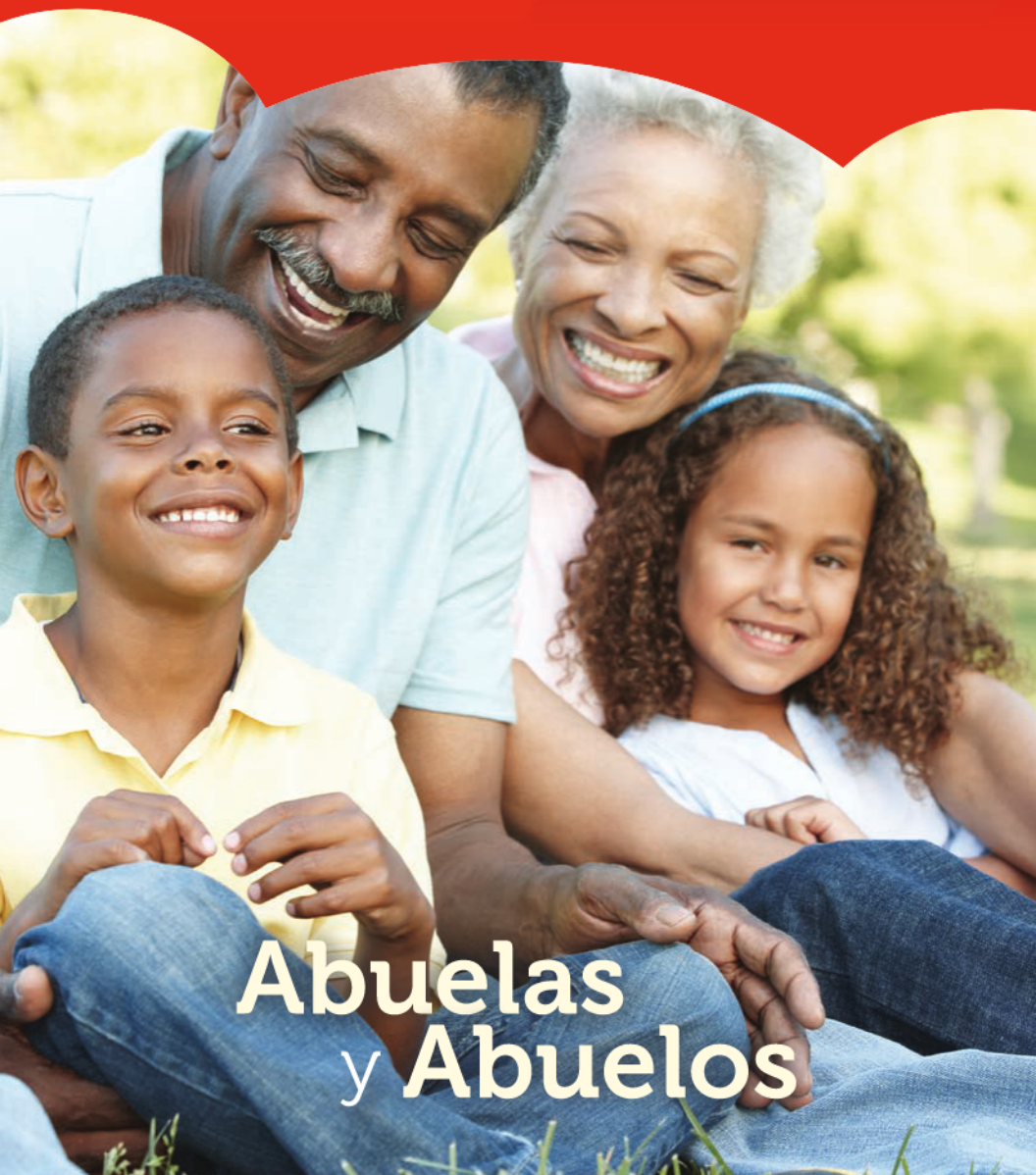




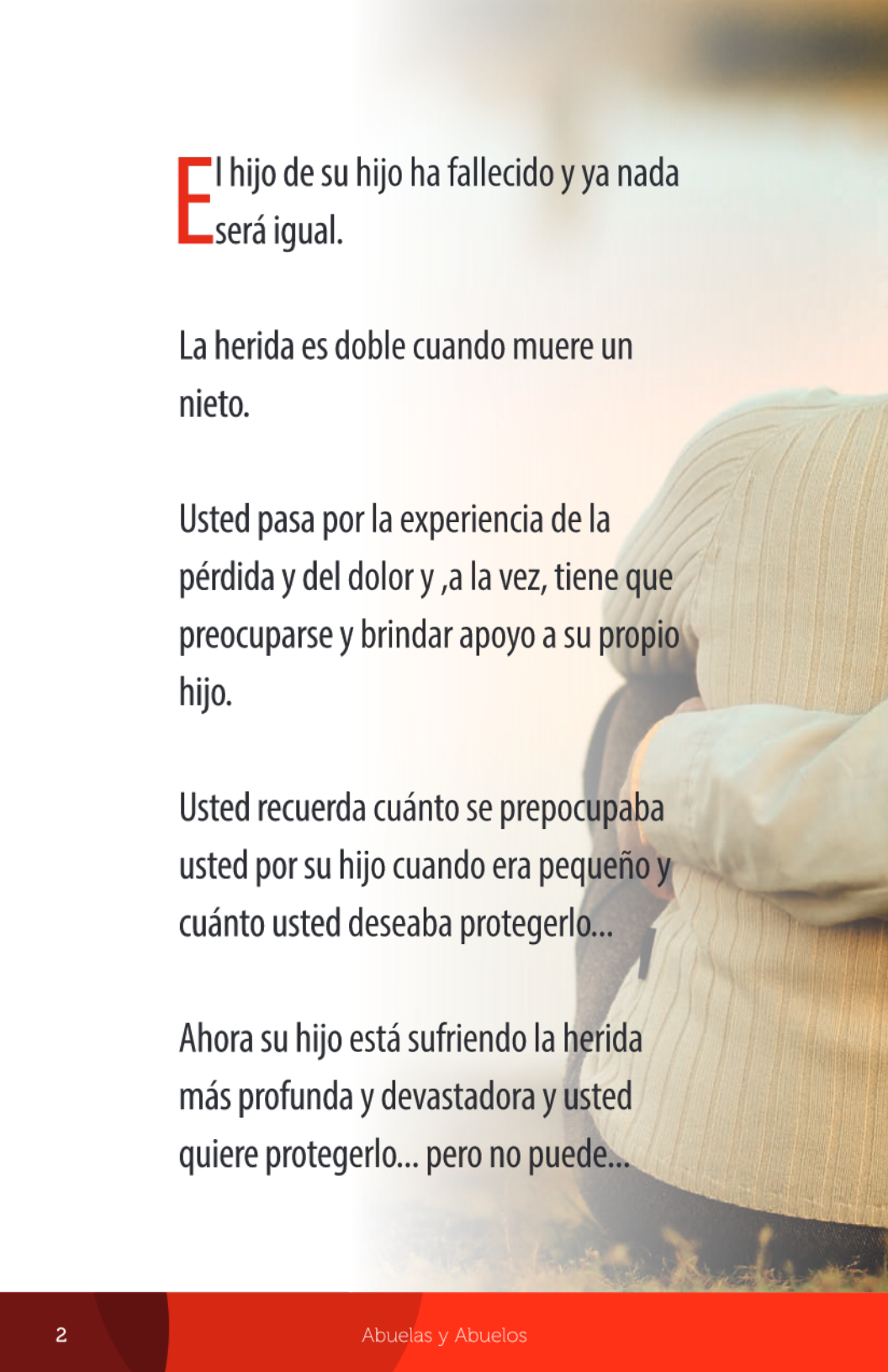
Children's National™

Servicios de Capellanía



Abuelas y Abuelos

Los Otros Padres

A person wearing a light-colored, ribbed sweater is shown from the back, hugging another person. The background is a soft, out-of-focus landscape with a warm, golden light, suggesting a sunset or sunrise. The overall mood is one of comfort and support.

El hijo de su hijo ha fallecido y ya nada será igual.

La herida es doble cuando muere un nieto.

Usted pasa por la experiencia de la pérdida y del dolor y ,a la vez, tiene que preocuparse y brindar apoyo a su propio hijo.

Usted recuerda cuánto se preocupaba usted por su hijo cuando era pequeño y cuánto usted deseaba protegerlo...

Ahora su hijo está sufriendo la herida más profunda y devastadora y usted quiere protegerlo... pero no puede...



Usted es abuelo de un nieto que falleció.

¿De qué manera le gustaría seguir recordando a su nieto?

Puede celebrar su cumpleaños. Done flores a su iglesia o a otra organización en memoria de su nieto. Haga una donación a una organización de investigación o de atención médica en su memoria. Escriba una carta a su nieto contándole cómo se siente, cuáles son sus esperanzas para él ahora y cuánto lo echa de menos. Guárdela en un lugar especial o átela a un globo y suéltelo.

