

El proceso de duelo en los niños. Una revisión sistemática.
(*Mourning process in children. A systematic review.*)

Pilar Zamora López
Universidad de Jaén (España)
pzi00002@red.ujaen.es

Páginas 26-35

Fecha recepción: 24/04/2021
Fecha aceptación: 11/05/2021

Resumen.

En los últimos años, se reconocen cada vez más los problemas emocionales y sociales originados en niños y niñas como consecuencia de la pérdida de un familiar o un ser querido. Por desgracia, en la actualidad este fenómeno se ha visto acusado debido a la situación de pandemia producida por el Covid-19 que atraviesa nuestro país. La muerte, el fallecimiento y la desaparición son conceptos muy amplios y complejos y son interpretados de diversas maneras en función de las concepciones individuales de cada persona, pero ¿Cómo viven esta situación los niños? ¿Qué sienten? El siguiente estudio se centra en conocer los sentimientos y emociones que manifiestan los niños y niñas durante su proceso de duelo, así como analizar distintos programas de intervención que faciliten este proceso. Para ello se ha llevado a cabo una revisión sistemática con la finalidad de observar y estudiar la información más relevante y significativa en este campo.

Palabras clave: muerte; duelo; problemas emocionales y sociales; programas de intervención; revisión sistemática

Abstract.

In the past year there is growing recognition emotional and social problems originating in children as a result of the loss of a family member or loved one. Unfortunately, at present this phenomenon has been accused due to pandemic situation produced by Covid-19 that our country go through. Death, demise and disappearance are very broad and complicated concepts which are interpreted in different ways according to individual conceptions of each person, but how do children live this situation? What they feel? The following study focus on understand the feelings and emotions that children manifest during their mourning process, as well as to analyze different intervention programs that facilitate this process. For this reason, a systematic review has been carried out in order to observe and study the most relevant and significant information in this field.

Keywords: death; mourning; emotional and social problems; intervention program; systematic review

1.-Introducción.

La muerte es un concepto que se encuentra presente en el día de los seres humanos, a diario, todas las semanas, todos los meses y durante todo el año se producen muertes. En algunas ocasiones experimentamos la pérdida de un ser querido, en cambio, otras veces el duelo lo sufren personas ajenas a nuestro entorno. Este concepto nos rodea en los diversos ámbitos de nuestra vida cotidiana, tiene lugar en las películas, en los dibujos, en los cuentos, en las noticias, en la calle...por desgracia es un fenómeno que se ha visto acusado actualmente en nuestro país debido a la pandemia producida por el Covid-19, pero ¿Qué ocurre cuando la muerte tiene lugar dentro de nuestro núcleo familiar, de iguales o en la escuela? ¿Los niños y niñas están preparados para afrontar una pérdida? ¿Los docentes, familiares y adultos cercanos estamos preparados para abordar esta temática con los escolares?

Con el estudio desarrollado a continuación se pretende concienciar de la importancia que supone la necesidad de una educación en este ámbito, para posteriormente dar respuesta a aquellos niños y niñas que durante su etapa de la infancia han sufrido la pérdida de un ser querido, se va a llevar a cabo una búsqueda sistemática tras la cual se va a proceder a analizar diferentes estudios que aborden esta cuestión.

El porqué de esta temática se debe a la poca información y formación existente para trabajar con niños/as que atraviesan un periodo de duelo. Es un hecho que durante los años de formación académica pocas veces se ha hecho mención a cómo abordar dentro del aula un fenómeno tan natural como lo es la muerte. El entorno escolar es considerado como una institución primaria dentro de nuestra sociedad actual, donde hemos sido educados para la vida, y por qué no, hacerlo también para la muerte.

La muerte está presente en nuestro día a día, en los colegios con motivo de la festividad de los santos, se llevan a cabo algunas actividades complementarias para salir de la rutina diaria de los alumnos y alumnas, no obstante es un contenido que no encontramos presente en el currículum escolar de los mismos.

Cuando perdemos a un ser querido experimentamos un proceso de duelo, donde los niños y niñas son conscientes y partícipes del mismo. La problemática surge cuando, a la hora de tratar dicho tema, tanto docentes como familiares se sienten incómodos o no saben cómo tratarlo. De esta forma, no se le puede proporcionar a los escolares los recursos necesarios para poder enfrentar estas situaciones, ya que la escasez de formación por parte de ambos colectivos es notable. En este sentido, este estudio pretende dar a conocer cómo viven los niños/as el proceso de duelo, así como identificar y analizar qué programas son los más eficaces y destacados para proporcionar ayuda a los más pequeños durante este complejo proceso.

