

# Una Pérdida PRECIOSA

---

Superando el Dolor del Aborto Espontáneo y la Muerte Infantil



# Una Pérdida PRECIOSA

---

Superando el Dolor del Aborto Espontáneo y la Muerte Infantil

Sharon Fox

REDEMPTION  
PRESS 

© 2017 por Sharon Fox. Todos los derechos reservados.

Publicado por Redemption Press, PO Box 427, Enumclaw, WA 98022  
Llamada Gratuita (844) 2REDEEM (273-3336)

Redemption Press tiene el agrado de presentar este título junto con el autor. Los puntos de vista expresados o implícitos de esta obra son aquellos del autor. Redemption Press provee su sello impreso que representa excelencia en diseño, contenido creativo y producción de alta calidad.

Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, guardada en un sistema de recuperación de datos o transmitida de cualquier forma ni por cualquier medio—electrónico, mecánico, fotocopiado, grabado o de otra manera—sin previo permiso del titular de los derechos de autor, excepto como provee la ley del derecho del autor en los EEUU de A.

Toda cita bíblica, a menos que se indique, es tomada de la Santa Biblia, *Nueva Versión Internacional*<sup>®</sup> *NVI*<sup>®</sup>. Copyright © 1986, 1999, 2015 por Biblica, Inc.

(RVA-2015) Versión Reina Valera Actualizada, Copyright © 2015 by Editorial Mundo Hispano  
Used by permission. Todos los derechos son reservados mundialmente.

ISBN 13: 978-1-68314-481-6 (Impreso)  
978-1-68314-482-3 (ePub)  
978-1-68314-483-0 (Mobi)

Biblioteca del Congreso Número de Tarjeta en Catálogo: 2017960535



*Una Pérdida Preciosa* fue escrito para ofrecerles a los que han experimentado un aborto espontáneo, Síndrome de Muerte Infantil Súbita (SMIS)/ muerte infantil, o un nacido muerto, una ventana para entender el proceso del duelo. Presenta el modelo bíblico del duelo y las emociones que se pueden esperar después de una pérdida, e incluye los pasos para llegar al contentamiento. Mi agradecimiento al Centro de Embarazo LifeTalk en Frisco, Texas por identificar la necesidad de material cristiano que específicamente aborde la pérdida de un bebé debido al aborto involuntario.

Es mi oración que al leer este libro, experimentes sanidad en tu alma herida y encuentres al Espíritu Santo, tu divino Consolador, trabajando en tu vida.



**Ilustraciones por Katie Arani**

# Contenido



Reconocimientos . . . . .	ix
Cómo Usar Este Libro . . . . .	xi
Capítulo 1— Qué Se Puede Esperar. . . . .	1
Capítulo 2—Tu Alma Herida. . . . .	7
Capítulo 3—El Modelo de Dios para el Duelo. . . . .	11
Capítulo 4—¿Qué Hacer Ahora? . . . . .	17
Capítulo 5—¿Dónde Está la Esperanza? . . . . .	37
Capítulo 6—¿Cómo Encontrar la Felicidad? . . . . .	45
Capítulo 7—Intimidad Después del Aborto, SMIS/Muerte Infantil o Mortinato. . . . .	49
Capítulo 8—Qué Decir a Alguien que Está de Duelo... . . . .	53
Capítulo 9—Aferrándote a la Esperanza. . . . .	55
Capítulo 10—La Cama . . . . .	57
Acerca de la Autora. . . . .	61





# Reconocimientos



UN ENORME AGRADECIMIENTO a aquellos que me apoyaron con paciencia, leyendo y corrigiendo el texto: mis hermanas, Marilyn Muecke y Carolyn Pittenger, miembros de la Junta Directiva de Brave Penny, Paul Jones, H. B. Bartz, amigas Deborah Phillips, Toni Salmon, Diane Sanderson y Mistie Coblenz del Centro de Embarazo LifeTalk. También quiero agradecer a los demás miembros de la Junta Directiva de Brave Penny: Denise Price, Patricia Prior (que me animó a incluir material sobre SMIS y Muerte Infantil), y Heather Finney Rodrigues por sus fieles oraciones durante el proceso de escribir. Muchas gracias a las “Hermanas Weaver”: Rev. Toni Brown, Debbie Finn, Gail Bernard, Ginny Lydick, y Patty Woodmansee por caminar conmigo durante años como hermanas en Cristo.

