</li> <li>• Manténgase firme sobre un horario racional para estudiar</li> </ul>
Ansiedad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tranquilícelos</li> <li>• No les transmita la ansiedad de los adultos</li> <li>• Explicaciones claras y sinceras sobre la situación pasada y lo presente (evite hablar del futuro incierto)</li> <li>• Explore con el niño estrategias de manejo (respiración, ejercicios)</li> </ul>
Agresividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De ejemplo de control</li> <li>• No castigue físicamente ni con gritos (es mejor la indiferencia o actitud neutra)</li> <li>• Aclare firmemente que no se permitirá la agresión a otros</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Declare la tregua: haga caso omiso de la agresión, pero exija aislamiento en sitio supervisado por poco tiempo, “ hasta que te puedas controlar”</li> </ul>
Dolores y quejas somáticas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Descarte una afección orgánica (consulte a un servicio de salud)</li> <li>• Establezca relación entre lo que ocurre y los síntomas</li> <li>• No permita la manipulación a través de los síntomas.</li> </ul>
Duelo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permita que el niño perciba su propia tristeza</li> <li>• Permita la expresión libre de sentimientos y recuerdos ( tristeza, ira, culpa) y hable de ello en el grupo familiar</li> <li>• Provea acompañamiento y manifestaciones afectivas.</li> <li>• No oculte la realidad</li> <li>• No fomente la negación, hable de las pérdidas señalando su carácter definitivo, a pesar de lo cual es necesario “seguir adelante” y tratar de normalizar la vida lo más antes posible, lo cual incluyen actividades sociales conjuntas e individuales.</li> <li>• Permita la participación en los ritos de duelo (entierro, evento religioso)</li> </ul>

La tabla 1 fue obtenida de la Guía de Rodríguez, J., Davoli, M., Z y Pérez, R. (2006). *Guía práctica de salud mental en situaciones de desastres*. Serie Manuales y Guías sobre desastres.



## **CAPÍTULO VI. MARCO METODOLÓGICO**

### **6.1 Justificación**

El tema de la muerte suele ser un tema tabú entre las personas, debido al temor que se le tiene, las personas prefieren no hablar al respecto y mucho menos con los niños. Sin embargo la muerte es un hecho inevitable, al cual todas las personas han de enfrentarse en más de una ocasión, y los niños no están exentos. De acuerdo a Hoyos (2015) la mayoría de los niños perderán a alguno de sus abuelos a lo largo de su infancia, y hasta el 3.5 – 4 % a uno de sus progenitores o hermanos, según las estadísticas a escala mundial. Por lo cual algunos individuos experimentan la muerte de un familiar durante la infancia, otros tendrán su primera experiencia con el fallecimiento de una mascota o con otro tipo de pérdidas. Pero no cambia el hecho de que los niños a pesar de su corta edad sufran una etapa de duelo, distinta a la de los adultos y no por eso menos importante, ya que la experimentarían de acorde a su etapa de desarrollo cognoscitivo.

En épocas anteriores era habitual que la muerte fuera mucho más pública de lo que es ahora. La gente solía morir en sus casas, entre familia, amigos y vecinos, el enfermo se reparaba conscientemente y lucidamente. Hoy, sin embargo, ha cambiado la forma de morir, se prefiere en general una muerte rápida, instantánea, sin darse cuenta uno que se muere. La muerte que se desea es la que no turba, la que no pone en compromiso a los supervivientes. (Cabodevilla, 2007)

De acuerdo a Gómez (2007) la presencia de los niños al lado del moribundo, en épocas anteriores era de vital ayuda para comprender lo sucedido y elaborar más sanamente la pérdida. Ahora las muertes suceden en los hospitales, impidiendo que el niño vea al familiar muerto.

Muchas veces estas actuaciones de los adultos de ocultar los hechos, conllevan al niño a tener confusiones sobre la muerte del familiar y hasta la generación sentimientos de culpabilidad (dependiendo de la edad del niño). Lo cual de acuerdo a Gómez (2015) suele ser una experiencia confusa y complicada, hasta el grado en que un 40 % de los niños

puede padecer un trastorno hasta un año después de sucedida la pérdida o desencadenar en un duelo patológico.

Es por ello que resulta de vital importancia que se hable sobre el tema de la muerte a los niños, para que disipen sus creencias, conozcan las etapas del duelo y sepan reconocer y expresar sus emociones.

## **6.2 Planteamiento del problema**

De acuerdo a Gorosabel y León (2016), los adultos suelen creer que los niños no tienen herramientas cognitivas y emocionales necesarias para enfrentarse a una pérdida. Pero tales creencias son erróneas y los niños podrían beneficiarse de un entorno donde se les hable con naturalidad de la muerte. Para ello la familia tiene un papel importante, debido a que es uno de los contextos principales donde los niños se enfrentarían a dicha situación.

Siguiendo a López y Expósito (2016) son varios los autores que se encuentran a favor de la impartición de una pedagogía de la muerte (Oscar Jara, 2001, Joan Carles, POCH, 2005, Jean Piaget, etc.). Sus artículos hablan de la necesidad existente de sociedad de naturalizar la muerte. Todos coinciden en que la educación no sólo debe impartirse por profesionales, sino que la familia debe apoyarlo y educarlos también (Kubler-Ross, 2005), “Si los adultos fuéramos más sinceros, (...) si no tuviéramos vergüenza de llorar o de expresar nuestro enfado y nuestra rabia, y si no intentáramos escudar a nuestros hijos ante las tormentas de la vida y las compartiéramos con ellos, entonces los niños de la próxima generación no tendrían un problema tan grave como la muerte y el hecho de morir” (Kubler-Ross, 2005). Esto nos ayudaría a superar los duelos a tomar la muerte como un proceso natural e irremediable (Rodríguez y Goyarrola, 2012). “En la medida en que la muerte es vivida y no negada, el duelo no es más fácil de elaborar, sino que se puede convertir en una experiencia de crecimiento y humanización” (Bermejo, 2003)

Debido a que la familia está en el deber de hablar sobre el tema a los niños, es importante que los padres también estén preparados para dar a sus hijos una información adecuada

sobre un tema básico, como lo es la muerte, para lo cual es importante hacerlo de manera adecuada, pues de lo contrario puede generar confusión al menor.

Por lo cual surge la siguiente interrogante ¿Cuáles son los efectos de implementar un taller a nivel preventivo sobre la muerte, en las creencias y emociones de los niños y sus padres?

### **6.3 Objetivo general**

Generar en niños y padres de familia la comprensión del tema de la muerte y los aspectos que la rodean: duelo, etapas, tareas, características, pérdidas. A través de un taller a nivel preventivo para que puedan ver la muerte de una forma natural.

#### **6.3.1 Objetivos específicos**

- 1.- Identificar las creencias que tienen los niños respecto al tema de la muerte
- 2.- Identificar las creencias que tienen los padres respecto al duelo infantil debido a la muerte
- 3.- Proporcionar a los niños herramientas y estrategias para reconocimiento y manejo de emociones en caso de pérdidas significativas.
- 4.- Proporcionar a los padres herramientas y estrategias para comunicar pérdidas a los menores y dar acompañamiento en caso necesario.

### **6.4 Variables**

Variable independiente: taller preventivo “educar para la muerte”

Variables dependiente: creencias sobre la muerte/duelo y emociones

#### **6.4.1. Definición conceptual**

Creencia: “Completo crédito que se presta a un hecho o noticia como seguros o ciertos”  
(Real Academia Española)

Taller: De acuerdo a Maya (1996) es aquella reunión donde los participantes se unen, ya sea en pequeños grupos o equipos para hacer aprendizajes prácticos acorde a los objetivos propuestos y al tipo de asignatura.

#### **6.4.2 Definición operacional**

Creencias: Las respuestas obtenidas a través del instrumento “redes semánticas”

Taller: A través de la reunión de varias personas que trabajarán en conjunto (equipos o parejas) para adquirir un nuevo aprendizaje en torno al duelo. Relacionando la teoría con la práctica, permitiendo a los participantes adultos obtener conocimientos y habilidades relevantes respecto al duelo, tal como su definición, sus etapas, sus tareas, estrategias de comunicación de pérdidas, etc., de igual manera permitirá a los menores conocer el concepto de duelo, las etapas, tareas y expresión de emociones a través de una serie de dinámicas que incluyen: juegos de mesa, cuentos, videos, etc.

#### **6.5 Muestra y sujetos**

Se utilizó una muestra no probabilística debido a que se trató de un estudio con un diseño de investigación exploratorio, con sujetos que participaron de manera voluntaria en el taller, ya que de acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2006) en este tipo de muestra, no se buscan resultados que obedezcan a diferencias individuales, sino a las condiciones a las que serán sometidos.

Los sujetos fueron los voluntarios de una comunidad ubicada en San Andrés Jaltenco, Estado de México (hombres y mujeres), con sus respectivos hijos, con edades oscilantes entre los 6 y los 11 años.

Criterios de inclusión:

- Niños con edades entre los 6 y los 12 años
- Niños que quieran participar de manera voluntaria y que sus padres estén de acuerdo
- Padres de los niños que quieran participar de manera voluntaria en el taller

Criterios de exclusión:

- Niños con edades que no se encuentren dentro del rango (6-12 años)
- Niños que no quieran participar en el taller
- Niños que quieran participar, pero cuyos padres no estén de acuerdo

## **6.6 Tipo de investigación**

De tipo exploratorio- descriptivo. Exploratorio porque permite examinar un problema de investigación poco abordado con anterioridad. Debido a que se ha realizado una revisión bibliográfica respecto a la muerte y el duelo al tema y se ha encontrado que mayoritariamente ha sido abordado de manera teórica, pero escasamente manera empírica. Y descriptivo porque se centra en medir con la mayor precisión posible, en este caso, las creencias o conocimientos que poseen los individuos respecto a la muerte y el duelo.

## **6.7 Diseño**

Se realizó un pre experimento, el cual de acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2006) son llamados así porque su grado de control es mínimo. Del cual a su vez se derivan los estudios de caso con una sola medición y los de preprueba –postprueba con una solo grupo, este último consiste en que al grupo le es aplicado una prueba previa al estímulo o tratamiento, después se le administra el tratamiento y finalmente se le aplica una prueba posterior al tratamiento. Este diseño permite tener un punto de referencia inicial para ver qué nivel tenía el grupo en las variables dependientes ante el estímulo.

Para la realización de la presente investigación se realizó una preprueba a los participantes (con el instrumento de redes semánticas), la cual sirvió para conocer sus creencias con respecto a la muerte, luego de ello se realizó la intervención con un taller donde se abordaron temáticas en torno al duelo infantil por muerte y posterior a ello se aplicó la postprueba a los participantes para conocer los efectos del taller, es decir de qué manera se habían visto modificadas sus creencias respecto a la muerte.

## DISEÑO DEL TALLER

El enfoque cognitivo, de acuerdo a Almenara (2008) muestra un énfasis en las creencias personales, las actitudes, las expectativas, las atribuciones y otras actividades cognitivas para procurar entender y predecir la conducta.

En base a este enfoque es sustentado el taller, puesto que en primera instancia es importante conocer las creencias de los participantes respecto a la muerte, para que estas puedan ser modificadas y se pueda comprender la muerte como un hecho natural.

### Ficha técnica

<b>Nombre del taller</b>	Educando para ver la muerte de forma más natural	
<b>Objetivo General</b>	Generar en niños y padres de familia la comprensión del tema de la muerte y los aspectos que lo rodean: duelo, etapas, características, pérdidas. A través de un taller a nivel preventivo para que puedan ver la muerte de una forma más natural.	
<b>Objetivos específicos</b>	1.- Identificar las creencias que tienen los niños respecto al tema de la muerte. 2.- Identificar las creencias que tienen los padres respecto al duelo infantil debido a muerte. 3.- Proporcionar a los niños herramientas y estrategias para reconocimiento y manejo de emociones en caso de pérdidas significativas. 4.- Proporcionar a los padres herramientas y estrategias para comunicar pérdidas a los menores y dar acompañamiento en caso necesario.	
<b>Temáticas a abordar</b>	<b>Padres:</b> <i>Sesión 1</i>  Estrés post traumático, definición, síntomas, actuaciones de los padres,	<b>Niños:</b> <i>Sesión 1</i> Experiencias del sismo, Creencias en torno a la muerte y experiencias.  <i>Sesión 2</i>

	<p>Creencias/ características del duelo infantil, duelo, etapas del duelo, tareas del duelo,</p> <p><i>Sesión 2</i></p> <p>Entendimiento de la muerte acorde a la edad del niño, tipos de pérdida en la infancia, indicadores del duelo infantil complicado, estrategias para comunicar la pérdida.</p>	<p>Términos de universalidad, irreversibilidad y causalidad de la muerte.</p> <p><i>Sesión 3</i></p> <p>El duelo (definición) y sus etapas</p> <p><i>Sesión 4</i></p> <p>Reconocimiento y expresión de emociones.</p>
<b>Población objetivo</b>	Niños y padres de familia de la comunidad ubicada en San Andrés Jaltenco, estado de México.	
<b>Periodo de realización</b>	19 octubre-26 de octubre de 2017	
<b>Duración</b>	60 minutos por sesión Sesiones para padres: 2 Sesiones para alumnos: 4	
<b>Materiales y herramientas a utilizar</b>	Espacio amplio con buena iluminación y ventilación, sillas, laptop, televisión, bocinas. _instrumento impreso (redes semánticas) presentación PowerPoint, videos, películas, cuentos, cartulinas, marcadores, hojas de papel, juegos (sopa de letra, Memorama).	
<b>Cierre del taller</b>	Realización del post test, agradecimientos y entrega de reconocimientos por asistencia al taller.	

## **Instrumento**

### **Redes semánticas**

Este modelo y su técnica requieren que los individuos partan de un concepto central (nodo) y produzcan una lista de definidoras, a cada una de las cuales se les asigna un valor (peso semántico) por su importancia como definidoras del concepto.

Con base en esta lista, y a los valores asignados a las definidoras (jerarquía), se logra tener un mapeo de la organización de la información en memoria (Mora, Palafox, Valdez y León, 1984), puesto que uno de los postulados básicos de las redes semánticas es que debe haber alguna organización interna de la información contenida en la memoria a largo plazo, en forma de red, en donde las palabras o eventos forman relaciones las cuales como conjunto dan el significado. (Reyes, 1993)

De acuerdo a Reyes (1993) la red semántica de un concepto es la unidad fundamental de la organización cognoscitiva compuesta de elementos afectivos y de conocimientos que reflejan la imagen del universo que tiene la persona y su cultura subjetiva.

Para identificar los indicadores o creencias que la población meta tiene en torno al constructo de interés “la muerte” se hará uso de las redes semánticas con base a tres estímulos: pensamientos respecto a la muerte, sentimientos respecto a la muerte, lo que hago cuando pierdo algo importante en mi vida.

### **Descripción del taller**

Para la presente investigación se pretendía un taller dirigido exclusivamente a niños, sin embargo dada la delicadeza del tema, no se podía excluir a los padres, puesto que ellos forman parte del contexto familiar de los menores y son quien dan acompañamiento ante situaciones difíciles. Por lo cual el taller se dividió en dos partes, por un lado se trabajó exclusivamente con los papás y por otro exclusivamente con los niños, sin embargo aunque se llevó a cabo de forma separada los temas abordados tuvieron relación estrecha con respecto al duelo, sus etapas y los términos de universalidad, irreversibilidad, causalidad y no funcionalidad de la muerte,



Dirigido a padres, se abordaron 2 sesiones de 60 minutos cada una.

### Sesión 1

En la primera sesión se realizó una presentación entre los padres de familia (presentación cruzada) para conocer sus nombres y expectativas respecto al taller, también se dieron a conocer los objetivos y temáticas a abordar. Posterior a ello se les aplicó el instrumento “redes semánticas” a fin de profundizar en las creencias que tienen sobre el tema la muerte. Antes de abordar la temática del duelo se realizó una breve introducción sobre el trastorno del estrés postraumático (TEPT) (debido al sismo del pasado 19 de septiembre), donde se dio a conocer la definición del TEPT, sus causas, signos y síntomas, así como actuaciones de los padres hacia con los menores. Después mediante la dinámica “papa caliente” se abordarán las creencias que los padres tienen respecto al duelo infantil. Luego mediante una lluvia de ideas se dio a conocer a los padres la definición del proceso de duelo. Posteriormente fue proyectado los fragmentos de la película “posdata te amo” donde se dio a conocer de las etapas de duelo, y las tareas del duelo mediante una exposición” y finalmente se dio un repaso general de lo visto en la sesión

Para la segunda sesión se habló del entendimiento de la muerte en niños acorde a su edad, luego mediante una “sopa de letras” los participantes conocieron los tipos de pérdida en la infancia, y a través del juego “Memorama” adaptado, los padres comprendieron los indicadores del duelo infantil complicado, por último se abordaron las estrategias para comunicar pérdidas a los niños y se realizó la aplicación del post-test.

