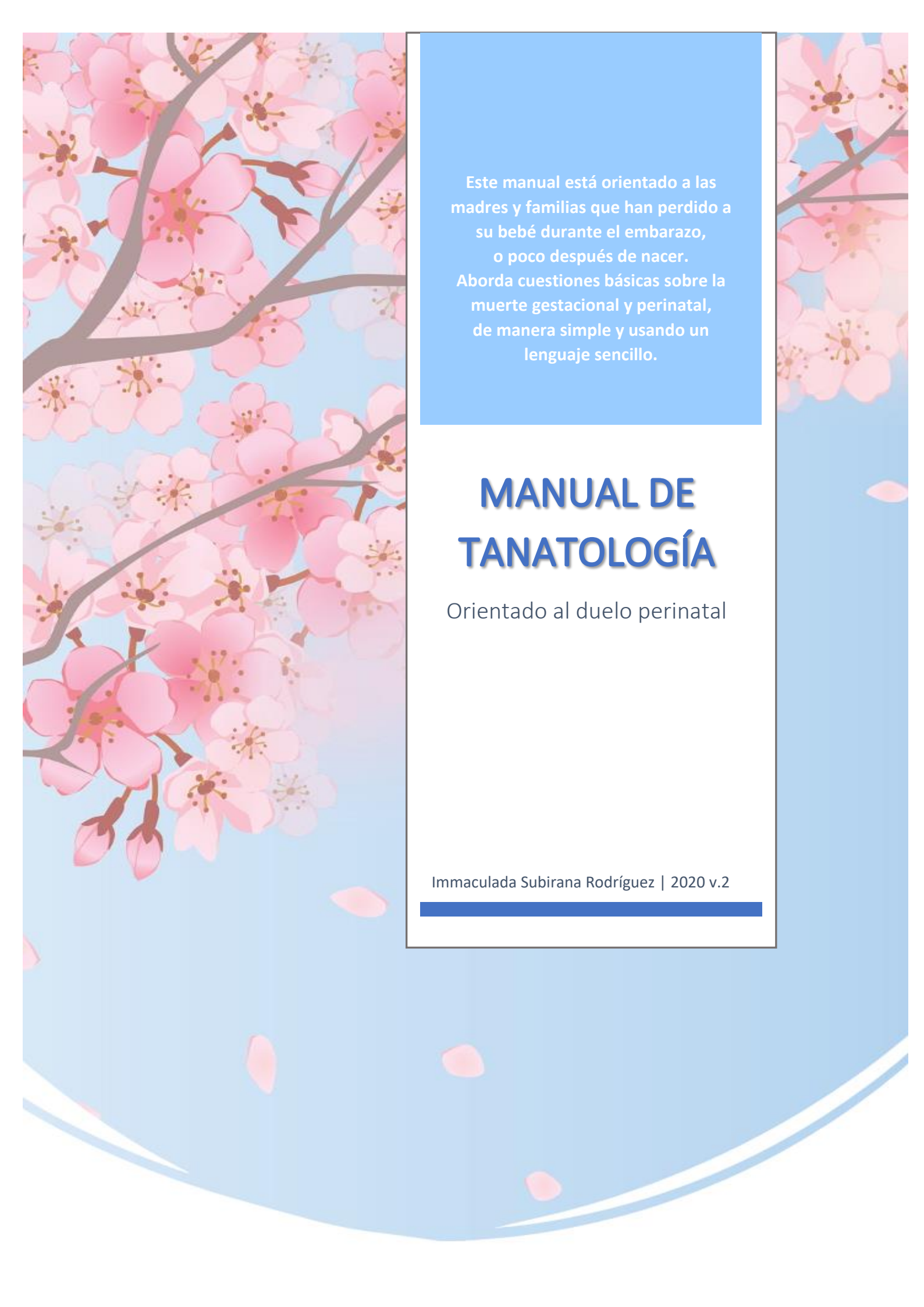




Este manual está orientado a las
madres y familias que han perdido a
su bebé durante el embarazo,
o poco después de nacer.
Aborda cuestiones básicas sobre la
muerte gestacional y perinatal,
de manera simple y usando un
lenguaje sencillo.

