

Cómo apoyar a su niño durante el tratamiento de sus hermanos

En esta información se explica cómo puede ayudar a su niño durante el diagnóstico y tratamiento de su hermano.

Cuando uno de sus niños está enfermo, toda la familia se ve afectada. Puede ser especialmente difícil para sus otros niños. Es posible que sus otros niños se preocupen por su hermano, se sientan estresados por los cambios en la rutina diaria de su familia o sientan que se les presta menos atención. Ayudar a sus niños puede ser un desafío a medida que sobrelleva sus propias emociones y responsabilidades.

La información en este recurso puede ayudarle a comenzar a comprender los sentimientos de su niño. Ofrece algunas estrategias para apoyarle mientras usted apoya a sus niños. Quizás también le sea útil pedir apoyo a alguna persona en quien usted y su niño puedan confiar. Puede encontrar una lista de servicios de apoyo en la sección “Recursos para usted y su familia” de este recurso.

Cómo llegar a comprender los sentimientos de su niño

Cada niño reacciona de manera diferente al diagnóstico de un hermano. Estos son algunos de los sentimientos que puede tener su niño y lo que puede hacer para ayudarle.

- **Tristeza:** su niño puede sentirse solo y triste. Esto puede deberse a cambios en su rutina familiar y a estar separado de usted y de su hermano durante las citas médicas o el tratamiento. Puede ser útil hacer cosas para que su niño se sienta especial. Recordarle a su niño que siempre está pensando en él y lo ama

puede ayudarle a manejar estos sentimientos.

- **Preocupación:** su niño puede preocuparse por la salud general de su hermano. Motive a su niño a tener conversaciones abiertas y honestas sobre la salud de su hermano. Deje que su niño exprese sus preocupaciones y haga preguntas. Esto puede ayudar a crear un entorno en el que sienta el apoyo y en el que sepa que puede encontrar respuestas a sus preguntas.
- **Ansiedad:** su niño puede sentirse ansioso por lo que está pasando la familia. Puede haber muchos cambios inesperados en su vida y en su rutina diaria. Intente mantener su rutina normal lo mejor que pueda, pero también prepárelo para los cambios que se esperan. Explíquele cómo cambiarán las cosas y qué deberá hacer en las próximas semanas. Esto puede ayudar a reducir la ansiedad y la incertidumbre sobre el futuro.
- **Ira:** los niños a menudo expresan sus emociones a través de la ira. Su niño puede enojarse si ve que su hermano recibe más atención. Puede enojarse cuando usted pasa menos tiempo con él para concentrarse en las necesidades médicas de su hermano. Anime a su niño a hablar sobre sus sentimientos. Esto puede ayudarle a procesar su enojo de manera saludable con usted o con un adulto de confianza.
- **Dolor:** puede ser doloroso para su niño ver cambios en la familia o que su hermano sufre los efectos secundarios del tratamiento. También puede darse cuenta de cómo usted está reaccionando al diagnóstico y tratamiento de su hermano, lo que puede afectar sus propios sentimientos. Es normal querer evitar las conversaciones difíciles con su niño. Pero hablar con él sobre lo que todos están pasando puede ayudarle a expresar sus propios sentimientos.
- **Celos:** es posible que su niño se sienta excluido o puede sentir que su hermano está pasando más tiempo con usted. Quizás sea útil hacerse algo de tiempo de calidad para pasarlo con cada niño. De esta forma, todos sus niños podrán pasar tiempo de calidad con usted y no competirán por su atención.
- **Culpa:** su niño puede sentirse culpable por tener sentimientos negativos hacia su hermano o su familia. Hable con él sobre las diferentes emociones que pueda estar sintiendo. Recuérdele que es normal sentir las, lo cual puede ayudar a minimizar la culpa.

- **Confusión:** con frecuencia los niños se sienten confundidos cuando un hermano está enfermo. Pueden preguntarse por qué su hermano está enfermo y ellos no. Pueden preguntarse si ellos mismos padecerán la misma enfermedad. Pueden sentir que jugaron un papel en causar la enfermedad de su hermano. Asegúrese de dejarle en claro que esto no es verdad. Ser honesto y directo con su niño puede ayudarle a comprender mejor lo que está sucediendo y hacer que se sienta menos confundido.
- **Frustración:** las rutinas y responsabilidades familiares pueden cambiar a medida que su niño comienza su tratamiento. Todos los miembros de la familia deberán adaptarse a estos cambios. Los hermanos pueden sentirse frustrados con estos cambios y desear poder hacer más para ayudar a su hermano. Apoye a sus niños mientras se adaptan al cambio y la transición. Esto puede ayudarles a manejar su frustración y sus sentimientos de incertidumbre.