### **Dirigido a niños, se abordaron 4 sesiones de 60 minutos cada una**

#### Sesión 1

Se realizó una presentación entre los compañeros y la ponente, a través de la dinámica “ensalada de frutas” a fin de conocer nombres, edad y expectativas hacia el taller, se dieron a conocer los objetivos y temáticas del taller. Así mismo se procedió a aplicar el pre-test “redes semánticas” para conocer las creencias sobre la muerte que tenían los niños, luego mediante la realización de un dibujo se conocieron las

experiencias/creencias de los niños referidas a la muerte, así como lo ocurrido el día de la situación de sismo. Por último se realizaron ejercicios de relajación muscular a fin de disminuir tensiones en los niños.

## Sesión 2

Se comenzó con una dinámica de activación “estatuas”, luego a través de la lectura del cuento “cuando la tierra se movió” (Martínez, Sepúlveda y Culaciati, 2010) se explicó a los niños lo sucedido con la tierra en el sismo del 19 de septiembre. Después se abordó la temática “ciclo vital” donde se pretendió que los niños comprendieran los conceptos de universalidad e irreversibilidad. Finalmente A través de un cuento (no es fácil pequeña ardilla) se les explico las etapas de duelo y finalmente se concluyó con ejercicios de respiración profunda.

## Sesión 3

Se comenzó con una dinámica de apertura, para posteriormente abordar uno de los aspectos de la muerte, la causalidad, a través de “el árbol genealógico”. Luego de ello se proyectó a los niños fragmentos de la película “el rey león” donde se abordó la temática de la muerte (no funcionalidad). Y se concluyó con un ejercicio de respiración profunda.

## Sesión 4

A través de la dinámica “preguntas y respuestas” se resolvieron las dudas que hasta el momento tuvieron los menores. Posterior a ello se procede a la realización de la “obra artística” cuya finalidad fue que los niños expresen y reconozcan sus emociones. Luego los niños realizaron una carta de despedida dirigida a algún familiar o mascota fallecida. Por último se hicieron ejercicios de respiración y se aplicará el instrumento “redes semánticas” a fin de conocer el concepto de muerte en los niños, posterior al taller.

## **Escenario**

Dadas las condiciones de realizar el taller de manera comunitaria, se adaptó un espacio dentro de una casa, utilizando el área de la sala la cual contaba con buena iluminación, espacio suficiente para los participantes, mesas y sillas. De igual manera fue utilizado el

patio para realizar algunas actividades con los menores, el cual era amplio, con buena iluminación y ventilación. En la comunidad de san Andrés Jaltenco, Estado de México.

### **Procedimiento**

Se contactó a los padres de familia de manera personal, haciéndoles la invitación a participar en el taller (padres e hijos), dándoles a conocer los objetivos que se persiguen, así como su justificación. Y se acordaron las fechas y los horarios factibles en que los participantes asistieron.

En la primera sesión con los niños se realizó un pre-test, utilizando el instrumento “redes semánticas” y se conocieron creencias de los niños respecto a la muerte y el duelo. Además de las experiencias de los mismos respecto al tema.

En la sesión 2, 3, 4, se realizaron dinámicas donde los niños conocieron más acerca del tema, con respecto a sus creencias, experiencias, las etapas del duelo, etc.

Mientras que en las 2 sesiones con los padres se realizaron dinámicas y exposiciones donde para que los padres conocieron las creencias respecto al duelo infantil, estrategias para comunicar una pérdida, signos del duelo patológico infantil, entre otras.

### **Análisis**

Para la realización del análisis de la información se procedió a registrar los datos obtenidos en Excel, registrando las frecuencias y la jerarquización otorgada a cada una de las palabras generadas por los alumnos. Luego de ello se procedió a la calificación de ellos para lograr los puntajes relevantes: valor J (tamaño de la red), Valor M (peso semántico), conjunto SAM, distancia semántica cuantitativa (DSC).

### **Cartas descriptivas**

Taller para padres:

1ra sesión

Tema	Objetivo	Actividad/ descripción	Material	Duración
Presentación del taller	Dar a conocer los objetivos del taller, temáticas a abordar y los objetivos a alcanzar	“presentación de objetivos”	_lugar espacioso con buena iluminación y ventilación _sillas suficientes	5 minutos
Presentación grupal	Conocer a los participantes y que se conozcan entre si y al ponente.	“presentación cruzada” Hacer parejas y que cada uno presente a su compañero y viceversa, dando a conocer nombre, ocupación y expectativas del taller	_lugar espacioso con buena iluminación y ventilación _sillas suficientes	10 minutos
Aplicación del instrumento:		“Pre test” Se dará a los participantes una lista con frases estímulo: “lo que siento respecto muerte”, “lo que pienso de la muerte” y “lo que hago cuando pierdo algo importante”. Donde deberán colocar palabras que	_lugar espacioso con buena iluminación y ventilación _sillas suficientes _lápices o plumas _Instrumento impreso: redes semánticas (ver anexo 1)	15 minutos

		relacionen con cada frase y luego enlistarlas de acuerdo a nivel de importancia.		
Estrés postraumático	Que los padres conozcan lo que es estrés postraumático, sus causas, signos y síntomas y que hacer al respecto con los niños	_redacción de un cuento (se pretende conocer las pautas de actuación de los padres hacia los niños ante la situación dada, para lo cual se comenzará la redacción de un cuento y ellos continuaran la redacción por equipos acerca de lo que hicieron o se debería de hacer en esos momentos con los niños ante la situación y tras observar una conducta anormal) _Exposición	_lugar espacioso _suficientes sillas _presentación power point (ver anexo 5) _laptop _televisión	15 minutos
Creencias/ características del duelo infantil	Conocer las creencias que los padres tiene respecto al duelo infantil	"Papa caliente" Se formara un circulo con los participantes, luego se ira pasando entre	_lugar espacioso con buena iluminación y ventilación	10 minutos

		ellos una pelota al tiempo que se mencionara “la papa caliente se quema, se quema...” y al que le toque tendrá que expresar una creencia que tenga respecto al duelo infantil. A mismo tiempo que la ponente ira desmintiendo en caso de ser erróneo, diciendo “falso-verdadero” y por qué.	_sillas suficientes _Pelota de esponja _listado de creencias sobre el duelo infantil (ver anexo 2)	
Duelo	Que los padres conozcan el concepto de duelo	“Lluvia de ideas” Los participantes formaran equipos (5 participantes aprox.) y en una hoja anotaran ideas que crean que definen el proceso de duelo. Luego un responsable de cada equipo leerá	_lugar espacioso con buena iluminación y ventilación _sillas suficientes _hojas _plumas _definiciones sobre el duelo (ver anexo 3)	10 minutos

		su definición ante el resto del grupo. Después el ponente procederá a dar algunas definiciones de autores.		
Etapas del duelo	Familiarizar a los participantes con las etapas del duelo infantil	“película: posdata te amo” Se pasaran fragmentos de la película, donde se visualicen las diferentes etapas del duelo por las que la protagonista de la película pasa, a fin de que los participantes puedan conocer las distintas etapas de acuerdo a la doctora Elizabeth Kubler: negación, ira, negociación, depresión y aceptación.	_ lugar espacioso _ sillas suficientes _ televisión (para proyectar) _ laptop _ bocinas _ mesa _ fragmentos de la película: posdata te amo (ver anexo 4)	25 minutos
Tareas del duelo	Que los participantes conozcan las tareas que se tienen que llevar a cabo en el	Exposición	_ televisión _ lugar espacioso _ sillas suficientes	5 min.

	proceso de duelo		_presentación en PowerPoint (ver anexo 5) _laptop _bocinas _mesa	
cierre	Dar un repaso de manera general de lo abordado en la sesión y animara los padres a asistir a la siguiente sesión			5 min
Sesión 2				
Entendimiento de la muerte en niños (0-12 años)	Que los participantes conozcan cómo va evolucionando el concepto de muerte en los menores acorde a su edad	“Exposición”	_lugar espacioso _presentación en PPT (ver anexo 5) _laptop _televisión	5 min
Tipos de pérdida en la infancia	Que los padres conozcan los tipos de pérdidas que pueden originar un proceso de duelo en los menores	“Sopa de letras” Se formaran equipos de 3 integrantes y se proporcionara a los equipos una hoja en la que tendrán que jugar a sopa de letras para encontrar las palabras que definen los distintos tipos de pérdidas que se pueden	_lugar espacioso con buena iluminación y ventilación _sillas suficientes _hojas impresas con la sopa de letras (ver anexo 6)  _colores o plumas	15 minutos



		tener en la infancia (padre, diente, juguete, etc.).		
Indicadores del duelo infantil complicado	Conocer los signos de alarma ante un duelo complicado	“Memorama” Formar equipos de 4 integrantes y repartirles un Memorama adaptado con dibujos que representen los signos de alarma en un duelo (llanto frecuente, rabietas, falta de concentración, etc.). Los participantes voltearán al reverso y revolverán las fichas, luego tendrán que encontrar las imágenes pares.	_lugar espacioso con buena iluminación y ventilación _sillas suficientes para jugar al Memorama (adaptado) (ver anexo 7)	10 minutos
Estrategias para comunicar la pérdida		Exposición	_lugar espacioso _sillas _bocinas _presentación en power point (ver anexo 5) _laptop _televisión (para proyectar)	15 min
Cierre del taller	Hacer un recuento de lo	Post test	_lugar espacioso con buena	15 minutos

	visto, aplicar el pos- test Y agradecer a los padres por su participación (entregándoles un reconocimiento)		iluminación y ventilación _sillas suficientes _instrumento: redes semánticas (ver anexo 1) _reconocimiento (ver anexo 8)	
--	--	--	---	--

### Descripción del taller para niños

Numero de sesiones: 4

Duración: 60 minutos cada una

#### Sesión 1

Tema	objetivo	Actividad/descripción	Materiales	duración
Presentación	Conocer a los participantes y que conozcan al ponente, así como las temáticas a abordar y los objetivos que se pretenden.	“ensalada de frutas” El ponente divide al grupo en grupos de frutas (3 o 4) como: peras, manzanas, melones, etc. Luego los niños se sientan en sus sillas formando un círculo, mientras el ponente se pone al centro y dice al nombre de alguna fruta (pera por ejemplo), entonces todas las peras se mueven de lugar, mientras que el ponente toma un lugar, la persona que quedo fuera se presenta diciendo sus nombre, edad, intereses/ gustos y expectativas del	_lugar espacioso, con ventilación y buena iluminación _sillas _plumones	15-20 minutos

		taller y luego menciona otra fruta o también puede mencionar “coctel de frutas y así sucesivamente.		
Instrumento	Conocer el concepto de muerte que tienen los niños	Pre test	_lugar espacioso, con buena iluminación y ventilación _sillas _instrumento impreso: redes semánticas (ver anexo 1)	15 minutos
Creencias/ experiencias	Conocer las creencias y experiencias de los niños respecto a la muerte	“dibujo” Cada niño realizará un dibujo que represente la situación vivida en el sismo y responderá a las preguntas: ¿Qué ocurrió?, ¿Dónde estabas? ¿Qué estabas haciendo y que hiciste en el momento? ¿Qué sentiste? ¿Qué pensaste? ¿Qué escuchaste? (se escogerán a 3 participantes para exponer su dibujo). Luego se les preguntara si alguien tuvo alguna Experiencia respecto a la muerte o pérdida (ya sea la muerte de algún familiar, una mascota, un	_lugar, con buena iluminación y ventilación _sillas _mesa _hojas _colores	20 minutos

		compañero, etc.) y al reverso de la hoja anotar las creencias que tienen respecto al tema de la muerte. La final se les explicará el concepto de duelo		
Cuando la tierra se movió	Que los niños conozcan la causas que originaron el sismo y lo vean como un fenómeno natural	“Cuento”	_lugar espacioso, con buena iluminación y ventilación _sillas _cuento “cuando la tierra se movió” (ver anexo 10)	10 minutos
Cierre	Reducir manifestaciones de tensión: físicas, psicológicas y conductuales	“relajación muscular”	_lugar espacioso, con buena iluminación y ventilación _sillas _grabadora _música de relajación _ejercicios de relajación (ver anexo 1.1.)	5-10 minutos

## Sesión 2

Tema	Objetivo	Actividad/ descripción	Materiales	Duración
Dinámica de activación		“estatuas”	_lugar espacioso,	5 minutos

		Los niños se moverán libremente (moviendo brazos, piernas, cabeza), y cuando el ponente diga una palabra (por ejemplo: paz) todos adoptaran la posición de una estatua que represente dicha palabra.	con buena iluminación y ventilación	
Irreversibilidad/ universalidad	Que los niños conozcan que la muerte es universal (les sucede a todo ser vivo) e irreversible	“Ciclo vital” A través de la explicación del ciclo biológico de la vida	_lugar espacioso, con buena iluminación y ventilación _sillas _cartulina _recortes (ver anexo 9)	10 minutos
Etapas del duelo	Que los niños conozcan las etapas del duelo, así como los sentimientos involucrados	cuento	_lugar espacioso , con buena iluminación y ventilación _sillas _Cuento: No es fácil pequeña ardilla (ver anexo 10)	15 minutos
		Hacer equipos de 3-4 personas y elaborar un mapa mental con las palabras claves referidas a las etapas del duelo	_hojas _lápices colores	15- 20 minutos
Cierre	Disminuir niveles de	Ejercicios de respiración profunda	_lugar amplio, con buena	5 minutos

	ansiedad o angustia	Pedir a los niños traer para la próxima sesión su árbol genealógico (elaborado con la ayuda de sus padres)	iluminación y ventilación _sillas _bocina _música de relajación _ejercicios de relajación (ver anexo 1.1.)	
--	---------------------	--	---	--

### Sesión 3

Tema	Objetivo	Actividad/descripción	Materiales	Duración
Dinámica de activación		“prrr” y “pukutu” Pedir a los niños que imaginen dos pájaros, uno hace “prrr” y otro “pukutu”. Si se menciona “prrr”, entonces todos los participantes se paran de puntitas y deberán mover sus codos de lado a lado, si se menciona “pukutu” todos los participantes se quedan quitos y no moverán ni una pluma.	_lugar amplio, con buena iluminación y ventilación _sillas	5-10 minutos
Causalidad	Que los niños conozcan que toda muerte tiene una causa	“árbol genealógico” Los niños con ayuda de sus papás realizaran (en su casa) con recortes o fotografías de sus familiares, un árbol genealógico de sus	_lugar amplio, con buena iluminación y ventilación _sillas	15 minutos

		antepasados: abuelos, bisabuelos o tíos que ya no estén vivos, poniendo debajo del recorte o foto la causa por la cual fallecieron. Algunos compañeritos expondrán su árbol genealógico al resto del grupo.	_recortes/ _fotografías _hojas _pegamento	
No funcionalidad	Generar en los niños conocimiento de la irreversibilidad y no funcionalidad en torno a la muerte	_Película: “el rey león 1” Proyectar una película a los niños, en la cual sucede la muerte de un personaje de caricatura	_televisión (proyector) _lugar amplio _suficientes sillas _fragmentos de la película “el rey león” (ver anexo)	30 minutos
Cierre		Ejercicio de respiración *Recordar a los niños que para la próxima sesión deberán traer material (cartulinas, plastilina, foami, etc.) para realizar una pequeña obra de arte o manualidad a su gusto.	_lugar amplio, con buena iluminación y ventilación _sillas _mesa	5 minutos

#### Sesión 4

Tema	Objetivo	Actividad/descripción	Materiales	Duración
------	----------	-----------------------	------------	----------

Dudas	Conocer y resolver las dudas que los niños tengan respecto al tema de la muerte	“preguntas y respuestas” Los niños anotaran en un papelito alguna pregunta o duda que tengan respecto a la muerte, (todos los papelitos se doblaran y se meterán en una bolsa de plástico. Luego el ponente ira sacando uno a uno y preguntar al resto del grupo si saben la respuesta, de lo contrario serán resueltas por el ponente.	_lugar amplio, con buena iluminación y ventilación _sillas _papel _lápices	10 minutos
Reconocimiento y expresión de emociones	Que los niños reconozcan sus emociones ante una pérdida	“obra artística” Los niños realizarán una obra artística con material de su agrado (plastilina, cartón, foami, hojas de colores, etc.) que represente sus emociones al momento del sismo (angustia, enfado, tristeza, etc.) y la expondrán ante el grupo diciendo el porqué de su elección y lo que significa para ellos.	_lugar amplio, con buena iluminación y ventilación _sillas _cartón, lápices, hojas de colores, tijeras, foami, etc. (cada alumno traerá el material de su elección)	25 minutos
	Que los niños puedan expresar aquello que no pudieron en su momento ya	“carta” Realización de una carta que exprese lo que quisieran decir y no pudieron en su momento a un	_lugar amplio, con buena iluminación y ventilación _sillas _hojas de colores	10 minutos



	sea a un familiar fallecido, o alguna mascota.	familiar fallecido o una mascota.	_colores _lápices	
Cierre		Aplicación del post-test Y agradecimiento a los niños por su participación en el taller (entrega de reconocimiento)	_aula espaciosa, con buena iluminación y ventilación _sillas _instrumento: redes semánticas (anexo 1) _reconocimiento por su participación en el taller (ver anexo 12)	15 minutos

## Resultados

Una sección del instrumento Redes semánticas fue utilizada para recoger datos sociodemográficos de los participantes, los cuales fueron analizados a través del programa Excel.

