

Cómo afrontar que un hijo ha sido diagnosticado con cáncer

- [Sentimientos y reacciones comunes cuando un hijo es diagnosticado con cáncer](#)
- [¿Qué puede ayudar a los padres a sobrellevar los sentimientos y el estrés?](#)
- [Familiarización con el tratamiento](#)
- [Cómo adaptarse a lo que ahora será lo normal](#)

Ninguna persona está preparada jamás para escuchar que su hijo tiene una enfermedad que atenta contra su vida. Para la mayoría de los padres, las primeras semanas son difusas, pues tienen mucho que asimilar tras el diagnóstico del hijo con cáncer, pudiendo resultar abrumador. A continuación se brindan consejos prácticos, sugerencias y recursos útiles para que los padres puedan sobrellevar esas primeras semanas tras el diagnóstico.

Sentimientos y reacciones comunes cuando un hijo es diagnosticado con cáncer

Si su hijo ha sido diagnosticado con cáncer, no hay sentimientos y reacciones que sean buenos o malos. Algunos padres tienen dificultad en creer que esto está sucediendo, mientras que otros requieren tener un desahogo a través del llanto. Algunos padres comienzan de inmediato a enfocarse en la toma de decisiones sobre el tratamiento. Todas estas reacciones son normales. Algunas de las reacciones más comunes tras escuchar que un hijo ha sido diagnosticado con cáncer son:

- Conmoción
- Incredulidad y negación
- Miedo
- [Ansiedad](#)¹

- Culpabilidad
- Tristeza
- Depresión
- Enojo
- Agobio

¿Qué puede ayudar a los padres a sobrellevar los sentimientos y el estrés?

- Usar el apoyo por parte de los trabajadores sociales, consejeros, enfermeras, psicólogos y médicos.
- Apoyarse en los familiares y amigos, hablar con ellos o dejarles que le ayuden con las tareas domésticas.
- Usar o aprender estrategias para reducir la ansiedad o la tensión, tal como hacer ejercicio, escuchar música o escribir en un diario.
- Buscar fortalecerse a través de prácticas espirituales o religiosas, y buscar la asesoría de pastores, ministros u otros integrantes del clero.
- Hablar abiertamente sobre el temor y la ansiedad con el equipo de profesionales contra el cáncer.
- Cuidar de sí mismos: comer bien, descansar y tomar un tiempo para despejarse.
- Tomar control de las decisiones que involucren a su hijo tanto como sea posible.
- Expresar el enojo de una forma saludable, ya sea en un lugar privado para desahogarse, como gritar y llorar.
- Hablar con otros padres de niños con cáncer.
- Aprender cómo cuidar del hijo y a responder todas sus preguntas.
- Estar consciente que usted no pudo haber hecho nada que haya resultado en el cáncer del hijo.

Familiarización con el tratamiento

Cuando un hijo tiene cáncer, tener conocimiento del plan del tratamiento, así como el posible impacto que podría tener sobre la vida diaria del hijo y de la familia puede ser útil para que los padres manejen la situación y comiencen a planear para el futuro. Al mismo tiempo que los padres procuran tener un control de su propio estrés y conmoción, también estarán recibiendo demasiada información sobre el cáncer del hijo, las opciones de tratamiento y lo que pueden esperar que

suceda. Muchos padres se sentirán agobiados con la información en un comienzo y se preguntarán cómo podrán estar al pendiente de tantas cosas. Los padres además tienen preguntas sobre cómo mantener informado al hijo y a la familia sobre lo que está pasando.

Para más información sobre cómo ayudar a su hijo a sobrellevar el diagnóstico, refiérase a [Cómo ayudar a un hijo a asimilar un diagnóstico de cáncer](#)². En [Cómo ayudar a los hermanos de un niño con cáncer](#)³ se incluyen recursos sobre las necesidades especiales de los demás hijos en la familia. Ahí encontrará algunas sugerencias útiles para que los padres lleven un registro de la información del tratamiento y lo que tienen que saber sobre la atención de su hijo durante las primeras semanas:

- Familiarícese con los [integrantes del equipo a cargo de la atención de su hijo](#)⁴ y sobre su función en dicho equipo.
- Tome un cuaderno y llévelo consigo a todas las citas médicas de su hijo para tomar apuntes y escribir las preguntas que surjan antes, durante y después de las consultas médicas.
- Pida a un familiar o amigo que esté presente y que tome apuntes mientras usted habla con los profesionales médicos sobre los tratamientos y cómo se supone que ayudarán en la recuperación de su hijo.
- Pregunte al personal que le repita la información y/o que le expliquen algo que no haya entendido.
- Tómese el tiempo de leer la información que el equipo de atención médica le proporciona en un lugar tranquilo.
- Pida ayuda sobre cómo obtener una segunda opinión ([información disponible en inglés](#))⁵.
- Pida a su equipo de atención médica que se enfoque a enseñarle lo que usted necesita saber sobre la atención y los cuidados del hijo en casa. Si su hijo está en el hospital, pregunte sobre la disponibilidad de cursos para padres de hijos con cáncer.
- Puede solicitar que le proporcionen copias de las [pruebas de laboratorio y resultados](#)⁶ en caso de que lo considere útil tener.
- Ponerse en contacto con la Sociedad Americana Contra El Cáncer o consultar con otras fuentes de información sobre el [diagnóstico](#)⁷ y el [tratamiento](#)⁸.
- Para más información en español sobre el [tipo de cáncer](#)⁹ de su hijo, acceda nuestro sitio cancer.org/es.

