

Elaborado  
por  
miembros  
del NACG



# Apoyando a los niños que están sobrellevando un duelo tras una muerte por suicidio



# INTRODUCCIÓN

El duelo es una respuesta natural ante la muerte de alguien significativo en la vida de un niño o adolescente. Cuando la muerte es por suicidio, puede complicar la experiencia del duelo. El suicidio, por su naturaleza, conlleva estigmatización y aislamiento. Esta guía explora formas de estabilizar y fortalecer a los niños mientras integran las pérdidas por suicidio en sus vidas.

Cuando los niños y adolescentes enfrentan una muerte por suicidio, pueden tener dificultades para darle sentido a la pérdida. La amplia gama de emociones puede incluir shock, dolor, alivio, autoacusación, culpa, enojo, tormento, arrepentimiento, confusión, entre otras. No hay una manera incorrecta de vivir el duelo.

Al hablar con un niño sobre una muerte por suicidio, es importante ser honesto y compartir la noticia de una manera apropiada para su desarrollo. Estás iniciando una conversación que será continua, y la honestidad en este momento crea una base de confianza para futuras conversaciones sobre la muerte. La frase “cometió suicidio” o “se suicidó” puede aumentar el estigma alrededor de la muerte para algunas familias. En su lugar, considera decir “falleció por suicidio” o “muerte por suicidio”. Al ofrecer apoyo, sigue la elección de palabras de la familia.

Si estás leyendo este recurso como persona de apoyo en la comunidad, como entrenador, líder juvenil o amigo de la familia, es posible que te preguntes: “¿Cuál es mi papel en ayudar a un niño o adolescente después de una muerte por suicidio?”. Es común preocuparse por qué decir, cuándo decirlo y cómo pueden impactar tus interacciones en ellos. Este recurso te proporcionará información práctica sobre cómo puedes apoyar a un niño o adolescente después de una muerte por suicidio.

Algunas de las ideas presentadas en esta guía pueden ser nuevas para ti. Mientras revisas esta información, date gracia a ti mismo por hacer lo mejor que puedas con el conocimiento y las herramientas que tenías antes y permítete hacer las cosas de manera diferente a como las has visto o hecho en el pasado. Agradecemos y respetamos tus esfuerzos por recopilar herramientas y recursos, ya que todos invertimos en la importante tarea de apoyar a los niños o adolescentes en nuestras vidas. Estas conversaciones son difíciles, pero no estás solo. Si es necesario, busca el apoyo de profesionales en duelo, terapeutas y otros que estén preparados para ayudarte.

## Cuando buscar apoyo adicional

Después de una muerte en la familia, puede haber posibles cambios en el comportamiento de diferentes miembros de la familia. Puede ser importante buscar apoyo adicional de un profesional con experiencia y capacitación de duelo. A continuación, te proveemos algunos ejemplos de cambios para tener en cuenta:

- Dificultad para asistir al trabajo o la escuela.
- Problemas en las relaciones familiares.
- Problemas para dormir o con pesadillas.
- Sentimientos de enojo o irritabilidad inusuales.
- Aumento de problemas de salud.
- Sentimientos de desesperanza.
- Aislamiento social.
- Pensamientos o ideación suicida.

Algunos modos de recibir apoyo adicional pueden incluir grupos de apoyo, participar en campamentos de duelo, asistir a conferencias o establecer relaciones con quienes han tenido experiencias similares. Estas conexiones adicionales ofrecen a quienes están en duelo la oportunidad de obtener nuevas perspectivas sobre el duelo, formas de afrontarlo y sanar.

Conectar con otros les permite a las personas que están sobrellevando su duelo compartir sus historias, comprender que no están solas, validar y normalizar su emociones y experiencias. Es importante respetar la disposición de cada miembro de la familia para buscar apoyo sabiendo que las necesidades pueden variar a lo largo del proceso de duelo. Es importante recordar que cada persona vive su duelo individualmente. Las formas de sobrellevar el duelo también varían persona por persona.

Puedes encontrar apoyo adicional en tu área visitando la siguiente pagina web: <https://nacg.org/find-support/>.

Si tienes la sospecha de que alguien está considerando el suicidio, asume que tú eres quien puede brindar apoyo. Visita el sitio web de la [American Foundation for Suicide Prevention](https://www.afsp.org/) para acceder a más recursos e información.