2.-Método.

2.1.-Diseño.

El presente estudio ha sido llevado a cabo dentro del campo mencionado previamente. Para su realización partimos de la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo viven los niños el proceso de duelo durante su etapa de la infancia? En función de nuestra pregunta de investigación, el objetivo que se persigue es: analizar diferentes programas de intervención destinados a trabajar los sentimientos y las emociones que manifiestan los menores en situaciones de duelo.

2.2.-Estrategias de búsqueda.

Con la finalidad de analizar los diferentes estudios encontrados en relación a los programas destinados a trabajar los sentimientos y las emociones de los niños y niñas en situaciones de duelo, se ha llevado a cabo una búsqueda de información con los siguientes conceptos clave: duelo en la infancia, intervención y programas en los ítem referidos a "título" o "palabras clave". Las bases de datos a través de las cuales hemos obtenido información relevante, tras el análisis de los conceptos previos, han sido: Dialnet, PsycINFO y PubMed. Cabe destacar que a la hora de realizar nuestra búsqueda se ha limitado el periodo temporal, analizando documentos desde 2010 hasta la actualidad, lo cual nos ha permitido establecer que la información relacionada con nuestro ámbito de estudio es reducida.

Con el fin de agilizar la selección de la información, primeramente se procedió a la lectura de los resúmenes presentes en las investigaciones. En numerosas ocasiones la información recogida en el resumen no daba la posibilidad de determinar si la investigación analizada cumplía con los criterios de inclusión y exclusión que se detallan en el siguiente apartado. Tras seleccionar y analizar los estudios se procedió a revisar la bibliografía de estos, aplicando, como mencionaba anteriormente, los criterios de inclusión y exclusión, para así aclarar si debíamos considerar o no algún otro artículo dentro de nuestra presente investigación.

2.3.-Criterios de inclusión.

Para llevar a cabo la selección de los artículos referentes a cómo viven los niños el proceso de duelo durante su infancia, se han tenido en cuenta los siguientes criterios:

1. La información obtenida se presentaba tanto en español como en inglés.
2. Se presentaban programas y técnicas a desarrollar con los sujetos de estudio.
3. Se detalla la metodología a seguir dentro del programa o técnica empleada.
4. El estudio se realizaba sobre una muestra de población con edades comprendidas entre los 2 y los 12 años.
5. Eran investigaciones realizadas con sujetos reales.

