

Bebes (desde el nacimiento hasta los 12 meses de vida)

Entender la muerte

Los bebés experimentan la muerte como una separación.

Cómo ayudar a un bebé

El mundo de un bebé se basa en la confianza. Los bebés confían en los adultos para que los reconforten y los cuiden. Los cambios en sus rutinas alteran esta sensación de seguridad. Ayude a los bebés manteniendo sus rutinas lo más normal posible. Asegúrese de que coman y duerman alrededor de la misma hora todos los días. Abrácelos a menudo y deles más mimos. Los bebés son sensibles a las emociones de los adultos. En tiempos de mucho estrés, haga que el adulto que esté más calmado sostenga al bebé.



Señales de un afrontamiento deficiente

La falta de afrontamiento puede manifestarse en la forma en que el bebé come y duerme. Puede que se despierte más a menudo. Puede que sea más difícil hacerlo dormir. Puede que muestre menos interés en comer. Si le preocupa que su bebé atraviese un afrontamiento deficiente, llame al médico de este para que lo aconseje.

Creación de recuerdos y reliquias

Esos son objetos personales que los niños pueden tener. Los ayudan a sentirse más cerca de su ser querido que ha muerto. Con los bebés, siempre tenga en mente la seguridad. Los objetos pequeños pueden ser un peligro de asfixia. Guarde los objetos frágiles o pequeños para cuando el niño sea más grande.

- Olores conocidos: a los bebés les encantan los olores. Puede que a su bebé le guste una manta o una remera que tenga el olor de su ser querido. Siempre siga prácticas de sueño seguro. Nunca deje mantas sueltas u otros objetos en la cuna con un bebé dormido.
- Artesanías hechas con las huellas dactilares o un mechón de pelo de su ser querido.
- Cartas de un ser querido: si hay tiempo, el ser querido puede hacer una colección de cartas. Por ejemplo, “una carta para la graduación de mi hija” o “un video para la boda de mi hijo”. Pueden ser cartas o dibujos. Las grabaciones de voz o de video también sirven.
- Libros de cuentos grabables: algunos libros infantiles tienen un micrófono incorporado. Puede grabar a un ser querido leyendo el cuento. Reprodúzcalo para que el bebé escuche la voz de su ser querido. (¡Siga las instrucciones con atención!).
- Si es posible, tome algunas fotos del bebé y su ser querido juntos.

Recursos

No Matter What (Sin importar qué), de Debi Gliori

Este libro de cartón cuenta la historia del amor familiar. Estén juntos o separados, el amor que comparte con un niño dura para siempre. Puede que los bebés no entiendan las palabras, pero los adultos pueden encontrar consuelo en leerles este dulce libro.

Sitios web:

- <https://www.sesamestreet.org/toolkits/grief>
- www.centerforloss.com
- www.dougy.org
- www.urmc.rochester.edu/childrens-hospital/bereavement