**\*Declaración de Género Inclusivo:** En el contexto de este documento, la utilización del término 'niños' abarca tanto a niños como a niñas, así como a cualquier otra identidad de género o expresión de género que se encuentre dentro del espectro de la niñez. Esta elección de lenguaje está destinada a promover la inclusión y el respeto hacia la diversidad de identidades de género y géneros no binarios.



# INFORMACIÓN PARA LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA

Hablar con un niño sobre una muerte por suicidio puede resultar difícil. Lo que entendemos es que el suicidio no tiene una causa única. Mientras intentamos entender los “porqués” después de un suicidio, es importante mantenernos claros en lo que sí sabemos que es verdad: El suicidio es el resultado de una combinación de factores, circunstancias y acceso a medios en un momento específico. Ninguna interacción, conexión perdida, desafío de salud mental, circunstancia de vida, sustancia o persona causó una muerte por suicidio.

## ¿Qué hace diferente este tipo de duelo de otros tipos de duelo?

La experiencia de duelo de cada persona se basa, entre otras cosas, en su edad y etapa de desarrollo, la naturaleza de la muerte, su relación con la persona fallecida y el significado que le da a la muerte.

- Una muerte por suicidio puede sentirse prematura, repentina, inesperada y estigmatizada.
- Un proceso de duelo después de un suicidio puede ser desafiante y complicado para quienes quedan atrás.
- Muchos sobrevivientes de este tipo de pérdidas describen esta experiencia como traumática y abrumadora.
- Niños y adolescentes de todas las edades pueden sentirse abrumados y sin saber cómo recuperar su equilibrio emocional.
- Las emociones vinculadas al duelo por suicidio abarcan la variedad de sentimientos que acompañan a otras formas de muertes.
- En un duelo por suicidio, es posible que tanto el niño como la familia experimenten vergüenza. Además, puede surgir un sentimiento de responsabilidad y culpa.
- Reflexión retrospectiva. A veces, los niños sienten que podrían haber alterado el desenlace de la muerte por suicidio si hubieran actuado de manera diferente.
- Después de que alguien muere por suicidio, es común sentir que alguien es responsable. Esto podría ser la persona que murió por suicidio, alguien más en la familia o en ocasiones, el niño o adolescente puede experimentar la sensación de responsabilidad.

### Preguntas que los niños y adolescentes pueden hacer después de una muerte por suicidio:

¿Fue mi culpa?

¿Puedo seguir amándolos?

¿Me amaban? ¿Los amé lo suficiente?  
¿Por qué mi amor no fue suficiente?

¿Qué pensarán los demás de mí?  
¿Qué pensarán los demás de ellos?

¿Me van a culpar o avergonzar?  
¿Van a culparlos o avergonzarlos?

¿Seré como ellos?



## Algunos temas frecuentes incluyen:

¿Por qué? También pueden hacer preguntas como “¿por qué?” y “¿y si...?”.

**Responsabilidad.** Pueden sentir que deberían haber evitado la muerte; pueden tener pensamientos mágicos que los llevan a creer que algo que dijeron o hicieron causó la muerte.

**Trauma e impotencia.** Pueden experimentar la muerte como impactante, aterradora, horripilante; pueden sentirse abrumados por la falta de control.

**Gama de emociones.** Pueden sentir:

- **Tristeza** – Pueden sentir un dolor intenso y anhelar tener a su persona de vuelta.
- **Enojo** – Pueden experimentar sentimientos de rechazo y abandono. Es común que también dirijan su enojo hacia otra persona o un grupo.
- **Alivio** – En algunas circunstancias, la muerte puede percibirse como el fin del sufrimiento.
- **Vergüenza** – Pueden experimentar una sensación de estigma y preocupación por la percepción que los demás tendrán de la persona fallecida y/o de ellos mismos.
- **Ambigüedad social (Sensación de aislamiento)** – Pueden sentirse aislados, con la preocupación de ser juzgados o tener la sensación de que “nadie los comprenderá.”

### Cuando nos enfrentamos a una muerte por suicidio, diversos factores pueden complicar el proceso de duelo:

Incertidumbre alrededor de la muerte:  
¿fue intencional o accidental?

Sentimientos de culpa, responsabilidad y autoacusación en relación con la sensación de poder haber evitado la muerte por suicidio.

Trauma: la muerte experimentada como impactante, aterradora y abrumadora.

