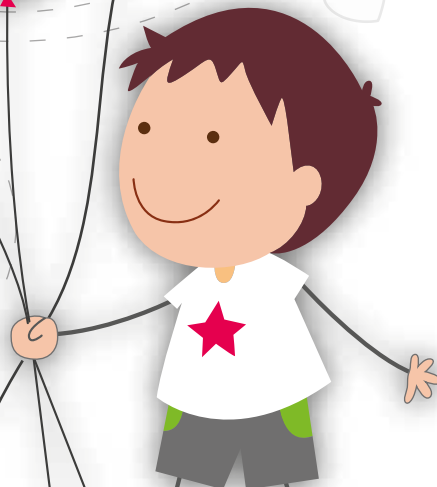


GUÍA
PSICOEDUCATIVA
PARA PADRES DE NIÑOS
CON CÁNCER

FUNDACIÓN OLIVARES





**FUNDACIÓN
OLIVARES**
ALMA, MAGIA Y CORAZÓN

Arroyo de los Ángeles 50
29011-Málaga
Tif. 952301069
www.fundacionolivares.org

Registro de Fundaciones de Andalucía nº MA/1212

ÍNDICE

1. Presentación ___ 2
2. Objetivos de la guía ___ 3
3. Impacto emocional del diagnóstico en el niño y su familia ___ 4
4. Cómo manejar la información con el niño _____ 8
5. Día a día en el hospital _____ 10
6. Comunicación con los hermanos _____ 12
7. Cuidados del cuidador _____ 14
8. Otras cuestiones _____ 16
9. ¿Qué podemos ofrecer desde la Unidad Asistencial de Psicología de Fundación Olivares? _____ 17

Fundación Olivares comenzó su andadura con el único objetivo de mejorar la calidad de vida de los niños y adolescentes enfermos de cáncer o enfermedades crónicas y sus familias. Desde entonces trabajamos ofreciendo nuestro apoyo durante el transcurso de la enfermedad.

Guiados siempre por el AMOR INCONDICIONAL, nuestra misión es coger de la mano a tu familia y compañeros en el proceso que os ha tocado vivir. Estaremos a vuestro lado, pendientes de cada uno de vosotros, tendiendo nuestra mano cuando necesitéis apoyo, respetando vuestros tiempos...

Nuestras puertas siempre estarán abiertas para vosotros.

1.
PRESENTACIÓN





Queridos padres, entendemos que el proceso por el que estáis pasando resulta difícil y desconocido, es por ello que, desde Fundación Olivares, os queremos ayudar ofreciendo esta pequeña guía con información básica sobre aspectos emocionales que os puede ser de utilidad a la hora de hacer frente a esta situación. En el momento que vayáis necesitando información y asesoramiento adicional sobre cuestiones puntuales (efectos emocionales del tratamiento, comunicación con el niño, etc) no dudéis en consultarnos. Además, tenemos a vuestra disposición un **Programa de Apoyo a Padres** en el que ofrecemos unas sesiones de orientación psicológica, así como un acompañamiento emocional en planta durante los periodos de hospitalización. Asimismo, tenemos la posibilidad de continuar esta asistencia en nuestra Sede, tanto en los periodos de descanso hospitalario como tras la finalización del tratamiento.

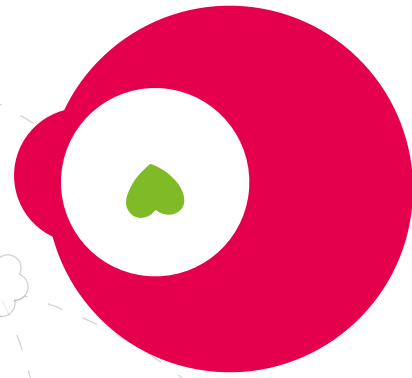
2. OBJETIVOS DE LA GUÍA

3. IMPACTO EMOCIONAL DEL DIAGNÓSTICO EN EL NIÑO Y SU FAMILIA

Padres:

El momento de recibir el diagnóstico es un momento duro, en el que es natural que sintáis conmoción, rabia, incredulidad, miedo, dificultad para tomar decisiones, culpabilidad, impotencia, tristeza, dolor, ansiedad e incertidumbre sobre el futuro. Todas estas emociones son lógicas y comprensibles ante una situación como ésta.

