



CANCERCARE®

1-800-813-HOPE (4673)  
Email [info@cancercare.org](mailto:info@cancercare.org)  
Web [www.cancercare.org](http://www.cancercare.org)

hoja informativa

Ayudando a los niños a entender el cáncer

## Cómo hablar con sus hijos sobre su diagnóstico

Su diagnóstico de cáncer causa un impacto profundo en toda su familia. Usted no solo tiene que aprender información nueva y tomar decisiones en cuanto a tratamientos; si tiene hijos, es muy probable que también tenga inquietudes sobre cuánto debe decirles con respecto a lo que usted está pasando.

**A continuación ofrecemos 10 consejos para comunicarse con sus hijos:**



- 1. Déle a sus hijos información sobre el cáncer que sea precisa y acorde con su edad.** No tema utilizar la palabra "cáncer". Dígales o muéstrelas dónde está localizado el cáncer en su organismo. Practique su explicación con anterioridad para que se sienta más cómodo. Recuerde que si no habla con sus hijos sobre el cáncer, ellos pueden inventar sus propias explicaciones, lo cual puede resultar ser aún más aterrador que los hechos.
- 2. Explique el plan de tratamiento y en qué forma va a afectar sus vidas.** Prepare a sus hijos para cualquier cambio físico que usted podría experimentar durante el tratamiento, por ejemplo, pérdida de cabello, cansancio excesivo, o pérdida de peso. Hágales saber que sus necesidades serán cubiertas. Por ejemplo, dígales: "Papá, en vez de mamá, los llevará a las prácticas de fútbol".
- 3. Responda a las preguntas de sus hijos con la mayor precisión posible.** Tome en cuenta su edad y experiencia previa con enfermedades graves en la familia. Si no sabe la respuesta a una pregunta, no entre en pánico. Diga: "No lo sé. Trataré de averiguar la respuesta y les avisaré".
- 4. Tranquilice a sus hijos.** Explíquenes que independientemente de cómo se han estado comportando o de lo que han estado pensando, ellos no tienen nada que ver con la causa del cáncer. Hágales saber que no pueden "contagiarse" de cáncer como sucede con un resfriado.
- 5. Dígale a sus hijos que ellos también pueden acudir a otros miembros de su equipo de apoyo.** Entre estas personas se incluye su cónyuge o pareja, parientes, amigos, miembros del clero, profesores, entrenadores, y su equipo de profesionales sanitarios. Dígale a sus hijos que pueden hacerles preguntas a estos adultos y hablar con los mismos sobre sus sentimientos.

(vea el otro lado)

- 6. Permita que sus hijos participen en su cuidado.** Asígneles actividades acordes con su edad, tal como llevarle un vaso de agua o una manta adicional.
- 7. Aliente a sus hijos a expresar sus sentimientos.** Hágales saber que pueden expresar cualesquiera sentimientos, inclusive aquellos que resulten incómodos. También explíquoles que está bien que digan: "No tengo ganas de hablar en este momento", si ese es el caso.
- 8. Asegúrele a sus hijos que recibirán atención.** Dígales que a pesar de que no siempre podrá ofrecerles atención directa, sus necesidades son importantes y serán cubiertas.
- 9. Es posible que tenga menos energía, pero utilice la que tenga para conversar con sus hijos.** Asegúrese de entender lo que sus hijos le estén preguntando, y cerciórese de que siempre entiendan lo que usted les dice.
- 10. Muestre a sus hijos mucho amor y afecto, tal como siempre.** Hágales saber que aunque las cosas son distintas, su amor por ellos no ha cambiado.

Sobrellevar el cáncer puede hacer que se sienta vulnerable, pero recuerde que usted es el experto en sus hijos. El cáncer puede ser muy abrumador y perturbador, pero no cambia el hecho de que usted es quien mejor conoce a sus hijos. Confíe en su sentido sobre la mejor forma de darles apoyo durante esta etapa difícil.



### Hablar sobre sentimientos

Los niños tienen muchas reacciones distintas cuando se enteran de que un parente tiene cáncer; pueden sentirse asustados o confundidos, culpables o molestos.

Deje que sus hijos sepan que los sentimientos nunca son incorrectos, y lo que sea que sientan está bien y es normal. Incluso es normal sentirse un día de una forma y al día siguiente de otra.

Dígale a sus hijos que usted también tiene una amplia variedad de sentimientos.

### CancerCare Para Niños®

CancerCare tiene un personal de trabajadores sociales profesionales en oncología que pueden ayudarle a su familia a lidiar con un diagnóstico de cáncer. Ofrecemos apoyo y consejos a los padres, y orientación a los niños para ayudarles a entender la enfermedad. Para mas información, llámenos al **1-800-813-HOPE (4673)** or visite [www.cancercare.org/espanol](http://www.cancercare.org/espanol).