No hay palabras adecuadas para agradecerle a mi esposo Jim, por apoyarme paciente y generosamente mientras escribía en obediencia al llamado de Dios para servir a los que sufren. Tu hiciste posible este libro. Te amo por amarme. Doy gracias a Dios cada día por ti. ¡A Dios sea la Gloria!



# Cómo Usar Este Libro



LA MAYORÍA DE los materiales de este libro son para aquellos lectores que han experimentado alguna clase de duelo. El libro aborda los conceptos del Alma Herida y del Modelo de Dios para el Dolor que tienen aplicación universal para todo tipo de pérdida. Estos dos conceptos explican el camino a la recuperación después de una pérdida profunda. Las pérdidas incluyen la muerte de un padre, cónyuge, o hijo adulto, o la pérdida relacionada al divorcio, trabajo, mascotas y / o de la salud, los cuales provocan profundos sentimientos de dolor. La pérdida cuando se experimenta un aborto espontáneo, una muerte SMIS, muerte infantil, o nacido muerto se distingue de otros tipos de pérdidas debido a un elemento de pérdida adicional. La muerte de un hijo también es perder el sueño que se tenía para la vida de ese niño. Todos los padres amorosos tienen la esperanza de que su hijo experimente amor, alegría y éxito dentro de lo que habría sido una vida normal. Cuando un bebé muere, muere ese sueño. Dónde sea apropiado, hay anotaciones de tipos específicos de pérdida para ayudar en la lectura. Este libro es fácilmente adaptable a un lector que está ansioso por los aspectos más destacados que hacen que el libro sea rápidamente impactante. Puedes omitir las partes que no se aplican a ti, como Ponerle Nombre al Bebé si tu hijo murió de SMIS/Muerte Infantil o nació muerto. Déjame dar un paso audaz en sugerir al lector que lea las siguientes secciones si primero quiere conocer los detalles de la recuperación del dolor:

Capítulo 2 – Tu Alma Herida

Capítulo 3 – El Modelo de Dios para el Duelo

Encontrando Esperanza en la Fe Cristiana en la página X

Síndrome de Brazos Vacíos en la página X

Sombra de Tristeza en la página X

Planea Estar Contenta de Nuevo en la página X

Capítulo 10 – La Cama

Que Dios te bendiga al leer y aprender sobre el duelo.





## CAPÍTULO 1

# Qué se Puede Esperar



### **¿Qué Pueden Esperar la Madre y el Padre al Sufrir la Pérdida de Su Niño?**

Tu camino de dolor será único. Tu pareja y otros miembros de tu familia y amigos que están involucrados de cerca tendrán una experiencia totalmente diferente. Ni tu reacción ni tus sentimientos ni los de ellos son correctos o incorrectos. Son diferentes. Es esencial recordar que los hombres y las mujeres sufren de manera diferente. La sociedad y la cultura establecen las reglas del duelo tanto para el hombre como para la mujer, dándole o no permiso para sus respuestas emocionales. Ten cuidado de no aferrarte a una expectativa de comportamiento para tu pareja. Su respuesta probablemente no recorrerá el mismo paso de tiempo ni las emociones como los tuyos. Dios te diseñó para ser único y diferente de cualquier otro ser humano, y tu experiencia de duelo será única y no debe ser comparada a la reacción de los demás.