Estigma: emociones de vergüenza y temor relacionadas con las percepciones de los demás.

# PERSPECTIVAS SOBRE EL DESARROLLO Y RESPUESTAS ANTE UNA MUERTE

## Como tener una plática con un niño sobre una muerte por suicidio:

- Tómate un momento para reflexionar y sentir tu cuerpo antes de comenzar la plática.
- **Asegúrate de que el lugar donde estén hablando esté libre de distracciones.** Puedes tener a mano objetos reconfortantes o cosas que tus hijos puedan usar para expresarse, como una caja de arena, peluches, o crayones y papel. Elige un lugar privado. Dales a tus hijos la opción de salir y volver a la conversación a lo largo de horas, días y años, evitando forzarlos a hablar más tiempo del que se sientan cómodos.
- **Sé honesto.** La honestidad es clave al hablar con niños y adolescentes sobre una muerte por suicidio. Al decir la verdad, creas un espacio para una conversación abierta y construyes confianza a largo plazo. Los guiones en las próximas páginas te ayudarán a tener estas conversaciones honestas con niños y adolescentes de una manera apropiada para su desarrollo.
- **Está bien no tener todas las respuestas.** Puedes tranquilizar a los niños diciendo: “No estoy seguro, pero podemos preguntar juntos” y “Yo también me siento triste. A veces, cuando me siento triste, un abrazo me ayuda a sentirme mejor. ¿Te gustaría un abrazo?”
- Brinda tranquilidad al niño al hablarle sobre las personas que se preocupan por él y proporcionándole información sobre lo que pueden esperar.
- **Proporcionales a tus hijos opciones donde ambas sean aceptables, permitiéndoles sentir cierto control sobre lo que está ocurriendo en ese momento.** Puedes darles algo para canalizar su energía, como la opción de escribir una tarjeta o crear una obra de arte para alguien más. Encontrarán significado en la oportunidad de plasmar sus pensamientos o dibujar recuerdos especiales, ya sea para compartir en un memorial o para honrar un evento significativo.
- **Pregunta si desean hablar, ya sea en ese momento o más adelante.** Proporcionales el espacio para las conversaciones y un lugar para procesar la información que están recibiendo. Sostén un diálogo abierto a lo largo del tiempo y crea un ambiente donde tu hijo se sienta cómodo compartiendo sus sentimientos.

La comprensión de la muerte y el duelo para los niños está vinculada al desarrollo infantil. Para obtener más información sobre cómo apoyar mejor al niño, revisa nuestra guía dedicada a las [Perspectivas sobre el desarrollo de niños pequeños hasta adolescentes](#).

# Niños Pequeños

Desde el nacimiento hasta los 5 años

- Su comprensión de la muerte está directamente influenciada y limitada por la capacidad de los niños pequeños para entender su eterno.
- La muerte se percibe como la ausencia de un padre o cuidador.
- Los niños pueden estar preocupados por quién se ocupará de ellos.
- Los niños pueden verse a sí mismos como responsables de alguna manera de una muerte, y aún no reconocen el tiempo y la irreversibilidad de la muerte.
- Los niños pueden decir que quieren “morirse” para estar con la persona que falleció.

## Ejemplos de cómo compartir la noticia de una muerte por suicidio

### DÓNDE COMPARTIR

En su hogar o en un lugar donde el niño se sienta seguro

### CUANDO COMPARTIR

Cuando el niño no tenga hambre o esté cansado

### COMIENZA COMPARTIENDO

*“(Nombre de la persona) hizo que su cuerpo dejara de funcionar y eso significa que murieron”.*

Sigue el ritmo de el/los hijo(s) al responder específicamente a sus preguntas directas. Está bien tomarse un descanso en la conversación y retomarla más tarde.

¿Cómo murieron?

*“Hicieron que su cuerpo dejara de funcionar”.*

¿Por qué lo hicieron?

*“No estoy seguro. Desearía poder entender”.*

Ayuda a el hijo a identificar adultos de confianza con los que pueda hablar sobre lo que paso.