Los días festivos y los acontecimientos especiales, tales como graduaciones, bodas y nacimientos, pueden ser particularmente difíciles. En estas situaciones, las donaciones en nombre de su nieto también puede ser una manera de incluirlo en la celebración. Quizá también desee ayudar a que sus otros nietos también lo recuerden.. Para esto puede hacer un arbolito de recuerdos o soltar globos. Los niños más pequeños pueden hacer burbujas como una manera de enviar un deseo al niño que falleció.

Un árbol de recuerdos es una rama que se pinta con colores brillantes y se coloca en un pedestal. Usted y otras personas pueden pegarle fotografías, historias escritas en hojas de papel, cintas, etc., como una manera de expresar los sentimientos, su cariño y sus recuerdos. También puede crear uno al dibujar la forma de un árbol en una gran artulina y pegarle objetos.

Los abuelos tienen recuerdos especiales

Haga una lista de las maneras en que
desearía perpetuar el recuerdo de su nieto.

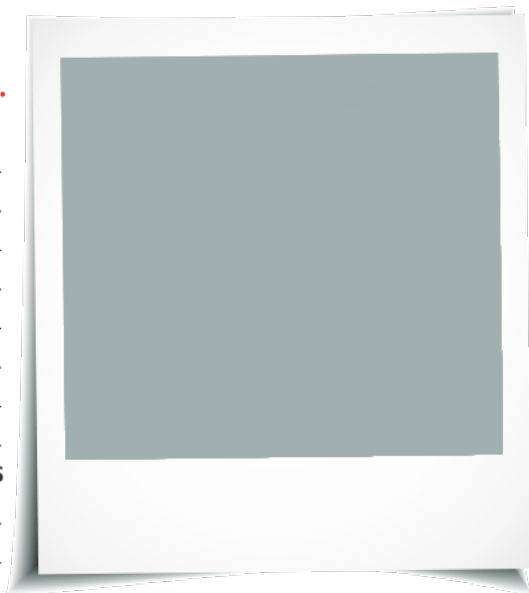
Éste/a es: _____

cuando tenía años de edad: _____

La fotografía fue tomada: _____

Mi historia favorita sobre (_____) es

ésta: _____



Le sugeriremos algunas maneras en que puede apoyar a sus hijos, pero primero, concentémonos en usted.

Somos muy conscientes de que cuando fallece un hijo, los padres no sólo pierden a esta persona especial a quien aman profundamente, también pierden una gran parte de sus esperanzas y sueños para el futuro.

Eso también le está pasando a usted.. Ha tenido expectativas acerca de su relación con su nieto. Pasar tiempo con él, ayudarlo a aprender y a crecer, compartir tesoros, lugares y recuerdos especiales... contarle historias de la familia.

Quizá haya planificado acondicionar una habitación especial en su casa para su nieto o acondicionar un área de juegos en su jardín.

Quizá haya sentido que podía hacer cosas para su nieto que no pudo hacer o no tuvo tiempo de hacer con su propio hijo.

Hay otras maneras en que cada uno pasa por la pérdida de un niño.

Es posible que se pregunte si sigue siendo "abuelo", especialmente si el niño que falleció era su único nieto. La respuesta es "sí".

Sigue siendo abuelo del niño que falleció.

Sin embargo, es posible que los amigos y los familiares no sepan si aún deben llamarlo abuelo; o quizá no se sientan cómodos con su dolor, e incluso que esperen que se sobreponga y que sea "fuerte" para su hijo; o tal vez no sientan tanta compasión por usted, le hagan preguntas acerca de cómo falleció su nieto (por interés real o sólo por curiosidad) porque no se lo quieren preguntar a su hijo.