Cómo adaptarse a lo que ahora será lo normal

En las primeras semanas tras el diagnóstico de su hijo, los horarios y rutinas familiares cambian completamente. Durante este periodo, podría parecer como si se tratara de una película sobre la vida de alguien más. Parte de lo que ayuda a los niños con cáncer, los hermanos y otros familiares a sobrellevar la situación es encontrar formas de mantener tanto como sea posible las cosas a como era acostumbrado, o bien, crear nuevas rutinas que sean predecibles alrededor de los horarios del tratamiento. Puede tomar un tiempo asimilar el impacto inicial y el proceso de familiarización con la enfermedad del niño, por lo que a continuación se mencionan algunas cosas y recursos que le ayudarán a mantener o generar nuevas rutinas mientras su hijo esté bajo tratamiento:

- Hable con su empleador sobre su situación a la brevedad posible tras el diagnóstico para que pueda enterarse sobre cuáles programas y recursos están disponibles para tomar licencia en su trabajo, ya sea para ausentarse o para continuar trabajando en horarios modificados durante el tratamiento de su hijo. Existen varios tipos de licencia, incluyendo la [licencia por motivo familiar](#)¹⁰, la cual puede que aplique a su caso. Puede que también usted pueda trabajar desde casa o desde el hospital, dependiendo de su trabajo.
- Si gente en su comunidad o familia ofrecen su apoyo, piense sobre formas que puedan ayudarle para que usted pueda continuar con sus rutinas familiares. Puede que tengan la posibilidad de apoyarle con llevar a los hermanos a la escuela o a sus actividades extraescolares, ayudar con las comidas o con otras formas de apoyo que resulten útiles para mantener la vida en el hogar como solía serlo tanto como sea posible. Considere solicitar a un amigo o familiar que se la persona de contacto que lleve un control y coordinación de todas las formas de apoyo que sean ofrecidas.
- Hable con su equipo de atención médica sobre cuándo y si su hijo tendría la posibilidad de regresar a sus clases en la escuela. Resultará útil saber cómo y cuándo las actividades escolares pueden ser parte de la vida de su hijo durante el tratamiento. Refiérase a [Cómo ayudar a su hijo a continuar sus estudios escolares durante el tratamiento contra el cáncer](#)¹¹ para más información.
- Pida al equipo de atención médica que le proporcione un programa u horario de las sesiones de tratamiento para las primeras semanas en el que se incluya el tiempo que suele tomar la sesión o cita médica, para que así tenga una idea sobre cómo sucederán los días y las semanas.
- Hable con el equipo de atención médica sobre cuáles medicinas tomará su hijo en casa y cómo se puede programar el horario de medicamentos para que sea

- compatible con las rutinas y comidas familiares, así como con el horario de dormir.
- Hay que tener en cuenta que tomará tiempo crear y establecer las nuevas rutinas a las cuales su familia se ajustará.
 - Tenga precaución sobre dar grandes regalos y recompensas a su hijo como una forma de que apoyar a su hijo con la situación, pues los tratamientos pueden perdurar por varias semanas o meses, y hasta años en algunos casos. Dar recompensas y regalos tras cada visita médica puede resultar difícil para periodos de tratamiento que se prolongan en el tiempo. Hable con el equipo de atención médica sobre formas más sencillas de proporcionar un estímulo a su hijo.
 - Algunas familias encuentran útil la creación de una página en Internet para mantener informados a los familiares y amigos durante el recorrido de atención médica del niño.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios/efectos-secundarios-emocionales/ansiedad.html
2. www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/ninos-con-cancer/despues-del-diagnostico/ayuda-al-hijo.html
3. www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/ninos-con-cancer/despues-del-diagnostico/apoyo-a-los-hermanos.html
4. www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/ninos-con-cancer/buscar-tratamiento/equipo-de-atencion-contr-el-cancer.html
5. www.cancer.org/cancer/managing-cancer/finding-care/seeking-a-second-opinion.html
6. www.cancer.org/es/cancer/diagnostico-y-etapa-del-cancer/pruebas.html
7. www.cancer.org/es/cancer/diagnostico-y-etapa-del-cancer.html
8. www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/tipos-de-tratamiento.html
9. www.cancer.org/es/cancer/tipos.html
10. www.cancer.org/es/cancer/asuntos-financieros-y-cobertura/leyes-de-los-seguros-medicos/ley-de-licencia-familiar-y-medica.html
11. www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/ninos-con-cancer/durante-el-tratamiento/continuar-estudios-escolares.html

References

Kearney J, Salley C, Murial A. Standards of psychosocial care for parents of children with cancer. *Pediatr Blood Cancer*. 2015; 62: S632-S683

Last B, van Veldhuizen A. Information about diagnosis and prognosis related to anxiety and depression in children with cancer aged 8-16 years. *Eur J Cancer*. 1996;32A(2):290-4.

Hocking M, Kazak A, Schneider S, et al. Parent Perspectives on Family-Based Psychosocial Interventions in Pediatric Cancer: A Mixed-Methods Approach. *Support Care Cancer*. 2014; 22(5): 1287–1294.

Actualización más reciente: octubre 19, 2017

Written by

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la American Cancer Society (<https://www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html>)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

La información médica de la American Cancer Society está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor refiérase a nuestra Política de Uso de Contenido (www.cancer.org/about-us/policies/content-usage.html) (información disponible en inglés).

cancer.org | 1.800.227.2345