# Niños

## De 6 a 12 años

- La forma en que los niños en edad escolar comprenden la muerte se ve afectada y limitada por su capacidad para entender su entorno.
- Muchas emociones y el duelo pueden explicarse y entenderse.
- Explicarles que el duelo es una combinación de reacciones que se pueden tener después de que alguien ha muerto: pensar en la persona, sentir tristeza o enojo, reacciones físicas como cansancio o malestar estomacal. Estas reacciones pueden aparecer y desaparecer a través del tiempo.
- El enojo puede tener varias causas. No necesariamente se debe a la muerte de la persona, sino al resultado de que nadie los escucha, habla con ellos o los incluye en actividades. No asumas lo que provoca sus sentimientos; mejor, pregúntales."
- A esta edad, los niños tienen una mejor comprensión lógica de que no son responsables de la muerte, pero aún pueden tener pensamientos mágicos de que hicieron algo que contribuyó a ello. Es fundamental validar esos sentimientos al mismo tiempo que te aseguras de que comprendan los hechos de la muerte.
- Los niños reconocen que la muerte es irreversible.
- Los niños podrán comprender cómo la pérdida de una persona en sus vidas los afectará con el tiempo, semanas o meses, pero es posible que no comprendan completamente el impacto a largo plazo y de por vida de una muerte.

## Ejemplos de cómo compartir la noticia de una muerte por suicidio

### DÓNDE COMPARTIR

En casa o en un lugar donde el niño se sienta seguro

### CUANDO COMPARTIR

Cuando el niño no esté con hambre o esté descansado

### COMIENZA COMPARTIENDO

*"(Nombre de la persona) hizo que su cuerpo dejara de funcionar, lo que significa que murieron."*

Sigue el ritmo de el/los hijo(s) al responder específicamente a sus preguntas directas. Está bien tomarse un descanso en la conversación y retomarla más tarde.

¿Cómo murieron?

*"Usaron \_\_\_\_\_ para hacer que su cuerpo dejara de funcionar."*

¿Por qué lo hicieron?

*"No estoy seguro. Desearía entender."*

Ayuda a el hijo a identificar adultos de confianza con los que pueda hablar sobre lo que paso.

# Adolescentes

De 13 años en adelante

- La comprensión de la muerte en los adolescentes son similares a las de los adultos; pueden incorporar múltiples causas y consecuencias de una muerte.
- Muchas emociones complejas y el duelo pueden explicarse y entenderse.
- Apóyalos para entender que el duelo es una combinación de reacciones que pueden surgir después del fallecimiento de alguien, como pensamientos sobre la persona, sentimientos como tristeza o enojo, y reacciones físicas como cansancio o malestar estomacal. También pueden experimentar emociones más sutiles como el arrepentimiento, la ambivalencia o el alivio. Estas reacciones pueden aparecer y desaparecer, cambiando con el tiempo.
- El enojo puede tener varias causas. No necesariamente se debe a la muerte de la persona, sino al resultado de que nadie los escucha, habla con ellos o los incluye en actividades. No asumas lo que provoca sus sentimientos; mejor, pregúntales.
- Los adolescentes generalmente no se sienten responsables de una muerte, pero suelen analizar la información para determinar quién o qué es responsable.

## Ejemplos de cómo compartir la noticia de una muerte por suicidio

### DÓNDE COMPARTIR

En su hogar o en un lugar donde el adolescente se sienta seguro.

### CUANDO COMPARTIR

Cuando el adolescente no tenga hambre o esté cansado

### COMIENZA COMPARTIENDO

*“(Nombre de la persona) puso fin a su vida y falleció por suicidio.”*

Inicia con preguntas abiertas, invítalos a compartir sus pensamientos y luego explora lo que piensan o saben sobre el suicidio en general y esta muerte en particular. Comparte la información que posees y que se puede compartir.

¿Cómo murieron?

*“Usaron \_\_\_\_\_.”*

¿Por qué lo hicieron?

*“No estoy seguro. Desearía entender.”*

Ayuda a tu adolescente a identificar adultos de confianza con los que pueda hablar sobre lo que paso.



## INFORMACIÓN PARA MIEMBROS DE LA COMUNIDAD

Como entrenador, líder juvenil, amigo de la familia u otro miembro solidario de la comunidad, es posible que te preguntes: '¿Cuál es mi papel en ayudar a un niño o adolescente después de una muerte por suicidio?' Es normal preocuparse por qué decir, cuándo decirlo y cómo pueden afectar tus interacciones a los afectados. Este recurso te proporcionará información práctica sobre cómo apoyar a un niño o adolescente después de una muerte por suicidio.