### **La Pérdida de La Madre**

Para la madre, el asalto emocional que se combina con el impacto físico del embarazo o del aborto espontáneo o de lidiar con un niño gravemente enfermo, crea estrés que no tiene palabras para expresarlo. ¿Y, qué haces ahora? ¿Adónde vas después de este oscuro lugar emocional? ¿Cómo contienes con esto en silencio? ¿Debes hablar de ello? ¿Cómo hablas

de esto? Las respuestas confusas y la preocupación chocan con la realidad. La tristeza y la confusión son el denso aire que rodea un aborto espontáneo o una muerte infantil.

La pérdida para la madre es una experiencia muy íntima y personal. A menudo tanto los amigos cercanos como los miembros de la familia no están allí ni pueden ofrecer el apoyo necesario porque (en el caso de un aborto espontáneo e involuntario) el evento ocurrió tan temprano en el embarazo. Cuando el SMIS, muerte infantil o un mortinato ocurre, la familia y los amigos cercanos también sufren. Pueden ser incapaces de dar atención a los padres cuando les es más necesario su apoyo. A través del milagro de la concepción, la unión de dos células forma un bebé. Se crea una expectativa de un bebé, un niño, un adolescente, y luego la adultez como secuencia natural del orden de la vida. Cuando ese orden se interrumpe, la pérdida hace que la madre sufra en varios niveles.

Primero, la pérdida física del bebé puede crear la necesidad de una intervención quirúrgica para resolver las secuelas del aborto involuntario. La recuperación de la cirugía y la interrupción del trabajo o de las rutinas diarias son inesperadamente una realidad inevitable. La claridad de mente y la capacidad de seguir las tareas habituales se vuelven desconcertantes y debilitantes.

Además, si hay otros niños en el hogar, estos sienten que las cosas no son normales. Los niños pueden reaccionar ante cambios en la rutina mostrando tristeza o comportándose mal. Aunque no saben nada del aborto involuntario y lo que eso significa, están conscientes de que su madre no está feliz. Si sabían de un nuevo hermanito y lo han anticipado pero ocurrió un mortinato, igual sufren la pérdida de padres felices. Si son hermanos de un niño que muere de SMIS, o muerte infantil, la muerte es real y debe tratarse con ternura y amor.

Finalmente, la pérdida de los sueños para la vida del niño añade al sufrimiento de los padres. El impacto emocional de desilusión es a menudo una carga tan intensa que la necesidad de huir de las actividades de la vida y sus interacciones es aguda.

La madre está sujeta a una reacción normal donde excluye a otros de su círculo de comunicación. El esposo, los niños, la familia y los amigos cercanos pueden encontrarse “exiliados”, no por intención, sino por la experiencia de la pérdida, lo que deja a la madre sin energía ni optimismo para aplicarla en otras relaciones.

Es fundamental prestarle especial atención a la comunicación sincera con el padre, con otros niños y con la familia extendida. El aislamiento emocional de la madre puede dañarla a ella y sus relaciones familiares si no se atiende cuidadosamente. Las madres deben tratar de usar la poca energía que tienen para mantener las líneas de comunicación abiertas.

Los abuelos también deben ser incluidos en el círculo de la pérdida. Su pérdida puede incluir la tristeza que sienten no sólo de sí mismos, sino por ver la tristeza de su hijo o hija con su pareja porque están muy heridos por esta pérdida. Los abuelos sufren tan profundamente como los padres en algunos casos ya que ven una poderosa y personal pérdida generacional.

## La Pérdida del Padre

Para el padre que está activamente involucrado en el embarazo y /o en la vida del niño, los sentimientos de desilusión y tristeza verdadera son nuevos y probablemente tan inesperados que apenas puede funcionar. No sólo experimenta la pérdida del bebé sino también el reconocer que la madre del bebé está luchando física y emocionalmente. Esta doble preocupación también le crea a él un sentido adicional de desamparo y frustración. Esa combinación inesperada de circunstancias y emociones pueden crear dificultades en la relación entre la pareja. Una atención cuidadosa a la relación después del aborto involuntario o después de una muerte es importante tanto para la madre como para el padre. Es importante que los dos tengan paciencia el uno con el otro, ya que no hay libros de reglas ni tiempos determinados que se apliquen al proceso del duelo.

