

TE ACOMPAÑAMOS



Adolescencia y Cáncer.

Un doble desafío



teva



Autora del contenido
Ps. Isabel Valles Varela



Adolescencia y Cáncer

Un doble desafío

Adolescencia y Cáncer

Un doble desafío



La adolescencia es una etapa del desarrollo definida como una crisis normativa, es decir, un cambio esperado dentro de la maduración del ser humano y, como buena crisis, es una etapa donde se viven diversas transformaciones a nivel físico, emocional y psicosocial. Cambian la apariencia física y los intereses, se empieza a consolidar la identidad sexual y también biográfica; suelen aparecer nuevos gustos, relaciones de pareja o interés por sus pares desde un lugar romántico. Es así, que se enfrentan diversos desafíos, centrados principalmente en el cambio de la perspectiva de la vida, cuestionamientos existenciales y un despertar en torno a su forma de verse a sí mismos y al mundo.

Adolescencia y Cáncer

Un doble desafío



Todos estos cambios son vividos por los adolescentes como duelos, entendiendo que se pierden roles infantiles y aparecen nuevos roles en términos de pertenencia, por ejemplo, dentro del grupo de pares. Asimismo, se va derribando la imagen de los “padres heroicos” que conocían y admiraban desde su mundo infantil y es reemplazada por una figura mucho más real de padres imperfectos, que se equivocan y otras veces aciertan, siendo mayormente enjuiciados y confrontados por el/la adolescente en este camino de grandes transformaciones y descubrimientos.

Otro gran duelo de esta etapa será el dejar ir el cuerpo infantil, que será reemplazado por el nuevo cuerpo en transición a la adultez.

Adolescencia y Cáncer

Un doble desafío



Desde el punto de vista psicológico, en esta etapa, se configura la identidad del rol sexual, la personalidad y el rol moral.

De acuerdo a Peter Blos, esta etapa se divide en cuatro estadios: La preadolescencia (9-11 años); adolescencia temprana (12- 15 años); adolescencia (16- 18 años) y adolescencia tardía (19- 21 años)

(Blos. 1971).

En este contexto, el diagnóstico de cáncer en un adolescente tiene un doble impacto, ya que se suma a la crisis por etapa del ciclo vital en transición, una crisis no normativa o inesperada como es el diagnóstico de cáncer. Esta enfermedad impactará de manera importante en su rutina, relaciones sociales y construcción de identidad (tema clave en este periodo del desarrollo).



Adolescencia y Cáncer

Un doble desafío



Es por esto, que la vivencia de enfermedad oncológica en la adolescencia puede ser vivida con altos montos de rabia, ansiedad, miedo y/o tristeza; sentimientos que, si son abordados tardíamente, podrían generar como consecuencia algunos estilos de afrontamiento poco saludables como: culparse a sí mismos, aislarse e incluso deprimirse. En este sentido, se debe comprender el proceso de enfermedad oncológica en un adolescente como un periodo de alta vulnerabilidad emocional.

Al comenzar el o los tratamientos, los jóvenes pierden autonomía e intimidad y retoman muchas veces un rol de mayor dependencia de sus padres. Uno de los mayores impactos para ellos es justamente esa pérdida de intimidad y espacios de soledad, que como parte de su desarrollo natural, eran tan preciados y necesarios, ya sea a modo de introspección, diálogo privado con sus pares e incluso reconstrucción de sus creencias.

Adolescencia y Cáncer

Un doble desafío



Este retroceso en la autonomía les puede generar incomodidad, irritabilidad y hasta una sensación de desajuste consigo mismos. En la dinámica con sus padres o cuidadores principales podrían mostrarse ambivalentes, es decir, demandantes durante algunos periodos e indiferentes, apáticos e incluso irritables en otros momentos.

Es esperable que manifiesten cambios abruptos de ánimo, junto con el temor a ser vistos por sus cercanos y amigos, producto de los cambios físicos que implicará el tratamiento de la enfermedad. Consecuentemente, el retraimiento inicial y no querer ver a sus amigos será parte del proceso de adaptación a la nueva situación.

Adolescencia y Cáncer

Un doble desafío



Los cambios físicos, producto del tratamiento y muchas veces de la enfermedad, suelen ser vividos como el reflejo de “estar enfermos”. La caída del pelo, pérdida o ganancia de peso, cicatrices en el caso de una cirugía, dificultades de movilidad, cansancio, cambio en la coloración de la piel, entre otros; impactarán fuertemente en la vivencia emocional del adolescente, repercutiendo en su conducta, manera de relacionarse con amigos, familia e incluso con ellos mismos.

Como ya se ha mencionada, la adolescencia es un periodo de construcción de identidad y los cambios físicos no esperados, pueden ser aún más amenazantes y vividos con mayor vergüenza, ya que uno de los logros de su proceso vital es sentirse parte de un grupo y esa sensación de pertenencia se dificulta cuando se ven y viven experiencias diferentes a las de sus amigos y cercanos.



