



**Por si
acaso...**

**Información para
familias en duelo y
para los profesionales
que las asisten**

Centro Nacional para Menores Desaparecidos y Explotados

**1-800-THE-LOST®
(1-800-843-5678)**

www.missingkids.com

NATIONAL
CENTER FOR
**MISSING &
EXPLOITED**
CHILDREN

OJJDP Office of Juvenile Justice
and Delinquency Prevention
Office of Justice Programs • U.S. Department of Justice

Información para familias en duelo y para los profesionales que las asisten

Se conoce como duelo al proceso de asimilar una pérdida. El duelo en sí mismo no es un sentimiento, pero el proceso de duelo incluye todas las emociones humanas posibles. Cuando la pérdida es de un hijo o hija desaparecido o muerto, esos sentimientos y emociones pueden ser abrumadores, y el proceso de ajustarse a semejante pérdida podría parecer imposible. El Centro Nacional para Menores Desaparecidos y Explotados (*National Center for Missing & Exploited Children*[®] - NCMEC) ha creado este folleto para ayudar a las familias a recordar que no están solas y brindarles información acerca de lo que pueden esperar en su proceso de duelo.

Cada persona sobrelleva su dolor de manera diferente y cada uno reacciona de una manera distinta al dolor de la pérdida. Los padres, guardianes, hermanos, otros parientes y amigos cercanos de la familia reaccionarán de diferente manera a la ausencia del niño. Algunos reaccionarán emocionalmente. Otros sobrellevarán el dolor haciendo cosas y manteniéndose activos. Otros analizarán mentalmente la pérdida hasta que encuentren algo bueno en la situación, no importa cuan pequeño sea. Algunos sienten, otros hacen y otros piensan. Ningún modo es mejor que los otros. Cada modo es simplemente diferente. Cada miembro de la familia debe comprender que el mejor apoyo para recibir y dar a otros es reconocer que ellos también están de duelo, pero posiblemente de una manera diferente. Nunca debe juzgarse cómo lloramos nuestra pérdida. Los miembros de la familia deben darse a ellos mismos, y a los otros miembros de la familia y a sus amigos cercanos, el tiempo que necesiten para su duelo y para sentir el dolor de esa pena.

El proceso de duelo

Al llorar la pérdida de un hijo o hija las familias podrían encontrar sentimientos que parecen ser casi abrumadores. Una de las mejores maneras de asegurar que esos sentimientos no se tornan abrumadores es hablar sobre el niño, su dolor y

sus sentimientos. Las familias necesitan buscar personas que las escuchen, como amigos, profesionales religiosos o espirituales y profesionales de salud mental. Las familias necesitan compartir sus recuerdos junto con sus expectativas, sueños y esperanzas. Además, hay algunas experiencias que los miembros individuales de la familia deberían esperar en el proceso de duelo. Usted podría

- Seguir buscando al miembro de su familia. Podría pensar que lo ve en una muchedumbre o en la periferia de su visión. Podría oír una tos, una risa o un estornudo que por un momento le permite pensar que podría ser el miembro de su familia. Le dolerá cada vez que descubra que no es así.
- Seguir haciendo por hábito cosas para el miembro de su familia, como buscar su ropa sucia, poner un cubierto en la mesa para él o para ella, planear actividades que él o ella disfrutarían o llamar para recordarle que es hora de acostarse. Otra vez, le dolerá cada vez que se dé cuenta de que no es su hijo o hija.
- Descubrir que necesita redefinir funciones. Cada miembro de la familia podría tener definida una función por las cosas que hace. El miembro de la familia ausente podría haber tenido tareas y responsabilidades específicas. Ahora debe decidir si usted cumplirá esas responsabilidades o las asignará a algún otro o si las dejará sin hacer. El miembro de su familia podría haber tenido un horario específico. Usted tendrá que adaptarse a un nuevo programa diario que ya no incluya al miembro de su familia.
- Encontrar que estos papeles se definen por el modo en que los miembros de la familia interactúan entre ellos. ¿Cuál era el papel del miembro de la familia ausente? ¿Era el miembro astuto, tranquilo, travieso, generoso y/o pensativo, o desempeñaba algún otro papel? Usted llegó a dar por descontado ese papel en su familia y ahora tendrá que ver a su familia sin él.
- Encontrar difícil comer y dormir. Es importante que mantenga su rutina tanto como sea posible

y que siga comiendo, aunque sea en cantidades pequeñas, y que se acueste a la hora acostumbrada. Si no puede dormir, pregunte a su médico sobre cosas que puedan ayudarlo y recuerde que las técnicas de relajamiento mental, aunque no le ayuden a dormir, podrían beneficiarle al permitirle descansar.

