



# Ayudando a los Niños Cuando Hay una Muerte o Desgracia en la Familia

Los niños tanto como los adultos experimentan dolor, confusión y conmoción cuando hay una muerte en la familia. Los padres pueden reducir los sentimientos de ansiedad y dolor por proporcionar orientación y apoyo emocional.

## ALGUNAS DE LAS SEÑALES DE DOLOR DE UN NIÑO SON:

- Sentimientos de culpabilidad
- Cambios en el temperamento
- Hostilidad o agresión
- Bajo desempeño en la escuela
- Deseo de morir
- Somnolencia
- Depresión
- Retiro de la realidad diaria

## ¿CÓMO PUEDE AYUDAR A UN NIÑO CUANDO MUERE UN SER AMADO?

**Dígale la verdad:** Dé respuestas directas y simples por la ausencia o desaparición del ser amado. Si es apropiado háblales acerca de enfermedades mortales.

**No los confunda:** El decirles que la persona “se fue” o que “se durmió” no es lo mismo que decirles que la persona se murió. Los niños pueden creer que la persona va a regresar. Explíqueles que la muerte es para siempre.

**Comparta sus experiencias con la muerte:** Deje que los niños asistan al funeral o servicio de honor a la memoria del difunto, pero no los force. Déjeles saber lo que van a observar. Prepárese para contestar sus preguntas.

**Enfréntese al dolor:** Deje que lloren y demuestren sus emociones. Esto lo ayudará a sanar mentalmente. Hable con ellos si tienen miedo.

**Asegúreles:** Abrácelos. Asegúreles que alguien estará con ellos presente que los continuará amando.

**Anímelos a expresar su dolor creativamente:** Déjelos que escriban cartas, canciones o dibujen para que se despidan del difunto.

## CUÍDESE PARA QUE PUEDA CUIDAR A SUS HIJOS.

### ¿A QUIÉN PUEDE LLAMAR PARA AYUDA?

Center for Community Support and Research  
**1-800-445-0116**

**Para más tarjetas de sugerencias para padres, visite [kcsf.org](http://kcsf.org) bajo la pestaña de “Resources.”**

**¿Preguntas sobre el cuidado de los hijos? Llame la Línea Telefónica de Ayuda Para los Padres de Familia.**

1-800-CHILDREN o mande un correo electrónico/texto [1800children@kcsf.org](mailto:1800children@kcsf.org)



Kansas Children's Service League

