



Cuando alguien que conoces tiene cáncer

LIBRO DE ACTIVIDADES PARA LA FAMILIA

¿Cómo apoyamos a los niños cuando alguien que conocen tiene cáncer? Adentro hallarán un cuento, y varias actividades e ideas.



Este libro se creó gracias a un convenio colaborativo con **LIVE STRONG** foundation, cuya misión es inspirar y brindar respaldo ya mismo a las personas afectadas por el cáncer.

LIVE STRONG AT SCHOOL



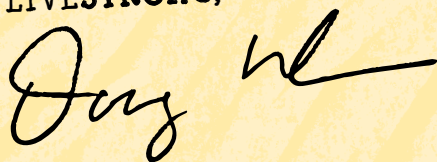
Apreciada familia:

Durante su vida, a una de cada tres personas en Estados Unidos le diagnosticarán cáncer. Como resultado, muchos niños observarán que su vida se ve afectada por ese diagnóstico en un ser querido... sea el padre o la madre, un abuelo u otro pariente, o un amigo o maestro.

Por yo ser sobreviviente de cáncer y padre de familia, me consta lo importante que es hallar la manera de hablar con los niños acerca de la enfermedad: en términos que concuerden con su edad, que den esperanza, que inspiren y que les den fuerzas y ánimo. Espero que este librito le ayude a darle inicio a ese importante diálogo con el niño, cosa que yo espero hacer cuando mis niños sean mayorcitos.

En **LIVESTRONG**, ayudamos ya mismo a las personas afectadas por el cáncer. Recurrimos a cosas prácticas –información, herramientas y recursos– que necesitan en su batalla diaria contra el cáncer. Un gran aplauso para todas las señoras MacGrady del mundo y las personas que las aman.

LIVESTRONG,

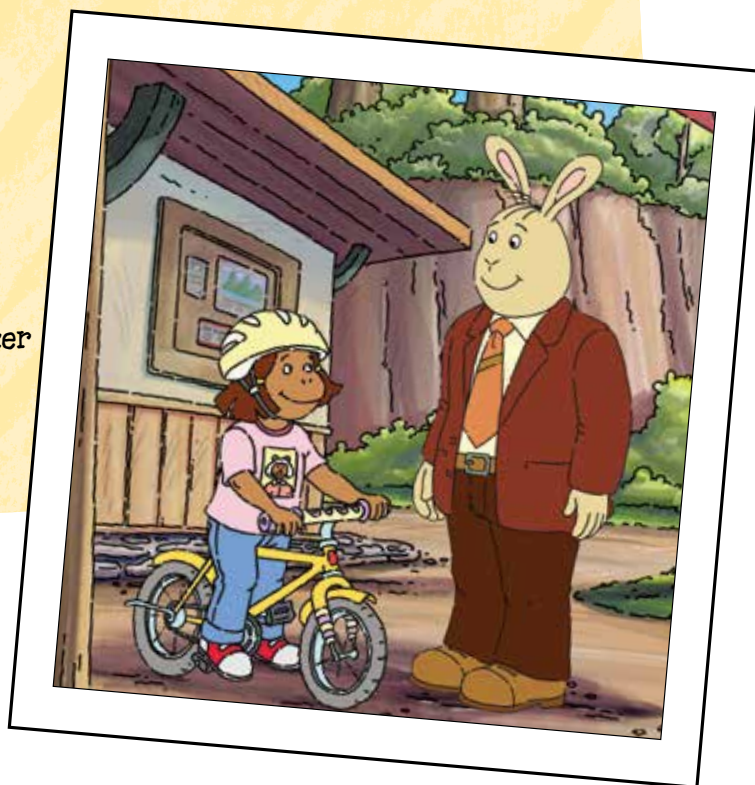


Doug Ulman

Tres veces sobreviviente de cáncer

Presidente y director ejecutivo

LIVESTRONG Foundation



Este librito es el producto de la colaboración entre WGBH y **LIVESTRONG**, y del deseo conjunto de ayudar a las familias a hablar con los niños acerca del cáncer, de contestar sus preguntas, de tranquilizarlos, de sugerir maneras de demostrar su amor, y de hacerlos partícipes en la lucha contra la enfermedad.

