



Personas con discapacidad en duelo

El duelo es universal y es necesario para adaptarse a la nueva vida sin la persona querida fallecida.

¿Qué ocurre cuando la persona que sufre la pérdida tiene alguna discapacidad?

En la sociedad, hay ciertos colectivos que son considerados de especial vulnerabilidad a la hora de comunicar el fallecimiento de una persona querida, entre los que encontramos a la población infantil, la población mayor y la población con alguna discapacidad entre otras, tendiendo a sobreprotegerlas, por ello, a veces, se les miente y no se les comunica el fallecimiento, o se pospone la noticia. Comunicar el fallecimiento de una persona querida es un tema complejo de abordar, sobre todo, porque nadie nos prepara para estas situaciones y no sabemos cómo hacerlo. Se tiene miedo a sostener tanto el propio sufrimiento como el de la persona a la que le transmites la noticia, sin embargo, es necesario y saludable que sean conocedores/as de ello para evitar que el duelo se complique.



En este caso, la discapacidad es un concepto amplio que engloba a las personas que tienen capacidades diferentes, por lo tanto, podemos encontrar diversos tipos: física o motriz, visual, auditiva, intelectual y/o psíquica y multisensorial.

Las personas con discapacidad también elaborarán el proceso de duelo siempre y cuando haya habido un vínculo con la persona querida fallecida. En algunas ocasiones, aparentemente parece que estas personas no están sufriendo la pérdida por la dificultad de expresar el dolor que están sintiendo, no obstante, este sufrimiento se traducirá o lo mostrarán de otras maneras, como, por ejemplo, en posibles cambios de conducta que pudieran ocurrir, a nivel de pensamiento y/o a nivel físico.



➤ A las personas con discapacidad, se les tiene que dar una información clara y concisa sobre la muerte, evitando así la sobreprotección, y adaptando el lenguaje en función de las capacidades cognitivas de la persona receptora del mensaje. Este mensaje es importante que lo dé una persona de confianza para facilitar un espacio de desahogo emocional, y, por tanto, para poder hablar de la pérdida y poderles responder a las preguntas que realicen en torno a la muerte y el proceso de duelo. Es esencial naturalizar las emociones y cambios que se pudieran producir, para hacerles saber que es algo que les ocurre a todas las personas cuando pierden a alguien importante. Es beneficioso que se tenga la posibilidad de despedirse de la persona querida, y que se les haga partícipes de las decisiones que surjan en torno a ello.

Para estas personas, es primordial el acompañamiento de la familia, dado que es la principal fuente de confianza donde poder hablar y expresarse. Son especialmente vulnerables a las pérdidas, por lo que, se tiene que realizar un acompañamiento prolongado, basado en la empatía y la compasión, además de mostrar disponibilidad y permiso para poder hablar de cómo se sienten y qué necesitan.

Sería aconsejable que se comenzara a hablar de la muerte desde edades tempranas e integrarla como parte de la vida, sin que sea un tema más tabú, ya que se las tiende a sobreproteger por miedo a cómo puedan reaccionar o por “dar por hecho” que no lo van a comprender.

**Película
recomendada**
2023, Javier Fesser



Irati y su abuela

Irati es una joven con discapacidad intelectual que perdió a su abuela Encarna recientemente.

Irati, ¿recuerdas mucho a tu abuela? Significaba mucho para mí, me gustaba estar con ella y llevarla en la silla de ruedas cuando estaba en la residencia, echarme la siesta con ella cuando estaba en casa y también verla cocinar con su banqueta.

¿Cómo te sentiste después del fallecimiento?

Yo sentí mucha pena, y cuando paso por la habitación de mi hermano donde dormía ella, me pongo triste.

¿Pudiste despedirte de ella?

Pues estaba en casa durmiendo la siesta, y entró mi padre, y me dijo que había fallecido mi abuela, y estuve muy triste porque no pude estar con ella y despedirme, pero cuando fuimos al tanatorio mi madre encargó unas flores con unas frases de despedida. Y cuando vi la foto que estaba en el ataúd lloré mucho. Me sigo emocionando cuando hablo de ella, pero me siento acompañada por mi familia, mis amigos y mi psicóloga.

¿Te gustaría decirle algo?

Por ella sé que debo esforzarme en mi día a día, y me gustaría decirle que soy muy feliz porque tengo novio y en enero empecé a experimentar el mundo laboral.