MANUAL DE TANATOLOGÍA

Orientado al duelo perinatal

Immaculada Subirana Rodríguez | 2020 v.2



MANUAL DE TANATOLOGÍA

Orientado al duelo perinatal

INTRODUCCIÓN

Este manual va orientado quienes hayan tenido o estén transitando por la experiencia de una muerte perinatal: la madre, su pareja, otros hijos o hijas, familiares y también sus amigos y conocidos.

Su objetivo es ofrecer, de un modo claro y sencillo, orientaciones, sugerencias y recursos que puedan servir para la elaboración del duelo antes (si se sabe), durante, o después de la pérdida. Incluso mucho tiempo después, si fuera el caso.

Contiene textos de orientación y consulta, infográficos, sugerencias de trabajo personal, estrategias para el trabajo en familia, bibliografía y otros recursos.

Este manual está en proceso constante de actualización. En esta web se encuentra siempre la versión más reciente:

<http://naciendoencalma.com/duelo-perinatal>



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
VOCABULARIO ESENCIAL	3
NO HAY LATIDO	4
LEGRADO, PARTO O CESÁREA	5
LA GENERACIÓN DE RECUERDOS	6
DISPOSICIÓN DEL CUERPO	10
LA ATENCIÓN EN LA INSTITUCIÓN HOSPITALARIA	10
CÓMO SE LO CUENTO A SU HERMANO/A	11
EL POSTPARTO SIN BEBÉ	12
ETAPAS DEL DUELO	13
RECURSOS Y APOYOS	13
LISTA DE LECTURAS PARA LA FAMILIA	14
GLOSARIO	17
BIBLIOGRAFÍA	18



VOCABULARIO ESENCIAL

TU BEBÉ NACIÓ

A menudo encontramos con expresiones del estilo “*estaba embarazada y el bebé no nació*”, o “*mi bebé no nacido*”, o “*un ser engendrado y no nacido es un ángel*”. Son expresiones dichas sin ánimo de ofender, siempre con las mejores intenciones. Y sin embargo, las primeras palabras de este manual son para decir que todos los bebés nacen. Incluso aquéllos que lo hacen sin vida. Incluso si nacen a las pocas semanas de ser concebidos. Todos son seres de luz que fueron concebidos, gestados y nacieron.

Y porque tu bebé nació, tu eres madre, padre de ese bebé. Fuera un bebé a término o llevara unas pocas semanas en el vientre.

Y vamos a dejar el vocabulario técnico para los técnicos: feto, embrión, mortinato, ... Son palabras que gustan poco y a veces duelen mucho. Quizá el equipo médico necesite esas palabras para redactar informes y para entenderse entre ellos. Pero lo que tú entiendes es que el ser que murió o que acaba de morir es tu bebé.

PÉRDIDA O MUERTE PERINATAL

La muerte de un bebé antes de nacer o poco después del nacimiento es una muerte dolorosa que cuesta de manejar. Por lo tanto, se usan muchos eufemismos para referirse a ella.

Algunas madres han expresado que sólo hasta que dijeron “mi hijo ha muerto” pudieron empezar a entender y palpar la magnitud de lo que les estaba ocurriendo.

Otras se sentían tratadas como estúpidas cuando les decían que habían tenido una “pérdida perinatal”. Como si un bebé pudiera perderse, igual que un bolso o un reloj. Y, peor, como si ellas pudieran haber tenido algo que ver, por haber hecho o dejado de hacer algo que las hubiera llevado a “perder” a su bebé.

Por otro lado, otras madres sí hablan de pérdida porque para ellas expresa la pérdida de todos esos planes, esas ilusiones que habían construido alrededor del nacimiento de su bebé.

En este manual usaremos indistintamente muerte perinatal y pérdida. Sin ánimo de que sea ninguna de ellas hiriente ni peyorativa. Reflejando simplemente el hecho de que alguien muy querido llegó, pero no para quedarse contigo, como habría sido lo esperado.

NO HAY LATIDO

Saliste de la consulta de tu matrona, del ginecólogo o del hospital devastada. Quizá habías ido a una revisión habitual o bien porque notaste síntomas extraños.

