



## **QUÉ SI Y QUÉ NO DECIR O HACER POR LOS PADRES QUE HAN PERDIDO UN BEBÉ**

### **SI:**

- Acepten que no pueden quitar su dolor, pero si pueden compartirla y ayudarles a sentirse menos solos.
- Muestren su verdadera preocupación y su cariño.
- Llamen al bebé por su nombre.
- Traten a la pareja igual. Los padres necesitan tanto apoyo como las madres.
- Estén disponibles... para oír, hacer mandados, manejar, ayudar con los otros niños, o cualquier otra cosa que pueda necesitarse.
- Digan "lo siento", sobre lo que les ha pasado y sobre su dolor.
- Acepten sus cambios de humor, como sea que éstos sean, ustedes no están ahí para juzgar. Sean sensibles a los cambios bruscos de humor.
- Permítanles hablar del bebé que ha muerto cuanto ellos lo necesiten.
- Hablen acerca de las muy queridas cualidades del bebé.
- Den especial atención al hermanito o hermanito, durante el funeral y en los meses siguientes a éste, ellos sufren y están confundidos y necesitan atención que sus padres ahora no pueden brindarles.
- Asegúrenles a los padres que hicieron todo cuanto estuvo en sus manos y que el bebé recibió el mejor cuidado posible.
- Anoten en su agenda o calendario la fecha de nacimiento y de muerte del bebé y recuerden a la familia en los años siguientes. El que ustedes recuerden significa mucho para ellos.

- Invítenlos a salir. Pero entiendan si ellos los rechazan o cambian de opinión en el último momento. Sobre todo, continúen llamándolos y frecuentándolos.
- Manden una nota personal o hagan alguna donación a una obra de caridad que sea importante a la familia en nombre del bebé.
- Adquieran literatura acerca de la enfermedad o condición que causó la muerte del bebé y del proceso de luto para ayudar más a la familia.

*M.I.S.S Home Page, 1996.*

## **NO:**

- No piensen que la edad del bebé determina su valor e impacto para la familia.
- No tengan miedo de tocar a los padres. Muchas veces el contacto físico dice más que mil palabras.
- No los eviten por su propio sentimiento de impotencia o de incomodidad, o por no saber qué decir.
- No cambien el tema cuando ellos mencionen al bebé.
- No presionen a los padres durante el proceso de luto, lleva mucho tiempo sanar estas heridas y ellos nunca olvidan.
- No los inviten a consumir alcohol o drogas.
- No pregunten cómo se sienten si no están dispuestos a escuchar.
- No digan que saben cómo se sienten, si no han pasado por algo similar.
- No les digan qué deben sentir o hacer.
- No traten de encontrar el lado positivo de la muerte del bebé.
- No mencionen que al menos ellos tienen otros hijos.
- No digan que ellos serán capaces de tener otros hijos.
- No sugieran que ellos deberían de estar agradecidos por tener otros hijos.
- No piensen que la muerte prohíbe volver a reír. Hay mucho por que reír en las memorias que tienen del bebé.

- Eviten las siguientes frases:

- "Se valiente y ya no llores."
- "Es voluntad de Dios"
- "Es una bendición."
- "Sigue con tu vida, esto no es el fin del mundo."
- "Dios necesitó otro angelito en el cielo."
- "Ahora hay una estrella más."
- "Por lo menos no era mayor."
- "Debes de ser fuerte por tus otros hijos."
- "Lo estás haciendo muy bien."
- "Eres joven, ya te repondrás."
- "El tiempo todo lo cura."
- "Seguramente estaba enfermo."

*Traducido por Carla Hoffmann para FUNDACIÓN ESPERANZA en memoria de César(04/06/97), Josephine(09/03/97) y Carlota(12/02/98).*