



Incluso los niños muy pequeños pueden sentir que algo está ocurriendo en su familia, aunque nadie les diga nada.

Como adultos, es nuestra responsabilidad cuidar y proteger a nuestros hijos.

Todos sabemos lo difícil que puede ser hablar con los niños sobre la grave enfermedad de algún miembro de la familia.

Sin embargo, si no hablamos con ellos podemos dejarles a solas ante una de las experiencias más difíciles de la vida.

Traducción adaptada al español
Original de Milford Care Centre



El Proyecto **Todos Contigo**, de **New Health Foundation**, promueve un nuevo movimiento social que implica a los ciudadanos en la creación de comunidades que ayuden con sus **cuidados** a vivir mejor la enfermedad avanzada y el período del final de la vida de las personas que les rodean y lo necesitan, complementando así la atención sanitaria que prestan los Cuidados Paliativos.

¿Más información?

www.todoscontigo.org

Si desea obtener más información sobre el Proyecto Todos Contigo, por favor póngase en contacto con nosotros: 954 414 785 / 657 847 879

Email: info@newhealthfoundation.org



Hablemos...

La comunicación con los niños sobre la enfermedad y la muerte...

Ponerse de acuerdo entre los miembros de la familia, ante la enfermedad, puede ser difícil y angustiante. Cuando alguien está gravemente enfermo en una familia todo el mundo alrededor se ve afectado.

Algunas emociones que eran desconocidas se vuelven muy comunes, como la preocupación, la impotencia, sentirse una carga, el miedo, la ira y la culpa.



**NEW HEALTH
FOUNDATION**

CALIDAD SOCIAL Y SANITARIA

No podemos proteger a nuestros hijos de las realidades de la enfermedad, la muerte y la pérdida, ya que son parte de la vida.

Podemos encontrar maneras de hablar con ellos, podemos ser un apoyo que le ayude a sobrevivir y afrontar lo que está ocurriendo.



¿Qué es aconsejable hacer?

- ◀ Mantengamos la coherencia y la rutina de la vida diaria tanto como sea posible.
- ◀ Demos información de acuerdo con la edad y madurez del niño o la niña.
- ◀ Incluyamos a los niños en lo que ocurre, por ejemplo, compartiendo novedades o cambios.
- ◀ Garanticémosles que estaremos ahí para ellos, para cualquier necesidad.
- ◀ Preguntemos sobre cualquier preocupación o inquietud que puedan tener.
- ◀ Ser abiertos acerca de sus sentimientos puede ayudar a sus hijos a entender y expresar los suyos, por ejemplo, explicando "yo lloro cuando estoy triste".
- ◀ Usemos un lenguaje sencillo y claro cuando se habla de la enfermedad y la muerte.
- ◀ Demos opciones a los niños, por ejemplo, podemos preguntarles si quieren visitar o ver a la persona enferma, por cuánto tiempo o cuánto realmente quieren saber.
- ◀ Invitémosles a hacer preguntas.
- ◀ Fomentemos diferentes formas de comunicación, como el dibujo y la escritura.
- ◀ Prepararemos a sus niños de antemano para lo que pueden ver, a través de explicaciones simples.
- ◀ Pasar tiempo con sus hijos.
- ◀ Comentar a los profesores y a los padres de sus amigos cercanos lo que está ocurriendo, para que puedan estar disponibles.

¿Qué no es aconsejable?

- ✗ Hacer promesas que no pueden cumplir.
- ✗ Ocultar la verdad.
- ✗ Suponer que los niños no entienden lo que está ocurriendo.
- ✗ Decirle a los niños algo como "el abuelo está muy cansado" en lugar de "el abuelo está muy enfermo" o "verás como se pone bien" en lugar de "el abuelo va a morir".
- ✗ Cambiar frecuentemente los cuidadores y rutinas.
- ✗ Darle más responsabilidad a los niños de lo que son capaces de gestionar, como que se hagan cargo de las tareas de cuidado de otros niños, de todas las tareas de la casa o de proporcionar apoyo emocional para los adultos.