



ACADEMY of Grief & Loss
INFORMATION
RESOURCES
EDUCATION
SUPPORT

Cómo explicar la muerte a los niños

La manera en que los niños comprenden la muerte depende de su edad y desarrollo. Un niño de dos años comprende la muerte de una manera diferente a un niño de diez años. Los niños que ya han experimentado la muerte de alguien cercano también podrán comprenderla mejor. Hay maneras de explicar la muerte a niños de diferentes edades.

De 2 a 4 años

Los niños muy pequeños no comprenden bien la muerte. En este grupo de edades, un niño sabrá que la persona ha desaparecido. Puede que pregunten muchas veces por esa persona. Al responderles, lo mejor es usar palabras como “se murió”. No use otras palabras que confundan al niño, tales como “adiós”, “está durmiendo” o “se fue”. Utilice un lenguaje sencillo y claro para explicarlo.

- Por ejemplo: “Mi amor, la abuela se murió. Ya nunca volverá”.
- Por ejemplo: “‘Se murió’ significa que el cuerpo dejó de funcionar. La abuela ya no puede hablar, caminar, sentir ni respirar. Ya no tenemos más lo que amábamos de la abuela y la hacía tan especial para nosotros. Su cuerpo es todo lo que quedó”.

De 5 a 9 años

Estos niños comienzan a comprender mejor la muerte. Puede que su comprensión sea incompleta. Un niño puede saber que el cuerpo deja de funcionar al morir. Puede que el niño también pregunte “¿cómo podrá respirar la abuela cuando esté enterrada en el suelo?”

Es posible que el niño haga muchas preguntas una y otra vez. Responderle las preguntas una y otra vez lo ayudará a comprender. Puede que el niño tema que otra persona cercana sea la siguiente en morir. A los niños de esta edad hay que decirles que siempre habrá alguien que cuide de ellos. 2 of 2

A partir de los 10 años

A la edad de 9 o 10 años, casi todos los niños comprenden bien la muerte. De igual manera, hay que responder sus preguntas con tanta sinceridad como sea posible. No evite hablar de la muerte. A veces los adultos no desean hablar de la muerte para proteger al niño contra el dolor y la tristeza. Tal vez crean que el niño no lo comprendería.

Independientemente de nuestra edad, el duelo es una respuesta normal y natural ante la pérdida. Aunque no se hable de una muerte, los niños harán duelo por la pérdida de un ser amado. Es importante recordar que la respuesta de un niño puede no ser clara o inmediata. Si se entera de la muerte de alguien y enseguida sale a jugar, ¡no hay problema! Es una conducta normal en los niños.

Procure seguir la rutina normal del niño, especialmente si ha muerto alguien cercano a él. La rutina le dará al niño una sensación de seguridad y estabilidad durante un tiempo caracterizado por la incertidumbre. Es importante mantenerlo cerca de un adulto que lo comprenda. Esa persona podrá responder sus preguntas y brindarle apoyo y consuelo. Ayudará al niño a hacer frente a la pérdida y a seguir adelante con el proceso de su duelo.