## Factores a considerar antes de ofrecer apoyo

Antes de hablar sobre las formas en que puedes apoyar a un niño o adolescente que está de duelo por una muerte por suicidio, es importante comprender algunos factores que hacen complejo un duelo por esta causa. Estar informado sobre las complejidades del suicidio puede guiar la forma en que ofreces tu apoyo.

- Dado que el suicidio es una muerte altamente estigmatizada, las personas a menudo no saben qué decir o hacer y terminan sin decir ni hacer nada. Esta situación puede contribuir a que los niños y adolescentes se sientan aislados y sin apoyo.
- Un niño o adolescente puede no tener información precisa sobre la muerte. No es tu responsabilidad contradecir lo que el niño comparte contigo ni proporcionar información adicional.
- No estar listo para compartir o hablar sobre cómo alguien murió por suicidio es un derecho personal que debe ser respetado.
- Los niños y adolescentes que están en duelo por una muerte por suicidio pueden experimentar intensos sentimientos de culpa, pesar, enojo, alivio, vergüenza y autoacusación.
- Diferentes puntos de vista culturales, religiosos, personales y políticos pueden influir en la forma en que un niño o adolescente reconoce y comparte sobre una muerte por suicidio.
- Frecuentemente, surgen muchas preguntas sin respuesta en torno a una muerte por suicidio. Esto puede dejar a los niños y adolescentes sin saber cómo abordar esas preguntas o cómo procesar la muerte.
- No todos los niños y adolescentes que enfrentan la muerte o el suicidio de alguien significativo experimentan traumatismo. Dado que el trauma es muy subjetivo, es importante no asumir que una causa específica de muerte fue traumática para esa persona.
- Los niños y adolescentes se desempeñan mejor cuando están rodeados de adultos preparados para apoyarlos.

## Cómo ser una persona de apoyo

Como persona de apoyo en la vida de este niño o adolescente, desempeñas un papel crucial en su duelo y proceso de sanación. Aquí hay algunas sugerencias de cómo ser una persona de apoyo y crear un espacio seguro para los niños y adolescentes que han experimentado una muerte por suicidio.

Está **presente y sé tú mismo**. Las secuelas de una muerte por suicidio pueden crear un torbellino de cambios y caos para que los niños y adolescentes naveguen. Los niños y adolescentes necesitan personas y lugares seguros, consistentes y predecibles en los que puedan confiar. Necesitan que te presentes completamente, como eres, cada vez que te ven.

**Habla de manera abierta, honesta y sin juicio**. Ser un adulto seguro implica ser confiable. Busca oportunidades para hacer un seguimiento, reconocer su pérdida y comunícales que eres una persona segura con la que pueden hablar sin ser juzgados.

*“Hola, (nombre del niño o adolescente), ¿tienes un momento? Quería hablarte sobre la noticia de la muerte de (nombre del fallecido). Sé que este tema puede ser complicado, pero quiero que sepas que estoy aquí para ti. Puedes compartir tus pensamientos y sentimientos cuando lo desees. Si necesitas tiempo para ti o alguien con quien hablar, estoy aquí para apoyarte en lo que necesites. Tu bienestar es importante para mí.”*

**Sé un buen oyente.** Los buenos oyentes crean entornos seguros para abordar conversaciones difíciles. Elimina cualquier distracción para poder concentrarte completamente en el niño o adolescente. Presta mucha atención a sus palabras y lenguaje corporal. Verifica periódicamente tu comprensión mediante preguntas aclaratorias, y muestra empatía y validación para respaldar sus sentimientos sin juzgarlos.

**Pide permiso y respeta sus límites.** Cuando alguien fallece por suicidio, los niños y adolescentes pueden enfrentarse a muchas preguntas a las cuales quizás no estén listos para responder, y podrían sentir presión para hablar sobre lo sucedido. Como persona de apoyo, es recomendable preguntar al niño o adolescente qué información les gustaría compartir y cómo prefieren que se haga, si es que desean compartirla. Al hacerlo, les otorgas la opción y la voz sobre la forma en que se comparte esta noticia. Si prefieren que no se comparta nada, respeta también esa decisión.

**Enfócate en los sentimientos y no tanto en los detalles.** Las emociones del niño son más importantes que los pormenores. Permitir espacio para que el niño comparta cómo se siente resulta útil mientras procesa lo que ha ocurrido.