Humanizando la
♥ Salud

Adolescencia y Cáncer

Un doble desafío



La mayoría de las veces, quienes reciben con mayor intensidad el resentimiento y la rabia por todo lo que están viviendo a causa del diagnóstico y tratamiento de cáncer, son sus padres. Son ellos donde suelen depositar el enojo e impotencia de estar enfermos, sentirse tan distintos y “bichos raros”.

La literatura describe que uno de los factores protectores para un desarrollo sano y adecuado de la salud mental de adolescentes con cáncer es el contar con una sólida red de apoyo, que incluya familia, amigos y entorno cercano. Para facilitar la apertura hacia esta red, será clave el poder contar con el apoyo de un Psicooncólogo que pueda orientar tanto al paciente como a su familia, principalmente en la búsqueda de estrategias de afrontamiento sanas y un adecuado manejo emocional de la situación (González, Montoya y cols. 2002).

Adolescencia y Cáncer

Un doble desafío



Siempre será recomendable cuidar los espacios de ocio y encuentro con su grupo de pares, reforzando la importancia de mantener contacto con los amigos y las relaciones sociales, en general. Una buena estrategia, cuando no se sienten cómodos con sus amigos de la vida (previo al diagnóstico), es generar instancias de encuentro con jóvenes que estén pasando por lo mismo que ellos o situaciones similares. De esta manera, conectarlos con otros adolescentes que viven enfermedades crónicas u otros tipos de cánceres les ayudará a disminuir la sensación de “unicidad” (soy el(la) único(a) que le pasa algo así), pudiendo sentirse parte de un grupo, más comprendidos por otros y con mayor confianza para expresar temores, frustraciones, rabias y expectativas.

Por otra parte, será clave poder brindar espacios de intimidad a los jóvenes, facilitando momentos de soledad y reflexión, autocuidado e higiene personal de la manera más autónoma posible y validar el pudor que pueden generar los cambios físicos.

Adolescencia y Cáncer

Un doble desafío



Otras recomendaciones:

- ① Dar espacios de recreo y ocio con grupo de amigos será fundamental para evitar síntomas de discomfort emocional (impotencia, tristeza, ira, asilamiento, etc).
- ① Dar opciones de apoyo a la estética por los cambios corporales que vayan afectando su autoimagen (ofrecer gorros, bandanas, pelucas y accesorios que ayuden a disimular esa área que más genera incomodidad, vergüenza o malestar).
- ① Ofrecer ropa diferente que disimule de mejor manera los cambios de peso y las diferencias que incomodan al mirar este nuevo cuerpo.
- ① Tolerar que él o la adolescente presentará cambios de humor más marcados e intensos.
- ① Mantener límites y normas claras, lo más similares a antes de enfermar. Los límites generan contención emocional, por lo tanto, no por el hecho de estar enfermo(a) puede hacer lo que quiera.

Adolescencia y Cáncer

Un doble desafío



- ① Los adolescentes muchas veces pueden retraerse o aislarse, por lo que es necesario promover actividades en grupo con otros pacientes, videollamadas, participación en talleres, etc.
- ② No exponer la información de su diagnóstico o tratamiento con amigos o familiares si el adolescente no lo autoriza.
- ③ Permitir momentos de desahogo emocional y validar emociones: acogerlo(a) si quiere llorar, gritar, estar solo(a) o acompañado(a).
- ④ Ofrecer actividades donde no se exponga su cuerpo o imagen si le incomoda hacerlo (videojuegos, juegos de mesa, trivias, lectura, actividades manuales, música, ver series, etc).

RESUMIENDO

Será fundamental ir al ritmo de lo que los jóvenes pongan como primera necesidad y brindar espacios para expresar y decir lo que sienten de diversas maneras. No invadirlos con presencia de adultos o preguntas incómodas y entregarles la mayor autonomía posible de acuerdo con sus posibilidades, ya que parte de su desarrollo natural, implica generar independencia y esto fomentará su autovaloración y autoestima.



©Todos los derechos reservados. Laboratorio Chile - TEVA

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Bellver, A., Verdet, H. (2015). Adolescencia y cáncer. *Psicooncología*, 12(1): 141-56. DOI: 10.5209/rev_PSIC.2015.v12.n1.48909.
- Blos, P. (1971). *Psicoanálisis de la adolescencia*. Buenos Aires: Joaquín Mortiz, 1994. ISBN: 9789682701252.
- González, R., Montoya, I., Y Cols. (2002). Relación entre estilos de afrontamiento y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14(2), 363-8. www.redalyc.org/articulo.oa?id=72714227
- Martínez Martínez, E. & Tercero Quintanilla, G. 2017: Estrategias de afrontamiento de adolescentes con cáncer. *Revista Psicomotricidad, Movimiento y Emoción (PsiME)/Vol.3, N° 1, Enero-Junio 2017.*

Humanizando la
♥ Salud



LABORATORIOCHILE®

teva