Cuando alguien que el niño conoce tiene cáncer

¿Cuál es la mejor manera de brindarles información y apoyo a los niños cuando alguien de la familia u otro adulto importante en su vida ha sido diagnosticado con cáncer?

Un primer paso clave es hablarle al niño con honradez y franqueza sobre el cáncer y animarlo a que haga preguntas. He aquí unas pautas que quizás le ayuden a darle inicio a ese diálogo.

Averigüe qué es lo que el niño ya sabe.

Para comenzar la conversación, defina qué es lo que el niño ya ha oído y observado, o qué se ha imaginado sobre la enfermedad de la persona. Así usted podrá descubrir lo que el niño entiende y lo que le preocupa, y también aclarar todo malentendido que el niño pueda tener al respecto.

Use palabras reales.

Use la palabra *cáncer* cuando le hable al niño acerca de la enfermedad. Al hablar con claridad se pueden evitar toda clase de confusiones. Por ejemplo, si dijéramos “El estómago de abuelo está enfermito”, la próxima vez que al niño le duela la barriga, podría pensar que él también padece lo mismo y tendrá que someterse al mismo tratamiento del abuelo.

Hable tanto con veracidad como con esperanza.

Déjele saber al niño que todo un equipo médico está dedicado a ayudar a la persona a mejorarse y fortalecerse. La persona quizás se sienta peor por un tiempo mientras el remedio (es decir, la quimioterapia), la radiación o la cirugía surte efecto, pero cuando el tratamiento termine, la esperanza es que la persona de nuevo esté bien.

Anime al niño a hacer preguntas.

He aquí algunas preguntas comunes de niños. Según la edad, es posible que las inquietudes de los niños chicos (entre los 3 y los 6 años) y los de edad escolar (entre los 6 y los 10 años) sean diferentes.

¿Cómo le dio cáncer a abuelita? ¿Me puedo contagiar?

Los chicos a menudo creen que ellos fueron la causa del cáncer. Uno puede creer, por ejemplo, que fue porque saltó encima de la abuelita. O ¿se debió a que hicieron tanto ruido? Los niños de edad escolar pueden pensar que el cáncer fue causado por algún microbio que ellos trajeron de la escuela. O piensan que no deben acercarse a la persona porque el cáncer se les puede “pegar”.

Tiene que asegurarle al niño con frecuencia de que estas nociones son falsas. No fueron ellos quienes causaron el cáncer y el cáncer no se lo puede pegar alguien que lo padezca. *El cáncer no es como un catarro. No se le puede pasar el cáncer a nadie ni tampoco se puede contagiar uno de alguien con cáncer. O sea, que uno puede abrazar y apapacharse con abuelita ¡todas las veces que quiera y como lo ha hecho siempre!*

Cómo usar este libro

- Lean juntos el cuento “La gran MacGrady” (páginas 5 a 11) y hablen sobre lo que acontece.
- Si usted es el padre o la madre y tiene cáncer, o si su cónyuge tiene cáncer, pase a las páginas 12 y 13.
- Junto con el niño jueguen al TaTeTí emocional o hagan *La torre de las preocupaciones* (página 14).
- Busquen los libros y recursos recomendados (página 15).

Las sugerencias en este libro fueron creadas con la ayuda del programa PACT (Parenting At a Challenging Time) del Centro de Oncología del Massachusetts General Hospital. Para ver más información, acuda a www.mghpact.org.



“Cuando se enfermó el señor Springer (el director de la escuela), cambiaron algunas cosas: se le cayó el pelo y comenzó a usar una gorra. Pero otras cosas no cambiaron: como su anuncio por el intercomio todas las mañanas de quiénes cumplían años. Era el mismo señor Springer de siempre”.