### Análisis estadístico descriptivo

La muestra inicial estuvo conformada por 10 padres de familia (80% mujeres y 20% hombres), con edades oscilantes de 26 a 65 años y 9 niños (22% mujeres y 78% hombres), con edades de 6 a 11 años.

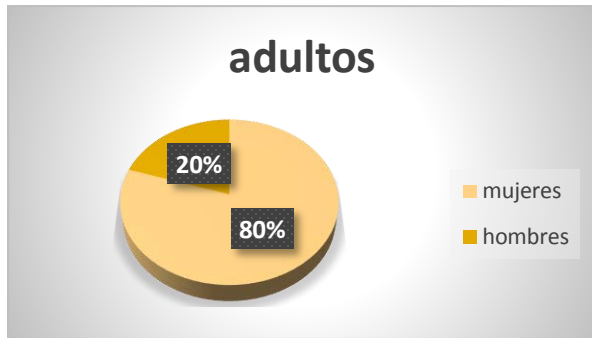


Ilustración 1. Población adulta. Muestra inicial

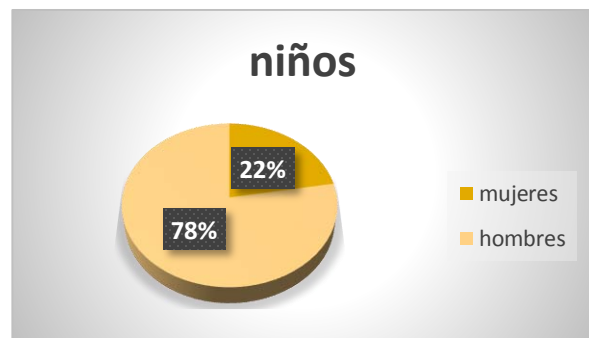


Ilustración 2. Población infantil. Muestra inicial

Mientras que la muestra final, es decir los participantes que se mantuvieron a lo largo de todas las sesiones quedó conformada por 8 madres de familia. Con edades de 26 a 65 años y 4 niños (75% hombres y 25% mujeres), con rangos de edad de 8 a 11 años. De la comunidad de San Andrés Jaltenco Estado de México.

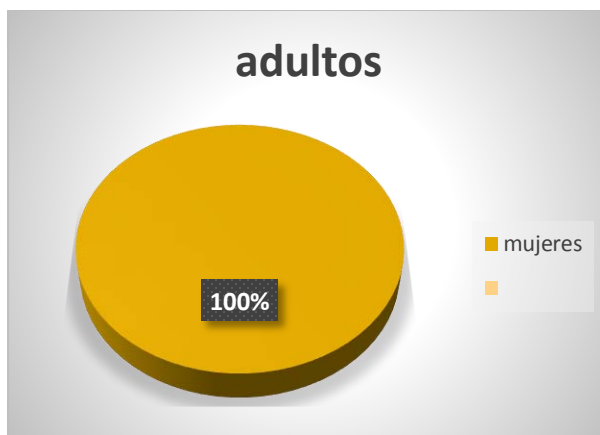


Ilustración 3. Población adulta. Muestra final

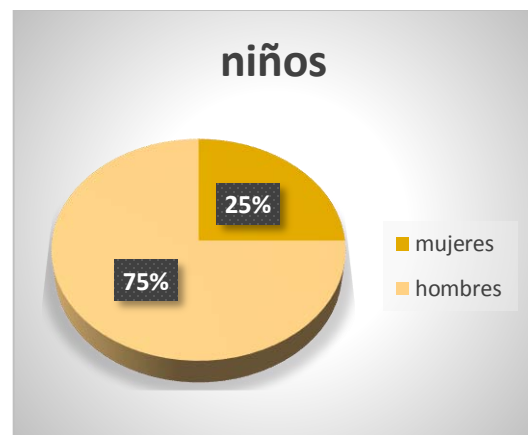


Ilustración 4. Población infantil. Muestra infantil final

## Estímulos

Para conocer las creencias de padres y niños sobre la muerte a través del instrumento redes semánticas, se utilizaron 3 estímulos: que siento ante la muerte, que pienso de la muerte y que hago cuando pierdo algo importante en mi vida. Para el análisis se presentan los resultados de cada estímulo y de manera general (tanto en el pre test como en el post test de niños y adultos) con las siguientes especificaciones:

- Tamaño de la red (TR): “Número total de las diferentes definidoras producidas por los sujetos” (Reyes, 1993)

- **Peso semántico (PS):** “(...) suma de la ponderación de la frecuencia por jerarquización asignada por el grupo donde los unos (más cercanos) son multiplicados por 10, los dos por 9, los 8 por siete (...)” (Reyes, 1993) y así sucesivamente, en las tablas se muestran las definidoras con mayor peso semántico (PS).
- **Núcleo Semántico (NS):** De acuerdo a Reyes (1993) denominado conjunto SAM y que se define de formas menos arbitraria y agregando análisis factorial
- **Distancia Semántica Cuantitativa (DSC):** “(...) se obtiene sumándole al definidor con peso semántico más alto el 100% y produciendo los siguientes valores a través de una regla de tres simple a partir de ese valor” (Reyes, 1993)

Los estímulos utilizados abarcaron las dimensiones: emocional, cognitiva y conductual.

En la tabla 2 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del pre test con los padres cuya muestra inicial fue de 10 padres. Se muestran los resultados por estímulo.

Tabla 2. Pre test (papás). Muestra inicial

ESTIMULO	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	50	118	miedo	100	0
		91	tristeza	77	23
		70	dolor	59	41
		69	angustia	58	42
		16	desesperación	14	86
		15	impotencia	13	87
		10	natural	8	92
		9	soledad	8	92
		9	tiempo	8	92
		6	ganancia	5	95
QUE PIENSO DE LA MUERTE	50	53	dolor	100	0
		48	natural	91	9
		30	todos	57	43
		23	inesperada	43	57
		22	miedo	42	58
		20	ausencia	38	62
		20	etapa	38	62

		17	mala	32	68
		16	fea	30	70
		10	tristeza	19	81
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA	50	113	tristeza	100	0
		50	enojo	44	56
		33	mejorar	29	71
		25	ayuda	22	78
		22	angustia	19	81
		22	dolor	19	81
		22	resignación	19	81
		22	pensar	19	81
		21	desesperación	12	88
		14	miedo	12	88
		14			

En los resultados de DSC de la muestra inicial (ilustración 1) se aprecian las primeras definidoras del núcleo semántico, sobresaliendo el miedo, tristeza, dolor y angustia como sentimientos ante la muerte. Mientras que las definidoras para el área cognitiva son: dolor, natural, todos, inesperada y finalmente en la conducta de los papás ante la pérdida de algo importante en sus vidas se encuentran las definidoras: tristeza, enojo, mejorar, ayuda. (Véase tabla 2)

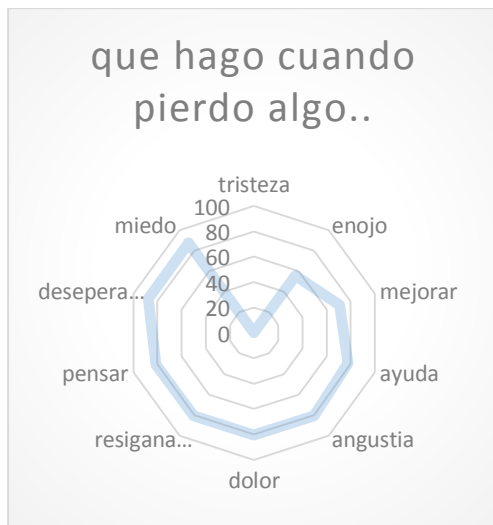
También se puede apreciar que las tres dimensiones evaluadas: emocional (gráfico 1), cognitiva (gráfico 2) y conductual (gráfico 3) tienen en común, el miedo, la tristeza, el dolor. Utilizando la definidora miedo en mayor medida para el aspecto emocional, la tristeza en mayor medida para la conducta y el miedo en el área cognitiva.



Gráfica 1. DSC. Que siento



Gráfica 2. DSC. Que pienso

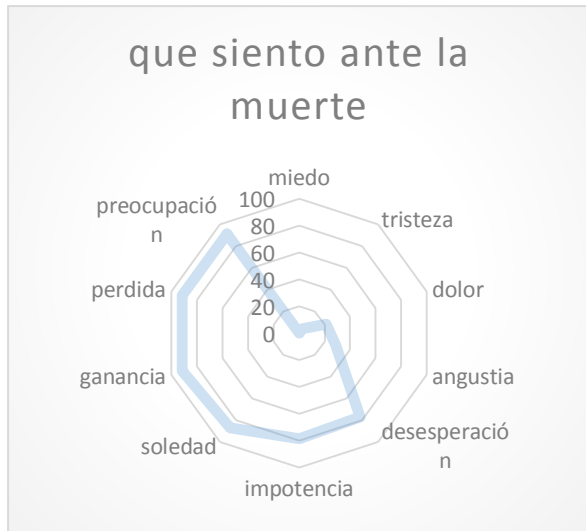


Gráfica 3. DSC. Que hago

En la tabla 3 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del pre test con los padres (muestra final). Cuyos padres asistieron a las dos sesiones del taller (el 80%). Se muestran los resultados por estímulo.

Tabla 3. Pre test (papás). Muestra final

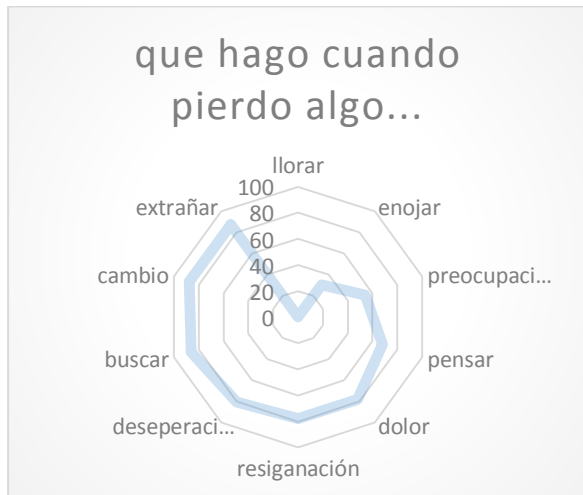
ESTÍMULO	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	40	70	miedo	100	0
		67	tristeza	96	4
		55	dolor	79	21
		50	angustia	71	29
		16	desesperación	23	77
		15	impotencia	21	79
		9	soledad	13	87
		6	ganancia	9	91
		6	perdida	9	91
		6	preocupación	9	91
QUE PIENSO DE LA MUERTE	40	53	dolor	100	0
		39	natural	74	26
		31	todos	58	42
		29	perdida	55	45
		17	inesperada	32	68
		17	paz	32	68
		14	miedo	26	74
		10	paso	19	81
		10	tristeza	19	81
		9	dios	17	83
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA	40	72	llorar	100	0
		50	enojar	69	31
		33	preocupación	46	54
		23	pensar	32	68
		16	dolor	22	78
		16	resignación	22	78
		14	desesperación	19	81
		10	buscar	14	86
		9	cambio	13	88
		9	extrañar	13	88



Gráfica 4. DSC. Que siento



Gráfica 5. DSC. Que pienso



Gráfica 6. DSC. Que hago

En los resultados de DSC de la muestra final (ilustración 3) se aprecian las primeras definidoras del núcleo semántico, manteniéndose en la cima el miedo, tristeza, dolor y angustia como sentimientos ante la muerte (mismas de la muestra inicial). Mientras que en las definidoras para el área cognitiva se mantiene: dolor, natural, todos, y cambia la palabra inesperada por pérdida, de entre las más utilizadas por los participantes. Finalmente en la conducta de los papás ante la pérdida de algo importante en sus vidas se mantienen las definidoras: tristeza, enojo y aparecen la preocupación y el pensamiento. (Véase tabla 3)

También se puede apreciar que las tres dimensiones evaluadas: emocional, cognitiva y conductual tienen en común la tristeza y el dolor. Utilizado la tristeza en mayor medida para el estímulo emocional (gráfico 4) y el estímulo conductual a través de la definidora “llanto” (gráfico 6) y en menor medida para el estímulo cognitivo (gráfico 5). Mientras que el definidor dolor se encuentra utilizada de manera gradual para los tres estímulos, con mayor peso semántico (PS) en el área cognitiva, seguida con menor intensidad en el área emocional y por último en el área conductual. Siendo dolor un definidor más acorde al área emocional.

## POST TEST DE LOS PADRES

En la tabla 4 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del post test con los padres. Se muestran los resultados por estímulo.

Tabla 4. Post test (papás)

ESTÍMULO	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	40	100	miedo	100	0
		67	tristeza	67	33
		63	preocupación	63	37
		55	dolor	55	45
		16	desesperación	16	84
		16	soledad	16	84
		15	impotencia	15	85
		13	perdida	13	87
		6	ganancia	6	94
QUE PIENSO DE LA MUERTE	40	53	dolor	100	0
		41	todos	77	23
		39	natural	74	26
		29	perdida	55	45
		17	inesperada	32	68
		17	paz	32	68
				26	74



		14	desesperación	26	74
		14	miedo	25	75
		13	mala	19	81
		10	tristeza		
QUE HAGO CUADO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA	40	79	tristeza	100	0
		50	enojo	63	37
		29	desesperación	37	63
		29	pensar	37	63
		18	preocupación	23	77
		16	dolor	20	80
		16	resignación	20	80
		10	buscar	13	87
		9	cambio	11	89
		9	extrañar	11	89

En los resultados de DSC en el post test aplicado a los padres, se aprecian las primeras definidoras del núcleo semántico: miedo, tristeza, preocupación y dolor como sentimientos ante la muerte. Mientras que en las definidoras para el área cognitiva se encuentran: dolor, natural, todos y pérdida, de entre las más utilizadas por los participantes. Finalmente en la conducta de los papás ante la pérdida de algo importante en sus vidas se mantienen las definidoras: tristeza, enojo, desesperación y pensamiento. (Véase tabla 4)

También se puede apreciar que las tres dimensiones evaluadas: emocional, cognitiva y conductual tienen en común la tristeza, el dolor y la desesperación. Utilizado la tristeza en mayor medida para el estímulo emocional (gráfico 7) y el estímulo conductual a través de la definidora “llanto” (gráfico 9) y en menor medida para el estímulo cognitivo (gráfico 8). Mientras que el definidor dolor se encuentra utilizada de manera gradual para los tres estímulos, con mayor peso semántico (PS) en el área cognitiva, seguida con menor intensidad en el área emocional y por último en el área conductual.

Comparando los resultados obtenidos en el pre test y post test con las muestras finales, es decir aquellos participantes que asistieron a las dos sesiones. Se encontró que los participantes conservaron las mismas definidoras como el miedo, la tristeza y el dolor como principales ante el estímulo “lo que sentimientos ante la muerte”, respecto al

estímulo “lo que pienso de la muerte”, las primeras 5 definidoras son: dolor, todos, natural, pérdida e inesperada, aumentando de peso semántico (PS) la definidora “todos”, la cual hace referencia a la universalidad de la muerte. Por último se mantuvieron como principales definidoras la tristeza (llorar) y el enojo ante el estímulo “que hago cuando pierdo algo importante en mi vida”, mientras las definidoras preocupación y pensar disminuyeron respecto a su PS. Entendiéndose las dos primeras como parte de los sentimientos que se experimentan en el proceso de duelo, en la etapa de depresión e ira respectivamente.



Gráfica 7. DSC. Que siento



Gráfica 8. DSC. Que pienso



Gráfica 9. DSC. Que hago

En la tabla 5 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del pre test con los niños (inicial). Cuyos participantes asistieron a la primera sesión, pero que varios de ellos desertaron en el transcurso del taller. Se muestran los resultados por estímulo.