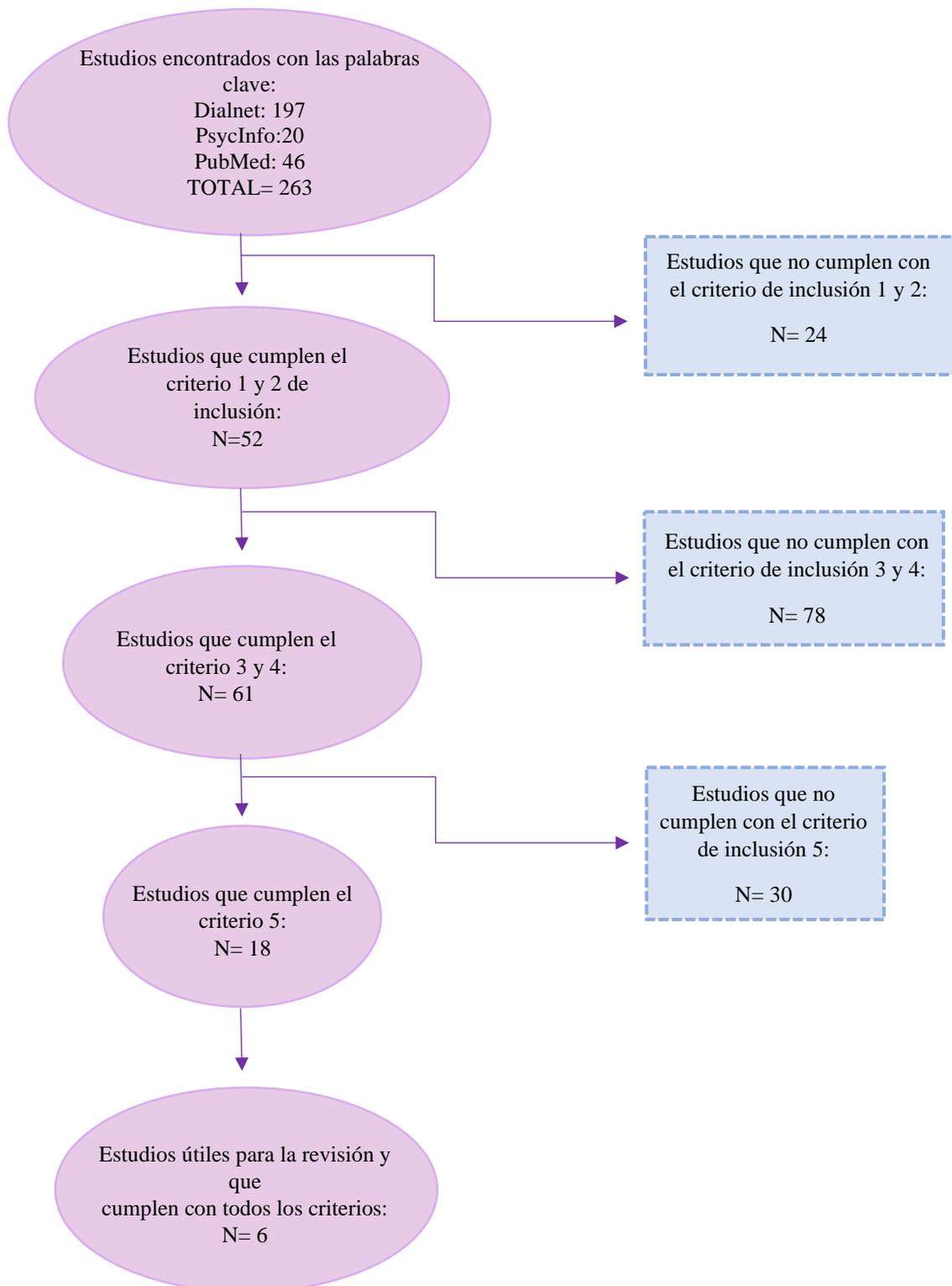
2.4.-Criterios de exclusión.

Por otro lado, en cuanto a los criterios de exclusión, se rechazaron una serie de artículos por presentar las siguientes características:

1. Los artículos consultados eran artículos teóricos, libros y reseñas.
2. La información se recogía como un estudio cualitativo.
3. La evaluación se centraba en los padres, madres y familiares cercanos del niño o la niña.
4. El estudio evaluaba a sujetos mayores de 12 años.
5. Se analiza a largo y a corto plazo los resultados psicológicos producidos por una situación de duelo en la niñez.

2.5.-Extracción de datos.

Figura 1.-Diagrama de Flujo del proceso de revisión sistemática.



AUTOR Y AÑO	PROGRAMA	OBJETIVOS	MÉTODO	MUESTRA	RESULTADOS
Bachman (2013)	Campamento o <i>Healing Hearts... volveremos a reír</i>	-Disminuir los resultados negativos y la angustia asociada a la pérdida en los niños atendiendo a sus necesidades emocionales, conductuales, físicas, sociales y espirituales. -Crear un lugar seguro para explorar libremente los sentimientos.	El campamento incorpora el método de planificación estratégica <i>S.M.A.R.T</i> (Estratégico/específico, Mejorable, Posible, Realista, Marcado por el tiempo), consistente en el desarrollo de un programa y unas actividades para ayudar a los campistas a procesar su dolor.	48 niños de 6-12 años que han perdido a algún miembro de su familia	-Los campistas eran capaces de integrarse en la escuela con una disminución del estrés y mayor capacidad para verbalizar el dolor, compartir sentimientos y confiar en los demás. -El 98% de los alumnos afirmaba que el campamento era un lugar en el que sentían que no estaban solos y que eran niños normales.
Mcclatchey (2012)	Campamento o <i>MAGIK</i>	-Identificar los componentes curativos del modelo de campamento <i>MAGIK</i> .	Análisis de un estudio cuantitativo controlado sobre la eficacia del campamento <i>MAGIK</i> .	50 niños de 7 a 11 años que habían perdido, a su madre, a su padre o a sus abuelos.	-Reducción de los síntomas de estrés postraumático y de los síntomas de duelo traumático infantil. -El campamento reveló que los resultados de la experiencia contribuyen a la mejora emocional de los campistas.
Griese et al (2018)	Programa <i>Pathfinders</i>	-Desarrollar un entorno comunitario para abordar creativamente las necesidades de los niños/as en	Terapia cognitivo conductual centrada en el trauma.	Niños de 7 a 12 años que han perdido a algún miembro de su familia.	-Los sujetos investigados normalizan la pérdida de un familiar. -Se ha observado una disminución del aislamiento gracias al apoyo