**Ve paso a paso.** El duelo no sigue un calendario fijo. Acompaña al niño o adolescente en su proceso de crecimiento y en los momentos significativos. Hacer un seguimiento en estos momentos demuestra que comprendes que el duelo es personal y que estás aquí para apoyarlos.

*“Recordé que dijiste que Halloween era la celebración favorita de tu papá. Con Halloween siendo la próxima semana, quería hacer un hablar contigo y ver cómo estás y qué planes tienes para ese día.”*

**Proporciona un lugar seguro.** Designa un lugar, como una oficina vacía, un rincón con hojas para colorear o una habitación aparte, para que un niño o adolescente lo use como quiera o necesite, especialmente si comienza a sentirse abrumado o sobre estimulado. Esto puede darles una sensación de seguridad y control sin tener que explicar sus sentimientos.

**Establece límites ante comentarios insensibles.** Los niños y adolescentes que están de duelo por una muerte por suicidio pueden experimentar comentarios y preguntas insensibles e hirientes. En tu papel, es importante informar a los demás sobre las consecuencias de sus comentarios y preguntas, y establecer la expectativa de ser solidario.

*“Cuando alguien que amamos muere, puede ser realmente difícil escuchar ciertas cosas o responder a ciertas preguntas. Hagamos nuestro mejor esfuerzo para no hacer preguntas incisivas o decir comentarios que puedan causar dolor adicional, herir, culpar o avergonzar. En cambio, me gustaría verte siendo solidario y haciendo lo que puedas para que (el doliente) se sienta cuidado.”*

**¡Cuidate también!** Ser una persona de apoyo para un niño o adolescente que está de duelo por una muerte por suicidio puede sentirse emocionalmente abrumador en ocasiones y puede poner en duda de repente tu propia necesidad de apoyo emocional. Cuando ofreces cuidado emocional y práctico a alguien cercano de manera continua, corres el riesgo de experimentar fatiga por compasión. La fatiga por compasión es el cansancio emocional y físico que surge al cuidar a los demás. Es esencial recordar que tu contribución puede ser pequeña, constante y manejable. Ninguna persona puede cargar sola con el apoyo a un niño o adolescente en duelo. Se requiere una red de adultos colaborando para brindar un respaldo adecuado después de una pérdida por suicidio.





## **LISTA DE RECURSOS**

## Recursos para profesionales

La presencia de cualquier organización o recurso en esta Lista de Recursos no implica ni constituye un respaldo o recomendación, así como la ausencia no implica desaprobación.

### En línea:

- Red Nacional de Estrés Traumático Infantil, <https://www.nctsn.org/resources/informacion-en-espanol>

### Recursos en línea disponibles en inglés:

- Coalición de Supervivientes Clínicos (CCS): [cliniciansurvivor.org](http://cliniciansurvivor.org). Ofrece apoyo, educación, recursos y consultas a profesionales de la salud mental y otros cuidadores profesionales que han experimentado pérdidas por suicidio en contextos personales o profesionales. Para unirse a la Lista de CCS: envía un correo electrónico a [Info@ClinicianSurvivor.org](mailto:Info@ClinicianSurvivor.org) con “CCS List-Serve” en el asunto para recibir el formulario de membresía.
- Respuesta al duelo, trauma y angustia después de un suicidio: Directrices nacionales de EE. UU, <https://sprc.org/online-library/responding-to-grief-trauma-and-distress-after-a-suicide-u-s-national-guidelines/>
- Uniting for Suicide Postvention, <https://www.mirecc.va.gov/visn19/postvention/>
- Información y podcasts: <https://www.mirecc.va.gov/visn19/postvention/community/content.asp#top>
- <https://theactionalliance.org/resource/responding-grief-trauma-and-distress-after-suicide-us-national-guidelines>

### Libros disponibles en inglés:

- McIntosh, J. L. (Eds.). (2011). *Duelo después del suicidio: Comprender las consecuencias y cuidar a los sobrevivientes*. NY: Routledge
- McNiel, A., & Gabbay, P. (2018) *Comprender y apoyar a los niños en duelo: Una guía práctica para profesionales*. Springer Publishing.
- Servaty-Seib, H., & Chapple, H. (2022). *Manual de tanatología: El conocimiento esencial para el estudio de la muerte, el duelo y el luto*, 3ª edición. Asociación para la Educación y Asesoramiento sobre la Muerte.

