

WONDERS & WORRIES

Visitar a un padre al final de su vida



Wonders & Worries

Apoyo profesional a través de la enfermedad o lesión grave de un padre.

Juntos, podemos.



Visitar a un padre en el hospital puede ser un desafío por sí solo, pero cuando los niños se enfrentan a una visita final debido a una situación de fin de vida, será diferente a cualquier otra visita. Los padres a menudo luchan por decidir si se debe permitir que un niño vea a su padre en ese estado. Lo que sabemos acerca de los niños es que cuando se les brinda una elección, se les incluye de manera honesta y apropiada para su edad, valoran la experiencia y pueden sobrellevarla mejor (tanto a corto como a largo plazo). La siguiente información revisa las consideraciones para incluir a los niños en estas situaciones, especialmente en lo que respecta a la preparación y las estrategias de apoyo.



Consideraciones al prepararse para una última visita:

¿Qué entienden sobre la situación?

Después de que a un padre se le haya dado un pronóstico poco favorable por parte del equipo médico, el deterioro puede ser lento o extremadamente rápido. En cada una de estas situaciones, es importante primero entender lo que el niño sabe sobre la situación. Esto te ayudará a saber por dónde empezar la conversación. Luego, puedes compartir más sobre la enfermedad al [Hablar con los niños acerca de la enfermedad de un padre](#) y [Prepararse para la muerte de un ser querido](#). A continuación, te presento algunas formas de iniciar la conversación:

“Sé que te dije la semana pasada que papá estaba en el hospital y estaría allí por un tiempo mientras recibe ayuda del equipo médico. En ese momento, creo que no expliqué mucho sobre por qué está en el hospital. Me gustaría compartir más al respecto...”

Dependiendo de cuán rápido se espera la muerte, es posible que no tengas mucho tiempo para explicar información sobre una enfermedad o lesión y en su lugar necesites centrar tu atención en los límites del tratamiento y la muerte inminente. Si este es el caso, recomendamos volver a abordar esta conversación después de la muerte. Pueden surgir preguntas a medida que los niños quieran entender mejor los detalles que llevaron a la muerte.

HABLAR SOBRE LOS LÍMITES DEL TRATAMIENTO Y LA MUERTE PREVISTA:

Ayuda a los niños a entender que el equipo médico ha intentado todo para ayudar al cuerpo de su padre/madre a mejorar. Explica que a veces no hay otras opciones para ayudar al cuerpo y que el cuerpo muere. Al compartir esta información, usar términos simples y concretos puede ser útil para que comprendan la finalidad de la situación.

“A veces los médicos pueden hacer que una enfermedad desaparezca, pero otras veces, la enfermedad es demasiado grande o fuerte para desaparecer. Cuando eso sucede, el cuerpo deja de funcionar y muere. ¿Has escuchado esa palabra antes?”

“A veces los tratamientos ayudan a que una enfermedad desaparezca; pero en el caso de papá, su enfermedad no tiene un tratamiento que pueda hacer eso. Tendrá un tiempo en el que su cuerpo seguirá vivo, pero los médicos esperan que su cuerpo se vuelva tan enfermo que morirá pronto.”

NORMALIZAR LAS EMOCIONES

Asegurarse de que los niños sepan que todas sus emociones son normales es esencial. Ya sea que un niño exprese ciertas emociones en el momento o no, saber que las emociones vendrán y se irán a medida que procesen la enfermedad de su padre será útil. Puedes normalizar esto mediante el lenguaje y la preparación, modelando tus propias emociones y observando lo que ves en ellos.

“Puede ser abrumador escuchar toda esta información. Eso es normal. Esperaría que en los próximos días y semanas tengas muchos pensamientos y sentimientos. Todos son normales y está bien sentirlos. Y estaremos aquí para apoyarte.”

“Puedo ver que estás preocupada porque me ves llorando. Estoy triste por papá. Lo siento si te preocupa verme llorar, pero también espero que te ayude a entender que está bien estar triste.”

“Susan, puedo notar que estás nerviosa. Sueles torcer tu cabello cuando estás nerviosa antes de un partido de fútbol o un examen. Es normal sentir nervios al decir adiós a mamá. Estoy aquí contigo y si en algún momento decides que no quieres hacerlo, está bien.”

Ofrecer opciones para despedirse: Decir adiós se puede expresar con palabras, acciones y rituales. Una visita permite crear un recuerdo tangible donde un niño puede decir palabras específicas que quiere, y abrazar, besar y tocar a su padre o madre. Estas oportunidades tangibles a menudo pueden ayudar a un niño a comprender por qué su padre o madre no regresará a casa y proporcionan un sentido de cierre.

PALABRAS

Los niños pueden compartir un “Te quiero” o “Adiós, mamá” durante una visita. También pueden optar por escribir una carta, una canción, un poema o dibujar un dibujo. Ya sea hablado o escrito/dibujado, el acto de poder expresar cuánto significa su padre o madre para ellos es valioso. Tener opciones también les permite decir adiós incluso después de que un padre haya fallecido.

ACCIONES

Algunos niños necesitarán una forma física de expresar su amor por su padre o madre. Esto puede ser un abrazo, un beso o acostarse junto a su padre o madre antes e incluso después de su fallecimiento. Es importante que el niño elija hacerlo y que no se le obligue.

ACCIONES DE LEGADO

Puede que tengas una variedad de actividades para ofrecer a las familias al facilitar una visita. Las actividades pueden incluir crear una obra de arte juntos (pintura de huellas familiares), tomar fotografías durante la última visita, o esto puede ser algo que el padre moribundo haga para su hijo (cartas para hitos específicos, grabación de voz de su libro favorito, etc.). Si el padre enfermo no puede participar en una actividad de legado, los familiares y amigos pueden ayudar a crear recuerdos. Hacer listas de las comidas, música, libros, películas (etc.) favoritas del padre puede proporcionar algunas formas para que el niño sienta una conexión con su padre.

CONMEMORACIÓN

El duelo es un proceso continuo y puede manifestarse de manera diferente en cada persona. Para los niños que pierden a un padre, los rituales proporcionan una forma segura y rítmica de recordar e integrar la pérdida de su progenitor en su vida presente. Tener una comida específica en el cumpleaños de su padre o realizar una actividad en el aniversario

de la muerte son ejemplos de crear un ritual para dedicar tiempo y espacio a recordar y llevar a su padre hacia su futuro de manera saludable.

Estas situaciones pueden sentirse increíblemente aislantes; por favor, comunícate con un miembro del equipo de Wonders & Worries a través de la línea de ayuda, 1-844-WE-WONDER o helpline@wondersandworries.org, en cualquier momento si deseas hablar sobre una situación y discutir estrategias de apoyo.



Wonders & Worries

Apoyo profesional a través de la enfermedad o lesión grave de un padre.

Juntos, podemos.