Tabla 5. Pre test (niños). Muestra inicial

Estímulo	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	45	59	feo	100	0
		58	miedo	98	2
		53	triste	90	10
		40	dolor	68	32
		29	nada	49	51
		18	angustia	31	69
		18	bonito	31	69
		15	Frio	25	75
		15	latir	25	75
		10	enojo	17	83
QUE PIENSO DE LA MUERTE	45	66	fea	100	0
		57	mala	86	14
		43	calaca	65	35
		18	alta	27	73
		16	natural	24	76
		16	no come	24	76
		16	perdida	24	76
		16	Triste	24	76
		14	terror	21	79
		10	desmayo	15	85
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANT E EN MI VIDA	45	90	enojo	100	0
		51	triste	57	43
		32	feo	36	64
		30	buscar	33	67
		10	olvidar	11	89
		10	supero	11	89
		9	ayuda	10	90
		9	dormir	10	90
		9	nada	10	90
		9	no pienso	10	90

En los resultados de DSC de la muestra inicial niños (ilustración 2) se aprecian las primeras definidoras del núcleo semántico: feo, miedo, triste, dolor y nada para el estímulo “que siento ante la muerte”. Mientras que en las definidoras para el estímulo “que pienso de la muerte”, se encuentran principalmente: fea, mala, calaca, alta y natural. Con lo cual se indica que los niños piensan en la muerte como un personaje (la catrina). Finalmente ante el estímulo “que hago ante la pérdida de algo importante en mi vida” se encuentran las definidoras más relevantes: enojo, triste, feo, buscar y olvidar. (Véase tabla 5)

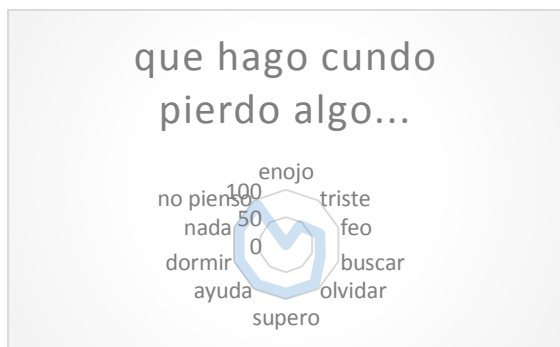
Teniendo en común para los 3 estímulos, la definidora tristeza, aunque con DSC variante, estando más presente en la dimensión conductual “que hago” (gráfico 12), seguida de la dimensión emocional que siento”, ocupando el tercer lugar (gráfico 10) y posteriormente en la dimensión cognitiva “que pienso” (gráfico 11).



Gráfica 10. DSC. Que siento



Gráfica 11. DSC. Que pienso



Gráfica 12. DSC. Que hago

En la tabla 6 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del pre test con los niños (muestra final, conformada por el 50% de la población inicial). Cuyos participantes asistieron a todas las sesiones del taller. Se muestran los resultados por estímulo.

Tabla 6. Pre test (niños). Muestra final

Estímulo	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	20	50	feo	100	0
		23	nada	46	54
		17	dolor	34	66
		16	miedo	32	68
		15	llorar	30	70
		9	bonito	18	82
		9	latir	18	82
		8	frio	16	84
		7	caliente	14	86
		6	felicidad	12	86
QUE PIENSO DE LA MUERTE	20	26	calaca	100	0
		24	fea	92	8
		19	mala	73	27
		14	terror	54	46
		10	alta	38	62
		10	desmayo	38	62
		10	perdida	38	62
		9	buenas	35	65
		9	no comer	35	65
		8	cielo	31	69
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANT E EN MI VIDA	20	36	triste	100	0
		25	enojo	69	31
		24	feo	67	33
		20	buscar	56	44
		10	supero	28	72
		9	ayuda	25	75
		9	nada	25	75
		7	gritar	19	81
		7	salir	19	81
		6	dolor	17	83

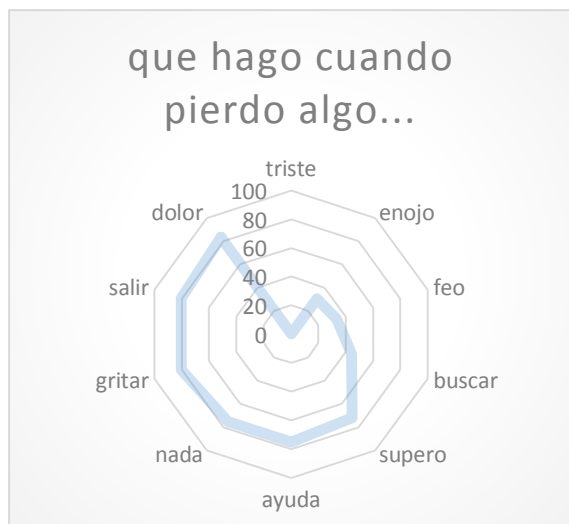
En los resultados de DSC del pre test la muestra final en niños (ilustración 4) se aprecian en las primeras definidoras del núcleo semántico, las mismas que en la prueba inicial, pero en diferente orden: feo, nada, dolor, miedo y llorar para el estímulo “que siento ante la muerte”. Mientras que las definidoras para el estímulo “que pienso de la muerte”, se encuentran entre las principales: calaca, fea, mala y alta mismas que en la muestra inicial, desapareciendo de la lista principal la definidora “natural” y apareciendo “terror” entre las principales y con mayor PS. Finalmente ante el estímulo “que hago ante la pérdida de algo importante en mi vida” se encuentran las definidoras más relevantes: enojo, triste, feo, buscar (mismas que en la muestra inicial, pero en diferente orden) y en lugar de la definidora “olvidar” aparece “supero”. (Véase tabla 6)



Gráfica 13. DSC. Que siento



Gráfica 14. DSC. Que pienso



Gráfica 15. DSC. Que hago

En la tabla 7 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del post test con los niños que finalizaron el taller. Se muestran los resultados por estímulo.

Tabla 7. Post test (niños)

Estímulo	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	20	45	miedo	100	0
		37	feo	82	18
		31	triste	69	31
		14	nada	31	69
		14	sola	31	69
		7	no respiro	16	84
		6	frio	13	87
		6	no siento	13	87
QUE PIENSO DE LA MUERTE	20	24	enfermo	100	0
		21	todos	88	13
		19	buena	79	21
		19	cielo	79	21
		16	mala	67	33
		14	flaca	58	42
		10	accidente	42	58
		9	no respiro	38	63
		8	no regresar	33	67
		7	nada	29	71

QUE HAGO	20	29	llorar	100	0
CUANDO		23	ayuda	79	21
PIERDO		17	buscar	59	41
ALGO		17	enojo	59	41
IMPORTANT		16	platicar	55	45
E EN MI		16	triste	55	45
VIDA		12	recuerdos	41	59
		10	adorno	34	66
		9	nada	31	69
		7	jugar	24	76

En los resultados de DSC en el post test aplicado a los niños (tabla 7), se aprecian las primeras definidoras del núcleo semántico: miedo, feo, triste y nada (mismas que en el pre test de la muestra final, solo que en diferente orden y desapareciendo la definidora “dolor” de entre las 5 principales y apareciendo “sola”, ante el estímulo “que siento ante la muerte”.

Mientras que en las 5 principales definidoras para el estímulo “que pienso de la muerte”, sigue apareciendo entre las 5 principales la definidora “mala”, solo que con menor PS y en quinto lugar, mientras que las otras 4 con mayor PS son: enfermo, todos, buena y cielo. Dadas las definidoras “enfermo” y “todos” como las principales ante dicho estímulo (gráfica 17) es claro que los niños tienen más claro los términos de causalidad y universalidad.

Finalmente, ante el estímulo “que hago cuando pierdo algo importante en mi vida”, siguen apareciendo entre las 5 principales definidoras: llorar, buscar y enojo y surgen otras dos: ayuda y platicar. (Véase gráfica 18)

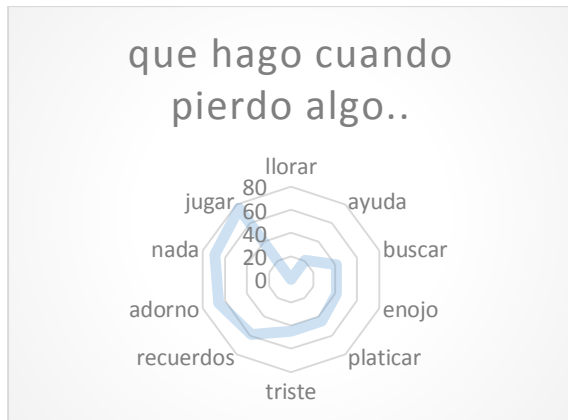




Gráfica 16. DSC. Que siento



Gráfica 17. DSC. Que pienso



Gráfica 18. DSC. Que hago

En la tabla 8 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del pre test con los papás (muestra inicial) aquellos que asistieron a la primera sesión, de las cuales no todos finalizaron el taller. Se muestran los resultados de manera general incluidos los tres estímulos en conjunto.

Tabla 8. Pre test (papás) Muestra inicial. General

ESTÍMULO	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	150	199	llanto	100	0
		154	miedo	77	23
		127	dolor	64	36
		107	angustia	54	46
		61	resignación	31	69

QUE PIENSO DE LA MUERTE	57	enojo	29	71
	51	natural	26	74
	39	todos	20	80
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE	36	desesperación	18	82
	35	perdida	18	82

En los resultados de DSC en el pre test aplicado a los papás de la muestra inicial (ver tabla 8), se muestran las 10 principales definidoras de manera general ante los tres estímulos, en el siguiente orden: llanto, miedo, dolor, angustia, resignación, enojo, natural, todos, desesperación y pérdida. Conformando de esa manera las creencias de los padres respecto a la muerte.



Gráfica 19. DSC. Creencias (general)

En la tabla 9 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del pre test con los papás (muestra final) aquellos que asistieron a las dos sesiones. Se muestran los resultados de manera general incluidos los tres estímulos en conjunto.

Tabla 9. Pre test (papás). Muestra final. General

ESTÍMULO	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	120	157	tristeza	100	0
		86	angustia	55	45
		84	miedo	54	46
		74	dolor	47	53
QUE PIENSO DE LA MUERTE		47	soledad	30	70
		41	enojo	26	74
		39	natural	25	75
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA		36	desesperación	23	77
		29	recordar	18	82
		28	impotencia	18	82

En los resultados de DSC en el pre test aplicado a los papás de la muestra final (tabla 9), se muestran las 10 principales definidoras de manera general ante los tres estímulos, conservándose las definidoras: tristeza, miedo, angustia, dolor, enojo, natural, desesperación que en el pre test (muestra inicial) y apareciendo soledad, recordar e impotencia. Conformando de esa manera las creencias de los padres respecto a la muerte.



Gráfica 20. DSC. Creencias (general)

En la tabla 10 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del post test con los papás. Se muestran los resultados de manera general incluidos los tres estímulos en conjunto.

Tabla 10. Posttest (papás). General

ESTÍMULO	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	120	156	tristeza	100	0
		124	dolor	79	21
		120	miedo	77	23
		104	angustia	67	33
QUE PIENSO DE LA MUERTRE		57	enojo	37	63
		42	perdida	27	73
		41	todos	26	74
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA		39	natural	23	75
		36	desesperación	19	77
		29	recordar	18	81
		28	impotencia		82

En los resultados de DSC en el post test aplicado a los papás de la muestra final (tabla 10), se muestran las 10 principales definidoras de manera general ante los tres estímulos: tristeza, dolor, miedo, angustia, enojo, natural, desesperación recordar desesperación e

impotencia, mismas que en la realización del pre test solo que en diferente orden. Desapareciendo de las 10 principales definidoras “soledad” e “impotencia” y apareciendo entre ellas “pérdida” y “todos”. Conformando de esa manera las creencias de los padres respecto a la muerte después de la intervención. (Véase gráfica 21)

Comparando el pre test (gráfica 20) y post test (gráfica 21) de los padres de manera general (incluyendo los tres estímulos) las definidoras entre uno y otro son casi las mismas (de acuerdo a las 10 primeras), pero en diferente orden, a excepción de las palabras “pérdida” y “todos”. Donde pérdida hace referencia las distintos tipos de pérdida que pueden existir y ocasionar un proceso de duelo, mientras que “todos” es referida a la universalidad de la muerte.



Gráfica 21. DSC. Creencias (general)

En la tabla 11 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del pre test con los niños (muestra inicial: niños que comenzaron pero que no concluyeron el taller). Se muestran los resultados de manera general incluidos los tres estímulos en conjunto.

Tabla 11. Pre test (niños). Muestra inicial. General

ESTÍMULO	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	120	157	feo	100	0
QUE PIENSO DE LA MUERTE		157	llorar	100	0
QUE PIENSO DE LA MUERTE		100	enojo	64	36
QUE PIENSO DE LA MUERTE		90	mala	57	43
QUE PIENSO DE LA MUERTE		72	miedo	46	54
QUE PIENSO DE LA MUERTE		61	calaca	39	61
QUE PIENSO DE LA MUERTE		55	dolor	24	65
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA		38	nada	19	76
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA		30	buscar	15	81
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA		24	felicidad		85

En los resultados de DSC en el pre test aplicado a los niños de la muestra inicial (tabla 11), se muestran las 10 principales definidoras de manera general ante los tres estímulos en el siguiente orden: feo, llorar, enojo, mala, miedo, calaca, dolor, nada, buscar y felicidad.



Gráfica 22. DSC. Creencias (general)

En la tabla 12 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del pre test con los niños (muestra final: niños que comenzaron y concluyeron el taller). Se muestran los resultados de manera general incluidos los tres estímulos en conjunto.

Tabla 12. Pre test (niños). Muestra final. General

ESTÍMULO	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	60	74	feo	100	0
		51	llorar	69	31
		32	nada	43	57
		32	enojo	43	57
QUE PIENSO DE LA MUERTE		30	miedo	41	59
		27	mala	36	64
		26	calaca	35	65
		24	fea	32	68
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA		23	dolor	31	69
		20	buscar	27	73
		17	supero	23	77
				20	77

En los resultados de DSC en el pre test aplicado a los niños de la muestra final (tabla 12), se muestran las 10 principales definidoras de manera general ante los tres estímulos en el siguiente orden: feo, llorar, nada, enojo, miedo, mala, calaca, fea, dolor, buscar y supero, mismas que en el pre test de la muestra inicial, pero en diferente orden y la aparición de la palabra “supero” entre las diez primeras. Conformando de esa manera las creencias de los niños respecto a la muerte. (Véase gráfica 23)



Gráfica 23. DSC. Creencias (general)

En la tabla 13 se muestran los resultados obtenidos en el proceso de construcción de la red semántica, en la realización del post test con los niños. Se muestran los resultados de manera general incluidos los tres estímulos en conjunto.

Tabla 13. Post test (niños). General

ESTÍMULO	TR	PS	NR	NS	DSC
QUE SIENTO ANTE LA MUERTE	60	76	llorar	100	0
		45	miedo	59	41
		37	feo	49	51
		31	nada	41	59
QUE PIENSO DE LA MUERTE		24	enfermedad	32	68
		23	ayuda	30	70
		21	todos	28	72
QUE HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA		19	buena	25	75
		19	cielo	22	78
		17	buscar	22	78
		17	enojo	21	79
		16	no respiro	21	79
		16	mala	21	79
		16	platicar		



En los resultados de DSC en el post test aplicado a los niños (tabla 13), se muestran las principales definidoras de manera general ante los tres estímulos presentados (cognitivo conductual y emocional): llorar, miedo, feo, nada, enfermedad, ayuda, todos, buena, cielo, buscar enojo, no respiro, mala y platicar. A diferencia de las creencias ante la muerte arrojadas en el pre test (gráfica 23), solo se mantuvieron las palabras: llorar, enojo, miedo y buscar. Quedando conformadas las creencias de los niños respecto a la muerte (gráfica 24) después de la intervención.



Gráfica 24. DSC. Creencias (general)

## **Análisis de lo obtenido en el taller**

Durante la sesión 1 con los padres

Se procedió a realizar una “presentación cruzada” con lo cual los participantes se conocieron entre si y se generó un clima de confianza. Para conocer las creencias de los padres respecto al tema de la muerte les fue aplicado el instrumento redes semánticas (ver anexo 1), el cual se realizó antes de proporcionar cualquier información que no se tratase de los objetivos y temáticas a abordar del taller, esto para no interferir en sus respuestas.

