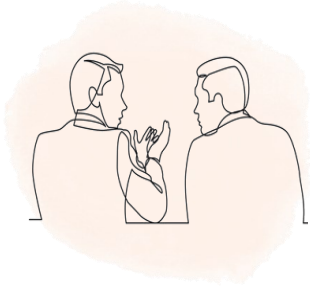


Pautas para acompañar a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo en situaciones de duelo



Es preferible que sea una persona cercana quien le informe de la noticia.

Procura **hablar claro y de forma sencilla**, evitando eufemismos del tipo: "se ha ido", "se ha dormido", etc.

Puedes decirle que esa persona ha muerto y ha dejado de sufrir, que cuando muere un ser querido, es normal sentirse triste y llorar para desahogarse.



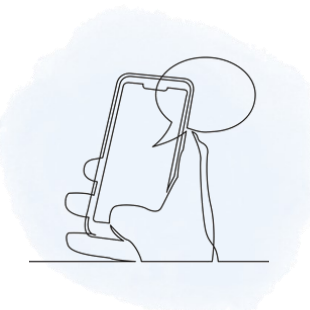
Trata de dejar que **exprese sus sentimientos y emociones**.

Es normal que pueda sentir rabia, ira, tristeza, enfado, culpa, impotencia...

Intenta evitar decirle cosas como: "tienes que ser fuerte", "no llores", "no te enfades", etc. Es importante que pueda liberarse.

También puedes **compartir tus sentimientos** diciéndole que "para mí también está siendo difícil", "es normal llorar, enfadarse, asustarse...", "yo también he llorado, me he asustado al enterarme", etc.

Pasados los primeros momentos, puedes ofrecerle alternativas **que ayuden canalizar su dolor**, como por ejemplo: escribir una carta, hacer un dibujo, encender una vela, etc.



Procura **estar disponible** para responder sus dudas y si no sabes qué contestar o no conoces la respuesta, puedes decir "ahora no puedo responder" o simplemente "no lo sé".

Trata de **explicarle por qué no podéis ver en persona** a amigos, familiares, etc. o por qué no podéis despediros de vuestro familiar.

Puedes **buscar alternativas para transmitir afecto y cercanía** (llamadas, videos, video llamadas, audios, etc.).

Ten en cuenta que podéis aplazar el ritual de despedida para cuando acabe esta situación.



Mantener la rutina diaria en la medida de lo posible puede ser de ayuda. Así sentirá más seguridad y protección y tendrá un mejor control de la situación.



Trata de **limitar el acceso a imágenes o noticias** sobre lo sucedido y/o procura acompañarle cuando lo vea para aclarar sus dudas y apoyarle con sus emociones.