La ecografía muestra que no hay latido del corazón. Es una de las frases más impactantes para cualquier madre, para su pareja, y para cualquier profesional del equipo médico.

Lo siento, siento de todo corazón la situación en la que te encuentras.

Es importante que no sientas ningún tipo de culpa por lo que está ocurriendo. No hay nada que pudieras haber hecho, o dejado de hacer, que hubiera cambiado el curso de los acontecimientos.

No es tu culpa, es algo terrible que te ha ocurrido a ti, pero no es tu culpa.

DIAGNÓSTICO DE INCOMPATIBILIDAD CON LA VIDA

Tras una o varias pruebas, quizá temiendo alguna complicación o simplemente pruebas de rutina, acabas de saber que tu bebé sufre de una malformación que le llevará a una muerte temprana, bien durante el embarazo, bien al poco de vivir.

Está en tus manos ahora cómo proseguir, y no es siempre una decisión fácil.

Muchas madres y sus parejas deciden interrumpir la gestación, cuando están amparados legalmente para hacerlo.

Muchas otras, incluso contando el amparo legal para interrumpir, deciden seguir adelante con la gestación, y dejar que el bebé muera en su momento, sean minutos, horas, días o semanas tras el nacimiento.

Todas las opciones son apropiadas, y lo único importante es que escojas aquella con la que tu te sientas bien, en paz contigo misma y con tranquilidad interior.

Tras el diagnóstico, y decidas lo que decidas, busca acompañamiento especializado para transitar por ello.

LEGRADO, PARTO O CESÁREA

A veces, tras un aborto espontáneo, será preciso realizar un legrado, para retirar de tu cavidad uterina posibles restos que pudieran haber quedado.

Si tras la ausencia de latido no se desencadena un aborto espontáneo, o si habéis decidido interrumpir la gestación, deberás abordar con el equipo médico el mejor modo de inducir ese nacimiento.

En gestaciones hasta las semanas 18-22 esa intervención suele realizarse mediante un legrado. A partir de las semanas 18-22, dependiendo de los protocolos que maneje cada institución y sujeto a la opinión del equipo médico, pueden ya darse las condiciones para que tu bebé pueda nacer por parto vaginal, si es lo que desees. Existe también un método adicional llamado evacuación.

En una gestación mucho más avanzada, equipo médico suele plantear las opciones de parto vaginal o cesárea.

La cesárea es una intervención médica. Es una cirugía mayor que, como tal, entraña posibles riesgos y la recuperación puede ser complicada. Más adelante, podría llegar a ser un limitante al número de hijos que pudieras tener, ya que muchos ginecólogos no quieren atender partos vaginales después de una cesárea, implicando que todos los nacimientos posteriores también serían por cesárea.

Por todo ello, si puedes y lo desees, un parto vaginal suele considerarse, en principio, lo mejor para ti.

Dicho esto, tú eres la persona que sabe lo que más te conviene y lo que necesitas en estos momentos. Si, después de considerar todos los argumentos decides que quieres que tu bebé nazca por cesárea, tienes todo el derecho a que así sea. No solo a que se respete sino te apoyen en tu decisión.

Incluso durante y tras una cesárea tendréis ocasión de generar recuerdos del nacimiento de tu bebé, si así lo desees.

LA GENERACIÓN DE RECUERDOS

Me hubiera gustado que me hubiesen aconsejado hacer alguna foto a mi niña

(Muerte súbita, ≥ 34 semanas)

Si me hubiesen ofrecido hacer una foto y recoger una imprenta de sus huellas quizá ahora no tendría la sensación de que su imagen se desvirtúa en mi memoria. Creo que deberían revisar esto.

(Muerte súbita, 26-33 semanas)

La matrona me recomendó hacer fotos, lo agradezco porque yo no había pensado en ello, y me hicieron una tarjeta con sus datos de nacimiento y la huella de su manita, hoy esto es mi mayor tesoro.

1Fuente: Informe Umamanita 2018

Tu bebé murió. Se fue sin apenas tiempo de disfrutarle, quizá sin ni siquiera la ocasión de conocerle con vida. Pero vivió, existió, y tienes el derecho a tener de él o de ella todos los recuerdos que desees. No es nada macabro ni egoísta. Es tu derecho. Además, poseer algún tipo de recuerdo seguramente te ayudará mucho en tu proceso de duelo¹.