Durante la dinámica “papa caliente” se disiparon muchas creencias erróneas de los padres, respecto al duelo infantil, entre las cuales destacan:

*“es mejor que los niños no asistan al funeral”... “un duelo se vive solo por la muerte un familiar o a veces de una mascota”... “es mejor maquillar un poco la verdad”... “el tiempo lo cura todo”... “es mejor no estar triste delante de los niños”*

Respecto al concepto de duelo, se realizó una lluvia de ideas, donde los padres no conocían una definición exacta del proceso de duelo, sin embargo tenían ideas, de las cuales se mencionaron:

*“es lo que pasa cuando se nos muere alguien”... “es doloroso”... “Cuando te quedas sin trabajo o sin dinero”.*

La última frase dicha por uno de los padres de familia (comerciante), pareció incrédula para los demás participantes, que género pequeñas risas. Sin embargo les fue aclarado que efectivamente un duelo también se puede generar por cualquier tipo de pérdidas significativa y no necesariamente por una muerte.

Para la comprensión de las etapas del duelo fue proyectada a los participantes fragmentos de la película “posdata te amo”, donde varios de los participantes mencionaron haberse sentido identificados con varias de las etapas cuando tuvieron la experiencia de perder a un ser querido, como la ira, la tristeza y la negociación o pacto.

## Durante la Sesión 2

Al hablar sobre el tema “entendimiento de la muerte 0 a 12 años” las mamás mencionaron antes de la introducción del tema que “¿Cómo un bebé iba a darse cuenta de eso?”, si estaban muy pequeños. Sin embargo se les hizo ver que aunque los bebés no comprenden de manera racional la muerte, si se percatan de lo que pasa a su alrededor, o mejor dicho de la ausencia de sus figuras de apego.

Durante la dinámica “sopa de letras” las mamás se mostraron sorprendidas de todos aquellos tipos de pérdida que pueden ocasionar un duelo, aunque claro se vivencia de manera distinta en intensidad y tiempo un duelo por pérdida de un familiar que un duelo por pérdida de una oportunidad.

Finalmente se abordaron las estrategias para comunicar una pérdida, donde varios padres confesaron haber dicho en alguna ocasión mentiras a sus hijos o no haberlo hecho de la manera correcta, por el hecho de no saber cómo abordar el tema con ellos. Tales como:

“si te portas mal, tu tío (muerto) se va enojar”... “diosito se lo llevo al cielo por ser un angelito”... “ya está en un lugar mejor”.

Luego del taller se comprendió que era más eficaz explicar la muerte a través de los términos de irreversibilidad, universalidad, no funcionalidad y causalidad.

En un principio, tras la aplicación del pre test (gráfica 20), los resultados obtenidos para los diferentes estímulos (que siento, que pienso, que hago), es decir las creencias de los padres ante la muerte fueron destacadas por las definidoras: tristeza, angustia, miedo, dolor, soledad, enojo, natural, desesperación, recordar e impotencia de entre las 10 principales. Luego de la intervención, al aplicar el post test, las palabras definidoras destacadas (gráfica 21) consistieron en: tristeza, dolor, miedo, angustia, enojo, pérdida, todos, natural, desesperación, recordar e impotencia. Por lo que se aprecia que de acuerdo a la aplicación de instrumentos (pre y post test) las creencias de los padres respecto a la muerte no fueron modificadas de manera significativa, pues solo desapareció la palabra “soledad” y apareció la palabra “pérdida”. Sin embargo resulta

importante mencionar que aunque no se ve reflejado en los instrumentos, los participantes adquirieron aprendizaje sobre el proceso de duelo, tipos de pérdidas, entendimiento de la muerte, disipación de creencias erróneas ante el duelo infantil y las estrategias de comunicación eficaz sobre una pérdida.

Respecto a las sesiones abordadas con los niños

En la sesión 1, durante la temática de las creencias y/o experiencias con la muerte, los niños dibujaron el fallecimiento de sus mascotas (perros, gatos, peces) seres que habían apreciado mucho y que murieron accidentalmente atropellados o simplemente se les perdieron y ya no los volvieron a ver, dejándoles un gran vacío y sentimientos de tristeza. Uno de ellos hizo la representación de la muerte como un ser oscuro con una guadaña, que dependiendo de tus actos en mi vida te puede llevar al cielo o al infierno (acorde a la explicación del menor). Otro de ellos menciona haber enterrado a su perro en la parte trasera de su casa. De lo cual se desprende lo importante que es que los niños puedan hacer y asistir a los ritos como parte del proceso de aceptar la pérdida.

En la sesión 2, se hizo una explicación del ciclo vital humano y de las plantas, donde los niños se mostraron muy participativos y sin temor a decir que todos algún día hemos de morir, puesto que le sucede a todo ser vivo. Comprendiendo así el término de universalidad de la muerte. Posteriormente se realizó la lectura del cuento “no es fácil pequeña ardilla” el cual habla sobre los sentimientos de una ardilla al perder a su mamá. Aun que se escogió un cuento corto, a los niños les pareció muy largo y no se logró captar su atención del todo porque se empezaban a distraer con otras cosas. Sin embargo al final reconocieron en la pequeña ardilla los sentimientos presentes tras una pérdida significativa como: llorar, enojarse, miedo.

Durante la sesión 3, se manejó el termino de causalidad, aunque en el rango de edad de los participantes ya no hay cavidad para el pensamiento mágico (murió por que yo estaba enojada con ella y desee que se muriera), resultado de vital importancia aclarar que los niños supieran que toda muerte tiene una causa, para lo cual se les pidió que dibujaran un árbol genealógico donde incluyeron abuelos y bisabuelos, el objetivo consistió en

conocer la causa de muerte de sus antepasados. Resaltando entre ellas: ataque al corazón, problemas con los pulmones, etc., al mismo tiempo que se manejó la “no funcionalidad” (ya no le latió el corazón, sus pulmones ya no sirvieron).

Se realizó la proyección de los fragmentos de la película “el rey león” en la cual el padre de simba muere y el pequeño león pasa por sentimientos de tristeza, culpa, enojo. Al igual que atraviesa por las etapas del duelo: negación, ira, pacto o negociación, depresión y aceptación. Se realizaron breves pausas entre la película para explicar así cada etapa por la que se atraviesa en el proceso de duelo. Durante la película los niños se mostraron atentos, aunque al principio mencionaron: y si vamos a ver una película que hable sobre la muerte, mejor porque no vemos “eso” (la película de terror de moda sobre un payaso). Luego algunos de ellos mencionaron también haberse tenido sentimientos de tristeza y enojo cuando perdieron algo importante.

Durante la última sesión del taller se pidió a los participantes que expresaran el miedo a través de una figura de plastilina (figura 16), donde se pueden apreciar figuras en forma de diablos, otro que representa a la llorona (pues de acuerdo a la leyendas que le fue relatada a la menor la llorona perdió a sus hijos y sale a buscarlos a las calles, pudiendo llevarse a cualquier niño que se porte mal). Ese tipo de miedo infundado es ocasionado por los mismos familiares a fin de evitar malas conductas en los niños (a su parecer). Otra de las figuras fue un avión (debido a que el menor teme que alguno de los aviones que pasan sobre volando su casa, un día se desplome caiga encima de su casa y muera)

Para finalizar el taller se pido a los participantes que realizarán una carta (figuras 21, 22 y 23) a algún ser querido que haya fallecido y que quisieran dedicarle unas palabras. Al principio los niños no sabían a quién escribirle, ni tampoco que escribir. Luego tomaron hoja de papel y colores y recordaron a un ser significativo para ellos y con unas cuantas palabras pero significativas: “te amo”, “te extraño”, “extraño cuando jugábamos”, “cuando me regañabas” realizaron la carta, algunas sin destinatario otra dirigida a un tío. Recordando aquellas veces en que la pasaban bien.

En algunas ocasiones los seres queridos fallecen y los deudos se quedan con ganas de haber dicho o haber hecho algo por ellos, por eso es importante que a través de una carta los niños expresen sus emociones y sentimientos hacia sus seres queridos fallecidos.

En la aplicación del pre test de los niños que estuvieron de principio a fin en el taller, se obtuvo que las creencias de los niños ante la muerte (gráfica 23) son: feo, llorar, nada, enojo, miedo, mala, calaca, fea, dolor, buscar, supero. Donde los niños reconocen sus sentimientos de tristeza, miedo y enojo ante una pérdida significativa, y que es importante buscar ayuda para finalmente superar la pérdida.

Mientras que en la aplicación del post test se obtuvieron las siguientes definidoras (gráfica 24): llorar, miedo, feo, nada, enfermedad, ayuda, todos, buena, cielo, buscar, enojo, no respiro, mala, platicar. Luego de la aplicación del taller los niños siguen reconociendo los sentimientos y emociones como el enojo y la tristeza, aunque cabe resaltar que las definidoras obtenidas en un principio fueron cambiadas significativamente al finalizar el taller, puesto que ahora mencionan palabras como enfermedad (haciendo alusión a la causalidad), “no respiro” (refiriéndose al termino de no funcionalidad), “todos” (referida a la universalidad de la muerte).

## Discusión

Nadie está exento de presenciar la muerte de alguno de sus seres queridos, o quizá de algún compañero o amigo, ya sea en el contexto laboral o escolar, niños y adultos han de vivenciar la amarga experiencia. Como menciona Hoyos (2015) la mayoría de los niños perderán a alguno de sus abuelos a lo largo de su infancia y hasta el 3.5- 4% a uno de sus progenitores o hermanos, según las estadísticas a escala mundial. Por lo cual es importante la implementación de una educación para la muerte, pues a diario mueren cientos de personas y en la mayoría de cada una de las familias los fallecidos se encuentran involucrados menores, cuyos padres o personas adultos vinculadas no saben cómo hablar del tema con ellos.

Pues la familia debe ser uno de los primeros contextos donde se hable de la muerte a los niños, para verse esta como un proceso natural e irreversible, seguida por supuesto del contexto escolar por ser uno de los lugares donde más pasan tiempo los niños.

Aunque cabe destacar que no es obligación de las instituciones académicas establecer en sus currículos una educación para la muerte, se sugiere la implantación de talleres de apoyo para padres donde se ofrezcan las herramientas necesarias para enfrentar la mayor de las adversidades de la vida “la muerte”. Puesto que además dentro de este contexto también se producen pérdidas significativas como la muerte de un profesor o compañero.

Sin embargo los directivos de diversas escuelas visitadas se mostraron rígidas ante la sola idea de tener que hablar de muerte a los niños. Se manejó con los directivos la propuesta de un taller a nivel preventivo “educando para ver la muerte de forma más natural”, cuyo objetivo era que tanto padres de familia como niños conocieran temas entorno a tema del duelo por muerte, como las etapas, las creencias, las estrategias de comunicación por pérdida, etc., dado que nadie está exento de presenciar una muerte y en muchas ocasiones no se sabe cómo hablar del tema con los niños, a pesar de que ellos ven la muerte hasta en las caricaturas. Sin embargo se usaron excusas como “se van a espantar”, los papas tiene creencias muy arraigadas como que “el muerto vine a

jalarte los pies si algo haces mal” y a pesar de dar explicaciones elocuentes y tratar de convencerlos con un tema natural las negativas se mantuvieron. Entonces de qué manera se puede brindar a los menores y padres de familia las herramientas básicas para lidiar con un proceso de duelo, si las mismas autoridades educativas se muestran incrédulas.

Aunque el contexto educativo no es el único donde se puede brindar apoyo a niños y padres de familia, pues también existen los espacios comunitarios.

De tal manera que el taller se llevó a cabo el taller de manera comunitaria, en el cual los participantes mencionaron no saber cómo reaccionar ante el hecho de que un familiar se su muera, el no saber cómo lo van a entender sus hijos o que decirles, por lo cual se mostraron interesados en conocer más al respecto.

Al inicio del taller se realizó un pre test para conocer las creencias de los padres, donde los datos obtenidos (gráfica 20), reflejan que ven la muerte como un hecho que causa tristeza, angustia, miedo y dolor principalmente. Y aun sin conocer una definición exacta del proceso de duelo, conocen su estrecha relación con la muerte.

En cuanto a las creencias de los niños (con edades de 8 a 11 años) respecto a la muerte, de acuerdo con los datos obtenidos (gráfica 23) la conciben a esta como una representación de la “catrina” (mala, calaca y fea).

Al abordar la temática de las creencias respecto al duelo, los padres de familia rechazaron la creencia: “un duelo es superado al pasar un año”, pues mencionaron haber necesitado más tiempo, acorde a sus vivencias pasadas.

Para nadie es fácil la muerte de un ser querido, mucho menos cuando se trata de notificar a un menor, pues no es conocido por los padres la forma en que los niños entienden la muerte, sin embargo durante el taller fueron proporcionadas estrategias de comunicación de pérdidas, ya que los padres no contaban con las estrategias para hacerlo.

Al igual que las estrategias de comunicación de pérdida, también se encuentran las estrategias de afrontamiento, vistas como el esfuerzo del individuo al enfrentarse a demandas específicas excedentes. Que de acuerdo a Lazarus y Folkman (citados en



González y López, 2013) existen dos maneras distintas de afrontamiento, la primera encaminada a manipular o alterar el problema y la otra encaminada a regular la respuesta emocional ocasionada por el problema. Mismas que son aplicadas de manera más regular por niños que por adultos, para ayudarse en su proceso de duelo. De los datos obtenidos por el estímulo “que hago cuando pierdo algo importante en mi vida” (gráfico 15). En niños de acuerdo a las definidoras: superó, buscar y ayuda, puesto que hacen alusión a las estrategias de confrontación y búsqueda de apoyo social (ambas centradas en el problema).

Durante la realización del post test aplicado a los padres (gráfica 21) no se mostraron cambios significativos en sus creencias respecto a la muerte, cabe destacar que durante el taller los padres obtuvieron herramientas necesarias para ayudar a sus hijos a enfrentar pérdidas significativas (llegado el caso), entre las que destacan las estrategias de comunicación de pérdida y las pautas de actuación ante alteraciones de conducta, así como reconocimiento de indicadores del duelo infantil complicado

Mientras que los resultados arrojados en el post test de los niños (gráfica 24) arrojaron que los niños tienen claro los términos fundamentales de la muerte: universalidad, causalidad y no funcionalidad. Pues expresan definidoras como: “todos”, “no respiro” y “enfermedad”.

Dentro de las limitaciones cabe destacar que el presente taller estaba en un inicio programado para su realización dentro del contexto escolar. Sin embargo dadas las circunstancias de los efectos del sismo del pasado 19 de septiembre, la escuela objeto del presente estudio fue demolida. A raíz de lo mismo, muchas otras escuelas perdieron clases y tuvieron que recuperar tiempo perdido, no dando cavidad para la elaboración de un taller. Sin embargo se tomó la decisión de hacerlo de manera comunitaria, puesto que el contexto familiar también es uno de los primordiales para hablar sobre la temática.

Así mismo se decidió incluir en el taller la temática del estrés post traumático, para ofrecer pautas a los padres sobre cómo actuar ante posibles alteraciones de conductas

de sus hijos debido al impacto emocional que se vivenció con la catástrofe natural (sismo).

Para futuras líneas de investigación se sugiere que cambiar la población objeto, niños de preescolar por ejemplo, ya que ellos aún tienen un “pensamiento mágico” (viendo la muerte como algo reversible). También se sugiere trabajar con una población que recientemente haya pasado por un proceso de duelo. Sin embargo para fines del presente estudio ese no fue el objetivo.

### **Conclusiones**

Aunque el taller se llevó a cabo a nivel preventivo, sin tener en cuenta si los participantes habían vivenciado o no una pérdida significativa. Se encontró que entre los participantes, tanto niños como adultos habían tenido pérdidas (algunos de familiares y/o mascotas). Los adultos hicieron alusión a sus seres queridos (hijos, padres), mientras que los niños prefirieron hablar únicamente de sus mascotas la mayor parte del tiempo, a pesar de haber vivenciado las muertes de familiares. Tal como se muestra en las figuras (10, 11, 12 y 13). Donde los niños realizaron dibujos respecto a sus creencias y/o experiencias con la muerte.

La gran mayoría de los niños representan la muerte como una catrina, puesto que aún no cuentan con un pensamiento filosófico sobre la muerte, a pesar de que, de acuerdo a Arceo (2013) los niños de la edad de 9 a 11 años muestran un pensamiento más abstracto y filosófico.

Pues bien, no existe un tiempo límite para superar el duelo, ya que simplemente es un proceso único que depende de que el individuo tenga un papel activo al realizar las tareas del duelo. El duelo de acuerdo a Cabodevilla (2007) está resuelto cuando la persona es capaz de pensar en él, o la fallecida sin dolor, lo que significa que consigue disfrutar de los recuerdos, sin que traigan dolor, resentimiento o culpabilidad.

