

Aula Oberta / Cicle de Tertúlies

El dol perinatal

El duelo perinatal



Amb el suport de:



Autoria: Fundació Hospital de Sant Jaume i Santa Magdalena

Cessió del contingut: María Emilia Dip Pérez, psicòloga especialista en salut mental perinatal. Programa de Salut Mental Perinatal del Servei de Psiquiatria de l'Hospital Universitari Vall d'Hebron.

Adaptació a Lectura Fàcil: Elisabet Serra (Associació Lectura Fàcil)

Il·lustracions: Mònica Roca

Disseny i maquetació: Jordi E. Sánchez

Primera edició: juliol 2021

Dipòsit legal: B 12077-2021



Aquest logo identifica els materials que segueixen les directrius de l'IFLA (International Federation of Library Associations and Institutions) i d'Inclusion Europe per a persones amb dificultats lectores. L'atorga l'Associació Lectura Fàcil.
Més informació: www.lecturafacil.net

Contacte:

Fundació Hospital de Sant Jaume i Santa Magdalena
C/ Sant Pelegrí, 3
08301 Mataró
Tel.: 93 741 91 60

fundacionhospital@fundacionhospital.org
www.fundacionhospital.org

Índex

Presentació	4
Què és el dol perinatal?	5
Què cal tenir en compte?	6
Com poden ajudar els professionals?	7
Lectures recomanades	9

Índice

Presentación	10
¿Qué es el duelo perinatal?	11
¿Qué hay que tener en cuenta?	12
¿Cómo pueden ayudar los profesionales?	13
Lecturas recomendadas	15

Presentació

La Fundació Hospital de Sant Jaume i Santa Magdalena de Mataró, en col·laboració amb Cabré Junqueras, ha posat en marxa l'edició de la col·lecció «Acompanyament al dol i les pèrdues», una proposta pensada per acompañar a les persones que han patit una pèrdua i ajudar-les en el seu procés de dol a través de petits llibres monogràfics pràctics i de fàcil lectura.

El dol és un procés natural que s'activa quan estem davant d'una pèrdua que, per a nosaltres, és important i afecta emocionalment i de manera integral molts aspectes de la nostra vida.

En un moment o altre, tots passem diversos i diferents dols, des d'un canvi de domicili fins a la mort d'un familiar proper.

Aquest monogràfic se centra a explicar el dol perinatal i com es viuen les diferents emocions que apareixen durant aquest procés.

No podem parlar d'estratègies o solucions concretes, però sí que es pot treballar per estar un mica més preparats per afrontar-lo.

Què és el dol perinatal?

És la mort d'un nadó durant l'embaràs, el part o pocs dies després del naixement. Tot i els grans avenços de la ciència i la tecnologia, encara hi ha molts nadons que moren.

La paraula «dol» prové de la paraula llatina «dolus» que significa ‘dolor’.

El dol és una resposta natural a la pèrdua d'una persona estimada, amb la qual tenim un vincle afectiu. Socialment es pensava que la mort d'un nadó no provocava molt patiment als pares perquè no havien tingut temps d'establir-hi llaços afectius. Però el dol perinatal segueix la mateixa pauta que tot procés de dol.



Què cal tenir en compte?

La mort d'un fill és devastadora per als pares.

Experimenten una pena penetrant, intensa, complexa i constant.

No podran viure l'experiència de criar un fill o una filla, i desconfien de tot allò que els envolta.

Per contra, a alguns familiars els costa entendre l'abast d'aquesta pèrdua, perquè no han viscut l'expectativa del nadó de la mateixa manera que els pares.



Com poden ajudar els professionals?

Els professionals de la salut hem d'acompanyar els pares per ajudar-los a viure de manera conscient el seu procés de dol.

Per això, podem animar-los a:

- Veure el nadó.
- Sostenir el nadó en braços.
- Posar nom al nadó.
- Escollir un objecte que el recordi.
- Parlar, més endavant, sobre la causa de la mort i els seus sentiments.



És molt important que els pares sàpiguen que, si no tenen contacte amb el seu nadó en el moment en què mor, més endavant podrien penedir-se i el procés de dol es podria complicar.

Cal explicar-ho amb molt d'afecte i amb la voluntat d'ajudar-los a sentir el dolor, perquè més endavant aquest dol no es converteixi en dol patològic.



«El dolor del dol és part de la vida, com ho és l'alegria de l'amor; és, potser, el preu que paguem per l'amor, el cost del compromís.»