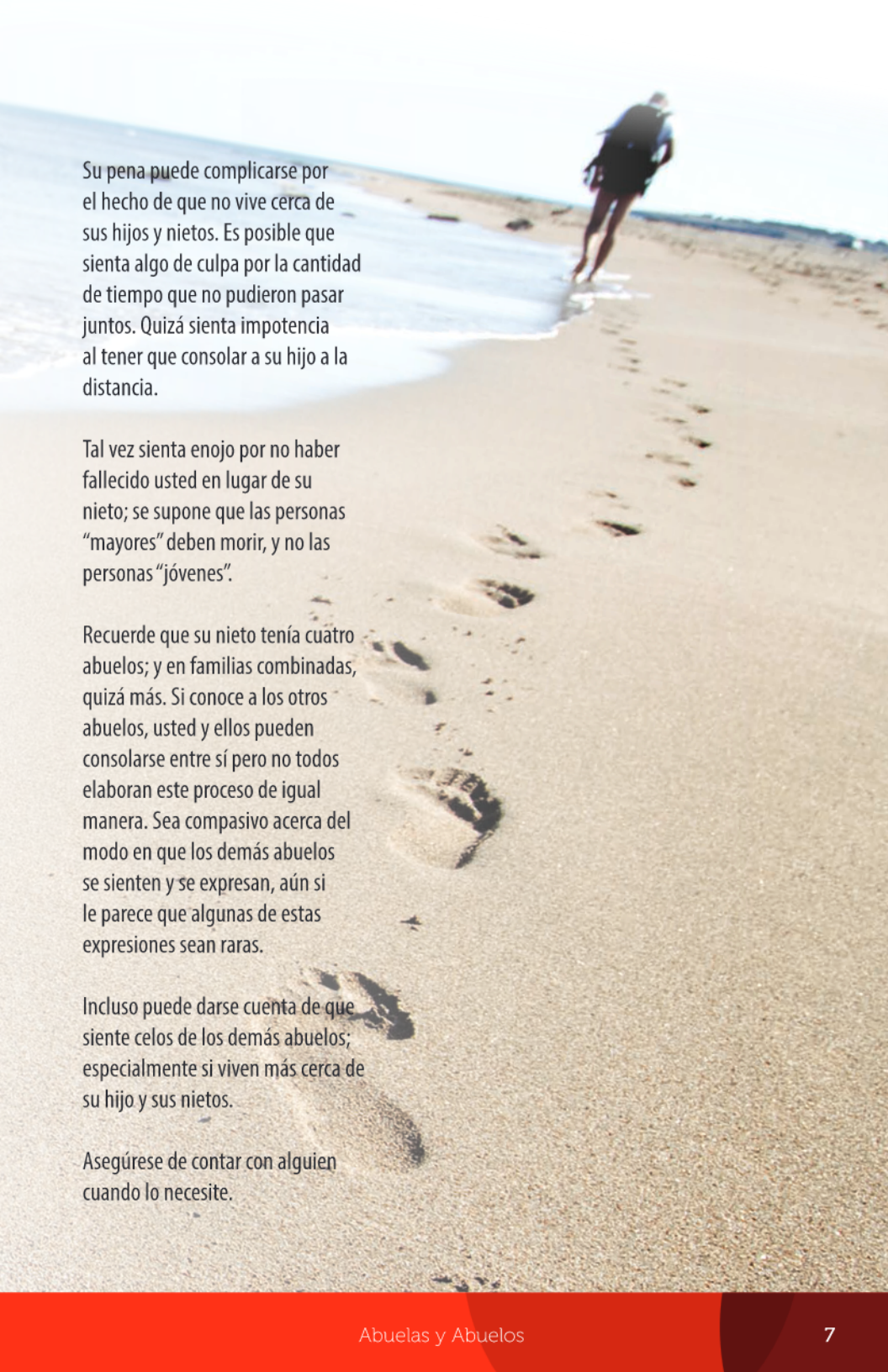
Si esto sucede, puede responder de varias maneras:

"Gracias por su preocupación". (Después cambie de tema).

"Gracias por su preocupación. El dolor que siento es tan profundo que me cuesta mucho responder estas preguntas en este momento".

"Gracias por su preocupación. Me haría bien contar con un amigo para hablar sobre mi propio dolor".

Comprenda la realidad de que las personas que posiblemente sean más indiferentes a su dolor sean los padres del niño (su hijo), ya que dedicarán gran parte de su atención a su propio proceso.

A person is walking away from the camera on a sandy beach. The person is wearing a dark backpack and shorts. The waves are breaking on the shore to the left. The sky is clear and blue. The sand is light-colored and has several footprints leading away from the person.

Su pena puede complicarse por el hecho de que no vive cerca de sus hijos y nietos. Es posible que sienta algo de culpa por la cantidad de tiempo que no pudieron pasar juntos. Quizá sienta impotencia al tener que consolar a su hijo a la distancia.

Tal vez sienta enojo por no haber fallecido usted en lugar de su nieto; se supone que las personas “mayores” deben morir, y no las personas “jóvenes”.

Recuerde que su nieto tenía cuatro abuelos; y en familias combinadas, quizá más. Si conoce a los otros abuelos, usted y ellos pueden consolarse entre sí pero no todos elaboran este proceso de igual manera. Sea compasivo acerca del modo en que los demás abuelos se sienten y se expresan, aún si le parece que algunas de estas expresiones sean raras.

Incluso puede darse cuenta de que siente celos de los demás abuelos; especialmente si viven más cerca de su hijo y sus nietos.

Asegúrese de contar con alguien cuando lo necesite.



**Para mas información, entre en contacto con
Bereavement Coordinator
Children's National Medical Center**

**Washington, DC
202-476-3321
www.childrensnational.org**

Síganos en Facebook
bit.ly/2e10t3K 



Children's National™