En cuanto a la educación sobre la muerte, se entiende que en la medida en que se les hable a los niños con la verdad sobre la muerte, en términos de universalidad, irreversibilidad, no funcionalidad y causalidad, se disiparan miedos infundados. Ya que

en diversas ocasiones los adultos en su afán de “evitar el dolor a los niños” o el no saber cómo comunicar una pérdida, lejos de hacerles un bien puede ocasionarles experiencias confusas, hasta el grado en que los niños de acuerdo a Gómez (2015) tengan una experiencia confusa y complicada, hasta el grado en que un 40 % de los niños puede padecer un trastorno hasta un año después de sucedida la pérdida o desencadenar en un duelo patológico.

Cabe mencionar que aunque la elaboración del duelo conste de 5 etapas, de acuerdo a la doctora Kubler- Ross citada en Delgado (2014): negación, ira, negociación, depresión y aceptación, el proceso es único e individual, pues cada individuo superara su duelo de acuerdo a su manera de ser, sin seguir un orden en cada una de las etapas, al apoyo con el que cuente, a las experiencias pasadas y a sus estrategias de afrontamiento.

Por otro lado es importante resaltar que a pesar de que México es uno de los pocos lugares donde celebran a sus muertos, el tema específico de la muerte y el duelo sigue siendo un tema “tabú” en la sociedad ya que a las personas no les gusta hablar de ello.

Pues se comprobó que la mayoría de padres de familia no cuenta con herramientas necesarias para abordar el tema. Y se hace hincapié en que no es necesario que suceda un fallecimiento para abordar la temática, sino que es importante en la medida que sea posible abordarlo con anticipación, en el caso de los padres con sus hijos, puede hacerse a través de ejemplos cotidianos como la muerte de un animalito u otro ser vivo como las plantas. Y aunque el hablar del tema con los niños no los va a exentar del dolor cuando se produzca una pérdida significativa, si hará que por lo menos vean la muerte de una forma más natural como parte de la vida, la expresión de emociones y sentimientos derivados de ella y con herramientas necesarias para la elaboración del duelo llegado el caso.

El objetivo de promover este tipo de educación, mediante un taller fue generar conocimiento y proporcionar herramientas útiles para que el tema sea visto sin causar tanto temor y ansiedad.

## Referencias

- Allende, I. (2001). *Eva Luna*. Recuperado de [https://books.google.com.mx/books?id=9zGoPAAACAAJ&dq=eva+luna+isabel+allende+1942&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwi7qfHq3\\_DXAUr4oMKHequAQkQ6wEIMjAB](https://books.google.com.mx/books?id=9zGoPAAACAAJ&dq=eva+luna+isabel+allende+1942&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwi7qfHq3_DXAUr4oMKHequAQkQ6wEIMjAB)
- American Psychiatric Association, (2013). Trastorno de estrés postraumático. En Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (5ª ed.). México, D.F.: Editorial El Manual Moderno.
- Apezetxea, A. (2015). *El duelo en educación primaria: Propuesta de intervención*. (Tesis de grado). Recuperado de <http://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/3175/apezetxea.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arceo, L., M. (2013). *Guía dirigida a padres y maestros ante las pérdidas que enfrentan los niños y adolescentes*. Asociación Mexicana de Tanatología Capítulo Querétaro. (Tesis de grado). Recuperado de <http://www.tanatologia-amtac.com/descargas/tesinas/172%20guia.pdf>
- Ávila, D. (2016). *El duelo en la educación primaria, Un estudio de primer ciclo*. (Tesis de grado)
- Almenara, J. (2008). Master en paidopsiquiatria. Conceptos y enfoques: Enfoque cognitivo conductual. Recuperado de [http://paidopsiquiatria.cat/files/enfoque\\_cognitivo\\_coductual.pdf](http://paidopsiquiatria.cat/files/enfoque_cognitivo_coductual.pdf)
- Bucay J. (2006). *El camino de las Lágrimas*. Recuperado de <http://datelobueno.com/wp-content/uploads/2014/05/El-camino-de-las-l%C3%A1grimas.pdf>
- Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 30 (3), 163-176. Recuperado de

[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1137-66272007000600012&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600012&lng=es&tlng=es).

De Hoyos L. (2015). ¿Entendemos los adultos el duelo de los niños? *Acta Pediátrica Española*, 73(2), 27. Recuperado de [http://www.actapediatrica.com/images/pdf/ActaPediatria\\_73-2.pdf#page=7](http://www.actapediatrica.com/images/pdf/ActaPediatria_73-2.pdf#page=7)

Delgado, R. (2014). "Elaboración del duelo de una madre cuyo hijo trabajaba como sicario en Ciudad Juárez, Chihuahua." *Noesis. Revista de ciencias Sociales y Humanidades*. 23 (46). Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/859/85930565009/>

Díaz, E. (2012). El duelo y su proceso para superarlo. (Tesis de grado). Recuperado de <http://www.tanatologia-amtac.com/descargas/tesinas/64%20El%20duelo%20y%20su%20proceso.pdf>

Espina, A., Gago, J. y Pérez, M. (1993). Sobre la elaboración del duelo en terapia familiar. *Revista de psicoterapia*, 4 (13), 77-87. Recuperado de [http://www.centrodepsicoterapia.es/pdf\\_art/22-Sobre%20la%20elaboracion%20del%20duelo%20en%20terapia%20familiar.pdf](http://www.centrodepsicoterapia.es/pdf_art/22-Sobre%20la%20elaboracion%20del%20duelo%20en%20terapia%20familiar.pdf)

Fonnegra, I. y Jaramillo L. (2015). *Los duelos en la vida*. Recuperado de <https://books.google.com.mx/books?id=MxvKCgAAQBAJ&pg=PT135&dq=como+difere+el+duelo+de+ni%C3%B1os+y+adultos&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwio9uWjnoLVAhXHLSYKHVZXBWMQ6AEIKzAB#v=onepage&q=como%20difere%20el%20duelo%20de%20ni%C3%B1os%20y%20adultos&f=false>

Gallego, L., Vélez, G., y Agudelo, B. (2005). Panorama de la mortalidad materna. *Modelos para el análisis de la mortalidad materna y perinatal. Medellín: Secretaría de Salud* 15-31. Recuperado de <http://medicina.udea.edu.co/Dependencias/Ginecologia/CLAP/pdf/libros/libro1/panoramadelamortalidadmaterna.pdf>

Gómez, M. (2007). *La pérdida de un ser querido: el duelo y el luto*. Recuperado de [https://books.google.com.mx/books?id=i4nL0FLPUZoC&dq=familiarizar+a+lo+sni%C3%B1os+con+la+muerte&source=gbs\\_navlinks\\_s](https://books.google.com.mx/books?id=i4nL0FLPUZoC&dq=familiarizar+a+lo+sni%C3%B1os+con+la+muerte&source=gbs_navlinks_s)

Gómez, C. (2015). *El duelo en la infancia: elaboración, intervención y relación con la depresión*. (Tesis de grado). Recuperado de [http://rodin.uca.es/xmlui/bitstream/handle/10498/17718/G%C3%B3mez%20de%20la%20Calzada,%20C.%20-%20El%20duelo%20en%20la%20infancia%20\(TFG\).pdf](http://rodin.uca.es/xmlui/bitstream/handle/10498/17718/G%C3%B3mez%20de%20la%20Calzada,%20C.%20-%20El%20duelo%20en%20la%20infancia%20(TFG).pdf)

González, I. y López, L. (2013). *Proceso de duelo, estrategias de afrontamiento y resiliencia en adultos ante la muerte de un ser querido*. (Tesis de grado). Recuperado de <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/3201-13-06896.pdf>

Gorosabel, M., y León, A. (2016) "La muerte en educación infantil: algunas líneas básicas de actuación para centros escolares." *Psicología Educativa*, 22(2), 103-111. Recuperado de [http://ac.els-cdn.com/S1135755X16300252/1-s2.0-S1135755X16300252-main.pdf?\\_tid=ea1c6ec2-894b-11e7-9016-00000aab0f02&acdnat=1503634660\\_ae2f3ac47ad513c33d2afc4d4a5c700b](http://ac.els-cdn.com/S1135755X16300252/1-s2.0-S1135755X16300252-main.pdf?_tid=ea1c6ec2-894b-11e7-9016-00000aab0f02&acdnat=1503634660_ae2f3ac47ad513c33d2afc4d4a5c700b).

Guerrero, L. J. (2010). *Educación para la muerte. Una investigación documental y una propuesta de intervención*

Guillem, V., Romero, R., y Oliete, E. (2007). Manifestaciones de Duelo. *SE SEOM, Duelo en Oncología*, 63-83. Recuperado de <http://www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/sociosyprofs/documentacion/manuales/duelo/duelo08.pdf>

Hernández, Fernández y Baptista (2006). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). Consultado en <http://www.inegi.org.mx>

López, C., y Ramírez, M. (2005). Apago. *Revista Chilena de Medicina Familiar*, 6(1)

- López, F. J. y Expósito, A. (2016). *Ciencia Administrativa y estrategias de salud*. Recuperado de [https://books.google.com.mx/books?id=IQktDgAAQBAJ&dq=naturalizar+el+tema+de+la+muerte+a+lo+ni%C3%B1os&source=gbs\\_navlinks\\_s](https://books.google.com.mx/books?id=IQktDgAAQBAJ&dq=naturalizar+el+tema+de+la+muerte+a+lo+ni%C3%B1os&source=gbs_navlinks_s)
- Martínez, C.L. (2008). *El cuento infantil como recurso para la elaboración del duelo en niños: revisión bibliográfica*. (Tesis de grado)
- Martínez, C. H. (2015). *Tratamiento para el proceso de duelo e niños y adolescentes*. (Tesis de grado). Recuperado de <http://132.248.9.195/ptd2015/agosto/305324597/Index.html>
- Maya, A. (1996). *El taller educativo*. Recuperado de <https://books.google.com.mx/books?id=Bo7tWYH4xMMC&dq=El+taller+-Mirebant>
- Mesquida, V., Seijas, R., y Rodríguez, M. (2015). Los niños ante la pérdida de uno de los progenitores: revisión de pautas de comunicación eficaces. *Psico oncología*, 12 (2/3). Recuperado de <http://revistas.ucm.es/index.php/PSIC/article/view/51019/47347>
- Millán y Solano (2010). Duelo, duelo patológico y terapia interpersonal. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 39(2), 375-388. Recuperado de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-74502010000200011&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502010000200011&lng=en&tlng=es).
- Montt, M. E., y Hermosilla, W. (2001). Trastorno de estrés post-traumático en niños. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 39(2), 110-120. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272001000200003>
- Moreno, T. (2016). Prevención de duelo complicado en niños." Guía didáctica: El camino en el duelo".

- Olmedo, M.S. (2004). Impacto del duelo en el sistema familiar. Recuperado de [http://www.centrelondres94.com/files/Impacto\\_del\\_duelo\\_en\\_el\\_sistema\\_familiar.pdf](http://www.centrelondres94.com/files/Impacto_del_duelo_en_el_sistema_familiar.pdf)
- Reyes, I. (1993). Las Redes Semánticas Naturales, su conceptualización y su utilización en la construcción de instrumentos. *Revista de psicología social y personalidad*, 9 (1).
- Real Academia Española. (2001). Diccionario de la lengua española (22 ed.). Consultado en [www.rae.es](http://www.rae.es)
- Rodriguez, J., Davoli, M., Z y Pérez, R. (2006). *Guía práctica de salud mental en situaciones de desastres*. Serie Manuales y Guías sobre desastres.
- Rojas, S. (2008). *El manejo del duelo*. Recuperado de <https://books.google.com.mx/books?id=GUj12B3PyLkC&printsec=frontcover&dq=duelo+alfonso+reyes+zubiria&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwiv5tPPvoXVAhUIMSYKHdm2COcQ6AEIlzAA#v=onepage&q&f=false>
- Sánchez, E., J. (2001). *La relación de ayuda en el duelo*. Recuperado de [https://books.google.com.mx/books?id=c\\_urgjypY5YC&dq=el+duelo++familiar&source=gbs\\_navlinks\\_s](https://books.google.com.mx/books?id=c_urgjypY5YC&dq=el+duelo++familiar&source=gbs_navlinks_s)
- Sismos. (04 de octubre de 2017). *Excélsior*. Recuperado de <http://www.excelsior.com.mx/nacional/2017/10/04/1192536#view-2>
- Tizón, J. L., y García, J. L. (2004). *Pérdida, pena, duelo: vivencias, investigación y asistencia*. Recuperado de [https://books.google.com.mx/books?id=jrPFKEtoZQC&pg=PA50&dq=perspectivas+teoricas+para+abordar+el+duelo&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKEwjkmqv\\_jUAhXDQiYKHXR5BDIQ6AEILzAC#v=onepage&q=perspectivas%20teoricas%20para%20abordar%20e%20duelo&f=false](https://books.google.com.mx/books?id=jrPFKEtoZQC&pg=PA50&dq=perspectivas+teoricas+para+abordar+el+duelo&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKEwjkmqv_jUAhXDQiYKHXR5BDIQ6AEILzAC#v=onepage&q=perspectivas%20teoricas%20para%20abordar%20e%20duelo&f=false)



- Torres, R., I. (2015). "El docente como auxiliar del duelo en niños de 6 a 12 años de edad, mediante estrategias logó terapéuticas". (Tesis de grado). Recuperado de <http://132.248.9.195/ptd2015/octubre/405513886/Index.html>
- Valdivia, M. (2002). Trastorno por estrés postraumático en la niñez. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 40(2), 76-85 Recuperado de [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272002000600007](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272002000600007)
- Vázquez, L.A., (2009). *Tanatología, duelo y sentido de vida. Taller para adultos mayores del INAPAM (Reporte laboral)*. Recuperado de <http://132.248.9.195/ptd2009/marzo/0641877/Index.html>
- Wolder, A. (2017). Lo que dejó el sismo del 19 de septiembre del 2017 en México. *Revista Accesos*. Recuperado de <http://www.revistaccesos.com/lo-deja-sismo-del-19-septiembre-del-2017-mexico/>

## Anexos

### Anexo 1

#### Redes Semánticas

Datos sociodemográficos		
<b>Nombre</b>	<b>Edad</b>	<b>Sexo:</b> <b>Hombre ( ) Mujer ( )</b>
<b>Ocupación (padres)</b>	<b>Grado escolar (niños)</b>	

#### Instrucciones

1. Define con la mejor claridad y precisión a las palabras o frases que se presentan, mediante el uso de mínimo cinco palabras que consideres están relacionadas con las palabras o frases, puedes utilizar verbos, adverbios, adjetivos, entre otros. 2. Es muy importante que sólo sean palabras, procura no usar artículos ni preposiciones, una vez que termines la lista, el siguiente paso es numerar en función de la importancia o cercanía que consideres tiene, donde 1 corresponde a la más cercana o más importante y continuas con la numeración. 3 No pases a la siguiente hoja hasta que no hayas terminado.

**El propósito** es conocer el significado de algunas palabras. No te tomará más de 10 minutos. Muchas gracias por tu participación.

## Ejemplo

Paso 1. Hacer la lista	Paso 2. Numerar importancia o cercanía
<b>Manzana</b> Árbol Fruta Rica Roja Comida	<b>Manzana</b> Árbol (3) Fruta (1) Rica (5) Roja (2) Comida (4)

<b>QUÉ SIENTO ANTE LA MUERTE</b>
( )
( )
( )
( )
( )

<b>QUÉ PIENSO DE LA MUERTE</b>
( )
( )
( )
( )
( )

<b>QUÉ HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA</b>
( )
( )
( )
( )
( )

## **Anexo 1.1**

Relajación muscular: método de relajación de Koeppen  
<https://www.dropbox.com/s/b736meztljc9jvc/M%C3%A9todo%20de%20relajaci%C3%B3n%20de%20Koeppen.docx?dl=0>

## **Anexo 2**

Instrucciones: primero los participantes formaran un círculo a lo ancho de todo el salón, luego se les pedirá que participen expresando sus creencias sobre el duelo infantil enseguida el ponente leerá frente al grupo las siguientes creencias en orden aleatoria y los participantes responderán diciendo “falso o verdadero”, les preguntara ¿Por qué? Y luego responderá argumentado su respuesta

**Dinámica: “la papa caliente”** se pasará una pelota de esponja entre los participantes de manera aleatoria, diciendo: “la papa caliente, se quema, se quema.....se quemó” al participante que le toque tendrá que responder con un verdadero o un falso y argumentar su respuesta respecto a la creencia mencionada, siguiendo el listado

### **Creencias sobre el duelo infantil, de acuerdo a Díaz (s/f)**

- Los niños no experimentan el duelo infantil. (Falso) los niños si experimentan el proceso pero de acorde a su edad, incluso los bebés son capaces de sentir que ausencia de su figura de apego (mamá)
- El duelo es un proceso que se debe solamente a la pérdida de un familiar y no de una mascota. (Falso) un duelo se da tras una pérdida significativa
- Los niños no comprenden la muerte y es mejor no hablarles de ello, para protegerlos.(Falso) los niños si comprenden la muerte pero acorde a su edad
- Cuando fallece un familiar, es mejor ocultar a los niños que nos sentimos tristes, de esta forma ellos estarán felices y no sufrirán. (falso) no expresar nuestras

emociones delante de los niños, hará que ellos tampoco quieran expresar sus emociones, lo cual les sirve para superar el proceso.