El papá a menudo se encuentra en una situación de “inversión de roles” lo cual es extraño en la relación normal con su esposa. Las mujeres suelen ser las que cuidan a la familia. Son las encargadas de la lavandería, la preparación de la comida, y si hay otros niños en la familia, esas tareas pueden incluir la organización de su transporte y cumplir con compromisos deportivos.

Cuando ocurre un aborto involuntario o la muerte de un bebé, esas tareas recaen sobre el padre que también está sufriendo. Tendrá que reconocer que su esposa es incapaz de llevar a cabo ese tipo de actividad durante un tiempo mientras se recupera. Puede que se sienta mal preparado para asumir esas tareas. Más importante que asumir las tareas, es reconocer que cuando le pregunta a su esposa lo que quiere para la cena, como ejemplo, ella puede ser incapaz de pensar con suficiente claridad para decirle lo que quiere comer. La conmoción, el dolor y la pérdida de él—más que el descuido de su cónyuge—puede obstaculizar su percepción para poder entender que una decisión tan simple como “sopa o sándwich” puede convertirse en un proceso de pensamiento insuperable para ella.

Es de vital importancia saber que cuando se produce estrés por un aborto espontáneo o muerte infantil, el cerebro, de hecho, no funciona de la manera que debe o como lo hacía antes. Ambos padres están incapacitados por un tiempo. Es importante que tanto la madre como el padre tengan expectativas realistas el uno del otro. Durante este tiempo cargado de dolor, lo que era normal y fácil, se hace difícil y dinámicamente complejo. La paciencia y la gracia el uno por el otro son críticos durante los primeros días y semanas después de la pérdida de un bebé.

## Después de un Aborto Involuntario

Para la madre y el padre que han experimentado un aborto involuntario, el asalto emocional abarca todo su ser. La pérdida rara vez se discute más allá del círculo inmediato de la familia y los amigos cercanos debido a la intimidad del evento. El aborto espontáneo

trae consigo una profunda tristeza, preguntas sobre la causa del aborto y sentimientos de desolación. Los sueños rotos, el corazón roto, el cuerpo roto (de la madre), y el alma herida de los dos padres, con demasiada frecuencia se sufren en silencio.

## **El Dolor que trae el Síndrome de Muerte Infantil Súbita (SMIS)**

El SMIS es una muerte devastadora y misteriosa que ocurre en infantes. Hasta el año de vida (hasta tres años son incluidos en algunos informes estadísticos del SMIS), puede ocurrir una muerte súbita y ser calificada muerte de síndrome. Hay muchas teorías sobre las causas y su prevención. Tu profesional de salud puede haber compartido el punto de vista actual sobre el tema contigo.

Para algunos padres, saber es importante: pero el conocimiento no cambia nada. Un bebé murió. La pérdida es repentina e íntima. Estos dos elementos hacen que el impacto de la muerte sea una pérdida tremendamente preciosa.

De hecho, nunca puedes saber o sentirte satisfecho con la información que aprendes de la investigación o de un profesional. La realidad es que el cuerpo de tu bebé dejó de funcionar como debería. Su pequeño cuerpo compuesto de muchas partes (corazón, cerebro, pulmones, hígado, riñones, y otros órganos, así como vías respiratorias, vasos sanguíneos y marco esquelético), dejaron de trabajar en concierto para sostener la vida. Hay muchísimas cosas en la vida que simplemente no entendemos. El SMIS es una de esas cosas para muchas familias.

Sea cual sea la causa o como ocurrió la muerte de tu hijo, la investigación indica que hay dos reacciones que típicamente experimentan los padres y / o los miembros de la familia. Una es la crisis de la fe; la segunda es la profundización de la fe. Lee acerca del alma herida e identifica tu progreso en el modelo de Dios para el duelo que encontrarás más adelante en este libro. Tú puedes encontrar el contentamiento y de verdad ser feliz nuevamente.