¿Qué puede ayudar?



2.
Expresar y compartir estas emociones con personas de confianza y con los profesionales

1.
Mantener una comunicación abierta con la familia

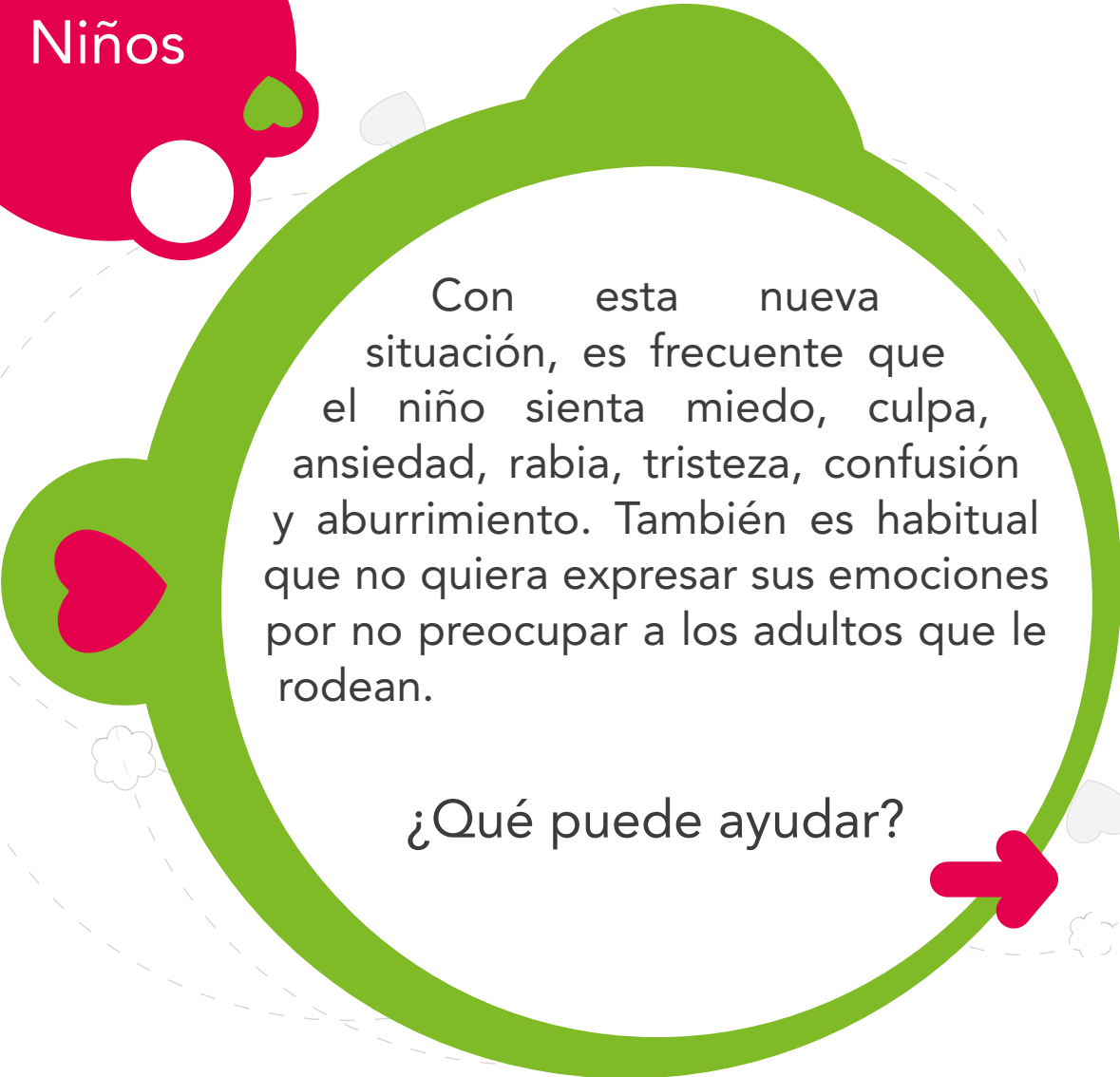
3.
Aceptar que estos sentimientos forman parte normal del proceso que estéis viviendo

5.
Buscar apoyo en familiares y amigos

4.
Solicitar al equipo médico toda la información que necesitéis sobre la enfermedad y los tratamientos



Niños



Con esta nueva situación, es frecuente que el niño sienta miedo, culpa, ansiedad, rabia, tristeza, confusión y aburrimiento. También es habitual que no quiera expresar sus emociones por no preocupar a los adultos que le rodean.

