



Wonders & Worries

Apoyo profesional a través de
la enfermedad de un padre.

Juntos, podemos.

Conversaciones sobre enfermedades:

La honestidad es su mejor herramienta. Brinde información honesta y precisa relacionada con la enfermedad y su tratamiento y que sea apropiada para el nivel de desarrollo de su hijo. Puede ser útil hablar primero con los niños mayores y darles la oportunidad de ayudar a explicar la situación a los niños más pequeños.

Los niños procesan la información de manera diferente y, a menudo, necesitan escuchar las cosas más de una vez. Es normal que un niño solicite “ir a jugar” poco después de escuchar información difícil. Esto no significa que no haya entendido.

Mencione y use el nombre de la enfermedad. Muchos niños lo escucharán eventualmente. Si su hijo escucha a los miembros de la familia explicar el diagnóstico, puede ayudarlos a sentirse incluidos y dignos de confianza.

Mantenga informados a los niños y adolescentes sobre el estado médico actual tal como lo conoce. No es necesario que tenga todas las respuestas cuando hable con su hijo.

Descubra las respuestas a sus preguntas. Si su hijo hace una pregunta y usted no sabe la respuesta - dígaselo. Y dígales que les comunicara cuando tenga más información.

Comparta el plan de tratamiento. Hágales saber a los niños lo que está haciendo para ayudar a tratar la enfermedad y cuáles podrían ser los efectos secundarios. Explique los cambios relacionados con su nivel de energía, apariencia y estado de ánimo.

Complete la información que falta con hechos y experiencias. Si es posible, ofrezca a los niños la opción de visitar el centro de tratamiento o visitar el hospital. O busque un video apropiado en línea. Asegúrese de que estén bien preparados para lo que les espera. Wonders & Worries se asocia con Texas Oncology para ofrecer recorridos para niños por sus centros de tratamiento del cáncer, por ejemplo.

Hable sobre los orígenes biológicos de las enfermedades. Háglele hincapié a su hijo en que no causó la enfermedad de ninguna manera y que no es contagiosa (en caso de ser así).

Anime a los niños a hacer preguntas. Es posible que los niños mayores y los adolescentes quieran, incluso, hacer preguntas al personal médico.

Brinde espacio y oportunidades para las emociones. Ayude a sus hijos a expresar sus sentimientos y hágales saber que está dispuesto a hablar sobre cualquier tema que les gustaría discutir. Ayude a su hijo a encontrar formas aceptables de expresar su enojo.

Expresa sus emociones frente a sus hijos. Esto modela para ellos que está bien sentir y tener diversas emociones en diferentes momentos.

Anime a sus hijos a hablar con personas de apoyo alternativas. Es posible que tengan miedo o vergüenza de hablar con la persona que padece la enfermedad (o otros familiares) por temor a que pueda molestarlos.

Mantenga sus rutinas. La previsibilidad les da a sus hijos una sensación de seguridad durante un tiempo incierto. Explique cualquier cambio necesario en las rutinas. Por ejemplo, “Nana te recogerá en la escuela esta semana”.

Deles permiso para jugar. Hágales saber a los niños y adolescentes que aún pueden divertirse y realizar actividades normales, aunque su familia esté lidiando con una enfermedad grave.

Tranquilice a los niños diciéndoles que los cuidarán pase lo que pase. Hable sobre las personas disponibles para ayudar a cuidarlos y elabore un plan de seguridad en caso de que necesite ir al hospital inesperadamente.

Permita que los niños encuentren formas de ayudar e inclúyalos en nuevas rutinas familiares relacionadas con la enfermedad. Sin embargo, tenga cuidado en no poner demasiada responsabilidad adicional en los niños.

Busque cambios en el comportamiento. Específicamente, busque cambios de humor, hábitos alimenticios, intereses, patrones de sueño, etc.

Informe a la escuela sobre lo que está sucediendo en la familia, ya que puede afectar el rendimiento de su hijo en la escuela.

Encuentre a otros en su misma situación. Si es posible, propicie que sus hijos interactúen con otros niños y adolescentes que puedan estar enfrentando experiencias de vida similares. Saber que no están solos puede ser de ayuda.

Esté preparado para hablar sobre temas difíciles, incluida la muerte. Es normal que los niños pregunten si alguien podría morir a causa de una enfermedad grave. Con un diagnóstico de cáncer, usted puede decir: “Algunas personas mueren de cáncer, pero la mayoría mejora”.

Si la enfermedad es terminal, puede concentrarse en lo que está sucediendo ahora y lo que se espera en el futuro cercano. Puede hacerle saber a los niños que los mantendrá informados cuando las cosas cambien.

