

Narrativas adulto-centristas respecto al duelo en niñas y niños. Las consecuencias de una negación

Kenny Ximena Barraza-Herrera¹, Marcela Escobedo-Alavez¹, Ilse Arely Morato-Hidrogo¹

¹Universidad La Salle México, Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, Ciudad de México, México.

kx.barraza@lasallistas.org.mx, marcelaescobedo@lasallistas.org.mx,
ilse.morato@lasallistas.org.mx

Resumen. El presente proyecto buscó visibilizar las narrativas que los adultos tienen respecto al duelo en las niñas y los niños. Al escuchar la palabra “duelo”, en la mayoría de las ocasiones se hace alusión a la muerte, cuando en realidad, “duelo” se refiere a la manera en la que una persona reacciona ante la pérdida de cualquier cosa, ser querido o vínculo. Los niños no expresan la pena o sus emociones y sentimientos de la misma manera en que lo hacen las personas adultas. Sin embargo, esto no quiere decir que no sean conscientes de las pérdidas a que están expuestos o que no sientan, que no experimenten e incluso que no sepan lo que está ocurriendo cuando se pierde un ser querido o se pierde un vínculo. La familia es el contexto primario más importante a partir del cual los niños construyen su identidad y por ende su forma particular de ver el mundo. Así, en este contexto es que tienen sus primeras aproximaciones a pérdidas y narrativas que hablan de ellas. Narrativas generadas por adultos en las que más de las veces no reconocen la capacidad de las niñas y niños de enfrentar diferentes tipos de pérdidas. Lo cual tiene efectos en la salud socioemocional de niñas y niños. El presente proyecto tuvo como objetivo identificar las narrativas adulto-céntricas existentes alrededor del duelo en la infancia y la forma en que es introyectada por niñas y niños. Se realizaron entrevistas individuales a cada uno de los integrantes de cuatro familias para obtener las narrativas de adultos y de niñas y niños acerca de lo que es la pérdida, la forma de experimentar la pérdida y la forma de superarla. Los resultados permitieron encontrar que la narrativa adulto-céntrica acerca de la pérdida sigue considerando que las infancias no tienen la capacidad de reconocer las situaciones de pérdida y que además resulta poco práctico el que niñas y niños experimenten duelo. Al parecer plantean que es mejor evitarlo y hasta cierto punto reprimirlo.

Palabras Clave: Duelo, Salud mental en la infancia, adultos e infancia.

1 Descripción de la problemática prioritaria abordada

Al oír la palabra “duelo”, en la mayoría de las ocasiones se piensa que hace alusión a la muerte, cuando en realidad, “duelo” se refiere al proceso en el que una persona afronta una pérdida.

Hoyos (2015) menciona que el proceso de duelo de los niños es muy diferente al que experimentan las personas adultas, ya que su forma de vivirlo y expresarlo varía con la edad.

El hecho de no saber cómo acompañar a las niñas y los niños con su proceso de duelo, según Díaz (2017), puede tener repercusiones como presentar cierta dificultad para integrarse en el colegio; miedos exagerados, ya que pueden surgir nuevas inseguridades al vivir de manera vulnerable y poner en duda su seguridad y capacidades, también pueden somatizar, tener problemas de conducta y agresividad; aislamiento social; problemas académicos; y ansiedad.

Sufrir una pérdida en edades tempranas se ha relacionado, según diversas investigaciones, con un menor desarrollo de una menor resiliencia/tolerancia al estrés en la adolescencia, una salud mental frágil e incluso con un mayor riesgo de mortalidad, por lo que es importante conocer cómo se vive

este proceso de duelo en los niños, ya que puede afectar a su bienestar psicológico y a su futuro desarrollo (Arce & Pérez 2019).

En el contexto mexicano este problema cobra mayor relevancia ante la crisis de violencia que se ha experimentado en los últimos años pues existe una proporción considerable de niñas y niños que han perdido a sus seres queridos a consecuencia de algún tipo de situación de violencia. Además entre el 2020 y 2022 la pandemia por COVID-19 también hizo lo suyo y dejó a un gran porcentaje de niñas, niños y adolescentes sin padre, sin madre o ambos.

De acuerdo con Cohen et al. (2006) niños y niñas con una salud mental estable se caracterizan por: contar con una buena autoestima, ser autónomos y resilientes, creativos, capaces de expresar sus emociones, con buen sentido del humor, con sueño y alimentación regular, con relaciones sociales estables. Características que pueden ser afectadas verse afectadas en niños, niñas y adolescentes que enfrentan algún tipo de duelo. Arce y Pérez (2019) señalan que aquellas niñas y niños que reprimen sus duelos tienden a desarrollar problemas de salud mental caracterizados por: crisis de ansiedad, miedo y depresión. Además de tornarse en algunos casos agresivos, violentos y con relaciones sociales poco estables. Lo cual afecta su rendimiento académico, su relación familiar y de amistad así como su estado emocional.

