

Notas de la Mamá de Christi

Cuando Christi murió comprendí el significado de la palabra “pérdida” tan duramente que sólo quería gritar, “¡Detengan el mundo! ¡Mi bebé acaba de morir!” Mucha gente me dio nombres y números de teléfono de personas conocidas a quienes les había sucedido lo mismo, como presintiendo que no eran los adecuados para darme consuelo como estos individuos que habían sufrido lo mismo que yo. ¡Pero no fue así! ¡No significó nada para mí! Mi bebé había muerto y era lo único que me importaba.

Lo que pensé hacer fue solamente escoger algunas notas que tomé poco después que ella muriera sobre algunas experiencias que tuvimos. Quizás algunas de éstas puedan ayudarle a expresar con más libertad sus sentimientos, sabiendo que estos pensamientos y sentimientos son comunes y pueden ayudarle a salir adelante. La muerte de un hijo nunca se olvida...pero usted puede seguir adelante con su vida.

- ▲ ¿Qué hacer con la ropa, juguetes, pañales, cuna y carriola de nuestro bebé, y cuándo?
- ▲ Quería tener otro bebé pronto, pero ¿qué posibilidad hay de que ocurra esta calamidad otra vez?

Tan sólo el recordar cuando fui a su cuarto y la encontré allí, aún me asusta. Me acababa de dar un baño poco antes de entrar a su cuarto y me sentí culpable por no haber ido antes. (Un pensamiento absurdo porque ella murió cinco horas antes y no en los últimos 20 minutos).
- ▲ Tenía miedo de andar en la casa a oscuras. No quería entrar al garaje en la noche. (Esto duró algunos meses).
- ▲ Me atormentaba la angustia de que ella pudo haber sufrido. El médico forense confirmó que cuando un niño muere de repente, no siente dolor.
- ▲ ¡Mi papel! ¡Mi identidad! Un momento era mamá y ahora... soy madre sin un bebé a quién cuidar.
- ▲ Fue difícil permitirme disfrutar de la vida, tener relaciones sexuales. Cómo podía yo disfrutar esto en la cama cuando ella también murió en una. Pero por otra parte, mi esposo quería la intimidad.
- ▲ Cuando estoy en público parece que “busco” y noto más a los niños, sobre todo a los bebés. Esto me duele. ¿Por qué lo hago?
- ▲ ¿Cómo puedo sentirme útil otra vez (como cuando cuidaba a Christi)? Nada parece importante.
- ▲ No tengo fuerzas ni entusiasmo. Tengo miedo de descansar porque no quiero pensar en Christi y ponerme triste y llorar.
- ▲ Su cuarto me da escalofríos. Camino despacio y con cuidado mirando alrededor. ¿Por qué?
- ▲ ¿Deberíamos vender la casa?
- ▲ Parece más difícil para mí que para mi esposo. ¿Por qué? ¿Debería apresurarme para llegar a donde él parece estar? (Hablando acerca de esto descubrí que él sufría igual que yo, sino es más. Solamente no lloraba tan a menudo como yo).
- ▲ ¿Por qué a veces siento la necesidad de contarle a otros lo que me sucedió?

- ▲ Me parece que la extraño unas veces más que otras (cuando despierto, al mediodía, en la tarde, en la noche).
- ▲ A mi esposo no le gusta sentir que su bebé se alejaba más y más de él. Pasar del punto de tenerla con nosotros a sólo tenerla en nuestra memoria.
- ▲ Tuve dificultad en concentrarme por largos períodos. Mi esposo se preguntaba cuál era el propósito de todo...especialmente de su trabajo.
- ▲ De repente me sentía asustada y casi me suicido una tarde en presencia de muchas personas en una tienda. Me preguntaba, “¿Qué objeto tiene? ¿Para qué seguir viviendo?”
- ▲ Recuerde que cuando se disgusta con su pareja, puede ser por causa de depresión y frustración por la muerte de su hijo, no porque algo anda mal entre usted y su pareja. Permítanse disgustarse de vez en cuando, y no lo tomen personalmente.
- ▲ Nos sentimos culpables y revivíamos lo sucedido. ¿Podíamos haberlo prevenido? ¿Escuchamos su llanto o no? ¿Lo oímos y lo ignoramos? (El médico forense y la enfermera de salud pública confirmaron que no había nada que pudimos haber hecho, y que el bebé no había llorado).
- ▲ Al escuchar la respiración de mi esposo en la cama de noche, pienso que yo no podría soportar otra muerte en la casa.
- ▲ ¿Deberíamos o no tener el retrato de ella en la casa?
- ▲ Ya no quiero sentir el dolor emocional ni la tortura que su muerte me causa, pero todavía no quiero dejarlos ir. De alguna manera esto prueba cuánto la amé y que aún la amo.
- ▲ “Quiero y no quiero” ver el vídeo de Christi que tenemos con tomas grabadas recientemente de hasta diez días antes de su muerte.
- ▲ Hasta ahora todavía me gusta mostrar mis fotos favoritas de Christi, las cuales guardo en mi cartera.

*La mamá de Christi escribió estas notas cuatro meses después de la muerte de Christi.
Ella espera que éstas puedan ayudarle durante su duelo por la muerte de hijo.*

***En memoria de Christi Ann Ruttencutter
2 de febrero, 1988 – 25 de junio, 1988***



Distribuido por California SIDS Program bajo fondos de California Department of Health Services, Maternal, Child and Adolescent Health Branch
California Sudden Infant Death Syndrome Program
800-369-SIDS (7437) • www.californiasids.com