## **Terminología y Estadísticas**

### ***Enfermedad o Anomalía Congénita***

La muerte por enfermedad o anomalía congénita es diferente al tipo más desconcertante de muerte infantil como el SMIS y el mortinato. La causa a veces se conoce. Las infecciones o anomalías del corazón, pulmones o riñones le quitan la vida a los niños en cuestión de horas, días, o meses y crean otro tipo de pérdida preciosa. Estas muertes son tan injustas y tan confusas para los padres cuando la causa hace cuestionar a la familia la enfermedad que le quitó la vida o la anomalía que tenía en su cuerpo. La esperanza de una vida



sostenible es siempre un deseo, pero en muchos casos la realidad de la supervivencia es claramente imposible. La muerte infantil debida a la enfermedad, las anomalías congénitas o las complicaciones posteriores al nacimiento también se agruparán con los temas del SMIS.

### ***Muerte Infantil***

La muerte de un bebé que estaba vivo al nacer pero que muere poco después está bajo la categoría general de muerte infantil.

### ***Aborto Espontáneo***

El aborto espontáneo, también conocido como el aborto involuntario y la pérdida del embarazo, es la muerte natural de un embrión o feto antes de lograr sobrevivir independientemente. Es el término que se usa cuando un embarazo no es viable, incluyendo embarazos ectópicos donde se requiere intervención médica para terminar el embarazo. La investigación informa que el 25 por ciento de los embarazos terminan en aborto involuntario. (Esta asombrosa estadística, especialmente si estás en ese grupo del 25 por ciento, es mucho más que un número para la madre, el padre y la familia de un bebé que no sobrevivió. Este tipo de pérdida es virtualmente una herida silenciosa en el alma).

## **Los Mortinatos—Muerte Durante o Antes del Nacimiento**

La conmoción por la muerte en vez del esperado nacimiento vivo tiene un impacto horrible ya sea que ocurra temprano o tarde. Quizás había una indicación antes del parto que el bebé ya no estaba vivo; o tal vez el proceso del parto tomó la vida del bebé. La dura realidad de la muerte del no nacido atraviesa el alma de los padres.

Se había seleccionado el nombre, los anuncios fueron preparados, se armó la sala cuna y se recibieron lluvias de regalos, lo cual se convierte en esperanzas vacías y en pérdida profunda. Tu precioso niño se perdió para ti.

El mortinato se refiere a la muerte de un bebé en el útero después de las veinte semanas. Antes de las veinte semanas, el término es aborto espontáneo. La muerte precoz ocurre durante el periodo de veinte a veintisiete semanas; la muerte tardía ocurre en el periodo de veintiocho a treinta y seis semanas; y el término muerte fetal o nacidos muertos ocurren en o después del periodo de treinta y siete semanas. El uno por ciento de los nacimientos anuales en los Estados Unidos, o aproximadamente 24,000 nacimientos, son mortinatos. Los mortinatos ocurren diez veces más a menudo que las muertes por el SMIS. La causa exacta de la muerte es muchas veces indeterminada, incluso cuando hay examen médico.

## **SMIS (Síndrome de Muerte Infantil Súbita) y MSIL (Muerte Súbita Inesperada del Lactante)**

El SMIS es una parte de un término compuesto de muertes infantiles que ocurren desde el nacimiento hasta el año de edad. El término MSIL incluye los tres tipos de muertes: el SMIS (45 por ciento), las causas desconocidas de muerte (31 por ciento) y la sofocación o estrangulación accidental (24 por ciento). Aproximadamente 3,500 MSIL se produjeron en 2013 en los Estados Unidos. El SMIS se utilizará como un término universal en este libro para indicar la muerte de un bebé de hasta un año de edad independientemente de la clasificación que se menciona anteriormente.