Los recuerdos pueden generarse siempre, en cualquier momento. A veces, antes del nacimiento, ante la noticia de ausencia de latido o la sugerencia de interrupción del embarazo. Pueden obtenerse en el momento del nacimiento y en las horas que siguen. Y pueden generarse también después. Hay muchos modos de conmemorar el recuerdo de tu bebé y te voy a mostrar algunos que han servido a otras familias. Lo mejor será aquello que tu sientas que desees, que necesitas, que te sirve.

ANTES DEL NACIMIENTO

Algunas madres o parejas deciden hacerse fotos, juntos o por separado, durante el embarazo. Pueden decidir pintar la barriga con el nombre de su bebé o con un dibujo que les guste. O simplemente pueden hacerse fotos que luego recordarán como los momentos en que el bebé estaba aún dentro de la panza.

Pueden guardarse también copias de ecografías y otras pruebas de embarazo.

¹ Riches G, Dawson P. Lost children, living memories: The role of photographs in processes of grief and adjustment among bereaved parent. *Death Stud* 1998;22:121–40. doi:10.1080/074811898201632.

JUSTO DESPUÉS DEL NACIMIENTO

Tras el nacimiento, sea por vía vaginal o cesárea, hay varias opciones para hacer en el momento, o a las pocas horas. Si el nacimiento tiene lugar en un hospital o maternidad, es importante que avises al personal de que deseas despedirte de tu bebé, pues te convendrá que todos estén al corriente de ello.

Puedes desear ver a tu bebé, pasar tiempo con él/ella, sostenerle en brazos, vestirle e incluso bañarle, en un pequeño balde. Bañar al bebé es algo que no se estila tanto en España, pero que es muy común en otros países, como el Reino Unido.



2 Bañando a Anne | Foto: Sue Steen, enfermera perinatal del Hospital Maple Grove

Si tu bebé nació con pocas semanas, tienes el derecho a verle, también. Si no estás segura de qué aspecto tendrá, puedes pedir primero al personal médico o a tu pareja o a un familiar o acompañante que te cuente cómo es, que te describan su tamaño, cómo se ve, cómo es su piel. Puedes hacer lo mismo si nació con algún tipo de malformación.

Incluso aunque tu bebé sea muy pequeño puedes decidir verle, abrazarle, vestirle, fotografiarle, ... Y, si es factible, dejar un recuerdo impreso sobre papel, molde u otro material de la huella de sus pies o la forma de su mano, así como quedarte con un mechón de su pelo, si tiene. Aquello que sea posible, dadas las circunstancias.



Puedes crear una **caja de recuerdos** de tu bebé. Deberían hacerse, idealmente, cuando nace tu bebé. Pueden contener todo aquello que tu consideres guardar: una impresión o molde de sus pies o manos, un mechón de su pelo, su ropa, su mantita, peluches o juguetes que le hubieras comprado, la pulsera del ingreso hospitalario, ecografías, informes, etc.



3 Foto: Sue Steen, enfermera perinatal del Hospital Maple Grove

DÍAS, SEMANAS, AÑOS DESPUÉS DEL NACIMIENTO

Los estudios, mi experiencia y la de otros profesionales que trabajan en este campo nos dicen que las madres y familias nunca se arrepienten de haber tenido la ocasión de despedirse de su bebé.

Sin embargo, sí conocemos a quienes les pesa no haberlo hecho. Es bueno saber que, incluso en ese caso, los recuerdos pueden generarse a posteriori. Y siguen contribuyendo a sobrellevar mejor el periodo de duelo o a reconciliarse con esa experiencia.

