

TE ACOMPAÑAMOS



Mi hijo tiene Cáncer

*Reacciones emocionales
ante el diagnóstico de
Cáncer de un hijo(a)*



teva



Autora del contenido
Ps. Isabel Valles Varela



Mi hijo tiene Cáncer

*Reacciones emocionales ante el diagnóstico
de Cáncer de un hijo(a)*

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



El diagnóstico de Cáncer de un hijo(a) es una noticia devastadora para cualquier familia. La sensación inicial que viven es muy similar a la de un terremoto o tsunami de gran impacto, con todo lo que esto implica: miedo, angustia, incertidumbre, pena, rabia, incomprensión, entre otras emociones que son completamente esperables.

Convengamos que la enfermedad grave de un hijo(a) es un hecho poco usual y, por lo general, se espera recibir el diagnóstico de una enfermedad como ésta en un adulto o adulto mayor, pero no en un niño(a). La infancia es una etapa de la vida que socioculturalmente se asocia a inocencia, risa, juego, felicidad y, por ende, es difícil de imaginar esta etapa ligada al dolor y/o sufrimiento.

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



Aún cuando los avances de la medicina nos permiten hablar del cáncer como una enfermedad crónica que hoy tiene tratamiento y cura, lo seguimos relacionando con muerte, dolor y sufrimiento, de manera casi inmediata. Por lo tanto, pensar que un hijo(a) que hasta hace unos días era sano(a), ahora tiene cáncer resulta sumamente difícil de asimilar y aceptar. Lo cierto es que no existen padres preparados - de antemano - para enfrentar el diagnóstico de cáncer de un hijo(a).

Durante la primera etapa, luego de recibido el diagnóstico, los cuidadores invierten gran cantidad de energía en procesar esta noticia e intentar asimilar esta nueva realidad que se avecina de golpe, donde la inminencia del inicio de un tratamiento invasivo y posiblemente prolongado para el niño(a) se entrelaza con el miedo y la angustia de no saber si esto es lo correcto para él/ella.

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



Lamentablemente, existe una gran cantidad de mitos asociados a los tratamientos oncológicos y todavía hay mucho desconocimiento respecto a su efectividad.

El conocimiento popular suele destacar lo negativo de los efectos adversos más que los beneficios que hay detrás de un tratamiento, lo que genera muchísima inseguridad y suspicacia en la población y, la desconfianza es aún mayor, cuando quien recibirá estos “tratamientos tóxicos” es un niño(a). Es por esto, que la información inicial que reciban los padres y la psicoeducación respecto al diagnóstico y sus tratamientos será clave para estabilizar la tormenta emocional por la que atraviesan.

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



La mayoría de las veces ocurre que los padres o cuidadores principales del paciente se sentirán abrumados con la información médica que se les entrega, puesto que el estado emocional en que se encuentran dificulta el entendimiento y todo aquello que sea nuevo será más difícil de comprender y aprender.

No es raro en este periodo escuchar a uno de los cuidadores o ambos, expresar que no se sienten capaces de cuidar a su hijo(a) por todo lo que esto implica, que es demasiada información y que se les olvida todo en cuestión de segundos. No obstante, de a poco y con el paso de los días, cuando empieza a amainar la tormenta, vuelve a aparecer la razón, el entendimiento y la calma. Esta última, va muy de la mano con la confianza que se empieza a tener en el equipo médico tratante y consecuentemente, en los tratamientos que se han propuesto para el paciente.



Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



En este punto, empiezan a quedar de lado los mitos e ideas erróneas en torno al cáncer y aparece información fidedigna que ayuda a interiorizarse mejor sobre el tema y, consecuentemente, van disminuyendo las ideas catastróficas del inicio, la ansiedad y la angustia.

Respecto a la información inicial necesaria, es muy importante que los cuidadores tengan la certeza de que el origen del cáncer no es atribuible a algo que ellos hayan hecho o dejado de hacer con el niño(a). No existe una única causa que determine el origen de la enfermedad, ya que es multifactorial y no tiene ninguna relación con estilos de crianza, con el tipo de familia en la que el niño(a) creció ni con factores emocionales, como muchos suponen.

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



Desde esta perspectiva, lo más sano y realista sería asumir que la enfermedad es producto del azar (o la mala suerte, si se quiere) y que no encontrarán una respuesta a la pregunta ¿por qué mi hijo(a)? La enfermedad no es un castigo, no es una lección de vida y no pasa para algo... simplemente es el cuerpo que se desajusta porque los seres humanos somos frágiles y podemos perder la salud en cualquier momento. Por supuesto, aceptar esta fragilidad y vulnerabilidad no es tarea fácil, por lo que muchas veces será necesario pedir ayuda.