¿Qué puede ayudar?







1. Animarles a que expresen sus emociones y pregunten lo que les está pasando.
2. Ayudarles a manejar sus emociones de forma adecuada.
3. Mantener, en la medida de lo posible, rutinas de juego y estudio en el hospital.
4. Ofrecerles actividades de ocio que les motiven y les diviertan.
5. Ayudarles a que mantenga el contacto con sus hermanos, amigos y compañeros de clase (mediante visitas, llamadas telefónicas, cartas o redes sociales).
6. Respetar sus momentos y tiempos de adaptación.

4. (ÓMO MANEJAR LA INFORMACIÓN CON EL NIÑO




A diferencia de lo que en un principio pueda parecer, mantener al niño informado le ayuda a asimilar y adaptarse a lo que le está ocurriendo.


-  Es recomendable decirle siempre la verdad, adaptada a su edad, a su comprensión y a su lenguaje, siempre respetando lo que el niño quiera saber. Podéis pedir ayuda al equipo médico a la hora de darle la información sobre el diagnóstico y el tratamiento.



Respetad los tiempos del niño para que asimile la información, sin esperar una respuesta inmediata tras haber sido informado.



Lo que conviene evitar es utilizar eufemismos que puedan confundir al niño. No evitar usar las palabras cáncer, muerte...



Hacerle partícipe de las conversaciones con los médicos y animarle a hacer sus preguntas. De la misma forma, respetad el hecho de no querer saber.



Permitan y animen a su hijo a que exprese sus emociones.





5. DÍA A DÍA EN EL HOSPITAL


Aunque el contexto hospitalario sea un lugar extraño y no deseado por el niño, es importante normalizar esta situación en la medida de lo posible, haciendo que su estancia sea más agradable y satisfactoria.


¿Qué puede ayudar?





 Facilitar que vuestro hijo se relacione con otros niños del hospital.

 Que el niño se adapte a las rutinas del hospital es fundamental para darle seguridad y, por tanto, mayor bienestar durante el periodo de hospitalización.

 Es importante ponerle límites de comportamiento y mantenerlos. De esta forma, continuaréis educando a vuestro hijo y le ayudaremos a adaptarse a la nueva situación, facilitando la vuelta a la normalidad cuando finalice el periodo de tratamiento. De lo contrario, al sobreprotegerle estamos impidiendo que aprendan a manejar sus emociones y que se desarrollen de la misma forma que otros niños de su edad.

6. COMUNICACIÓN CON LOS HERMANOS

Otra de las preocupaciones más frecuentes es cómo hablar y comportarnos con los hermanos. Ellos también se pueden sentir asustados, confundidos, aislados e incomprensidos.

¿Qué puede ayudar?





Al igual que con el niño enfermo, lo más recomendable es decirles siempre la verdad adaptándola a su edad, capacidad de comprensión y su deseo de saber.

Involucrarlos en el proceso en la medida de lo posible.

Reforzarles la idea de que no son culpables de lo que está ocurriendo.

Mantener el contacto con ellos y reservarles un espacio exclusivo, si es posible.

Animarlos a expresar sus emociones y enseñarles a gestionarlas de forma adecuada.

Favorecer y mantener el contacto con el hermano enfermo.

Promover que sigan su rutina (colegio, actividades extraescolares, ocio) y transmitirles la idea de que no se sientan culpable por estar divirtiéndose mientras su hermano está enfermo.



