

## Ayudando a los Niños

El vínculo entre los niños y sus mascotas es algo mágico. Disfrutan su compañía y se dan amor incondicional. Cuando la mascota muere los niños pueden no comprender lo que ha pasado y la razón que ya no pueden jugar juntos. Esta puede ser la primera experiencia de un niño con la muerte. Algunos harán preguntas y otros no, pueden repregarse sobre si mismos o pueden estallar en ira o frustración. Algunos pueden pensar si han hecho algo que causó la muerte de la mascota.

Desafortunadamente, cuando las personas mayores están pasando por la etapa de duelo muchas veces no piensan en el dolor y la confusión de los miembros jóvenes de la familia. Es importante que los niños tomen parte de el duelo. Debemos dejar que hablen sobre lo que están sintiendo. Constate sus preguntas en una manera simple y honesta. Compartir esta experiencia puede unir a su familia de una manera muy especial.



## Mis Otras Mascotas Sentirán la Perdida

Las mascotas observan todos los cambios en su hogar y sentirán la ausencia de su compañero o compañera.

Es necesario dedicar tiempo a la mascota sobreviviente y con mucho amor y paciencia ayudarlo a pasar este momento tan difícil. El amor de esta mascota también nos ayudará a nosotros.

## Adquiriendo una Nueva Mascota

Después de una pérdida tan traumática es muy natural el tener algún tipo de confusión sobre adquirir otra mascota. Usted puede tener la necesidad de la compañía pero puede sentirse culpable por querer adquirir otro compañero o compañera.

No debe sentirse culpable por querer compartir su amor y devoción con otra criatura. Usted sabe que es imposible reemplazar la mascota que murió, pero quizás este sea el momento de empezar una nueva relación.

Quizás usted decide no hacer de otra mascota un miembro de su familia. Esta decisión es también correcta y su familia y amistades deben respetar su decisión. **Recuerde, solo usted debe decidir si usted desea adoptar un nuevo miembro en su familia.**

### PET HEAVEN MEMORIAL PARK & CREMATORY

10901 W. Flagler Street  
Miami, FL 33174  
Phone: 305-223-6515  
800-427-1669  
Fax: 305-223-9621

www.pet-heaven.com  
Email: support@pet-heaven.com

### PET HEAVEN MEMORIAL PARK & CREMATORY

## Haciendo Frente a la Muerte de su Mascota



### DICIENDO ADIOS CON DIGNIDAD

# Las Cinco Etapas de Duelo

Cuando tenemos la experiencia de perder un ser querido, nuestra familia y amistades están presentes para ofrecernos apoyo mientras pasamos por el proceso de duelo. La muerte de nuestra mascota puede causarnos el mismo trauma, desafortunadamente hay muchas personas que no comprenden nuestro dolor.

Si estamos pasando la etapa de duelo o estamos tratando de dar consuelo a otras personas es muy importante comprender que este proceso lleva tiempo. Hay cinco etapas reconocidas de duelo—Negación, Ira, Culabilidad/Negociación, Depresión y Aceptación.

## I. Negación

Después de la muerte de una mascota, pueden pasar semanas o meses en que nos damos cuenta de la gran pérdida que hemos recibido. Estamos acostumbrados a llegar a nuestros hogares y recibir la gran bienvenida que nos provee nuestra mascota. Desafortunadamente nuestra mascota no está presente para darnos la bienvenida. Solo encontramos silencio y el dolor de una pérdida comparable a una puñalada en el corazón y tratamos de sobreponernos mientras sentimos las lágrimas correr por nuestra cara.

Lágrimas de dolor son normales y una respuesta saludable por la pérdida de nuestro compañero o compañera. No debemos sentirnos tontos por esta reacción, o por el dolor que sentimos.

Expresar nuestros pensamientos y sentimientos nos ayudará a poner nuestra situación en perspectiva. Debemos hablar de nuestra pérdida con otras personas que aman a sus mascotas igual que nosotros o podemos escribir un diario de nuestros pensamientos. Recordando los momentos que disfrutamos con nuestra mascota puede ser doloroso, pero es el primer paso a nuestro proceso de curación.

## II. Ira

Ira es una emoción natural cuando sentimos una pérdida pero también puede ser muy destructiva. Es muy importante no dirigir esta emoción hacia nosotros o otras personas. No debemos cularnos por la pérdida de nuestra querida mascota. Sabemos lo que queremos a nuestro compañero o compañera y también sabemos que nunca haríamos nada para causarle daño. La ira en contra de otros es común. Usted puede sentirse traicionado por su pérdida o puede sentir que otras personas no comprenden su dolor.

## III. Culabilidad/Negociación

¡Si sólo! ¡Dos Fuertes palabras! Si sólo tuviera otra oportunidad. Seríamos más paciente, daríamos más amor, seríamos menos críticos y menos exigentes. El pelo sobre nuestra ropa, los accidentes de nuestra mascota en el piso de nuestra casa, el zapato masticado, ninguna de estas cosas son ahora importantes. No nos importarían si tuvieramos la oportunidad de tener nuestra querida mascota de nuevo con nosotros.

Estos pensamientos son normales, pero debemos recordar que los buenos tiempos son superados en número a los tiempos más difíciles. Nadie es perfecto, todos hemos cometido errores. Su mascota lo ha perdonado, ahora usted necesita perdonarse a sí mismo.

## IV. Depresión

La profunda y dolorosa tristeza que sentimos es la depresión que sentimos después de la ira y la culpabilidad/negociación. El lugar en su corazón que llenaba su mascota está ahora vacío. Los días se alargan y las noches parecen no acabarse. Ejercicio, aire fresco y tiempo dedicado con nuestra familia y amistades puede ayudarnos a aliviar la tensión y a ocupar varias horas que pasábamos con nuestra fiel y querida mascota. Vamos a tener momentos en que no sabemos si nos vamos a sentir feliz de nuevo.

Aunque nunca vamos a olvidar nuestro querido el tiempo pasará y el dolor se sentirá menos severo. Los tiempos que pasamos con nuestra mascota y los recuerdos nos traen más felicidad que tristeza. Esto nos ayudará a mirar hacia el futuro sin olvidar el pasado.

## V. Aceptación

Mientras estamos en las etapas de duelo es natural no hacer decisiones sobre los objetos personales de nuestra mascota. Pero al pasar el tiempo debemos pensar que hacer. Queremos quedarnos con un juguete, la correa, el collar. Quizás no queremos quedarnos con ninguno de estos objetos. Esta decisión es muy personal y cualquier decisión que hagamos es correcta. Debemos hacer lo que es mejor para nosotros.