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



Este tipo de cuestionamiento inicial es totalmente esperable y se enmarca dentro del proceso de duelo que se gatilla por la pérdida del hijo(a) sano(a). No está de más recordar que vivimos duelos constantemente a lo largo de la vida, ante situaciones de pérdida, no necesariamente de muerte propiamente tal.

En el caso del diagnóstico de cáncer en un hijo(a), la primera gran pérdida (aunque posiblemente transitoria) es la pérdida del “hijo(a) sano(a)”. Sin embargo, no será la única, puesto que el afrontamiento del cáncer implicará una serie de cambios y ajustes a nivel de dinámica familiar, social e individual que enfrentará a todos a múltiples pérdidas. Para dar algunos ejemplos: pérdida de la rutina conocida, pérdida de la sensación de control (aunque realmente nunca lo tengamos), pérdida de la sensación de certeza sobre el futuro, pérdida de proyectos o planes que se tenían en el corto plazo, entre otras.

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



La mayoría de los padres querrán saber lo máximo posible acerca de la enfermedad, el pronóstico y los procedimientos a seguir. Si el tratamiento que se ofrece requerirá hospitalización, detalles prácticos del manejo en el hospital también serán de mucho interés. Asimismo, necesitarán saber quiénes serán los encargados del cuidado y salud de su hijo(a), sentirse seguros de la experiencia y conocimientos del equipo tratante y de sus propias capacidades y entereza para poder ofrecer soporte físico y emocional al niño(a) (Lorenzo & Cormenzana, 2012).

Es fundamental que inmediatamente luego de entregado el diagnóstico se brinde apoyo psicológico a los padres, porque ellos son quienes necesitarán más ayuda en estos momentos y, como cuidadores principales, será necesario que estén bien para que el niño(a) también lo esté en todas las etapas de la enfermedad.

A photograph of a man with a beard carrying a young child on his shoulders. They are in a field of tall grass at sunset. The man is looking to the right, and the child is holding a wooden toy airplane above their head. The scene is bathed in warm, golden light.

Humanizando la
❤ Salud

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



Reacciones emocionales esperables de los padres, ante el diagnóstico de cáncer de un hijo(a)

1 Negación / Shock: *“No puede ser”, “Debe haber un error”*

Esto ocurre generalmente en etapas iniciales donde recién se ha confirmado el diagnóstico de cáncer y corresponde a un mecanismo de defensa psicológico que permite asimilar de a poco el impacto de la noticia. En este periodo es habitual que los padres consulten otras opiniones hasta convencerse del diagnóstico definitivo.

2 Impotencia / Rabia: *“¿Por qué nuestro hijo(a)?”* *“¿Por qué a nosotros?”*

Este es un cuestionamiento que surge de una emoción muy primaria y esperable ante situaciones que se perciben como injustas: la rabia.

La enfermedad grave de un hijo(a) siempre va a ser un acontecimiento difícil de aceptar y la pérdida de su salud va a ser percibida como uno de los hechos más injustos e incomprensibles, por lo que la rabia e impotencia de no poder hacer nada por evitar o cambiar lo que acontece serán parte del proceso de duelo (por la pérdida del hijo(a) sano(a)).

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



3 Culpa: “¿Qué hicimos mal?”

De la mano de la sensación de injusticia viene el sentimiento de culpa al pensar que algo que hicieron o dejaron de hacer como padres, pudo haber provocado la enfermedad. Incluso, está muy difundido el mito de que aspectos emocionales o relacionales (crisis familiares, separaciones, peleas, etc.) pudieran ser los gatillantes de un diagnóstico oncológico, lo que no tiene ninguna evidencia científica. Por lo tanto, nada de lo que hayan hecho o dejado de hacer como padres, ha causado la enfermedad de su hijo(a).

4 Miedo: “¿Se va a morir?”, “Si le pasa algo malo, me muero”

El miedo es otra emoción primaria que nos acompaña a lo largo de la vida y, principalmente, en momentos de crisis y cambios. En el caso de la enfermedad grave de un hijo(a) por supuesto que está presente y ¿cómo no estarlo? Querámoslo o no, este proceso se debe enfrentar de la mano del miedo, puesto que negar su existencia es ocultar algo que realmente estará muy presente. No obstante, se puede convivir con el

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



miedo, mientras éste no controle nuestra vida. La información oportuna, el actuar a tiempo, el resguardar un espacio para hablar de lo que estamos sintiendo, serán de mucha ayuda para transitar con esta emoción sin que nos paralice.