7. CUIDADOS DEL CUIDADOR



Es de vital importancia cuidarse para poder cuidar a otros. A continuación ofrecemos unas breves indicaciones de cómo hacerlo:

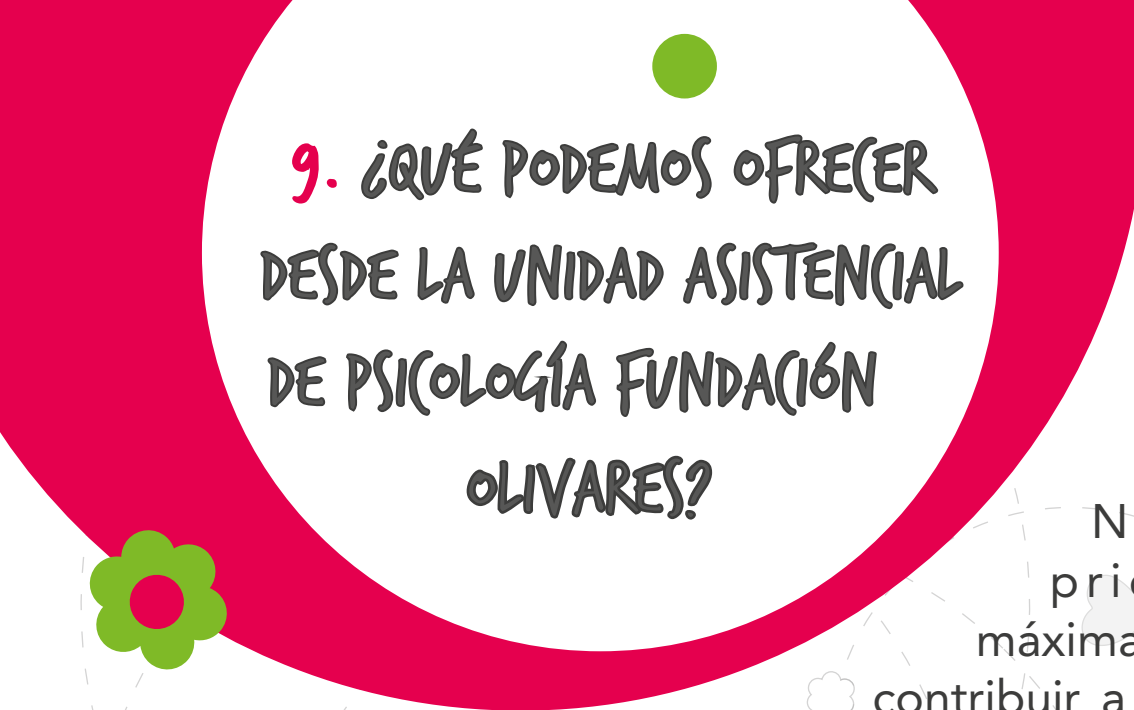
- ❁ Atiende a tus propias necesidades. Vas a poder ofrecer un mejor cuidado a tus hijos.
- ❁ Es recomendable alternar, en la medida de lo posible, los periodos de estancia en el hospital con tu pareja o familiares y amigos más cercanos.
Intenta que haya una persona que pueda, en ciertos momentos, relevarte en tu rol de cuidador (dentro y fuera del Hospital).
- ❁ Habla de lo que está pasando y qué estás sintiendo con personas de confianza, familiares y con profesionales especializados en el hospital.

- ❁ Busca momentos en los que realizar una actividad placentera: leer un libro, pasear unos minutos, una ducha relajante...Te ayudará a recargar pilas.
- ❁ Come, duerme y mantén unas rutinas fisiológicas en la medida de lo posible.
- ❁ Realiza alguna técnica de respiración o relajación para disminuir el estrés y la ansiedad.
- ❁ Delega responsabilidades que ahora son secundarias a otros miembros de la familia.
- ❁ Haz repartición de tareas.