Estos sentimientos son normales. Pero en ocasiones puede ser útil, o incluso necesario, recibir apoyo de un terapeuta u otro proveedor. Preste atención para saber si su niño muestra emociones que interfieran con su bienestar social, emocional o físico. Es posible que diga que le duele la cabeza o el estómago. Quizás se comporte como si fuera menor de lo que es realmente, con conductas como mojar la cama o chuparse el dedo. Si tiene dudas o no está seguro de cuáles son los siguientes pasos a seguir, consulte a su trabajador social o al equipo de cuidado de MSK Kids.

Cómo apoyar a su niño

La respuesta de su niño al diagnóstico y al tratamiento de sus hermanos dependerá de su edad y de su comprensión de la situación. Reaccionarán a la manera en que las personas cercanas a ellos estén sobrellevando el momento. Aquí hay algunas formas en las que puede ayudar a su niño a comprender y afrontar el diagnóstico de su hermano.

Sea abierto y honesto

Es posible que desee proteger a su niño y hacerle creer que su hermano estará bien. Pero es importante evitar mentirle o prometerle algo que no pueda cumplir. Eso puede causarle aún más confusión. La comunicación abierta y honesta

ayudará a su niño a confiar en usted. También le ayuda a sentirse menos solo con sus pensamientos y sentimientos durante un momento confuso. Está bien no tener todas las respuestas. Sea honesto sobre el hecho de no saber.

Valide sus sentimientos

Hágale saber a su niño que está bien sentirse como se siente. Ayúdele a expresar sus sentimientos a través del arte, el juego u otra actividad. Esto le ayudará a sobrellevar sus emociones. Hable con su niño sobre cómo se siente usted también. Dígale que también se siente triste y asustado. Explíquele cómo lo afronta. Su niño puede decir que se siente “bien” o que no siente nada por el diagnóstico de su hermano. Siga asegurando a su niño que usted está aquí, dispuesto a darle su apoyo.

Estimúlelo a hacer preguntas y a hablar con sinceridad

Su niño puede tener preguntas sobre lo que su hermano está pasando y por qué está pasando por esto. Es posible que le preocupe la forma en que reaccionará su niño al hablar sobre el diagnóstico de su hermano. Es importante hacerle saber que puede hacer preguntas. Haga todo lo que pueda por responderlas con honestidad. Permitir que su niño haga preguntas le ayudará a sentirse cómodo hablando con usted. Responder honestamente ayudará a su niño a comprender lo que realmente está sucediendo. Evitará que creen sus propias ideas falsas sobre la situación. Su equipo de atención médica puede ayudarle a prepararse para hablar con su niño.

Dedique tiempo a estar con su niño

El cambio puede hacer que su niño se sienta triste y solo. Trate de pasar un tiempo a solas con su niño para que se sienta seguro y apoyado. Pueden dar un paseo en auto o caminar, o jugar a algún juego. Es posible que su niño tenga sus propias ideas de lo que le gustaría hacer.

Pídale ayuda

Ayude a su niño a sentirse involucrado y valorado pidiéndole su ayuda. Puede ayudarle a elegir juguetes para llevar al hospital para su hermano. Esto también ayudará a sus niños a mantenerse conectados si no pueden estar juntos. Si es

posible, haga que su niño visite a su hermano en el hospital. Esto puede ayudarlo a comprender qué es el hospital y qué sucede allí.

Hable con los maestros y entrenadores de su niño

Si su niño está en la escuela, informe a sus maestros sobre el diagnóstico de su hermano. Esto puede ayudar a que su niño se sienta apoyado allí también. Quizás un maestro o consejero pueda ayudar a su niño a expresar sus sentimientos durante el día. Quizás también sea conveniente que hable con los integrantes de los grupos sociales en los que su niño participe, como entrenadores, instructores o personajes religiosos. Será difícil adaptarse al cambio. Formar una red de apoyo ayudará.

Cúidese

Lo mejor que puede hacer por su niño es cuidarse. Seleccione a una persona con quien se sienta cómodo al hablar, incluso si no está seguro de qué decir. Es importante crear un sistema de apoyo para usted y sus familiares.