La fotografía de muerte perinatal puede ayudarte a tener un recuerdo de tu bebé, **incluso si ya pasaron meses o años** desde su muerte. Te muestro unos ejemplos:



Foto: Norma Grau, proyecto Stillbirth

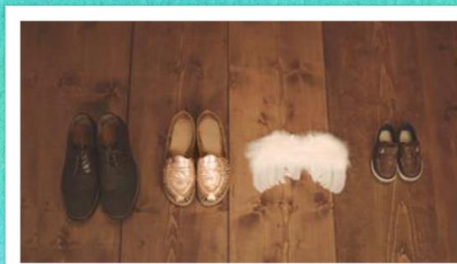


Foto: Norma Grau, proyecto Stillbirth



6 de cada 10 familias salen del hospital sin ningún recuerdo

52'9% tuvieron algún tipo de contacto con su bebé

30'4% guardaron algún objeto suyo

35'8% no pudieron recuperar el cuerpo ni disponer de él

29'3% estuvieron solas durante el parto

96% se alegran de haber visto al bebé

67% se arrepienten de no haberlo visto

Fuente: Informe Umamanita "Encuesta sobre la Calidad de la Atención Sanitaria
en Casos de Muerte Intraúterina" (2018)

DISPOSICIÓN DEL CUERPO

Dependiendo del lugar donde vivas, las opciones para disponer del cuerpo de tu bebé serán distintas. En España existía antes una ley de plazos, según la edad gestacional y el peso. Sin embargo, gracias a la **sentencia del Tribunal Constitucional, de febrero del 2016**² estás amparada a disponer que tu bebé sea enterrado/a o incinerado/o según lo que tu desees, independiente de su peso y edad gestacional.

El caso lo llevó la abogada Francisca Fernandez Guillén, gracias a la tenaz defensa de una madre a la que se le negaba ese derecho.

Es una sentencia de obligado cumplimiento que debe regir por encima de cualquier otra disposición legal, local, regional o del protocolo habitual de la institución médica.

No existe ninguna normativa que limite el derecho de los progenitores a disponer del cuerpo, por el hecho de que se haya realizado una autopsia.

Todos los Juzgados y Tribunales de España deben ofrecer la licencia de enterramiento de las criaturas nacidas sin vida, garantizando con ello el derecho de los progenitores a una disposición respetuosa del cuerpo de su bebé.

LA ATENCIÓN EN LA INSTITUCIÓN HOSPITALARIA

Es algo extraño cuando se da una muerte perinatal en una maternidad, ya que es un lugar donde los y las profesionales están formados para atender a las mujeres que están dando a luz. Muchos de ellos, desgraciadamente, tienen poca o nula formación para acompañar la muerte de un bebé.

Si el hospital no cuenta con un protocolo de muerte perinatal, pide una reunión con un/a responsable de la maternidad para expresarle lo que hayas o hayáis decidido con respecto a los apartados anteriores.

Infórmale de todos los planes que tengas de cara a la despedida de tu bebé: si deseas poder abrazarle, bañarle, vestirle, sacar fotografías, crear una caja de

² <https://www.franciscafernandezguillen.com/post/2017/06/21/derecho-de-los-padres-a-disponer-del-cuerpo-de-su-bebé-fallecido>

Texto de la Sentencia del Tribunal Constitucional de Febrero de 2016:

https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2016-2328

https://www.elpartoesnuestro.es/sites/default/files/recursos/documents/sentencia_sn_pdf.pdf

recuerdos, etc. así como si vas a desear despedirte mediante una ceremonia con entierro o incineración.

También puedes pedir la opción de estar tú sola en una habitación, para disponer de la intimidad que necesitas en este proceso. Lo ideal sería que te trasladasen a una planta distinta a la de maternidad, fuera del trasiego asociado a otros nacimientos.

Y, finalmente, pídeles que informen fehacientemente al resto de personal de planta y que se aseguren de que la información se transmita adecuadamente en el cambio de turno.

CÓMO SE LO CUENTO A SU HERMANO/A

HERMANOS O HERMANAS NACIDAS ANTES DE LA PÉRDIDA

Tanto si tu hijo, tu hija o tus hijos sabían que estabas embarazada como si no, es aconsejable que compartas con ellos lo ocurrido. Eso facilitará poder hablar de ello más adelante y darle un espacio en tu familia al bebé que gestaste durante ese tiempo.

Los niños son más sabios de lo que a veces pensamos. Si se les cuenta de modo sencillo y directo, suelen reaccionar ante la muerte con una sorprendente sencillez. A menudo las aprehensiones para hablarles de este tema son nuestras, no suyas.

