



Hablando con Su Hijo Sobre Su Enfermedad

No sé cuándo es el mejor tiempo para hablar con mi hijo sobre las cosas que tenemos que hablar. Quiero estar segura de que él si quiere saber algo, no esté preguntándose de ello, pero con miedo de hacer la pregunta, o que se le haga difícil hablar.

No importa la edad que tenga su hijo, cada niño maneja la experiencia de la enfermedad, y el tratamiento de forma distinta. Las reacciones pueden ser influidas por experiencias pasadas, por como se le trate a su hijo, por cuán seguro se siente, por cuánta incomodidad tiene, y por otros asuntos.

Usted puede ayudar a su hijo a encontrar maneras de manejar esta experiencia abrumadora de forma positiva. Por lo tanto, su hijo puede descubrir cosas importantes – de si mismo, tanto como de usted – que de otra forma tal vez nunca podrían haberse descubierto. Juntos, pueden crecer en el amor, el valor, la fuerza, la paciencia, y la esperanza.

Hable con su hijo sobre la enfermedad y el tratamiento.

Puede que usted se sienta que hay tanto que hablar con su hijo que ni sabe dónde empezar. Será que se le haga difícil que se abra su hijo, que comparta lo que está sintiendo, y cómo está manejando la noticia de su enfermedad. Tal vez se sienta demasiado trastornado para hablar mucho. Lo que sea el caso, es importante que usted y su hijo mantengan la comunicación abierta. Lo siguiente provee ideas que pueden ayudarle a hablar con su hijo:

- Deje a su hijo saber que siempre lo amarás, irrespectivo de lo que diga o piense él.
- Si no se siente cómodo al hablar de metas y esperanzas, tome unos minutos para pensar en otras ocasiones cuando han hablado de cosas difíciles, y siga ese ejemplo. Intente hacer lo mismo para levantar el interés de su hijo, y para que se sienta seguro.
- En vez de tratar de hablar de todo a la vez, trate de hablar las cosas en partes pequeñas, dándole a su hijo el tiempo para absorber la información.
- Tenga confianza de que sus instintos le ayudarán a determinar cuanto decir, y cuando. Los momentos apropiados se presentarán, y cuando así pasa, puede hablar con su hijo con confianza y amor.
- Si no atina en el momento correcto para hablar, tenga paciencia. Su hijo le dejará saber cuando está listo para hablar, y cuando necesita hacerlo.

- Los niños jóvenes naturalmente se enfocan en la información más concreta. Asegúrese que su hijo comprenda el plan para hoy, y lo que va a pasar en las próximas horas, o durante los próximos días.
- Los niños mayores muchas veces tratan de hacerlo todo solos. Puede que se sientan más cómodos hablando con los compañeros de su edad que tienen problemas parecidos. Hable con el médico para enterarse de lugares, grupos de apoyo, o grupos en el Internet, donde su hijo puede establecer comunicación con otros jóvenes que viven con experiencias similares.
- Reasegure a su hijo que usted hará todo lo posible para prevenir que pase dolor, y para ayudarlo a manejar las circunstancias cambiantes.
- Pida una cita con el especialista de la juventud (“child life specialist”) en el hospital o la clínica. Por terapia con juegos, y/o conversación, esas personas pueden ayudar a su hijo a hablar de sus sentimientos y miedos.
- Sea bondadosa consigo misma y con los otros miembros de la familia. Es un tiempo sumamente duro para todos y cada uno de ustedes tendrá “momentos difíciles” por el camino.
- Mantenga abierta la comunicación durante las citas médicas. A medida que los profesionales vayan conociendo y comprendiendo a su hijo, cuánto y cuándo compartir la información sobre la condición de su hijo es un tema importante, que puede explorar con el doctor. Hable de las formas de ayudar a su hijo a sentir que tenga control durante este tiempo cuando tantas cosas parecen estar fuera de control.
- Use lenguaje reconfortante y un tono de voz que exprese calor y confianza.
- Asegúrese de que su hijo entienda todo lo que se habla durante sus citas médicas y cuando visiten personas del equipo.
- No tenga miedo de darles sus comentarios a los profesionales médicos si no logran hacerle a su hijo comprender, o si le dan miedo o le confunden. El lenguaje médico confunde a la mayoría de los adultos; para los niños es aún más confuso, y pueden tener miedo de los doctores y otros profesionales.
- Ayude a su hijo a preparar una lista de preguntas para los profesionales médicos antes de las citas, y practiquen estas conversaciones para ayudarlo a su hijo llegar a tener confianza al hablar por sí mismo cuando no entienda algo.
- Recuerde, usted conoce a su hijo mejor que nadie.

Para más información

www.caringinfo.org · caringinfo@nhpco.org · 800.658.8898 · 877.658.8896 (Español)

Padres Compadres

www.partnershipforparents.org · www.padrescompadres.org

