

Ayudando a los niños cuando un ser querido tiene cáncer

Cuando uno de los padres o un ser querido tiene cáncer, una de las primeras preocupaciones es "¿Cómo reaccionarán mis hijos?" Como padres, ustedes son los expertos cuando se trata de hablar con sus hijos acerca del cáncer. La información que aquí presentamos podría ser de utilidad en esta difícil etapa.

¿Por qué los niños necesitan saber?

Los niños son muy rápidos para detectar el estrés en la familia.

Muchas veces sus miedos imaginarios son peores que lo que sucede en realidad. Los estudios muestran que los niños necesitan información precisa y adecuada a su edad, cuando uno de sus padres o un ser querido tiene cáncer.

¿Cuándo necesitan saber los niños?

Hable con sus hijos tan pronto como usted se sienta cómodo. Los niños con frecuencia se sienten lastimados cuando se enteran de la enfermedad de un ser querido por medio de otras personas.

Lo que los niños necesitan saber

Los niños y los adolescentes necesitan saber cuándo alguien de la familia tiene cáncer. Sus hijos querrán saber en qué parte del cuerpo se encuentra el cáncer. Es importante usar la palabra "cáncer", porque es diferente a otras enfermedades.

- Asegúrese que sus hijos sepan que ellos no han sido la causa de la enfermedad.
- Explíqueles que uno no se puede "contagiar" de cáncer.
- Hágle saber a sus hijos porque muchas personas sobreviven al cáncer.

Los niños pueden aprender y madurar a causa de la enfermedad de un ser querido. Este desafío puede ayudar a todos a desarrollar mayor sensibilidad y compasión. Sobrellevar estos momentos estresantes también puede traer un sentimiento de orgullo y autoestima tanto a niños como adultos.

Formas en las cuales usted puede ayudar

Estas son algunas formas en las que usted puede ayudar a los niños cuando uno de los padres o un ser querido tiene cáncer:

Hable con ellos

- Aliente a sus hijos a hacer preguntas sin obligarlos a hablar si no quieren.

- Haga preguntas que requieran de respuestas más allá de un sí o un no. Aquí hay algunos ejemplos:
 - ¿Cuál es la parte más difícil de entender del cáncer de seno?
 - ¿Qué dicen tus amigos acerca de mi cáncer?
- Aliente a sus hijos a expresar sus pensamientos y sentimientos.
- Comparta sus propios pensamientos y sentimientos con su hijo.

Deles información de utilidad

- Hágle saber a sus hijos qué esperar a lo largo del camino. Esto les ayudará a prepararse para los cambios que puedan ocurrir a causa de la enfermedad o efectos secundarios del tratamiento, tal como la caída del cabello.
- Ayude a sus hijos a identificar a los adultos a quienes pueden dirigirse si necesitan apoyo o hablar con alguien.
- Asegúrese de que sus hijos saben quién se hará cargo de ellos si usted necesita quedarse en el hospital.
- Evite hacer promesas que no sabe si cumplirá.
- No preocupe a sus hijos con detalles sobre los cuales ellos nada pueden hacer, tales como asuntos de dinero

Administración de su tiempo

- Haga pequeños cambios para ayudar a estar enfocados mutuamente:
- Siéntense en la mesa a comer juntos
- Limite el número de visitantes
- Apague los teléfonos
- Cuando la persona con cáncer no se sienta bien, planea actividades divertidas con otras personas.
- Haga todo lo posible para mantener estructura y rutina.
- Dé a sus niños opciones de tareas domésticas adicionales o formas de ayudar en casa.

Los trabajadores sociales de Apoyo a Pacientes y Familias del Instituto del Cáncer Huntsman son un recurso para obtener mayor información acerca de cómo hablar con sus hijos acerca del cáncer.
Disponibles de
lunes a viernes de 8 a.m. – 4:30 p.m.
Llame al 801-213-5699 o visite
huntsmancancer.org/pfs