Hay familias que les muestran las fotos y revisan juntos los objetos de la caja de recuerdos que recolectaron tras el nacimiento. Dependiendo de su edad, puedes sugerirle que dibujen e imaginen cómo era. Los dibujos son siempre una buena herramienta para expresar emociones.

También puedes abordarlo con la ayuda de un cuento. En la sección de recursos encontrarás un listado de libros entre los que hay cuentos específicos para trabajar el duelo con hermanos.

HERMANOS NACIDOS DESPUÉS DE LA PÉRDIDA

Hay una costumbre de llamar bebés Arcoíris a los que nacieron tras una muerte perinatal. Suelen ser criaturas muy apreciadas. Es recomendable que, en su momento, se le cuente que antes que él o ella hubo otro ser en el vientre de mamá, que nació antes esperado. Pueden servir los mismos recursos mencionados en el apartado anterior.

EL POSTPARTO SIN BEBÉ

A diferencia de los duelos por la muerte de otros seres queridos, el cuerpo de la madre ha estado cambiando durante el tiempo de gestación.

Puedes seguir sintiéndote como si estuvieras embarazada, incluso cuando el bebé ya ha nacido, sin vida. Especialmente en la pérdida de un bebé a término o en una gestación bastante avanzada. La inercia de las hormonas sigue haciendo presencia en tu cuerpo. Es importante que tú y quienes te acompañan seáis conscientes de eso y lo tengáis en cuenta. Es un proceso biológico que irá acomodándose y al que hay que darle su tiempo.

Es posible que sientas la presión de la leche en tus senos. En el libro *Las Voces Olvidadas*³ se acuña la frase "Pechos llenos, Brazos vacíos". Algunas madres deciden tomar inhibidores farmacológicos para interrumpir la producción de leche. Otras, se deciden una inhibición fisiológica, que es más natural aunque seguramente llevará algo más de tiempo. En esta página encontrarás información sobre ambas:

"Lágrimas Blancas" El parto es Nuestro

<https://www.elpartoesnuestro.es/blog/2014/06/27/lagrimas-blancas>

Algunas madres, deciden hacer donación de su leche a otros bebés cuyas madres no están en disposición de amamantarles. Si lo estás considerando, es bueno que sepas que la experiencia de otras mujeres indica que hacerlo puede tener efectos beneficiosos sobre la intensidad y duración del duelo. El testimonio de estas madres así lo describen:

"ha sido como un acto de amor y conexión con mi bebé"

*"una gratificación personal por el acto de bondad
que representa la donación."*

³ Claramunt, M. A., Silvente, C. García Carrascosa, L., Álvarez, M. *Las voces olvidadas. Pérdidas gestacionales tempranas.*

ETAPAS DEL DUELO

Con el nacimiento de tu bebé, empezará una fase de duelo para ti y para toda la familia. Elisabeth Kübler-Ross⁴ definió cinco etapas que suelen darse en todos los duelos:

1. Etapa de la negación
2. Etapa de la ira
3. Etapa de la negociación
4. Etapa de la depresión
5. Etapa de la aceptación

Pueden llegar una tras otra, en ese orden o pueden solaparse entre ellas; puede que no pases por alguna y puede también reaparecer una etapa por la que ya se había pasado antes. Cada duelo es distinto y toma el tiempo que toma.

Hay varios libros de esa autora que puedes leer, para conocer este proceso con más detalle. En la lista de libros incluida en este documento encontrarás otros más específicos de duelo perinatal.

Una vez aceptada la pérdida, lo habitual es que puedas aprender a convivir con tu dolor emocional en este mundo en el que tu bebé ya no está.

Es importantísimo que busques el mejor acompañamiento para transitar por esta etapa de duelo. Encontraras algunos en el siguiente capítulo.