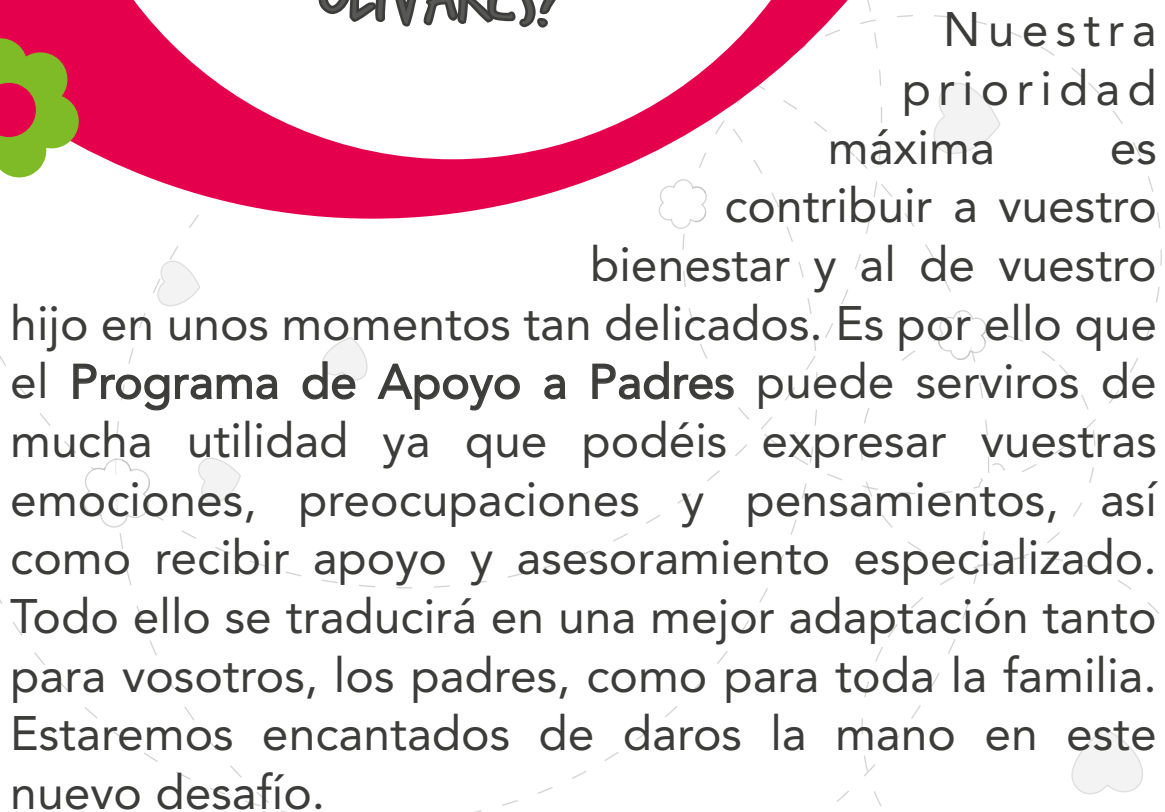
8. OTRAS CUESTIONES

Si necesitáis más sobre cómo abordar otros temas como, por ejemplo, la caída del pelo, manejar el dolor del niño, hablar con los hermanos, etc., no dudéis en pedirla a nuestra psicóloga. Os proporcionará material de interés y un asesoramiento individualizado.





9. ¿QUÉ PODEMOS OFRECER
DESDE LA UNIDAD ASISTENCIAL
DE PSICOLOGÍA FUNDACIÓN
OLIVARES?



Nuestra prioridad máxima es contribuir a vuestro bienestar y al de vuestro hijo en unos momentos tan delicados. Es por ello que el Programa de Apoyo a Padres puede servir de mucha utilidad ya que podéis expresar vuestras emociones, preocupaciones y pensamientos, así como recibir apoyo y asesoramiento especializado. Todo ello se traducirá en una mejor adaptación tanto para vosotros, los padres, como para toda la familia. Estaremos encantados de daros la mano en este nuevo desafío.



Para contactar con nosotros:

"Sala Blanca" en 4ª Planta del Hospital Materno Infantil de Málaga

Tel: 952641756

Horario de mañana:

Lunes a viernes de 9 a 13h;

Horario de tarde:

Lunes a viernes de 17h a 20h

Email: psicologa@fundacionolivares.org

Sede

en Arroyo de los Ángeles, 50
Edif. La noria, 29011 Málaga

Tel: 952301069 - 636590973



Horario:

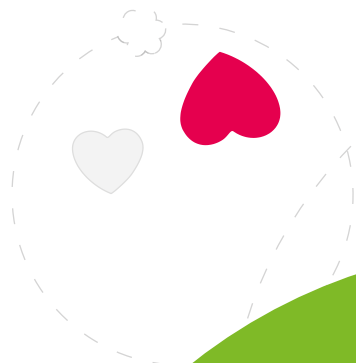
De lunes a viernes de 10h a 13h
y de 17h a 20h

Email:

info@fundacionolivares.org









LO MEJOR Y LO MÁS BONITO
DE ESTA VIDA NO PUEDE VERSE
🌸 NI TOCARSE,
DEBE SENTIRSE CON EL