		duelo, prevenir complicaciones del dolor y el trauma y promover una adaptación saludable.			que se establece entre compañeros de la misma edad.
Spuij et al (2015)	Programa cognitivo conductual <i>Grief-help</i>	-Mejorar el conocimiento sobre la eficacia de este programa a la hora de trabajar con niños que mantienen una situación de duelo durante su infancia.	Se evaluó a 10 participantes. Posteriormente se llevaron a cabo nueve sesiones donde los participantes recibieron tratamiento oral antes de completar una serie de cuestionarios elaborados por profesionales.	10 niños de 8 a 12 años que habían sufrido la pérdida de un pariente cercano.	-Los resultados mostraron que entre los participantes analizados se encontró una reducción estadísticamente significativa en los niveles de ansiedad y depresión. -Se encontró que, de entre las puntuaciones de los síntomas de los participantes, todos mostraron resultados de mejora en al menos una de las medidas de resultado excepto uno.
Sandler et al (2013)	Programa de Duelo familiar	-Ayudar a los niños a adquirir y practicar habilidades que promuevan resultados resilientes, con el fin de disminuir una amplia gama de resultados negativos y	Se diseñaron componentes de intervención para influir en los factores de riesgo y de protección que se identificaron.	Sujetos de 8 a 12 años que han perdido a un familiar cercano	-Se produce una mejora a la hora de afrontar de forma positiva situaciones de la vida cotidiana del sujeto, así como una disminución en la conducta de inhibir aspectos emocionales. -Las niñas mostraban menos problemas a la

		aumentar resultados positivos.			hora de exteriorizar los problemas.
Lydon & Hennings (2010)	Servicio Regional de Duelo Infantil (SDRI)	-Proporcionar información para hacer frente y ayudarse mutuamente durante una situación de duelo. -Asesorar a aquellas personas involucradas en el cuidado de los niños en proceso de duelo.	Se lleva a cabo un estudio de casos basado en múltiples fuentes de datos teniendo en cuenta diversas perspectivas para evaluar estructuras, procesos y resultados. Los datos cuantitativos relacionados con el acceso y uso del servicio fueron recopilados y analizados.	Niños de 2 a 12 años que habían perdido a un familiar.	-El SDRI proporciona un modelo que apoya y mejora las habilidades de duelo y la educación de los niños y profesionales de la salud.

4.-Resultados.

Como mencionábamos en apartados anteriores, el punto de partida de esta revisión sistemática se asienta en base a cómo viven los niños el proceso de duelo durante su etapa de la infancia, esto es, aquellas investigaciones que trabajen en este ámbito o aporte información relevante y significativa sobre este suceso. En otra parte, podemos decir, que el contexto en el que se mueven estas investigaciones abarca desde el ámbito formal hasta el ámbito informal en el que se desarrolla el sujeto, en nuestro caso, los niños y niñas con edades comprendidas entre los 2 y los 12 años que han sido investigados.

Los resultados preliminares arrojados por las intervenciones analizadas revelan un efecto positivo en aquellos niños y niñas que se encuentran en proceso de duelo. Según las investigaciones, durante los años 2010, 2011 y 2012 los niños/as que asistieron el primer año a campamentos de duelo volvieron los años siguientes, participando además un elevado número de alumnos/as procedentes de distintos países y regiones.

Para interpretar correctamente estos datos han de considerarse el diseño del programa, la muestra de población obtenida y las medidas de los resultados. En todos los casos analizados, los sujetos investigados presentaban problemas emocionales. En cambio, el proceso de duelo era experimentado de forma diferente por cada uno de ellos. Entre los diferentes grupos de edad analizados, los problemas emocionales y conductuales eran debidos a múltiples factores, pero se destaca principalmente sentimientos de angustia y ansiedad producida por la pérdida de uno de sus

progenitores. Otro grupo de edad analizado mostraba altos niveles de depresión y ansiedad a causa del fallecimiento de un hermano o hermana. Finalmente, dentro de nuestra muestra analizada, el grupo de sujetos situado entre los 10 y 12 años manifestaba un nivel de angustia psicológica similar a la que muestran los adultos, presentando algunos niños y niñas conductas autolesivas.