RECURSOS Y APOYOS

Aparte del apoyo de tu pareja, familiares y amigos, es recomendable buscar acompañamiento de terceras personas que están acostumbradas a caminar de la mano de personas en circunstancias parecidas a las tuyas:

- **Grupos de familias** – busca entrar a formar parte de un grupo de familias de duelo perinatal. Hablar con otras personas que han transitado por esa misma situación permite un contacto directo, de corazón a corazón. Podréis compartir experiencias, anhelos, consejos, o simplemente contaros cómo os sentís. Si no hay ninguno en tu comunidad, tienes la

⁴ Kübler-Ross, E., Kessler, D. (2015) Sobre el Duelo y el Dolor, Cómo encontrar sentido al duelo a través de sus cinco etapas.

posibilidad de buscar uno online. Los encuentros presenciales son lo ideal, pero el contacto en línea es mejor que nada.

- **Counseling en duelo** – Un consultor se ha formado en tanatología y está preparado para acompañarte en un proceso de duelo normal. Lo hará con un enfoque humanista, teniendo en cuenta todos los aspectos, biológicos, psicológicos, sociales, espirituales y trascendentales que suelen haber en la vida del ser humano.
- **Psicoterapia** – Una o varias sesiones de terapia, con un psicoterapeuta clínico, será siempre de ayuda, y está especialmente indicado en caso de un duelo complicado o patológico.

Es importante que, si tienes pareja, asistas con ella a cualquiera de las opciones que elijas entre las mencionadas. Os ayudará a los dos y tendréis un enfoque común para afrontar juntos esta etapa.

LISTA DE LECTURAS PARA LA FAMILIA

PARA LA MADRE, PAREJA, FAMILIARES Y AMIGOS

- **Abrazar la muerte cuando se espera la vida.** Maria Jesús Blázquez García
- **Acunando la luna: Despertando al sol,** María Andrea García Medina
- **Adiós bebé.** Diana Sanchez Sanchez y Valeria Moreno Sanchez
- **Brazos vacíos.** Isle Sherokee. Ed. Wintergreen Press, Estados Unidos.
- **Buscando Mi Estrella.** Una memoria del amor perpetuo de una madre y un secreto sin contar. Maruchi Mendez
- **Conexiones de amor.** Mónica Rebollo
- **Crónicas de los brazos vacíos: Manual no oficial para aprender a vivir de nuevo.** Fernanda Olguín
- **Cuando el embarazo termina en perdida: nuestras historias.** Rachel Faldet y Karen Fitton, 9781577491323
- **Cuando Hola significa Adiós.** Paul Kirk & Pat. Schwiebert. Ed. Perinatal Loss, Portland, Ore 1985.

- **Déjame llorar.** Anji Carmelo. Ed. Taranná
- **De oruga a mariposa.** Anji Carmelo. Ed. Taranná
- **Duelo por las vidas no vividas.** Judith Savage. Ed. Luciérnaga, 1992.
- **El camino de las lágrimas.** Jorge Bucay. 9788425340444
- **Ese Momentito.** Para los padres que sufren la experiencia de perder un hijo o de que su bebe nazca muerto. Joy y Dr. S.M. Johnson
- **Historias de amor.** Pedacitos de las vidas de madres y padres cuyo bebé falleció. Compilado por Jillian Cassidy y Cheli Blasco. Adquirir contactando a info@umamanita.es
- **La cuna vacía.** M. Àngels Claramunt y colaboradores. Ed. La esfera de los libros.
- **La huella de Mikel: Historia de un duelo perinatal.** Leire Ordax García
- **Las voces olvidadas.** Pérdidas gestacionales tempranas. M. Àngels Claramunt, Cristina Silvente, Laura García Carrascosa, Mónica Álvarez. Amazon.es
- **Morir cuando la vida empieza: Conocer y despedir al hijo al mismo tiempo.** Sílvia López García y Maria Teresa Pi-Sunyer Peyrí
- **Para Luna, de mamá.** Ensayos y poesías del primer año de duelo. Cheli Blasco. Adquirir contactando a paralunademama@gmail.com
- **¿Por qué a mí?** Robin Norwood
- **Revista Tanato's,** Sociedad Española e Internacional de Tanatología (S.E.I.T.)
- **Sobre el Duelo y el Dolor, Cómo encontrar sentido al duelo a través de sus cinco etapas,** Elisabeth Kübler-Ross, David Kessler
- **Toda una vida para honrarte y recordarte.** Julia Bernal Arroyo
- **Una memoria demasiado temprana.** Pat Schwiebert
- **Vacío.** Anna Llenas Serra
- **Volver a vivir: Diario del primer año después de la muerte de un hijo.** Mercé Castro Puig