- Encontrar que le resulta abrumador terminar con sus tareas cotidianas. Ayuda el hecho de dividir las tareas en tareas más pequeñas que pueden completarse con más facilidad. En vez de pensar en lavar la ropa, piense en llevar la ropa al lavadero, luego ponerla en el lavarropas, luego pasarla al secador, luego sacarla del secador, luego doblarla y al final guardarla. La cuestión es dividir la tarea en varias más pequeñas que podrían lograrse más fácilmente. Si usted encuentra que no está completando toda la tarea, sabrá al menos que ha hecho parte de ella. Felicítese por lo que ha logrado.

Cada miembro de su familia pasará por estas experiencias en alguna medida. Hablar con ellos de su propia experiencia les ayudará a comprender que no están solos y que lo que piensan y sienten es “normal”.

Apoyo a todos los miembros de la familia

Podría ser difícil encontrar la energía emocional y física para apoyar a otros miembros de la familia en estos momentos. Los miembros de la familia inmediata, los miembros de la familia extendida y amigos cercanos podrían tratar de ayudar, pero también ellos necesitan que se los apoye. Las reuniones familiares son una buena manera de mantener a todos informados de las necesidades y sentimientos de cada uno. Durante estas reuniones las familias pueden comenzar a delegar responsabilidades y ayudar a asegurar que se satisfacen las necesidades. También podría ser una manera de delegar las necesidades emocionales de la familia. Si un padre o guardián no puede brindar el apoyo

que su familia necesita en estos momentos, quizás un abuelo o abuela, tío o tía o un amigo cercano de la familia pueda asumir esa responsabilidad hasta que el padre o guardián pueda hacerlo nuevamente.

Una de las cosas más importantes que ayudan a mantener a la familia unida en estos momentos es la comunicación. Cada miembro de la familia debería sentirse libre de expresar sus sentimientos sobre la vida sin el niño, sus creencias sobre las circunstancias que llevaron a la pérdida, y en el caso de un niño desaparecido, lo que cree acerca de su estado. Con frecuencia los miembros de la familia vacilarán en ser honestos sobre sus pensamientos y sentimientos por temor a lastimar a otro miembro de la familia. Todos deberían ser alentados a expresarse honestamente.

Los miembros de la familia también deberían tener un lugar para hablar de sus pensamientos y sentimientos fuera del ambiente familiar. Los grupos de apoyo apropiados para la edad son un recurso excelente para los niños y el consejo de un profesional calificado podría ayudar a todos los miembros de la familia durante este período extremadamente difícil. Todos los terapeutas usados por la familia deberían tener un título avanzado en una especialidad de salud mental reconocida como psiquiatría, psicología, asistencia social, terapia o atención psiquiátrica. Los títulos avanzados son títulos de maestría (MSW, MS, MA) y doctorado (MD, PhD, PsyD). Es importante que el profesional terapeuta esté licenciado en la jurisdicción donde practica.

También es importante recordar que este no es un buen momento para tomar decisiones o emprender cambios grandes en la vida. La estabilidad y la consistencia son dos elementos fundamentales en el apoyo a la familia en estos momentos. Asimismo, las decisiones que se hacen en un momento de crisis son influidas por la crisis misma y podrían ser impropias y difíciles de cambiar o de corregir una vez que ha pasado la crisis.

Todos los miembros de la familia tienen derecho a descansos periódicos de la pérdida. Podrían necesitar salidas por la tarde, vacaciones breves

y eventos divertidos para equilibrar la intensidad de la situación causada por la pérdida. Al tomar un respiro los miembros de la familia tienen que saber que está bien divertirse y no pensar en la situación durante este período. A fin de ayudar en esto la familia puede hacer arreglos para que puedan comunicarse con ella en caso de emergencia. Si algún miembro de la familia se siente culpable por divertirse mientras el niño desaparecido no puede hacerlo, debería hablar de estos sentimientos con su red de apoyo después de la salida.

Los miembros de la familia también tienen que saber que las fiestas y ocasiones especiales traerán recuerdos del niño. Eventos como los cumpleaños, las actividades de temporada anuales y las graduaciones escolares podrían ser momentos difíciles para la familia. Estimule la discusión abierta de sentimientos en estos momentos y cree un ritual simple o una nueva tradición para incluir al niño desaparecido en el evento. Por ejemplo, iniciar la comida del feriado sirviendo una pequeña porción del postre favorito del niño como un brindis permite pensamientos, recuerdos y conversaciones y le rinde homenaje.