—ALUMNO DE UNA ESCUELA PRIMARIA

“Mi hijo de 9 años me pidió que dejara de decir que cada visita a abuelita debía ser especial ‘pues podría ser la última’. Estaba en lo cierto. Las visitas eran especiales porque a los niños les encantaba estar con su abuela. Estaban creando recuerdos buenos y no los ‘últimos’ recuerdos”.

—MADRE, AL RECORDAR LA EXPERIENCIA DE SUS NIÑOS



¿Por qué le dio cáncer a abuelito? ¡Eso no se vale!

Los niños de edad escolar muchas veces piensan en el principio de la justicia natural: lo bueno se premia y lo malo se castiga. Exprese su acuerdo y comprensión. *Tienes razón. El cáncer no es justo. Abuelito no tiene la culpa de que le dio cáncer. Pasó porque pasó.*

¿Por qué abuelita se está quedando sin pelo?

A los niños chicos los puede confundir el cambio en el aspecto de su ser querido. Podrían preguntarse: ¿abuela sigue siendo abuela aunque no tenga pelo? Explíqueles que la abuelita siempre será la misma, con o sin cabello. *Abuelita toma un medicamento especial que causa que el cabello se le caiga. Cuando deje de tomarlo, le volverá a crecer el pelo.*

Al usar el término *quimioterapia* y al pasarles datos básicos sobre el tratamiento, los niños pueden comenzar a entender porqué se le cae el pelo al ser querido. *Abuelita está tomando un remedio muy fuerte que se llama quimioterapia. Lo bueno es que ese remedio reduce el cáncer y puede ayudar a eliminarlo. Lo malo es que hace que el pelo se le caiga y que a veces le duela el estómago.*

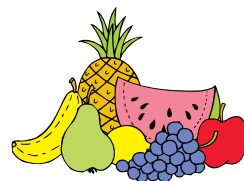
Respete los sentimientos del niño.

Cuando alguien está muy enfermo, a veces es difícil para los niños (y para los adultos!) saber qué decir o hacer. Al igual que los personajes en “La gran MacGrady”, los niños responden de maneras muy diferentes cuando se les cuenta del cáncer de un ser amado. Es normal que se enojen, se preocupan, se sientan confundidos e incluso que parezcan desentenderse de todo. Explíquele al niño que a usted le consta que él quiere a esa persona. Puede compartir con el niño lo que usted hace para manejar el enojo y la tristeza que usted siente cuando piensa en el cáncer.

Cúdense el uno al otro.

A la fecha, no sabemos cómo evitar todas las formas de cáncer, pero hay ciertas cosas prácticas que podemos hacer para no arriesgarnos y mantenernos saludables. El niño puede aportar al esfuerzo familiar al:

- Mantenerse muy, muy lejos de los cigarrillos
- Usar protección contra el sol
- Comer comidas nutritivas: muchas verduras y frutas
- Hacer ejercicio todos los días



Den apoyo y tomen acción.

Junto con el niño, piensen en cosas amorosas y serviciales que puedan hacer para la persona o la familia afligida con cáncer. Por ejemplo:

- Visitarlos y estar con ellos haciendo cosas tranquilas que les agraden a ambos, como dialogar, leer o jugar un juego de mesa.
- Llevarle a la persona o a la familia una comida o una película.
- Hacerle una tarjeta que diga “Que te mejores” o “Pienso en ti”.
- Limpiarles la entrada a la casa o hacerles otros favores sencillos.
- Ayudar a recolectar fondos, p. ej., hacer una venta de galletas, recoger botellas retornables, u organizar una minimaratón (detalles en la página 15).



La gran MacGrady

Cuento para leer en voz alta adaptado de la serie ARTHUR de PBS KIDS



¿Dónde está la señora MacGrady? Un señor nuevo la ha reemplazado en la cafetería. Y la comida que él hace ¡no me gustaaaa!

En el aula, el señor Ratburn lee un anuncio: “Lamento decirles que la señora MacGrady estará ausente un buen rato. Se ha enfermado. Tiene cáncer. Pero lo bueno es que lo descubrieron temprano y que tiene buenos médicos que harán todo lo posible para que se mejore pronto”.