- Es mejor que los menores no estén presentes en el funeral, pues les puede ocasionar recuerdos dolorosos y negativos que los dejen marcados de por vida. (falso) si los niños desean asistir al funeral, esto les ayudara procesar la muerte y entender que la persona fallecida ya no volverá.
- Si el niño desea asistir al funeral, se le debe decir con anticipación lo que ocurrirá (lo que verán y escucharán) (verdadero) de esta forma los niños estarán preparados y no les tomara por sorpresa lo que verán
- En caso de que se produzca una muerte de un familiar por accidente u homicidio, es mejor maquillar la verdad y explicarle a los niños que la persona murió de forma natural. (falso) si murió alguien significativo para los niños, de todas formas significará que ya no volverán a ver a la persona nunca mas
- Al cabo de un año todos superan el proceso de duelo. (falso) no hay un tiempo establecido para superar el duelo, pues cada persona lo experimenta a su manera a su tiempo
- Los niños superan el proceso de duelo más rápido que el de un adulto. (verdadero) debido que los niños continúan con una serie de actividades obligatorias: escuela, fiestas, amigos, deportes, etc.)
- El tiempo lo cura todo y con el pasar de los meses las emociones y sentimientos volverán a la normalidad. (falso) el tiempo no es quien cura todo, son las acciones que se llevan a cabo para recuperar las rutinas y recolocar a la persona fallecida emocionalmente.
- Decir a los niños que no hay que estar tristes por que el fallecido se pone triste, es una manera eficaz de calmarlos (falso) pues puede originar al niño confusión y angustia ya que le hace pensar al niño que el muerto aún puede verlo y oírlo
- Es necesario que los niños hablen de sus sentimientos y emociones respecto al duelo que viven, y de no ser así es necesario que sean obligados por un adulto a hablar de la situación (falso) los niños tienen derecho a hablar con quien quieran y cuando quieran, sin forzarlos a nada.

- Los niños demuestran los mismo sentimiento que los adultos respecto al duelo: estar tristes, llorar, etc. (falso) los niños expresan su dolor de manera diferente, viven su tristeza de a ratos, luego se distraen jugando y están bien o no saben cómo expresar su dolor y lo hacen mediante rabietas y berrinches, malos comportamientos de conducta.
- Que los niños hablen de los recuerdos que tiene de la persona fallecida los ayudara en su proceso de duelo (verdadero) les ayudara a recolocar emocionalmente al fallecido, es decir, a mantenerlo en la memoria y el corazón.

### **Anexo 3**

#### **Definiciones de Duelo**

Instrucciones: luego de la lluvia de ideas sobre el duelo y las definiciones realizadas por los padres, se darán a conocer algunas definiciones de autores, leyéndolas y colocándolas en hojas de color al frente para que estén a la vista de todos.

El duelo es el doloroso proceso normal de elaboración de una pérdida, tendiente a la adaptación y armonización de nuestra situación interna y externa frente a una nueva realidad. Elaborar el duelo significa ponerse en contacto con el vacío que ha dejado la pérdida de lo que no está, valorar su importancia y soportar el sufrimiento y la frustración que comporta su ausencia. (Bucay, 2006)

“Es la reacción habitual a la pérdida de una persona amada o de un abstracción puesta en su lugar: la patria, un ideal, la libertad, etc.” Freud (como se citó en Tizón y García, 2004)

Para la Real Academia Española (2001) el duelo tiene tres significados:

Del latín tardío *dolus* “dolor”

1.- Dolor, lástima, aflicción o sentimiento

2.- Demostraciones que se hacen para manifestar el sentimiento que se tiene por la muerte de alguien.

3.- Reunión de parientes, amigos o invitados que asisten la casa mortuoria, a la conducción del cadáver al cementerio, o a los funerales.

El duelo es la respuesta psicológica- pensamiento –sentimiento- que se presenta ante la pérdida de un ser querido. Dicha respuesta es totalmente subjetiva y depende de las estructuras mentales y emocionales de quien la vive, lo cual determina si se involucra o no síntomas físicos en ella. Eso quiere decir que si bien el dolor ante una pérdida es inherente a los seres humanos, los sistemas de creencias que tenga quien lo sufre modifica sustancialmente su exposición y desarrollo, haciéndolo más manejable, en algunos casos, o, por el contrario, mucho más complejo de lo que en realidad es. (Rojas, 2008)

#### **Anexo 4**

Link de la película: posdata te amo:  
<https://www.dropbox.com/s/nf7xuellig7r882g/etapas%20duelo.mp4?dl=0>

#### **Anexo 5**

Link de la presentación power point:  
<https://www.dropbox.com/s/9wvzw1lguahy0gc/duelo.pptx?dl=0>

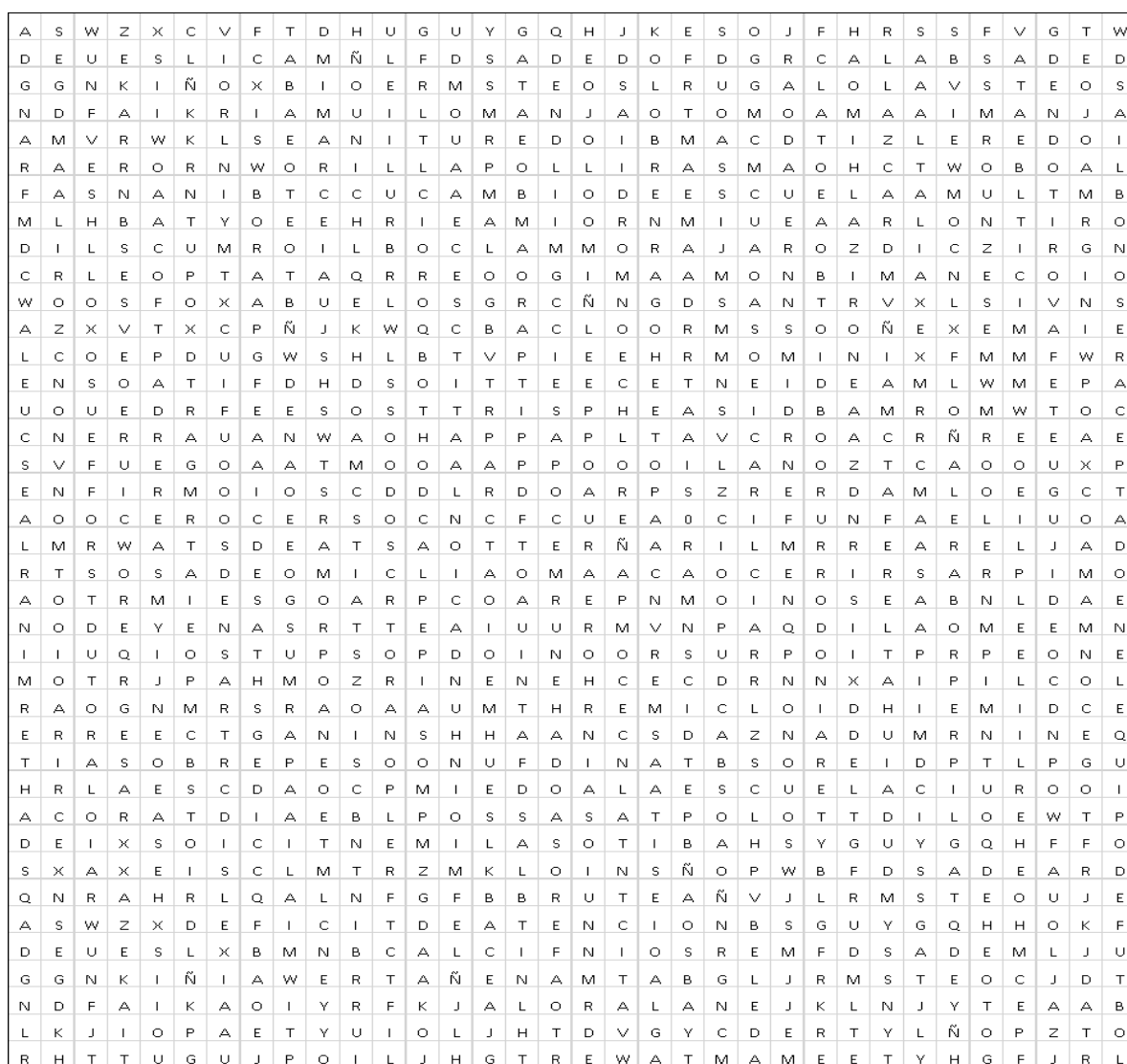
- trastorno de estrés postraumático
- causas
- Signos y síntomas
- Como actuar
- tareas del duelo
- entendimiento de la muerte en niños (0- 12 años)
- estrategias para comunicar la pérdida a un niño



## Anexo 6

### Sopa de letras

Los participantes formarán equipos de 3 a 4 personas y encontrarán las palabras solicitadas en la sopa de letras: terminar la escuela, sobrepeso, huracán, mascota, padre, fuego, inundación, dislexia, déficit de atención, hábitos alimenticios, miedo a la escuela, mudanza, hermano, abuelos, amigos, cambio de escuela, desmotivación escolar, cambio de rutina, diente, brazo, pierna, compañero, madre, reprobar el año, juguete favorito, no ser aceptado en el equipo de fútbol.



## **Anexo 7 Memorama (indicadores del duelo infantil complicado)**

Instrucciones: los participantes formaran equipos de 4 personas, voltearan y revolverán las fichas para luego ir encontrando la pareja de cada una de ellas: llanto frecuente, rabietas, (comportamiento infantil más de lo habitual: pedir ayuda para comer, pedir ayuda para vestirse, pedir ayuda para bañarse, hablar con balbuceos, hacer pipí en la cama), desmotivación escolar, pesadillas, falta de concentración, miedo a quedarse solo, desinterés por actividades que antes le entusiasmaban.

Link:

<https://www.dropbox.com/s/87ahkdi1k2kb39s/memorama%20-%20copia.docx?dl=0>

## **Anexo 8**

Reconocimiento a padres por su asistencia al taller:

[https://www.dropbox.com/s/2d3b7sriut9ngg4/Certificado%20de%20reconocimiento\\_padres.docx?dl=0](https://www.dropbox.com/s/2d3b7sriut9ngg4/Certificado%20de%20reconocimiento_padres.docx?dl=0)

## **Anexo 9**

Ciclo vital



## **Anexo 10**

### **Cuando la tierra se movió (Martínez, Sepúlveda & Culiaciati, 2010)**

<https://www.dropbox.com/s/cqka3gza3n6gpkc/cuando%20la%20tierra%20se%20movio.pdf?dl=0>

#### ***Cuento No Es Fácil, Pequeña Ardilla (Elisa Ramón, Rosa Osuna)***

La ardilla roja estaba triste.

Sentía una pena muy honda porque su madre se había muerto y pensaba

Que nunca más sería feliz.

Su padre le secaba las lágrimas con ternura, intentando consolarla.

Mamá siempre estará con nosotros... y se golpeaba el pecho: ¡aquí!

La ardilla no lograba entender.

Lo único que veía era que ella ya no estaba.

Una noche se enfadó con su mamá por haberla abandonado.

Tan disgustada estaba que arremetió contra los juguetes.

Cuando se calmó, su papá la abrazo muy fuerte.

Aun así no dejó que la arrojara, ni quiso que le contase un cuento.

No quería que nadie ocupase el lugar de su madre.

Pero mamá ya no estaba.

Cuando se quedó a solas, miró al cielo, como hacía antes con su madre.

Busco la estrella que mamá había elegido para protegerla en sus sueños, pero aquella noche no la vio.

Entonces salió de casa y fue a ver a su mejor amigo.

El búho extendió su enorme ala y la cubrió para que no le entrase frío.

La ardilla se acurruco y, debajo de las plumas, lloro a sus anchas.

Mientras el búho dormía hecho una bola de plumas, la luz y el calor del sol

Despertaron a la ardilla, que desde el árbol contemplo el paisaje.

¡Era muy hermoso...!

Entonces pensó que su madre no volvería a ver el bosque, que nunca más correría por él, que no sentiría las caricias del sol ni se alegraría con el canto de los pájaros.

Los ojos se le llenaron de lágrimas y corrió a esconderse a casa.

Se metió en la cama y se tapó hasta más arriba de la cabeza.

Su padre se acercó y le acaricio la espalda:

Quiero que veas algo que te va a gustar...

¡Imposible! – se escuchó entre las sabanas –

Ya no hay nada que me guste

Esto sí, ya verás... - aseguro el padre y

La ardilla, curiosa, asomo el hocico.

¡Estos son tus abuelos!

La ardilla roja, aunque no los había conocido, había oído hablar mucho de ellos.

Los quería mucho, me gustaba estar siempre a su lado, pero se hicieron viejos y se murieron.

Entonces, también me sentí muy triste.

La pequeña ardilla escuchaba atenta.

Aprendí mucho con ellos. Como tú, de mamá y de mí.

Siempre los recordare...

¿Y si me olvido de mamá...?

- pregunto la ardilla -

¡Imposible!

Ella también te quería mucho.

Ahora está en tu corazón.

La ardilla roja no conseguía entenderlo... Y suspiro.

En su pequeño corazón solo había tristeza.

¡No tenía ni ganas de jugar!

Cuando veía a las mamás de sus amigos, echaba de menos a la suya y se

Sentía aún más desanimada.

Entonces prefería alejarse y andar por el bosque.

Una tarde se paró debajo de un nogal.

Cogió las nueces más grandes, las froto entre sus manos y se puso a comerlas.

Las abría con mucha maña, se lo había enseñado su mamá, para no partirse los dientes.

Después trepo a los árboles.

Saltando de rama en rama, llego al final del bosque.

Desde allí contemplo la puesta de sol, y de repente, noto un cosquilleo por todo el cuerpo.

Levanto las orejas y ahueco el rabo.

Miro a un lado, a otro...

No sabía porque, pero sentía que su madre estaba cerca

Cuando se hizo de noche, corrió junto su amigo.

El búho, en lo alto del viejo árbol, le cantaba a la luna.

Los dos, en silencio, miraron al cielo.

De pronto, la pequeña ardilla se fijó en una estrella:

¡Mira! ¡La estrella de mamá!

Hoy brilla como nunca – advirtió el búho, que de aquello sabía mucho.

¡Voy a decírselo a papá...!

Y se fue corriendo.

La ardilla roja había entendido que mamá estaba con ella, y que nunca la abandonaría.

Aquella noche dejó que su padre la arropase y poco antes de dormir, le dijo:

¡Papá, cuéntame un cuento...! Como lo hacía mamá

## **Anexo 11**

Link de la película “el rey león”:

<https://www.dropbox.com/s/ho3w6ufyeu4v9ha/ETAPAS%20DUELO%20NI%C3%91OS.mp4?dl=0>

## **Anexo 12**

Reconocimiento para alumnos:

[https://www.dropbox.com/s/2wshswe4g5637t6/Reconocimiento\\_alumnos.docx?dl=0](https://www.dropbox.com/s/2wshswe4g5637t6/Reconocimiento_alumnos.docx?dl=0)

Aplicación de instrumentos

## Pre test (padres)

### Redes Semánticas

Datos sociodemográficos		
Nombre [REDACTED]	Edad 57	Sexo: Hombre ( ) Mujer (X)
Ocupación (padres) Hogar	Grado escolar (niños) primaria	

### Instrucciones

1. Define con la mejor claridad y precisión a las palabras o frases que se presentan, mediante el uso de mínimo cinco palabras que consideres están relacionadas con las palabras o frases, puedes utilizar verbos, adverbios, adjetivos, entre otros. 2. Es muy importante que sólo sean palabras, procura no usar artículos ni preposiciones, una vez que termines la lista, el siguiente paso es numerar en función de la importancia o cercanía que consideres tiene, donde 1 corresponde a la más cercana o más importante y continuas con la numeración. 3. No pases a la siguiente hoja hasta que no hayas terminado.

