

GUÍA RÁPIDA

Acompañamiento a personas allegadas ante fallecimiento

ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE
BOMBEROS Y PSICOLOGÍA



Equipo Psicología AIB
Info@estudiosaib.com

Objetivo de la guía

Ofrecer pautas básicas para acompañar y contener emocionalmente a familiares o personas allegadas en situaciones de fallecimiento, respetando siempre el marco competencial y la actuación de las autoridades correspondientes.

1. Respetar el marco competencial

- El marco competencial determina que **la comunicación oficial** del fallecimiento corresponde a la **autoridad competente**, ya sea sanitaria (médico), policial o judicial.
- El resto de los profesionales de la emergencia tienen como función principal **acompañar, proteger y ofrecer contención emocional**, facilitando la intervención del recurso responsable de realizar la comunicación formal.

2. Crear un entorno de seguridad física y emocional

- Alejar a los familiares de la escena del suceso, de curiosos o de estímulos impactantes.
- Buscar un espacio **tranquilo, seguro y lo más privado posible**.
- Cuidar también aspectos básicos: asiento, abrigo, agua, etc.

3. Identificarse y explicar el rol

- Presentarse con nombre y función:
“Soy bombero/a, voluntario/a de Protección Civil, etc. Estoy aquí para acompañarle y ayudarle en este momento.”
- Explicar de forma sencilla qué se va a hacer y qué se está esperando.

4. Evitar confirmar o desmentir el fallecimiento

- **No dar información concluyente** ni utilizar términos como *“muerto”* o *“fallecido”*.
- Usar expresiones acordes al rol:
“La situación es muy grave y están actuando los servicios correspondientes.”

5. Mantener una comunicación honesta y prudente

- **Evitar mensajes tranquilizadores irreales** (*“todo va a salir bien”, “todo va a ser como antes”*).
- **No generar falsas expectativas** ni ofrecer detalles innecesarios.
- La claridad y la prudencia ayudan a reducir el impacto posterior.

6. Ofrecer un rol sencillo a la persona afectada

- En situaciones de alto impacto emocional, asignar un **rol simple y no exigente** puede ayudar a reducir el desbordamiento, aportar sensación de control y favorecer la contención.
- El rol debe ser **concreto, breve y adaptado** al estado de la persona.
- Por ejemplo: preguntar información sobre medicación o estado de la persona antes de la situación acaecida.

7. Acompañar emocionalmente sin invadir

- Estar presente, disponible y atento.
- El **silencio respetuoso**, una postura abierta y una actitud calmada suelen ser más útiles que muchas palabras.
- Respetar el espacio personal de cada persona.

8. Validar las emociones

- Permitir la **expresión** de llanto, rabia, bloqueo, incredulidad o silencio.
- **No corregir ni juzgar** las reacciones.
- Utilizar frases de validación como:
“Es normal que se sienta así ante una situación tan dura.”, “Lo que está sintiendo ahora mismo es una reacción normal ante una situación tan difícil.”, “Puede llorar o quedarse en silencio si lo necesita, no hay prisa.”

9. Observar signos de desbordamiento o riesgo

- Estar atentos a **reacciones intensas**: desmayo, pánico, desorientación, conductas de riesgo.
- Activar recursos sanitarios o psicológicos si es necesario.

10. Facilitar el apoyo social inmediato

- **Ayudar a contactar con otros familiares o personas de apoyo.**
- Evitar que la persona afectada quede sola en un momento crítico, siempre que sea posible.

11. Preparar para la comunicación oficial

- Anticipar con cuidado lo que va a ocurrir:
“En breve vendrán los profesionales que le explicarán la situación con más detalle. Yo me quedaré aquí con usted si lo necesita.”