2 Objetivo

El objetivo de la investigación realizada fue el de describir el contenido de las narrativas adultocéntricas en familias de la Ciudad de México relativas al duelo en las niñas y los niños así como el proceso a través del cual estos introyectan dichos discursos y configuran su pensar y actuar con respecto al duelo.

El Objetivo de Desarrollo Sostenible en que se centra el proyecto es el 3, el cual corresponde al rubro de salud y bienestar. La meta es la 3.4 que busca promover la salud mental y el bienestar.

3 Propuesta teórico-metodológica

Se realizó una investigación de corte cualitativo, de alcance descriptivo, con orientación fenomenológica, de campo y de corte transversal. La información se obtuvo a través de entrevistas en profundidad. Las cuales se aplicaron a todos y cada uno de los integrantes de cuatro familias seleccionadas al azar de una lista total de 100 que fue proporcionada por el Sistema Nacional de la Familia (DIF) de la Ciudad de México.

Las entrevistas se realizaron por videollamada a través de la plataforma "Zoom". Se les solicitó su consentimiento para que el audio fuera grabado, explicando que los propósitos de la investigación eran con fines académicos, asegurándoles confidencialidad en cuanto a no mencionar sus nombres. El análisis de las entrevistas se realizó con el programa Atlas Ti 8.

En el presente reporte se presenta los resultados de las entrevistas hechas a personas adultas.

4 Discusión de resultados

Para el análisis de las narrativas derivadas de las entrevistas hechas a personas adultas, se llevó a cabo un proceso de categorización de la información. Actividad que permitió identificar tres grandes categorías en el contenido de las narrativas: 1) características y condiciones del duelo, 2) comunicación del duelo y 3) acompañamiento. A continuación se detalla cada una de ellas (Véase Figura 1).

Características del duelo. En esta categoría se pudo observar que para las y los adultos el duelo se caracteriza por una condición de dolor, de sufrimiento, de aislamiento, de depresión, de ansiedad, de pérdida de fe, tristeza y muerte. Razón por la cual argumentaron que era mejor no decir nada a las y niños, sobre todo cuando se habla de pérdida de seres querido.

Comunicación del duelo. En este rubro se encontró una fuerte tendencia a no decir nada a las niñas y niños respecto a la pérdida, sobre todo de seres queridos. Se encontró que hay posturas encontradas en cuanto a la libertad para expresar sentimientos y emociones vinculados al duelo. La primera de ellas señala que no hay que permitir que lloren o sientan tristeza, que se debe enseñar a las infancias a ser fuertes. Postura que contrasta con la segunda en la que se señala la necesidad de permitir que expresen sus emociones de manera libre. Las personas adultas señalaron que la comunicación de una pérdida y el hablar acerca del duelo que una niña o niño está experimentando dependerá del tipo de duelo del que se trate. Es por ello que hacían una distinción entre muerte y ausencia. Así, el tipo de duelo determinará la posibilidad de expresarlo y vivirlo. Algunas de las personas participantes en la investigación señalaron que no vale la pena comunicar la pérdida de seres queridos, vínculos u objetos con las infancias pues no tienen la capacidad para comprender lo que ocurre y por ende no pueden experimentar duelo. Postura delicada que puede afectar la salud mental de las niñas y los niños.

En lo que respecta al acompañamiento, se encontró que la mayoría de las personas adultas que participaron en el estudio niegan la existencia del duelo en la infancia y que por ende hay que dejar que las cosas sigan su curso. Quienes reconocen la existencia del duelo señalan que el acompañamiento depende de cada familia y de la cultura de esta.

Finalmente, se encontró que dentro del ámbito espiritual la muerte está ligada con ir al cielo, donde debemos recordar que, en su mayoría, la población mexicana tiene fuertes arraigos con la religión católica o cristiana.

El duelo es más que la pérdida de algún ser querido y aunque en segunda instancia los entrevistados se pudieron dar cuenta de ello, la percepción que tienen del duelo está limitada exclusivamente al tema de la muerte. Lo que provoca el que casi no se hable de los procesos que conllevan una pérdida y de ser así solo se verbaliza lo malo de la experiencia, pero no los aprendizajes que esta pudo haber dejado. Y finalmente, se evidencia que la carga ideológica respecto al duelo que tienen los cuidadores primarios es la que se transmitirá a las niñas y niños generando una reproducción de dichas creencias.

La posición adulto-céntrica respecto al duelo en niñas y niños es negar su existencia y su proceso lo cual puede generar afectaciones en su salud mental.

4 Conclusiones y perspectivas futuras

Las narrativas adulto-céntricas respecto al duelo en niñas y niños se caracterizan por un contenido orientado a negar tanto la existencia de éste en las infancias como la incapacidad de aquellos para comprenderlo. A pesar de esta postura es importante considerar algunas recomendaciones para acompañar a niñas y niños en sus procesos de duelo:

1. Reconocer y validar sus emociones. Se debe brindar un entorno de apoyo donde puedan hablar, llorar y compartir sus pensamientos sin sentirse juzgados.
2. Adaptar la comunicación. Es importante utilizar un lenguaje adecuado a su nivel de desarrollo y responder a sus preguntas de manera clara y honesta, evitando información excesiva o confusa.