# Recursos para padres y cuidadores

La presencia de cualquier organización o recurso en esta Lista de Recursos no implica ni constituye un respaldo o recomendación, así como la ausencia no implica desaprobación.

## En línea:

- Dougy Center: Apoyando a niños y adolescentes después de una muerte por suicidio, [https://www.dougy.org/assets/uploads/Supporting-Children-and-Teens-after-a-Suicide-Death\\_Spanish.pdf](https://www.dougy.org/assets/uploads/Supporting-Children-and-Teens-after-a-Suicide-Death_Spanish.pdf)

## Recursos en línea disponibles en inglés:

- Alliance of Hope: Video sobre la experiencia de niños y familias después de la pérdida por suicidio, <https://allianceofhope.org/find-support/children-teens/understanding-suicide-supporting-children/>
- Nancy Rappaport, MD. The Words To Say It: When a Parent Dies by Suicide, <https://www.nancyrappaport.com/wp-content/uploads/2018/04/The-Words-to-Say-It.pdf>
- Life after Suicide Podcast con Jennifer Ashton: Serie de entrevistas sobre una muerte por suicidio, <https://podcasts.apple.com/us/podcast/life-after-suicide/id1460022071>
- Learning to Heal, entrevista de la hija de Jennifer Ashton, Chloe, sobre la muerte por suicidio de su padre. <https://podcasts.apple.com/us/podcast/life-after-suicide/id1460022071?i=1000468732329>
- What's Your Grief: Duelo por la muerte de un suicida, <https://whatsyourgrief.com/grieving-suicide-death/>
- Entrevista con Thomas Joiner, Ph. D (padre falleció por suicidio; autor de Why People Die By Suicide (2006) y Myths about Suicide (2011)). <https://www.npr.org/templates/story/story.php?storyId=126365907?storyId=126365907>
- TAPS, Kim Ruocco, MSW: Is Suicide a Choice, <https://www.taps.org/articles/21-1/suicide>

## Libros disponibles en inglés:

- Baugher, Bob & Jordan, John (2016). After Suicide Loss: Coping with your grief.
- Requarth, Margo (2006). After a Parent's Suicide: Helping Children Heal.
- Montgomery, Sarah & Coale, Susan (2015). Supporting Children after a Suicide Loss: A Guide for Parents and Caregivers.
- Sands, Diana (2010). Red Chocolate Elephants: For Children Bereaved by Suicide

## Enlaces útiles para información adicional de la NACG:

- Biblioteca de recursos de la NACG: <https://www.nacg.org/resources>
- Encontrar apoyo de la NACG: <https://www.nacg.org/find-support>
- Fundación Estadounidense para la Prevención del Suicidio (AFSP): <https://www.afsp.org/>

## Recursos para niños y adolescentes

La presencia de cualquier organización o recurso en esta Lista de Recursos no implica ni constituye un respaldo o recomendación, así como la ausencia no implica desaprobación.

### En línea:

- Fundación Estadounidense para la Prevención del Suicidio (apoyo individual y grupal) <https://afsp.org/ive-lost-someone>
- Alianza Nacional para el Duelo Infantil, <https://www.childrengrieve.org/>
- Red Nacional de Estrés Traumático Infantil, <https://www.nctsn.org/resources/informacion-en-espanol>
- Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales, <https://nami.org/Your-Journey/Identity-and-Cultural-Dimensions/Hispanic-Latinx/La-salud-mental-en-la-comunidad-latina>
- 

### Recursos disponibles en inglés:

- Alliance for Hope for Suicide Loss Survivors, <https://www.allianceofhope.org/>. Para los recién afligidos, <https://www.allianceofhope.org/find-support/for-new-survivors/>
- Friends for Survival: <https://www.friendsforsurvival.org/>
- Conciencia sobre el Suicidio, Voces de Educación: <https://save.org/what-we-do/grief-support/>
- Sobrevivientes del Suicidio: [www.survivorsofsuicide.com](http://www.survivorsofsuicide.com)
- Programa de Asistencia en Caso de Tragedias para Sobrevivientes de Pérdidas por Suicidio: <https://www.taps.org/suicide>
- Para recomendaciones de libros: <https://afsp.org/find-support/ive-lost-someone/resources-loss-survivors/books-loss-survivors/>