Consideraciones profesionales y consideración de profesionales

Aunque esta sección está dedicada a proveer información a los profesionales que aconsejan a las familias que sufren la pérdida de un niño, también ha sido escrita para brindar a las familias información sobre lo que pueden esperar y solicitar de los profesionales que las atienden.

Por sobre todas las cosas, el profesional debe proveer un espacio seguro y el lenguaje para sobrellevar este dolor. El ambiente de la terapia debe ser libre de prejuicios o expectativas. Muchos de los modelos y reglas de salud mental aceptados no se aplican en estos casos y podría hacer falta que el profesional esté abierto a nuevas formas únicas para estas situaciones. En ese proceso asegúrese de **referirse al niño por su nombre y use su nombre con frecuencia durante las sesiones de terapia.**

Los miembros de la familia podrían tener sólo la energía y los recursos para concentrarse en el niño. Profundizar en otras cuestiones familiares como mecanismos negativos para afrontar una situación y patrones de conducta familiares históricos no ayuda en estos momentos y podría llevar a que la familia desista de la terapia.

Los miembros de la familia podrían necesitar un lugar seguro para explorar sus sentimientos de culpabilidad, así como para explorar todos los escenarios posibles de lo que ha ocurrido o de lo que podría estar ocurriendo con el niño todavía desaparecido. Esto es necesario como preparación para la información desconocida que podría desarrollarse. No importa cuán irracional puedan sonar esta culpabilidad o estos escenarios, los miembros de la familia deben tener un lugar en el cual expresarlos y explorarlos.

El otro extremo es que miembros de la familia nieguen la posibilidad de un resultado negativo en un caso todavía en desarrollo o el dolor que están sufriendo. El hecho de saber que es seguro hablar de esas cosas en el futuro es en sí mismo algo positivo.

Debe comprenderse que, en el caso de un niño desaparecido, los miembros de la familia podrían necesitar percibir el futuro con una perspectiva doble, de un futuro sin el niño y otro futuro que incluya su retorno. Una perspectiva podría ser inmediatamente predominante después de haberse denunciado la desaparición del niño y la otra podría llegar a ser predominante con el paso del tiempo. Podría haber siempre dos futuros posibles para la familia de un niño desaparecido.

El análisis de la realidad podría ayudar a los miembros de la familia a ver el cuadro en su totalidad. Por ejemplo, preguntándoles: “Estar toda la noche buscando a su niño podría resultar en un pobre desempeño en el trabajo y eventualmente en su despido. ¿Cómo ayudará o perjudicará eso la situación? ¿Hay algún compromiso que satisfaga la mayor parte de sus necesidades?”

No trate de hacer encajar a todos los miembros de la familia dentro de un modelo establecido

de duelo o de intervención. Ayude a los miembros de la familia a encontrar los mecanismos, comportamientos y sistemas de creencias para lidiar con el dolor que sean mejores para ellos en estos momentos. Las intervenciones a largo plazo podrían no ser apropiadas en estos momentos.

Conozca sus propios sentimientos y pensamientos sobre niños que ya no están con sus familias y los posibles resultados de esa situación. Sepa donde sus sentimientos personales podrían apoyar o interferir con miembros de la familia. Conozca sus propias limitaciones y use supervisión clínica con frecuencia al trabajar con miembros de una familia que está sufriendo esta clase de pérdida.

Pensamientos adicionales

NCMEC entiende que un folleto no puede cubrir o proveer por todo el dolor sufrido por las familias. La meta del NCMEC es brindarles a las familias el apoyo disponible mientras se adaptan a su mundo cambiado. Este folleto es sólo uno de estos apoyos. Para obtener información adicional sobre los servicios de apoyo provistos por NCMEC comuníquese con la División de Defensa de la Familia (*Family Advocacy Division*-FAD) por correo electrónico a familyadvocacy@ncmec.org o por teléfono llamando gratuitamente al 1-877-446-2632 interno 8373.

La FAD provee intervenciones para casos específicos dirigidas a aumentar el suministro de servicios a las familias atendidas por el NCMEC. La FAD, cuyo personal está formado por profesionales con títulos de maestría, capacitados y expertos en bienestar infantil, trabaja proactivamente con las familias, policía, organismos de servicios sociales, otras entidades de defensa de la familia y profesionales legales para proveer asistencia técnica sobre prácticas de reunificación con niños desaparecidos, capacitación, referencias, apoyo y servicios de intervención en crisis. La FAD también coordina *Family Advocacy Outreach Network*, una iniciativa proactiva diseñada para combinar con terapeutas profesionales licenciados

en todo Estados Unidos que puedan suministrar intervención terapéutica breve o apoyo a largo plazo sobre una base *pro-bono* o una escala de tarifas según los ingresos a familias atendidas por el NCMEC.