CUENTOS Y LIBROS PARA ACOMPAÑAR EL DUELO DE LOS HERMANOS

- **Adivina cuánto te quiero.** Sam McBratney (Ilustradora Anita Jeram)
- **Caracoles, pendientes y mariposas.** Blanca Álvarez
- **¿Cómo es posible??! La historia de Elvis.** Peter Schössow, Ed. Lóquez
- **Cuentos para el adiós.** Begoña Ibarrola, Editorial SM
- **Desde que mi hermano murió / Since my brother died.** Marisol Muñoz-Kiehne (ilustradora Susanna Pitzer). Libro bilingüe español/inglés.
- **El cuento de Thumpy.** Nancy C Dodge. Ed. Share Pregnancy & Infant Loss, 1986
- **El Monstruo de Colores.** Anna Llenas Serra
- **El vacío.** Anna Llenas, Bárbara Fiore Editora
- **En la estela de una estrella fugaz.** Historia de dos gatitos y un hermanito especial. Claudia Rivaldi. Amazon.es
- **La hora del cuco. Cuento sobre el duelo.** Clara Redondo Saster y Leticia Ruifernández, CEAPA
- **Mi hermana vive sobre la repisa de la chimenea.** Annabel Pitcher
- **Todo volverá a ir bien, pero nunca será como antes. El acompañamiento en el duelo.** Jochen Jülicher, Editorial Sal Terrae
- **Un pellizco en la barriga.** Alma Serra (Ilustradora Marta López Palomo)
- **Vuela, Mariposa! ¡Vuela!** Lydia Gimenez Llor

GLOSARIO

- DUELO - Es una respuesta emocional, normal y saludable de cualquier persona ante una pérdida grave.
- EVACUACIÓN - La dilatación y evacuación (D y E) es uno de los métodos disponibles para un aborto en el segundo trimestre. Se hace para extraer completamente todo el tejido del útero para un aborto en el segundo trimestre del embarazo. También puede usarse para extraer el tejido restante después de un aborto espontáneo. *Fuente: Cigna*⁵
- LEGRADO – La dilatación y legrado es un procedimiento para extraer tejido de adentro del útero. Los médicos realizan la dilatación y legrado para [...] limpiar el revestimiento del útero después de un aborto espontáneo o programado. *Fuente: Clínica Mayo*⁶
- MUERTE PERINATAL - Muerte de un bebé durante la gestación, al nacer o poco después del nacimiento.
- TANATOLOGÍA - Disciplina científica que se encarga de encontrar el sentido al proceso de la muerte, sus ritos y significado. Está concebida como una disciplina profesional que integra a la persona como un ser biológico, psicológico, social y espiritual, con la intención de vivir en plenitud y buscar su transcendencia.

⁵ <https://www.cigna.com/individuals-families/health-wellness/hw-en-espanol/temas-de-salud/dilatacion-y-evacuacion-tw2462>

⁶ <https://www.mayoclinic.org/es-es/tests-procedures/dilation-and-curettage/about/pac-20384910#:~:text=La%20dilataci%C3%B3n%20y%20legrado%20es,un%20aborto%20espont%C3%A1neo%20o%20programado.>

BIBLIOGRAFÍA

- Cassidy. P. R., Cassidy, J., Olza, I. et al (2018), *Informe Umamanita: Encuesta sobre la Calidad de la Atención Sanitaria en Casos de Muerte Intrauterina*
- Claramunt, M. A., Silvente, C. García Carrascosa, L., Álvarez, M. *Las voces olvidadas. Pérdidas gestacionales tempranas.*
- Kübler-Ross, E., Kessler, D. (2015) *Sobre el Duelo y el Dolor, Cómo encontrar sentido al duelo a través de sus cinco etapas.*
- Riches G, Dawson P. *Lost children, living memories: The role of photographs in processes of grief and adjustment among bereaved parent.* Death Stud 1998;22:121–40. doi:10.1080/074811898201632