**El propósito** es conocer el significado de algunas palabras. No te tomará más de 10 minutos. Muchas gracias por tu participación.

QUÉ SIENTO ANTE LA MUERTE	
(5)	Miedo
(1)	desesperacion
(3)	terror
(2)	soledad
(4)	llanto

QUÉ PIENSO DE LA MUERTE	
(4)	inatural
(3)	tranquilidad
(2)	pez
(5)	silencio
(1)	dolor

QUÉ HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA	
(3)	pensar
(1)	llorar
(5)	Recordar
(2)	estar sola
(4)	buscar ayuda

Post test (padres)



QUÉ SIENTO ANTE LA MUERTE

(3) tristeza

(2) dolor

(1) llanto

(4) escalofrío

(5) negación

QUÉ PIENSO DE LA MUERTE

(1) mala

(3) Miedo

(2) Suspense

(5) no funciona el corazón

(4) Al infinito

QUÉ HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA

(2) coraje

(3) llorar


(1) buscar ayuda

(5) ruina

(4) pedir consejos

Pre test (niños)

**Redes Semánticas**

Datos sociodemográficos		
Nombre 	Edad 9	Sexo: Hombre ( <input checked="" type="checkbox"/> ) Mujer ( <input type="checkbox"/> )
Ocupación (padres)	Grado escolar (niños) 5° A	

**Instrucciones**

1. Define con la mejor claridad y precisión a las palabras o frases que se presentan, mediante el uso de mínimo cinco palabras que consideres están relacionadas con las palabras o frases, puedes utilizar verbos, adverbios, adjetivos, entre otros. 2. Es muy importante que sólo sean palabras, procura no usar artículos ni preposiciones, una vez que termines la lista, el siguiente paso es numerar en función de la importancia o cercanía que consideres tiene, donde 1 corresponde a la más cercana o más importante y continuas con la numeración. 3. No pases a la siguiente hoja hasta que no hayas terminado.

**El propósito** es conocer el significado de algunas palabras. No te tomará más de 10 minutos. Muchas gracias por tu participación.

QUÉ SIENTO ANTE LA MUERTE	
( )	nada
( )	senti feo
( )	Dolor
( )	caliente
( )	

QUÉ PIENSO DE LA MUERTE	
(5)	que mueren personas
(3)	cielo
(1)	Desmayo
(2)	Ya no comemos
(4)	a tropezaron

QUÉ HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA	
(5)	Frio
(1)	Buscar
(2)	Enoja
(4)	gritar
(3)	triste

Post test (niños)

QUÉ SIENTO ANTE LA MUERTE

- (1) nada
- (2) triste
- (3) Feo
- (4) cosa
- (5) miedo

QUÉ PIENSO DE LA MUERTE

- (1) mala
- (2) Todos
- (3) accidente
- (4) E Permeda
- (5) inFacto

QUÉ HAGO CUANDO PIERDO ALGO IMPORTANTE EN MI VIDA

- (1) Adorro
- (2) Ayuda
- (3) sento triste
- (4) Juegos
- (5) Platicar

Se realizó la aplicación del instrumento de redes semánticas a los padres, para conocer sus creencias respecto a la muerte. (Véase figura 1)



*Figura 1. Aplicación de instrumentos*

Se formaron equipos para la redacción de cuentos (¿qué harías si tu hijo tiene alteraciones en su conducta después del sismo?). (Véase figura 2)

Donde los padres coincidieron en que lo mejor es platicar con el menor de lo sucedido y buscar ayuda psicológica, así como dar acompañamiento por las noches a los menores antes de dormir y mostrar afecto.



*Figura 2. Redacción de cuento*

Se realizó aplicación del instrumento de redes semánticas en niños, para conocer sus creencias respecto a la muerte. (Véase figuras 3, 4 y 5)



Figura 3. Aplicación de instrumentos (niños)

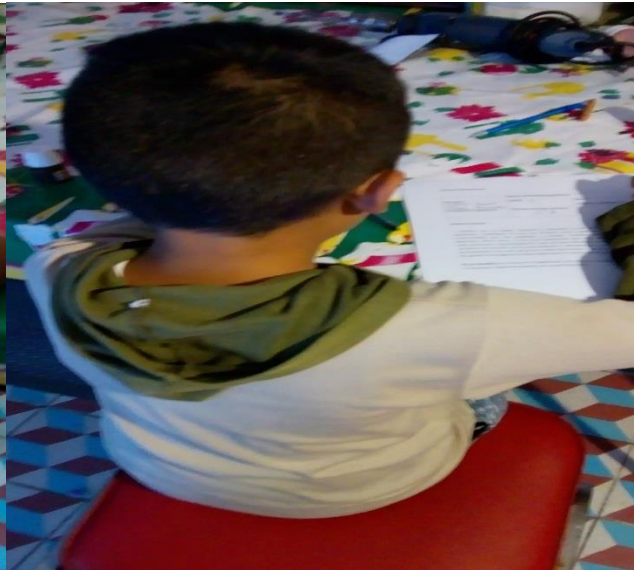


Figura 4. Aplicación de instrumentos



Figura 5. Aplicación de instrumentos

Se muestran algunos dibujos de los niños, respecto a su experiencia con el sismo del pasado 19 de septiembre. La mayoría de los niños se encontraba en la escuela, mientras se suscitó el sismo. (Véase figuras 6, 7, 8 y 9)

Algunos no le tomaron demasiado importancia, simplemente sintieron que se marearon, mientras que otros mencionan haber sentido feo.



Figura 6. Dibujo del sismo



Figura 7. Dibujo del sismo

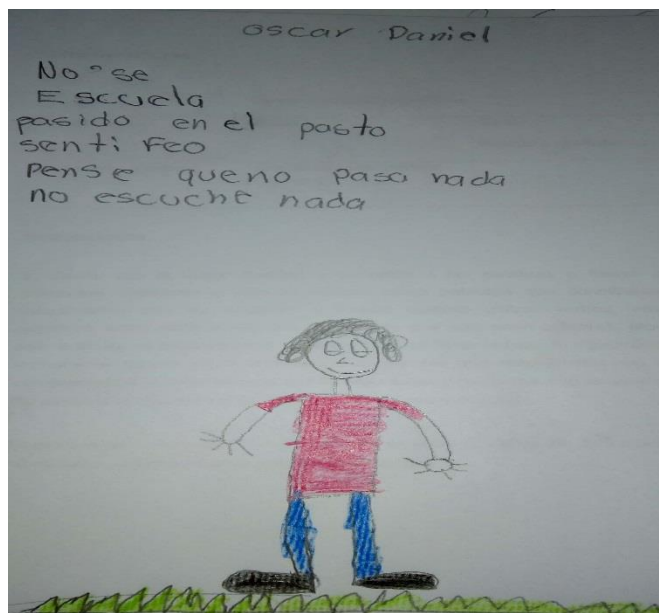


Figura 8. Dibujo del sismo



Figura 9. Dibujo del sismo

Los participantes también realizaron dibujos sobre alguna experiencia que tuvieron con la muerte o creencia sobre la misma. (Véase figuras 10, 11, 12 y 13)



Figura 10. Dibujo representativo de la muerte



Figura 11. Dibujo representativo de la muerte



Figura 12. Dibujo representativo de la muerte

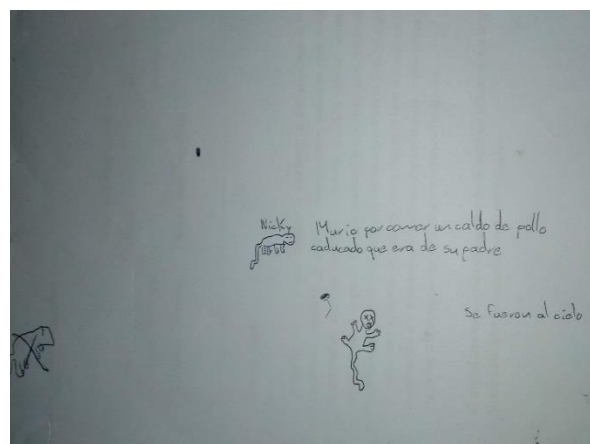


Figura 13. Dibujo representativo de la muerte

Se realizó lectura del libro “no es fácil pequeña ardilla” donde los niños reconocieron las emociones experimentadas en un proceso de duelo y las etapas del mismo. (Véase figura 14)





Figura 14. Lectura del cuento

A través del “ciclo vital” se explicó a los niño el termino de universalidad de la muerte. Usando como ejemplos el ciclo de vida de los seres humanos y de las plantas. (Véase figura 15)



Figura 15. Ciclo vital

A través de la realización de figuras de plastilina, los niños expresaron emociones (“como represento mi miedo”). (Véase figura 16)



*Figura 16. Representación del miedo*

Para la explicación del término “causalidad” se pidió a los niños realizar un árbol genealógico, donde se comentaron las causas de muerte de algunos de sus familiares (abuelos o bisabuelos). A algunos de ellos se enfermaron y les dejó de funcionar el corazón, a otros los pulmones. (Véase figuras 17, 18, 19 y 20)

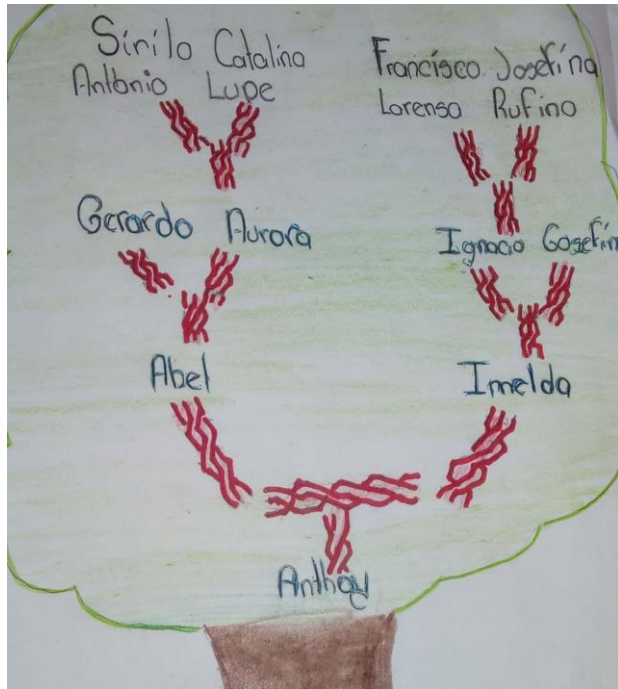


Figura 17. Árbol genealógico



Figura 18. Árbol genealógico

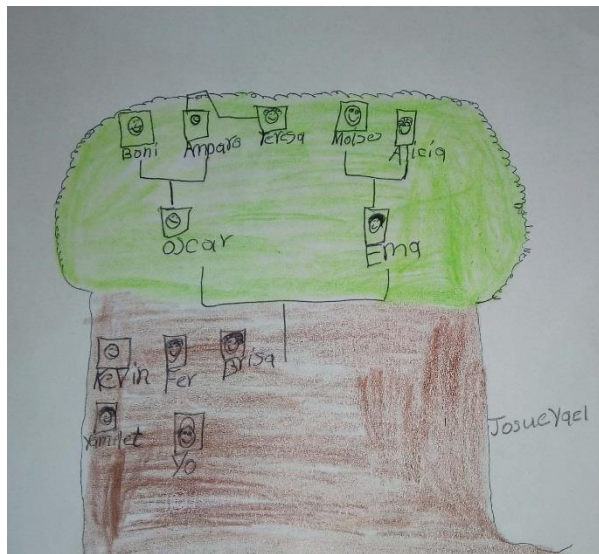


Figura 19. Árbol genealógico



Figura 20. Árbol genealógico

Una de las actividades de la sesión final, consistió en que los participantes escribieran una carta con lo que quisieran decirle a un familiar o mascota fallecido. (Véase figuras 21, 22 y 23)

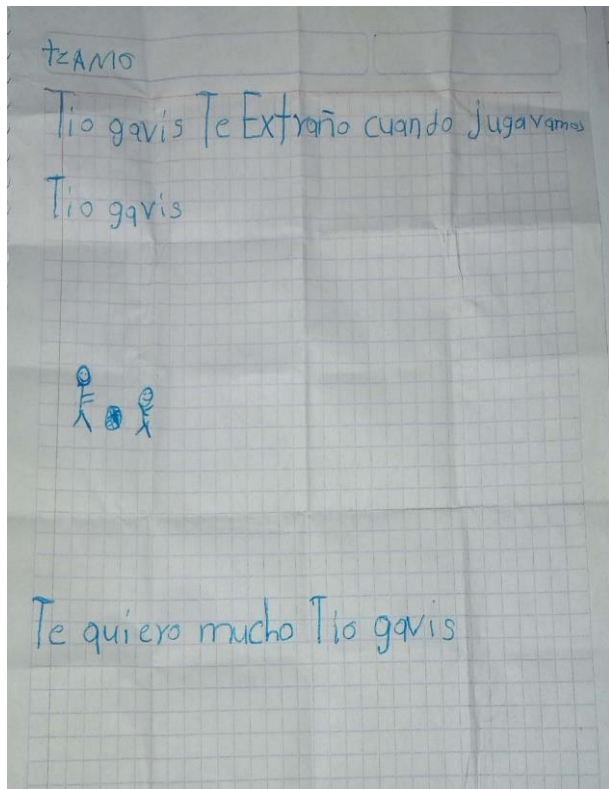


Figura 21. Carta

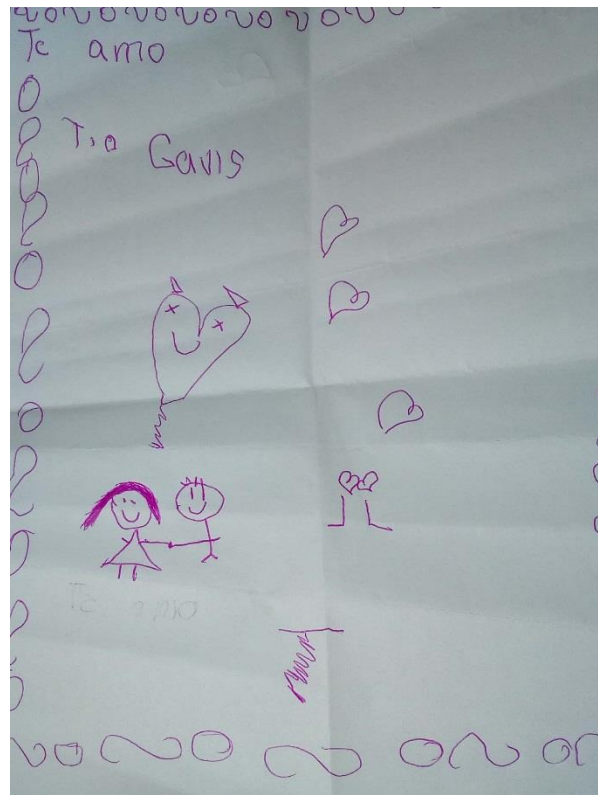


Figura 22. Carta

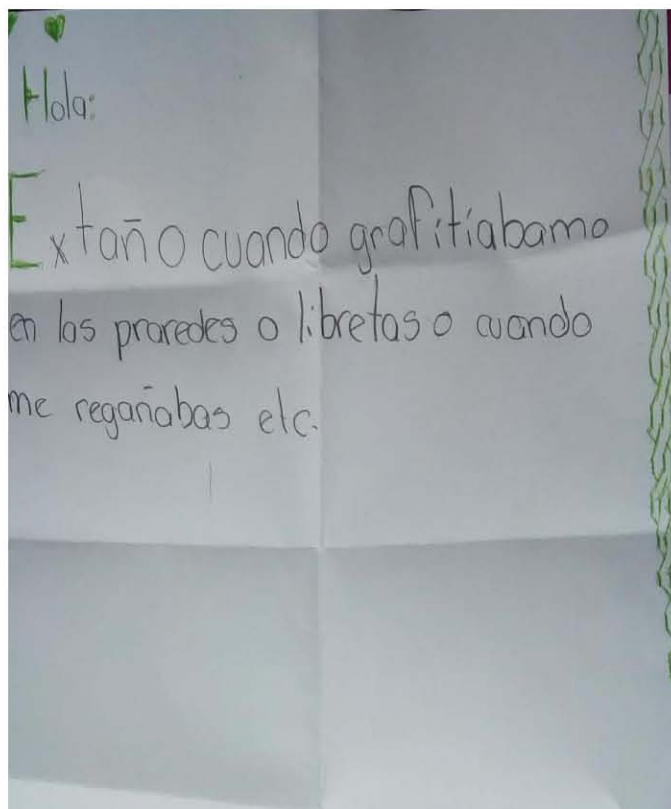


Figura 23. Carta