### Libros disponibles en inglés (para adolescentes):

- Chalifour, Francis (2005). After (novela sobre un chico de 15 años, pérdida por suicidio de su padre)
- Seib Heather Servaty y Faigenbaum, David. C. (2015) We Get It (historias de estudiantes universitarios/jóvenes adultos afligidos, incluye pérdida por suicidio)
- Park, Bridget E. (2013). Growing Young: A memoir of grief (sobre la muerte de su hermano por suicidio)
- Brooke's Place for Grieving Young People (2019). You Are Not Alone: Stories by Young Teens Who Have Experienced the Death of a Sibling

### Libros disponibles en inglés (para niños):

- Cammarata, Doreen T. (2009). Someone I Love Died by Suicide: A Story for Child Survivors and Those Who Care for Them (para niños pequeños)
- Loehr, Carole Ann (2006). My Uncle Keith Died (para la edad escolar, pérdida por suicidio)
- Smid, Emmi (2015). Luna's Red Hat: An Illustrated Storybook to Help Children Cope With Suicide



**La Alianza Nacional para el Duelo Infantil (NACG, por sus siglas en inglés)** es una organización sin fines de lucro que crea conciencia sobre las necesidades de los niños y los adolescentes que están en duelo por una muerte y brindan educación y recursos para cualquier persona que los apoye. Nuestra visión es que ningún niño tenga que pasar por un duelo solo. Visita [childrengrieve.org](https://childrengrieve.org) para acceder a estos y otros recursos.

*Queremos expresar nuestro agradecimiento a los siguientes miembros y organizaciones del NACG que contribuyeron al contenido de este recurso: (listados en orden alfabético por apellido)*

*Tina Barrett, Ed.D., LCPC, Tamarack Grief Resource Center, Missoula, MT*

*Adam Carter, PhD, LCPC, NCC, CCMHC, TF, Spaces Between Counseling, LLC, Bloomington, IL*

*Enedina Enriquez, UTRGV School of Social Work, Edinburg, TX*

*Pamela Gabbay, EdD, FT, The Compassionate Friends, Norfolk, VA*

*Michelle Halm, MA, M.Ed., CT, Pillars Community Health | Buddy's Place, La Grange Park, IL*

*Stephanie Heitkemper, MA MFT, LPC, RPT, FT, Resilient Minds Counseling, Thornton, CO*

*Karen Ketterer, LMSW, Ele's Place, Grand Rapids, MI*

*Carolyn Kinzel, Brighter Days Family Grief Center, Eden Prairie, MN*

*Christine Linnehan, LCPC, BC-DMT, FT, The Center for Grieving Children, Scarborough, ME*

*Ryan Loiselle, LICSW, FRIENDS WAY, Warick, RI*

*Melissa Lunardini, MA, MBA, FT, Radical Grief, San Diego, CA*

*Greg Marley, LCSW, NAMI Maine Suicide Prevention, Hallowell, ME*

*Teresa Mendez-Quigley, Uplift Center for Grieving Children, Philadelphia, PA*

*Lisa Moreno, M.Ed., M.A., LPC, RDT, CSC, NCC, IPT-CST, Children's Bereavement Center RGV, Harlington, TX*

*Leila Salisbury, The Kentucky Center for Grieving Children and Families, Lexington, KY*

*Valerie Wolenter, LPC, CT, Highmark Caring Place, Warrendale, PA*

#### **Personal de NACG**

*Liz Bowes, CLS, Program Manager*

*Deirdra Flavin, MSc, CFRE, National Marketing & Development Director*

*Julie Hennington, LMSW, Business Manager*

*Vicki Jay, Chief Executive Officer*

*Megan Lopez, MSW, LMSW, National Program Director*

*Josephine Wheeler Ahart, MA, LPC, Marketing & Development Manager*

*Copyright © Derechos de autor 2022 por la Alianza Nacional para el Duelo Infantil. Todos los derechos reservados. Puede citar, enlazar, volver a publicar o traducir este artículo en su totalidad, siempre que acredite a NACG y añada un enlace funcional de regreso al sitio web de NACG: [www.nacg.org](https://www.nacg.org).*

Este conjunto de herramientas fue creado con inversión filantrópica de nuestro socio, [Dignity Memorial](#).

**Dignity**<sup>®</sup>  
MEMORIAL