

Información educativa para pacientes | Pediatría

Acompañar a los niños: cómo hablar sobre el cáncer

Hablar sobre el cáncer con niños puede ser difícil. Estas conversaciones pueden comenzar en el hospital, en el hogar o incluso en público. Independientemente de dónde se encuentre cuando surja el tema, es importante mantener una actitud abierta, honesta y clara.

Cómo explicar el cáncer y sus tratamientos

Comience averiguando qué cosas ya sabe el niño. Muchas veces, saben más de lo que creemos. Puede hacer preguntas para averiguar qué es lo que ya saben y comprenden:

- › “¿Puedes contarme qué sabes sobre el cáncer?”
- › “¿Has escuchado a palabra ‘cáncer’ antes?”

Una vez que haya establecido un punto de partida, puede utilizar las explicaciones que figuran a continuación para ayudar al niño a comprender mejor el cáncer y sus tratamientos.

Cómo definir el cáncer

- › “Nuestros cuerpos están compuestos por millones de células. El cuerpo genera constantemente nuevas células sanas. Tenemos células que ayudan al cerebro, al corazón, a otros órganos, a la piel, al cabello e incluso a la sangre”.
- › “Cuando el cuerpo tiene cáncer, es porque en su interior hay células que no son sanas. Estas células pueden hacer que nos enfermemos gravemente, ya que crecen y se propagan incluso más rápido que nuestras células sanas”.

Cómo explicar qué es un tumor

- › “Cuando estas células no sanas crecen, a veces se adhieren unas a otras y forman una bola de células que no debería estar en el cuerpo. Eso es lo que llamamos un tumor”.
- › “Algunas personas lo llaman bulto o bola. Independientemente de cómo lo llamemos, es algo que no debería estar en el cuerpo”.

Cómo explicar el tratamiento con cirugía

- › “A veces, el tumor se encuentra en un lugar donde los médicos consideran que se puede sacar del cuerpo de manera segura. En ese caso, un equipo especial de médicos se encarga de sacar el tumor”.
- › “A veces, logran sacar el tumor completo. Otras veces, no pueden extirparlo todo. Eso depende de lo que los médicos consideren más seguro”.

Cómo explicar la quimioterapia

- › “Aunque el cáncer es una enfermedad muy fuerte, podemos intentar combatir las células cancerosas con un medicamento que se llama quimioterapia o quimio”.
- › “A veces, la quimio también ataca a las células sanas (como las células de nuestro cabello). Cuando el medicamento de la quimio está haciendo efecto, puede hacer que la persona se sienta enferma, cansada, frustrada, triste o incluso enojada”.

Cómo explicar la radioterapia

- › “La radioterapia es un tipo especial de láser que se usa para combatir el tumor. Es un láser invisible que atraviesa la piel para ayudar a eliminar las células del tumor”.
- › “Este láser no emite luz brillante, no se siente nada al recibirlo y no daña ninguna otra parte del cuerpo. Después de la radioterapia, es posible que la persona sienta malestar, sensibilidad en la piel y cansancio”.

Cómo el cáncer cambia el cuerpo

Habrán cambios físicos que el niño podrá ver y otros que no. Prepararlos para estos cambios y ayudarlos a comprender lo que está sucediendo puede hacer que la experiencia sea menos aterrador y más fácil de sobrellevar.

- › Si el tratamiento incluye quimioterapia, informe al niño que **puede provocar la caída del cabello**.
 - “El medicamento que se utiliza para ayudar a combatir el cáncer puede hacer que se caiga el cabello. El cabello volverá a crecer”.
- › Si se administran corticosteroides, puede producirse **aumento de peso y cambios de humor**. Explíquelo al niño que estos cambios se deben a la medicación.
 - “El medicamento que se usa para ayudar a veces puede hacer que las personas se pongan de mal humor o se enojen. Es importante que sepas que no es por nada que tú hayas hecho. Es a causa del medicamento”.
- › En general, los tratamientos contra el cáncer pueden hacer que la persona **se sienta fatigada y con malestar estomacal**. Ayude al niño a estar preparado para los días en que la persona no tenga energía o no pueda participar en las rutinas diarias.
 - “Cuando el cuerpo está luchando contra el cáncer, la persona puede sentirse muy cansada y enferma. Es posible que necesite descansar más de lo habitual y que no pueda realizar las actividades de siempre”.
 - “Tal vez no pueda preparar las comidas, hacer las compras, conducir o incluso jugar y divertirse. No es porque no quiera; simplemente, no se siente lo suficientemente bien como para hacerlo”.

Cómo el cáncer cambia las rutinas

Al recibir un nuevo diagnóstico, la vida cambia; y es probable que siga cambiando. Habrá algunos cambios para los que no es posible prepararse. Sin embargo, puede explicarle a los niños que las cosas serán diferentes y que pueden surgir cambios inesperados.

Es importante mantenerlos al tanto de los acontecimientos que se enumeran a continuación. Incluso puede utilizar un calendario para llevar un registro.

- › Ingresos hospitalarios programados
- › Días de tratamiento

- › Cambios en quién los recogerá en la escuela o los llevará a eventos
- › Cambios en las rutinas de la cena, la hora de dormir, los fines de semana, etc.

Si un niño se siente frustrado, enojado o triste debido a los cambios o a la incertidumbre, valide esas emociones. Compartir con ellos sus propias emociones también puede ser útil.

- › “Parece que todos estos cambios te hacen sentir frustración. Quiero que sepas que está bien sentirse así; yo también siento frustración porque han cambiado muchas cosas”.

Recordatorios importantes

Por encima de todo, asegúrese de que los niños comprendan estos tres (3) puntos. A veces se las llama las “3 C” del cáncer y pueden ayudar a fomentar la comprensión.

- › **Cáncer** es el nombre de la enfermedad.
- › No es **contagioso**.
- › No es **causado** por nada que alguien haya hecho o dejado de hacer.

Estos puntos ayudan a brindar a los niños conocimiento (el nombre de la enfermedad) y a abordar temores comunes (tranquilizándolos al asegurarles que otras personas no pueden contagiarse de cáncer y que tener cáncer no es culpa de nadie).

Si necesita ayuda para hablar con niños sobre el cáncer, puede enviar un correo electrónico a un especialista en vida infantil, a NMHChildLife@nm.org.