Recursos para usted y su familia

Apoyo de MSK

Memorial Sloan Kettering (MSK) cuenta con muchos recursos para apoyarles a usted y a su familia. Para obtener más información sobre los programas que aparecen en esta sección, hable con su trabajador social o un especialista en vida infantil.

Servicios de apoyo MSK Kids

www.mskcc.org/pediatrics/experience/life-pediatrics/support-services-care-teams

Los servicios de apoyo y los equipos de atención de MSK Kids le pueden ayudar a transitar el diagnóstico y tratamiento de su niño durante su atención. Estos servicios están disponibles para ayudar a su familia y pueden brindar ayuda, asesoramiento y recursos. Hable con su equipo de atención médica sobre cómo obtener ayuda para usted y para su familia.

Ayuda para los cuidadores

www.mskcc.org/caregivers

Cuidarse a sí mismo le ayudará a cuidar mejor de su familia. Existen recursos y apoyo disponibles para ayudarle a manejar las responsabilidades propias del cuidado de un niño que recibe tratamiento. Para obtener recursos de apoyo e información, lea *Guía para cuidadores* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/guide-caregivers).

Programa Cómo hablar con los niños sobre el cáncer

www.mskcc.org/experience/patient-support/counseling/talking-with-children

Cómo hablar con los niños sobre el cáncer es un programa de apoyo para los adultos que reciben tratamiento contra el cáncer mientras crían a niños y adolescentes. Pero también le puede ayudar a hablar con su niño sobre el tratamiento de sus hermanos. Nuestros trabajadores sociales ofrecen grupos de apoyo para la familia, asesoramiento individual y grupal, conexiones para obtener recursos y guía para profesionales en la comunidad, por ejemplo, trabajadores sociales escolares, psicólogos escolares, orientadores de guía, maestros y personal escolar.

Más recursos

Los siguientes son algunos de los recursos que podrían ayudar a su niño mientras su hermano recibe tratamiento.

Libros útiles

Un día con el Dr. Waddle

Autor: Center for Basic Cancer Research

Para niños de 7 a 10 años

Because...Someone I Love Has Cancer (Porque... alguien a quien amo tiene cáncer)

Autor: Sociedad Americana contra el Cáncer

Para niños de 5 a 11 años

Drums, Girls & Dangerous Pie (Batería, niñas y un pastel peligroso)

Autor: Jordan Sonnenblick

Para niños de 10 a 13 años

La historia de Oliver - Para los hermanos de niños con cáncer

Autor: Michael Dodd

Para niños de 3 a 8 años

Sort of Forever (Una especie de para siempre)

Autora: Sally Warner

Para niños de 8 a 12 años

Staying Afloat (Mantenerse a flote)

Autoras: Suzanne Kornblatt, LMSW y Joanna Formont, LMHC con Arlene Basner, MA, Joan Perkell, LCSW y Diane Silver, MA

Para niños de todas las edades. Este libro es una guía para que los padres y hermanos la utilicen juntos para hacer frente a los resentimientos.

What About Me, When Brothers and Sisters Get Sick (¿Y yo?: Cuando los hermanos y hermanas se enferman)

Autor: Allen Peterkin, MD

Para niños de 3 a 8 años

Apoyo a la comunidad

CancerCare

800-813-4673

www.cancercare.org

Esta organización ofrece orientación, grupos de apoyo, talleres de instrucción, publicaciones y asistencia financiera.

Gilda's Club

www.gildasclubnyc.org

Un centro donde las personas con cáncer encuentran apoyo social y emocional a través de nuevos contactos, talleres, conferencias y actividades sociales.

Alex's Lemonade Stand

www.alexslimonade.org/childhood-cancer/for-families/supersibs

Una fundación sin fines de lucro que brinda muchos servicios de apoyo para niños con cáncer y sus familias. Ofrecen un programa específicamente para hermanos, llamado SuperSibs! (superhermanos)

Sunrise Day Camp

<https://sunrisedaycamp.org>

Un campamento de día para niños y adultos jóvenes de 3 1/2 a 16 años que viven con cáncer y sus hermanos.

SIBS PLACE®

516-374-3000

<https://sibsplace.org>

Este es un programa gratuito para niños de 5 a 17 años que tienen a uno de sus padres o a un hermano con cáncer. Ofrece el apoyo de otros niños y actividades artísticas creativas.

Para obtener más recursos, visita www.mskcc.org/pe y busca en nuestra biblioteca virtual.

Supporting Your Child Through Their Sibling's Care - Last updated on August 20, 2021

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center



Memorial Sloan Kettering
Cancer Center