

Como Explicar un Diagnóstico de Cáncer

Planeando Conversaciones con los Niños

Un diagnóstico de cáncer puede ser muy abrumador. Muchos padres de familia se preguntan si deberían, cuando, y como decírselos a sus hijos. El hablar con los niños lo más pronto posible después de un diagnóstico crea un sentimiento de inclusión y confianza.

Sea honesto. Brinde información correcta y apropiada para la edad de su hijo/a. Responda a las preguntas con honestidad. Si usted no tiene una respuesta, dígame a su hijo/a que usted no sabe la respuesta ahora pero tratara de averiguarlo.

Hable con su hijo/a en un lugar privado y cómodo. Reúnanse en un lugar en donde todos puedan expresar sus sentimientos. Algunos niños tal vez lloren o se sientan molestos; otros no dirán mucho o pueden parecer no afectados. Si tiene más de un hijo, determine si sería mejor hablar con sus hijos en conjunto o individualmente. Evite hablar inmediatamente antes de una transición importante, por ejemplo, antes de ir a la escuela o a la hora de acostarse.

Mantenga las cosas simples. Cuando hable de su diagnóstico, planee en cubrir los siguientes temas:

Cuente su historia. Explique los eventos claves o síntomas que condujeron a su diagnóstico. Evite usar términos generales como, “Estoy enfermo.” Proporcione el nombre del cáncer y explique en donde está en su cuerpo.

Averigüe lo que su hijo sabe sobre el cáncer. Los niños están expuestos a la información sobre el cáncer a través de muchas fuentes. Es común que los niños tengan ideas falsas o información incompleta.

Explique el cáncer en términos apropiados para los niños. La información precisa ayuda a los niños a entender cómo el cáncer es diferente de otras enfermedades y que es diferente para cada individuo. Los niños se preocupan menos cuando pueden dar sentido a lo que está sucediendo alrededor de ellos.

Concéntrese en lo que está pasando ahora. Explique los síntomas actuales y los cambios físicos. Prepare a su hijo para el siguiente paso en su tratamiento (por ejemplo, la cirugía, la quimioterapia, la radiación).

Hable sobre los cambios que su hijo va experimentar. Los niños quieren saber cómo les afecta su diagnóstico. Hable de la rutina de ellos: lo que va seguir igual y lo que va a cambiar.

La repetición es clave. Esta será la primera de muchas conversaciones acerca de su diagnóstico y tratamiento. Usted no tiene que cubrir todo o hacerlo todo bien en una conversación. Es importante crear una rutina para compartir actualizaciones y brindar oportunidades a los niños para hacer preguntas y expresar sus preocupaciones.

Idea Para Una Actividad – Crear un Frasco de “Wonders & Worries”: Estos frascos ayudan a los niños a expresar sus preguntas y preocupaciones, al mismo tiempo que proporciona un lugar para guardarlos hasta que puedan ser contestados. Para crear uno, haga que su niño decore cualquier frasco o contenedor. ¡Puede ser una caja también! Corte papel en tiritas para tener disponible para cuando su hijo quiera escribir o dibujar preguntas o preocupaciones que surjan. Anime a su hijo a usar el frasco como un lugar para “mantener” o “liberar” sus preguntas y preocupaciones hasta un momento en que usted pueda enfocarse en ellos juntos.



Wonders & Worries

Apoyo profesional a través de la enfermedad de un padre.

Juntos, podemos.

www.wondersandworries.org

Juntos, le ofreceremos el apoyo para hablar con sus niños.

¿Necesita orientación adicional?

Llame a Wonders & Worries al 512-329-5757 y seleccione la opción 2

Encontrar *Las Palabras Adecuadas*

Como Explicar un Diagnóstico de Cáncer: Encontrar Las Palabras Adecuadas

Al planear qué decirle a su hijo/a, aquí presentamos algunos ejemplos y temas para empezar la conversación.

Cuente su historia.

“Mi cuerpo no está trabajando como debería. He estado tosiendo y fui al médico. Me hicieron una resonancia magnética (como una radiografía), y el doctor miro las células de la sangre. Los resultados nos dicen que tengo cáncer del pulmón.”

Averigüe lo que su hijo sabe sobre el cáncer.

“¿Alguna vez has oído la palabra ‘cáncer’?” | “¿Qué sabes sobre el cáncer?”

Aclare idea falsas en este momento.

“Nadie causo mi cáncer.” | “El cáncer no es contagioso.” | “Puede ser que haigas oído que a veces las personas mueren de cáncer, pero la mayoría de las personas que tienen cáncer viven. Estoy haciendo todo lo que puedo para ayudar a mi cuerpo a mejorarse.”

Explique el cáncer en términos apropiados para los niños.

“Nuestros cuerpos están hechos de células. Las células son como bloques que construyen a todo nuestro cuerpo. Las células sanas tienen un trabajo en el cuerpo. Las células de cáncer no tienen un trabajo en el cuerpo. Estas células se atraviesan en el camino de las células sanas que tratan de hacer su trabajo. Estas células crecen y se hacen más si no se trata.”

Concéntrese en lo que está sucediendo ahora.

“En este momento me siento más o menos bien. El jueves, voy a comenzar a tomar un medicamento llamado quimioterapia. El trabajo de la quimioterapia es ayudar a deshacerse de las células cancerosas. Pueda que me siente mal y mi pelo puede caerse. Esto es normal.”

Hable sobre los cambios que su hijo va experimentar.

“Aun iras a la escuela, la práctica de futbol, y clases de piano. Nuestros amigos y vecinos te llevaran cuando yo no pueda. Tal vez habrá más personas que llamen o nos visiten para ayudar. Tú me puedes dejar saber si esto te molesta.” | “Todo lo que tu sientas está bien. Es normal que te sientas de una manera un día y de otra el siguiente. Todavía puedes compartir tus sentimientos conmigo.”

Idea Para Una Actividad – Las Malas Hierbas En Un Jardín: Los niños entienden mejor lo que pueden ver. Utilizando un ejemplo del cáncer siendo como las malas hierbas en un jardín puede ayudar a que su hijo entienda su diagnostico y tratamiento. “Las malas hierbas desplazan a las plantas y flores sanas como las células de cáncer desplazan a las células sanas. Si no se trata, las malas hierbas se pueden hacer más y más. Algunas malas hierbas crecen más rápido que otras. Hay diferentes maneras de deshacerse de ellas como jalándolas de la tierra o rociándoles con un spray, al igual que la cirugía, la quimioterapia, y la radiación son maneras de deshacerse del cáncer.” Ofrézcale la oportunidad a su hijo de dibujar un jardín o dibujar como se imagina que es el cáncer.



Wonders & Worries

Apoyo profesional a través de
la enfermedad de un padre.

Juntos, podemos.

www.wondersandworries.org

Juntos, le ofreceremos el apoyo para hablar con sus niños.

¿Necesita orientación adicional?

Llame a Wonders & Worries al 512-329-5757 y seleccione la opción 2

Planeando Conversaciones con los Niños