Francine voltea a mirar a Muffy. —¡Cáncer! —exclama—. Mi abuelo tuvo cáncer.

Muffy contesta: —La señora MacGrady se mejorará, Francine.

—Y, ¿eso cómo lo sabes?

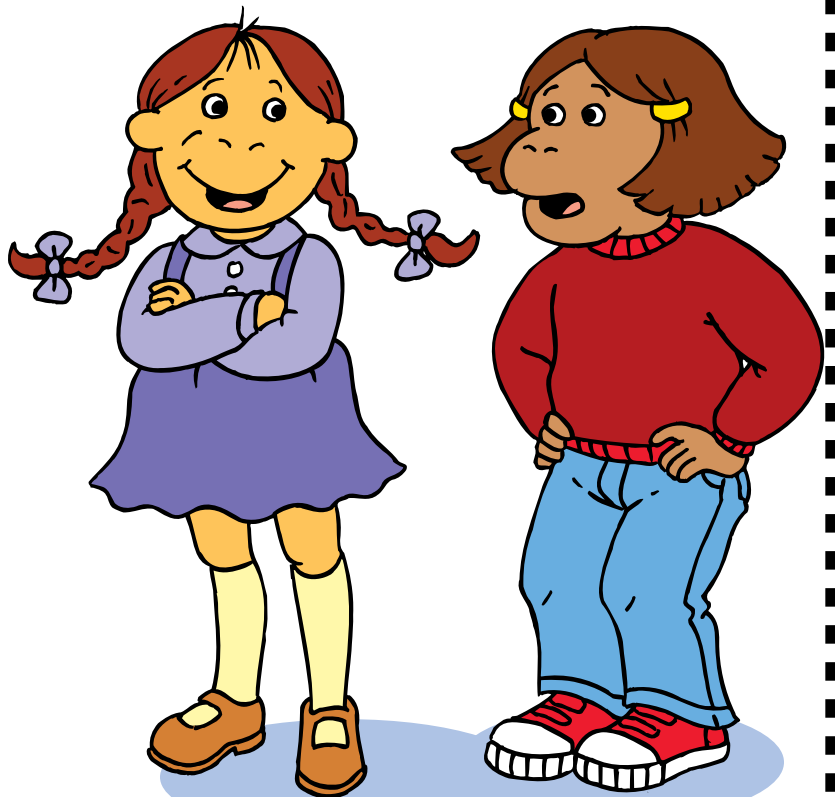
—le pregunta Francine.

—Simplemente lo sé —dice Muffy—. Recuerda que se trata de la señora MacGrady. Ella nunca se enferma.

—Pues, ahora se enfermó

—le contesta Francine—.

Y hay personas que nunca se mejoran.



Ese mismo día, después de la escuela, Arthur y D.W. van a la casa de la señora MacGrady. Arthur lleva una bolsa en la que hay una jarra de caldo de pollo que ellos prepararon junto con su papá. D.W. lleva su estuche de médico. Cuando Arthur toca a la puerta, D.W. se pone su careta de doctor.

—D.W., ¡quítate eso! —le dice Arthur en voz baja.

—No quiero que me dé cáncer —contesta D.W., susurrando también.

La señora MacGrady abre la puerta. Se suelta a reír cuando ve a D.W. con su careta puesta. —No tienes de qué preocuparte, corazón —le dice—. Para nada. No hay forma de que yo te pegue mi cáncer. Te lo prometo.

La señora MacGrady les pide a los niños que pasen. Como la están tratando para el cáncer, tiene que cuidarse de no agriparse, de manera que les pide tanto a Arthur como a D.W. que se laven las manos.





La señora MacGrady toma un poquito del caldo de pollo y levanta los pies para así descansar. D.W. saca su estetoscopio. Escucha el sonido de las rodillas de la señora MacGrady.

—No oigo nada anormal en sus rodillas —le dice D.W.—. ¿Está segura de que usted está enferma?

—El cáncer no es como un catarro —explica la señora MacGrady y hace un dibujo para seguir explicando.