5 Incertidumbre: “¿Qué va a pasar ahora?”, “¿Cómo terminará todo esto?”

La incertidumbre es una de las sensaciones más difíciles de tolerar para los seres humanos, que ha quedado más que claro en tiempos de pandemia. Vivimos con la ilusión de que controlamos algo, pero realmente tenemos el control de muy pocas cosas en la vida. El cáncer en sí mismo es el descontrol celular, y tener claridad de que no podemos controlar el curso que tome la enfermedad de nuestro hijo(a) es una invitación a entregarse y confiar en el proceso.



Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



6 **Aislamiento, “No quiero hablar con nadie”, “No quiero contestar todos los mensajes que tengo”**

Las ganas de querer aislarse y no hablar con nadie cobran sentido en el contexto de dificultad para asimilar lo que está pasando y mientras siga siendo difícil de aceptar, es muy esperable que se quiera mantener el círculo social lo más cerrado posible. Pareciera que no hubiese energías para repetir una y otra vez la información a otros y tampoco ganas, cuando lo que hay que contar duele hasta lo más profundo y se anhela que ojalá no estuviera pasando. Desde otra mirada, el contar el diagnóstico al entorno cercano es hacerlo más real y para enfrentarse a eso se requiere tiempo y espacio.

7 **Tristeza: “No puedo imaginar mi vida sin él/ella”, “No quiero verlo sufrir”, “Podría haber sido uno de nosotros, pero no él/ella”.**

La tristeza surge ante el duelo que se inicia con la pérdida de la salud del hijo(a) y es esperable que en mayor o menor medida acompañe todo el proceso de enfermedad y tratamiento. Es una emoción esperable y necesaria que conecta con el dolor y que, al brindarle espacio para su expresión en vez de luchar contra ella, facilita la adaptación a la nueva realidad.

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



- 8 Aceptación: “Ya estamos en esto, tenemos que tratarlo y esperar que ande bien”, “Haremos todo lo que esté a nuestro alcance para que reciba el mejor tratamiento”**

La aceptación tiene que ver con sentir algo de calma dentro de la tormenta. Principalmente, estará dada por la información que pueda transmitir el equipo tratante, la confianza de estar en buenas manos y la sensación de estar haciendo lo correcto. Sumado a algo muy importante: ver que el niño(a) esté bien.

RESUMIENDO: ¿Qué podría ayudarlos en estos momentos difíciles?

- ① Informarse lo mejor posible sobre la enfermedad, tratamientos y pasos a seguir, con el equipo de salud que haya escogido. No tema preguntar varias veces si algo no ha quedado claro. Si tiene más dudas, busque fuentes confiables para leer e interiorizarse del tema, evite caer en búsquedas por internet.
- ② Ser paciente y amable consigo mismo(a), en el estado emocional que se encuentra no es posible procesar nueva información con la facilidad que lo hacía antes.

Mi hijo tiene Cáncer

Reacciones emocionales ante el diagnóstico de Cáncer de un hijo(a)



- ① Atender a sus necesidades básicas de cuidado aunque le sea difícil: alimentarse, hidratarse, dormir, mantener al día sus tratamientos de salud; por ejemplo, si toma algún medicamento evitar suspenderlo abruptamente. Recordar que si uno no está bien, nuestro hijo(a) tampoco lo estará.
- ② Activar la red de apoyo, pedir ayuda al menos para cosas prácticas como compras de supermercado, aseo de la casa, cuidado de otros hijos, etc.
- ③ Si existían conflictos de pareja (u otros) previos a la enfermedad de su hijo(a), intentar dejarlos entre paréntesis por este tiempo. El foco de atención ha cambiado y requerirá de mucha energía de ambos padres.
- ④ Hacer equipo con la pareja o con quienes ayuden en el cuidado diario del niño(a), ya que el desgaste de cuidar a un enfermo es alto y requiere momentos de descanso, poder alternarse en los cuidados y distribuir tareas cotidianas.
- ⑤ Buscar ayuda profesional si la sensación de estar sobrepasado(a) permanece con el pasar de las semanas y aumenta en intensidad. La mayoría de los equipos de salud cuentan con un profesional de la salud mental para brindar apoyo.



©Todos los derechos reservados. Laboratorio Chile - TEVA

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Rojas, D & Valles, I (2019) "La vivencia emocional en cáncer de mama: El valor de acompañar-se"
Capítulo 2: "Reacciones emocionales ante el diagnóstico"
y Capítulo 6: "La importancia de integrar a los niños, niñas y adolescentes en la vivencia familiar de enfermedad".
- Lorenzo, R. & Cormenzana, M. (2012) ""Su hijo tiene cáncer". La información en el paciente oncológico".

Humanizando la
♥ Salud



teva