Colin Murray Parkes

Lectures recomanades

Us proposem una selecció de llibres que tracten el dol perinatal:

- Brazelton, T. B. i Cramer, B. G. (1993). **La relación más temprana: padres, bebés y el drama del apego inicial.** Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Bowlby, J. (2009). **La pérdida.** Vol. 3. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Kowalski, K. (1987). **Perinatal loss and bereavement.** A: Sonstegard L., Kowalski K., Jennings B. (eds.), «Crisis and Illness in Childbearing» (Women's Health), vol. 3. Nova York: Grune and Stratton, pp.: 25-42.
- López García de Madinabeitia, A. P. (1994). **Duelo perinatal: un secreto dentro de un misterio.** J Perinatal Educ; 3: 35-39.

Presentación

La Fundación Hospital de Sant Jaume i Santa Magdalena de Mataró, en colaboración con Cabré Junqueras, ha puesto en marcha la edición de la colección «Acompañamiento al duelo y las pérdidas», una propuesta pensada para acompañar a las personas que han sufrido una pérdida y ayudarlas en su proceso de duelo a través de pequeños libros monográficos prácticos y de fácil lectura.

El duelo es un proceso natural que se activa cuando estamos ante una pérdida que, para nosotros, es importante y afecta emocionalmente y de manera integral a muchos aspectos de nuestra vida.

En un momento u otro, todos pasamos varios y diferentes duelos, desde un cambio de domicilio hasta la muerte de un familiar cercano.

Este monográfico se centra en explicar el duelo perinatal y cómo se viven las diferentes emociones que aparecen durante este proceso.

No podemos hablar de estrategias o soluciones concretas, pero sí que se puede trabajar para estar un poco más preparados para afrontarlo.

¿Qué es el duelo perinatal?

Es la muerte de un bebé durante el embarazo, el parto o pocos días después de su nacimiento. A pesar de los grandes avances de la ciencia y la tecnología, aún mueren muchos bebés.

La palabra «duelo» proviene de la palabra latina «dolus» que significa ‘dolor’.

El luto es una respuesta natural a la pérdida de una persona querida, con quien tenemos un vínculo afectivo.

Socialmente se creía que la muerte de un bebé no provocaba mucho sufrimiento a los padres porque no habían tenido tiempo de establecer lazos afectivos. Pero el duelo perinatal sigue la misma pauta que todo proceso de duelo.



¿Qué hay que tener en cuenta?

La muerte de un hijo es devastadora para los padres.

Experimentan una pena penetrante, intensa, compleja y constante.

No podrán vivir la experiencia de criar a un hijo o una hija, y desconfían de todo lo que los rodea.

Por el contrario, a algunos familiares les cuesta entender el alcance de esta pérdida, porque no han vivido la expectativa del bebé del mismo modo que los padres.



¿Cómo pueden ayudar los profesionales?

Los profesionales de la salud tenemos que acompañar a los padres para ayudarlos a vivir de manera consciente su proceso de duelo.

Por eso, podemos animarlos a:

- Ver al bebé.
- Sostener al bebé en brazos.
- Poner nombre al bebé.
- Escoger un objeto que lo recuerde.
- Hablar, más adelante, sobre la causa de la muerte y sus sentimientos.



Es muy importante que los padres sepan que, si no tienen contacto con su bebé en el momento en que fallece, más adelante podrían arrepentirse y el proceso de duelo podría complicarse.

Hay que explicarlo con mucho de afecto y con la voluntad de ayudarlos a sentir el dolor, para que más adelante este duelo no se convierta en duelo patológico.



«El dolor del duelo es parte de la vida, como lo es la alegría del amor; es, quizás, el precio que pagamos por el amor, el coste del compromiso.»

Colin Murray Parkes

Lecturas recomendadas

Os proponemos una selección de libros que tratan el duelo perinatal:

- Brazelton, T. B. y Cramer, B. G. (1993). **La relación más temprana: padres, bebés y el drama del apego inicial.** Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Bowlby, J. (2009). **La pérdida.** Vol. 3. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Kowalski, K. (1987). **Perinatal loss and bereavement.** En: Sonstegard L., Kowalski K., Jennings B. (eds.). «Crisis and Illness in Childbearing» (Women's Health), vol. 3. Nueva York: Grune and Stratton, pp.: 25-42.
- López García de Madinabeitia, A. P. (1994). **Duelo perinatal: un secreto dentro de un misterio.** J Perinatal Educ; 3: 35-39.

**La Fundació Hospital de Sant Jaume i Santa Magdalena,
de Mataró, va ser fundada l'any 1644
per atendre els ciutadans més necessitats
des del punt de vista social i sanitari.
Des d'aleshores ha estat fidel al seu compromís
amb la millora de la salut i el benestar
de les persones de la seva comunitat.**