

## Las mentiras piadosas en situaciones difíciles

Autora:

Amelia Astray San-Martín. Pediatra de Atención Primaria. Centro de Salud de Guadalix de la Sierra. Madrid.

**Palabras clave:** mentiras, muerte, sufrimiento, verdad

María está diagnosticada de un cáncer de mama desde hace 7 años. Desde el diagnóstico, ha sido todo un calvario, con quimioterapia y todo lo que ello implica. Pero, con los vaivenes normales de la situación, se ha ido controlando. Juan, su marido, está a su lado, peleando por ella y por él, para seguir adelante, tirando del carro.

Álvaro tiene 11 años y Jaime 8. Ellos, los más vulnerables de la familia, se mantienen en un nivel inferior. Mejor dicho, tanto María como Juan decidieron mantenerlos al margen de lo que ocurre. "Son pequeños y no queremos que sufran".

Pero las últimas noticias no son buenas. Tenemos una nueva recidiva y aparecen metástasis en el cerebro. A veces María está embotada, por los síntomas y por el nuevo ciclo que está recibiendo. Y, a pesar de los vómitos y de lo mal que se encuentra, disimula delante de los niños para que no sufran. Juan, tristísimo por la impotencia que implica este nuevo revés, también disimula, y sonríe con los niños, para que no sufran.

Y Álvaro y Jaime, que aunque son niños no son tontos, también sonríen; hacen sus trabajos y sus juegos lo más silenciosos que pueden, porque comprenden que algo pasa. Mamá está enferma desde hace tiempo; se pone buena y se pone mala, y luego se vuelve a poner mala. Entonces se los llevan a casa de los abuelos a pasar el fin de semana, o a casa de los tíos; muy divertido porque allí les dejan hacer lo que ellos quieren, porque este fin de semana, mamá y papá tienen que hacer cosas.

Y casi ni preguntan, porque comprenden esa tristeza que existe en el ambiente de vez en cuando. Y les gustaría ir corriendo a ver a su mamá y decirle que no esté triste, que ellos la cuidarán, o darle un besito en la herida para que se le cure, o ir al pediatra para que le dé una medicina y se ponga buena, o dormir con ella en la misma cama porque tienen un poco de miedo, o ayudarle en la cocina, o ver la tele con ella, o acercarse a su padre porque también está triste, aunque no parece enfermo, y acompañarle, o darle la mano, o pintar con él un dibujo... Pero mejor no, porque, si lo hacen, seguro que se ponen más tristes, porque saben que ellos también saben que mamá está muy malita. Mejor disimular y seguir haciendo las cosas sin acercarse demasiado.

Todo el mundo es víctima del silencio, de la conspiración

del silencio, y cuanto más dure, más difícil será salir de ella.

Y así pasa el tiempo. Tiempo que no vuelve atrás, y quedan por el camino abrazos, besos, historias, palabras, lágrimas, gestos, problemas perdidos... porque no sufran unos y por disimular otros, cuando las lágrimas no son un signo de debilidad, sino de humanidad. Lo importante es explicarles a los niños la razón de esas lágrimas para que no se sientan responsables.

A pesar de la angustia y de la incertidumbre, hay que decirles la verdad a los niños. Además, al verbalizar el sufrimiento, los niños se sentirán mejor, sintiéndose útiles.

¿Por qué hay que hablar? Porque la imaginación es peor que la realidad. Porque la vida en casa cambia, no es la misma, y empezarán a interpretar a medias tus conversaciones, porque las escuchan aunque parezca que no oyen. Y es mejor que se enteren por ti que por otras personas, para seguir confiando en ti ahora y después. Si no les hablas, esos miedos de los niños pueden aparecer como agitación, o agresividad, o alteración del sueño, o de la alimentación, o en el colegio. Son avisos que hay que tener en cuenta, porque, siendo reversibles, necesitan ser tenidos en cuenta para que no se prolonguen. La realidad les protegerá de los efectos malísimos del silencio y de la mentira de sus padres.

Primero es necesario asimilar uno mismo la noticia, con el fin de transmitirla de una forma razonable. Mejor desde el principio, con informaciones progresivas sobre la evolución.

Responde a las preguntas, estés donde estés: en el coche, en el baño, en la cena. Ellos te marcarán el ritmo de la conversación. Es bueno que expresen su preocupación también; eso les calma su inquietud.

Es preferible hablar de mejoría que de curación, y no prometas algo que no dependa de ti o no estés seguro de poder cumplir.

Ante la recaída, explícales que todo el mundo está haciendo todo lo que se puede, pero las cosas no están saliendo bien. Así pueden empezar a dudar de la curación total. La mala evolución no los cogerá por sorpresa.

Si la enfermedad avanza, y se agotan los tratamientos

activos, alguna vez se planteará la cuestión de la muerte. Se debe hacer de forma progresiva, y será bueno el haber pensado en ello antes de que ocurra.

Algunos niños se mantienen indiferentes ante la situación. No es verdad; seguramente estén conmocionados. No te alejes de ellos y pídeles permiso para hablar de sentimientos.

Para un niño pequeño, de 1 a 3 años aproximadamente, la muerte equivale a partir. Se asocia más al temor a la separación de los padres. Sobre los 4 años estar muerto equivale a estar dormido. Hacia los 5-6 años piensan que morir no es algo definitivo y que sus padres pueden protegerles contra cualquier peligro, incluida la muerte. Es una etapa mágica para ellos. Todo es posible. A partir de los 6 años, la idea de la muerte es cada vez más real. Son más conscientes de una muerte próxima de lo que se imaginan los adultos, por lo que a veces evitan hablar de ello con unos padres que saben les están engañando. La noción de la muerte personal aparece en torno al 8º y el 9º año, y hacia los 10 años es comprendida como algo irreversible, una concepción semejante a la del adulto.

Existen unas orientaciones a tener presentes cuando a un niño se le muere un ser querido:

- No mienta: conteste a las preguntas que le haga.
- No haga promesas que no pueda cumplir, ni diga cosas de las que tenga que retractarse después.

- Explique la muerte con verdades parciales, según edad cronológica, intelectual y emocional del niño. Hable de la muerte antes de que ocurra. Aproveche las oportunidades que surjan.

- No delegue la explicación en un familiar o un amigo. Los padres son los que mejor conocen a sus hijos y el impacto que en ellos se produce.

- No asocie muerte con el dormir, viajar..., porque la imaginación del niño es mayor que la suya, pudiendo aparecer trastornos de sueño, de abandono. No asocie la muerte con una contrariedad, ya que el niño asocia la muerte de un ser querido como un castigo.

- Si usted también ha sido víctima de la misma pérdida, no esconda el sufrimiento, comparta la tristeza con ellos, hablando de la persona muerta.

- Refuerce la irreversibilidad de la muerte y no dé pie a falsas expectativas.

- Busque apoyo de su tutora y de los compañeros del colegio, para que puedan darle consuelo.

#### **Bibliografía. Lecturas recomendadas.**

1. Elisabeth Kubler –Ross (1999). Los niños y la muerte
2. Katrine leverve (2007). Nos lo dijo Pepe.
3. Marcos Gómez Sancho (1998). Cómo dar las malas noticias en medicina