5.-Discusión y conclusión.

Los resultados generales de nuestra investigación revelan los numerosos beneficios proporcionados tras una correcta intervención en niños y niñas en situaciones de duelo, así como en sus familiares. La muerte de un familiar querido es un suceso muy destacado en nuestras vidas y es entendido y asumido en función de las concepciones individuales de cada persona.

La educación sobre el duelo se enseña a través de discursos medidos y con la puesta en práctica de diversas actividades lúdicas y dinámicas centradas en esta temática. En comparación con estudios anteriores se pone en evidencia la variedad de programas que realizan estudios cualitativos y cuantitativos sobre intervenciones de este tipo, ofreciendo cuantiosos resultados positivos para los niños/as y familiares, pues la mayoría de estos estudios señalan una tendencia hacia la mejora.

El alcance de estos programas radica en la creación de comunidades que permitan facilitar y mejorar el diálogo y la estimulación. Los estudios futuros deberían de centrarse en áreas relacionadas con la calidad de vida, el bienestar y en el desarrollo integral de la persona, ya que se ha destacado los beneficios que producen.

No obstante, es importante enfatizar la sensibilidad que existe en nuestra sociedad actual respecto a este tema. Debido a ello, se han encontrado investigaciones que proporcionan recursos y herramientas para facilitar nuestra formación y poder así transmitirlo a nuestros alumnos y alumnas. Es evidente que todavía hay que trabajar en muchos aspectos, pues la ignorancia y la falta de información dificultan este proceso. De igual modo, aun existiendo grandes profesionales que acrediten y garanticen los efectos beneficiosos a nivel personal, emocional y social, nuestro marco educativo actual no recoge propuestas de este tipo ni desarrolla proyectos en los centros.

En conclusión, la muerte es una temática que toca a la familia, a los profesionales y la comunidad en general. Las intervenciones desarrolladas pueden variar en enfoque, recursos personales y estructura, siendo adaptable según disponibilidad de recursos y necesidades locales. Un camino a seguir podría ser involucrar plenamente al sistema escolar en el proceso de intervención de duelo, ya que es el primer escenario en el que se reconocen síntomas fuera del entorno familiar. Reforzar programas de divulgación y capacitación para la comunidad también sería inmensamente útil para llegar a los niños/as con dolor emocional debido a la pérdida. El duelo en la infancia es común y una respuesta contundente implica colaboración estructurada por parte de toda la comunidad.

6.-Referencias.

- Bachman, B. (2013). The development of a sustainable, community-supported children's bereavement camp. *OMEGA*, V.67, n.2, p.21-35. <https://doi.org/10.2190/OM.67.1-2.c>
- Griese, B., Burns, M., Farro, S. (2018). Pathfinders: promoting healthy adjustment in bereaved children and families. *Death Studies*, V. 42, n.3, p.1-9. <https://doi.org/10.1080/07481187.2017.1370416>
- Lydon, A., Hennings, J. (2010). Evaluation of a British child bereavement service: The user's perspective. *Palliative and Supportive Care*, V.8, p.297-303. <https://doi.org/10.1017/S147895151000009X>
- Macclatchey, I. (2012). Healing components of a bereavement camp: children and adolescents give voice to their experiences. *OMEGA*, V.65, n.1, p.11-32. doi: <https://doi.org/10.2190/OM.65.1.b>
- Sandler, I., Wolchik, S., Ayers, T., Tein, J., Luecken, L. (2013). Family bereavement program (FBP) approach to promoting resilience following the death of a parent. *Family Science*, V.4, n.1, p.87-94. <http://dx.doi.org/10.1080/19424620.2013.821763>
- Spuij, M., Dekovic, M., Boelen, P. (2015). An open Trial of "Grief.Help": A Cognitive-Behavioural Treatment for Prolonged Grief in Children and Adolescents. *Practitioner Report*, V.22, p.185-192. <https://doi.org/10.1002/cpp.1877>