Centro Nacional para Menores Desaparecidos y Explotados

El Centro Nacional para Menores Desaparecidos y Explotados (*National Center for Missing & Exploited Children*[®] - NCMEC), fue establecido en 1984 como una organización privada sin fines de lucro. Conforme al Código Federal 42 U.S.C. § 5773 y otras leyes federales el NCMEC ejecuta 20 mandatos federales básicos que incluyen el funcionamiento de una línea de emergencia gratuita nacional las 24 horas del día por la cual las personas pueden suministrar información sobre la ubicación de un menor desaparecido y requerir información sobre los procedimientos necesarios para reunir a un menor con su custodio legal; operación del centro nacional de recursos y centro de intercambio de información sobre menores desaparecidos y explotados sexualmente; coordinación de programas para localizar, recuperar y reunir menores desaparecidos con sus familias; provisión de asistencia técnica y capacitación para la prevención, investigación, enjuiciamiento y tratamiento de casos que involucran a menores desaparecidos y explotados sexualmente, y operación de una *CyberTipline*[®] para denunciar la explotación sexual de menores relacionada con Internet.

Hay disponible una línea telefónica gratuita, **1-800-THE-LOST[®] (1-800-843-5678)**, que funciona las 24 horas en Canadá y Estados Unidos para las personas que tengan información sobre menores desaparecidos y explotados sexualmente. El número de teléfono gratuito para llamar desde México es 001-800-843-5678 y cuando se llama de otros países es 00-800-0843-5678. Para obtener una lista de otros números de teléfono gratuitos disponibles cuando

se llama desde países específicos visite www.missingkids.com y en la página principal escoja “Español” en la casilla de “*Language*” y luego haga clic en “Línea de emergencia de 24 horas”. También está disponible mundialmente la *CyberTipline* para denunciar en línea sobre estos delitos en www.cybertipline.com. La línea de TDD es 1-800-826-7653. El número de teléfono central del NCMEC es 703-224-2150. El número de fax del NCMEC es 703-224-2122. El sitio web del NCMEC es www.missingkids.com.

Si desea información sobre los servicios ofrecidos por las otras oficinas del NCMEC, llame directamente en California al 714-508-0150, en Florida al 561-848-1900, en Florida/Condado Collier al 239-566-5801, en Nueva York/Buffalo al 716-842-6333, en Nueva York/Mohawk Valley al 315-732-7233, en Nueva York/Rochester al 585-242-0900 y en Texas al 512-465-2156.

Si desea conocer más sobre la existencia y naturaleza de otros programas a cargo de organismos federales para asistir a menores desaparecidos y explotados sexualmente y a sus familias visite www.ncjrs.gov o llame al 1-800-851-3420 para obtener *Federal Resources on Missing and Exploited Children* (NCJ 216857).

Pueden obtenerse gratuitamente ejemplares individuales de un número de publicaciones del NCMEC que tratan sobre diversos aspectos del tema de menores desaparecidos y explotados sexualmente, comunicándose con el



Charles B. Wang International Children’s Building
699 Prince Street
Alexandria, Virginia 22314-3175
U.S.A.

Copyright © 1987, 2005 y 2010 *National Center for Missing & Exploited Children*. Todos los derechos reservados.

Este folleto fue escrito por Duane T. Bowers, LPC. Puede obtenerse información adicional ordenando un ejemplar de *Cuando su hijo ha desaparecido: Una guía de supervivencia para la familia* (NCJ 212870) visitando www.ncjrs.gov o llamando al 1-800-851-3420.

Este proyecto fue financiado por el subsidio N° 2010-MC-CX-K001 otorgado por la Oficina de Justicia Juvenil y Prevención de la Delincuencia (*Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention - OJJDP*), Oficina de Programas de Justicia (*Office of Justice Programs - OJP*), Departamento de Justicia de Estados Unidos (*U.S. Department of Justice - DOJ*). Los puntos de vista u opiniones expresadas en este documento son los del autor y no representan necesariamente la posición oficial o las políticas del Departamento de Justicia de Estados Unidos (*U.S. Department of Justice - DOJ*). *CyberTipline*®, *National Center for Missing & Exploited Children*® y 1-800-THE-LOST® son marcas registradas de comercio del Centro Nacional para Menores Desaparecidos y Explotados (*National Center for Missing & Exploited Children - NCMEC*). Orden N° 46 del NCMEC.