3. Mantener la rutina y la estabilidad. Generar un entorno seguro, con rutinas estables les permitirá generar la confianza necesaria para hablar del tema.
4. Proporcionar apoyo emocional. Los adultos significativos en su vida, como padres, familiares o profesores, deben estar disponibles para escuchar, consolar y ofrecer afecto cuando sea necesario.
5. Buscar ayuda profesional si es necesario. Si el niño está experimentando dificultades significativas o prolongadas en su proceso de duelo, puede ser beneficioso buscar la ayuda de un profesional capacitado en salud mental infantil.

Cada niño y niña son únicos y puede enfrentar el duelo de manera diferente. Brindarles comprensión, apoyo y un entorno seguro para expresarse les ayudará a procesar su pérdida.

A partir de los resultados obtenidos en esta investigación se desarrollará un taller para padres y madres de familia acerca del reconocimiento, la vivencia y el afrontamiento del duelo en infancias.

6 Agradecimientos

Las autoras agradecemos el apoyo recibido por las familias que nos permitieron entrevistarlas así como nuestros docentes de la licenciatura en psicología de la Universidad La Salle México.

7 Referencias

1. Arce, I., & Pérez, A. (2019). El proceso de duelo: particularidades en la infancia y adolescencia. Cuadernos Monográficos de Psicobioquímica, 1(1), 5-11. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Ascension-Bellver-Perez/publication/342232767_EL_PROCESO_DE_DUELO_PARTICULARIDADES_EN_LA_INFANCIA_Y_ADOLESCENCIA/links/5ee9e4a4299bf1faac5c929e/EL-PROCESO-DE-DUELO-PARTICULARIDADES-EN-LA-INFANCIA-Y-ADOLESCENCIA.pdf
2. Carrasco, M., Navarrete, L. & Muga, R. (2010). El duelo en niños y adolescentes: un reto para la atención en salud mental. Revista chilena de pediatría, 81(4), 312-319.
3. Cohen, J., Mannarino, A., & Deblinger, E. (2006). Treating trauma and traumatic grief in children and adolescents. The Guilford Press.
4. Díaz, P. (2017, noviembre 23). Problemas más comunes asociados al duelo infantil y juvenil. Fundación Mario Losantos Del Campo (FMLC). Recuperado de <https://www.fundacionmlc.org/problemas-asociados-al-duelo-en-ninos-y-adolescentes/>
5. Hoyos, M. (2015). ¿Entendemos los adultos el duelo de los niños? Acta Pediátrica Española. 73(2), pp. 27-32. Recuperado de <https://actapediatrica.com/images/pdf/Volumen-73---Numero-2---Febrero-2015.pdf#page=7>
6. Pérez-Sales, P. & Forns, M. (2008). El duelo infantil: características y estrategias de intervención. Revista de psicoterapia, 19(72), 25-39
7. Silverman, P. R. (2000). Never too Young to Know: Death in Children's Lives. Oxford University Press.
8. Worden, J. (2009). Grief counseling and grief therapy: a handbook for mental health practitioner. Springer.

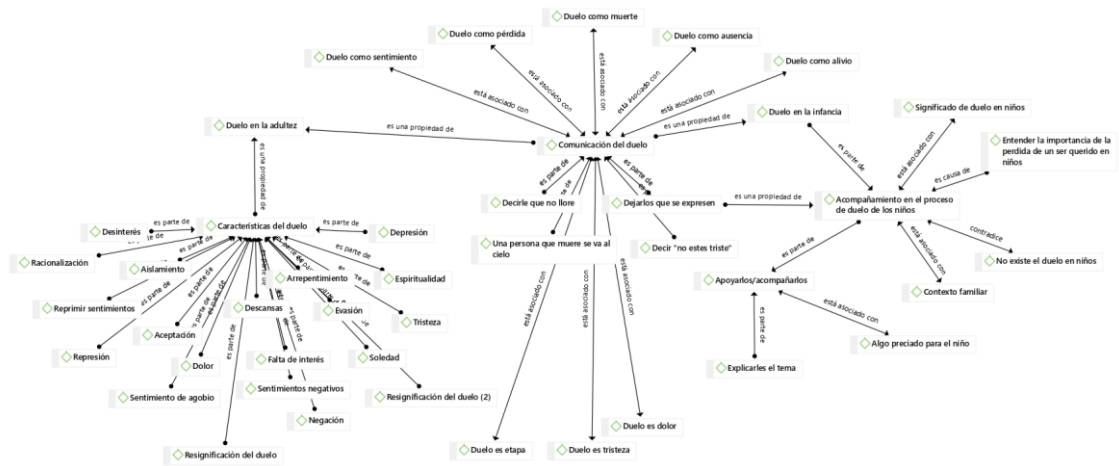


Figura 1. Red semántica de las narrativas de adultos acerca del duelo en niñas y niños. Elaboración propia.