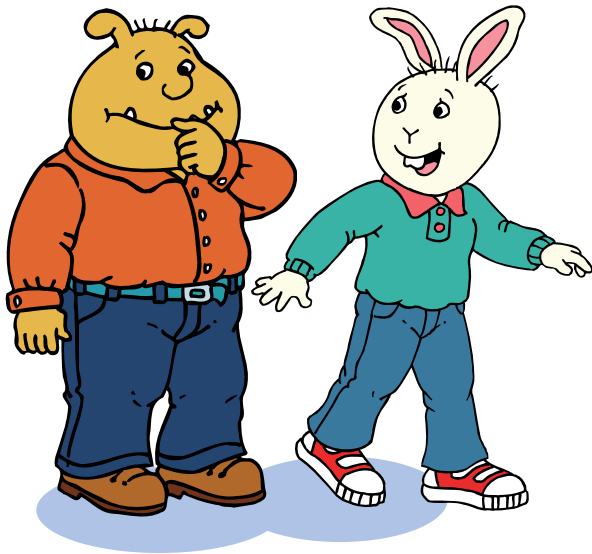


—Miren: el cuerpo está compuesto de unas cositas diminutas llamadas células. Digamos que son como flores en el jardín. El cuerpo fabrica células todos los días. Mi mala suerte es que mi cuerpo no sólo fabrica flores lindas sino también unas pocas hierbas malas.

Estoy tomando un remedio llamado quimioterapia que le ayuda a mi cuerpo a librarse de esas hierbas malas. Es un remedio muy fuerte que me hace sentir muy cansada.

Arthur nota que la señora MacGrady luce cansada. —La dejaremos descansar —dice—. Ven, D.W., nos vamos.

—Regresen pronto —dice la señora MacGrady sonriendo.



Francine está un poco triste cuando ve pasar a Buster y Binky. —Hola, Francine —dice Buster—. Vamos en camino a la casa de la señora MacGrady. ¿Nos acompañas?

—No —contesta Francine—. Quiero recordarla como era antes. No quiero acordarme de la señora MacGrady enferma con cáncer.

—La señora MacGrady todavía es la señora MacGrady. Incluso si está enferma —explica Binky—. ¿Sabes? Mi mamá dice que

uno puede sentirse mejor si habla con alguien que haya sobrevivido el cáncer... como su amigo Harry Mills.

—Te refieres al reportero deportivo del *Elwood City Times*? Lo conocí cuando dimos una gira del periódico. —cuenta Francine—. Y, ¿de veras tuvo cáncer? No nos pareció para nada enfermo.

—Tuvo que dejar de trabajar un tiempo —explica Binky—. Pero ahora está mejor. Muchos pensaron que nunca volvería a escribir. Pero volvió. Hasta se ganó un premio por un reportaje. Volvió a salir a caminar a las montañas y, por supuesto, nunca ha dejado de ser un gran bromista.

—¡Huy! —dice Francine—. Qué maravilla.

—Debieras escribirle a Harry —dice Binky—. Te conseguiré su dirección electrónica y le puedes contar de la señora MacGrady.

Esa noche, Francine se sienta a la computadora y escribe.

Hola, Harry.

¿Se acuerda de mí? Nos conocimos en la oficina del periódico y usted escribió un artículo sobre nuestro equipo de béisbol. Le escribo porque estoy asustada. Mi amiga, la señora MacGrady, trabaja en la cafetería de la escuela y es una de las personas más lindas que conozco. Y ahora tiene cáncer. Lo que quiero saber es si se va a mejorar. Gracias.

Francine



Muffy le lleva a la señora MacGrady un lindo obsequio: una canasta con regalos. Cuando abre la puerta, la señora MacGrady lleva puesta una pañoleta.

—¡Qué linda pañoleta!

—exclama Muffy.

—Gracias —contesta la señora MacGrady—. Iba a comprarme una peluca, pero creo que con esto basta.



—O sea que debajo de la pañoleta, ¿usted está calva? —pregunta Muffy.

—Sí. Es uno de los efectos del medicamento —contesta la señora MacGrady—. Pero estamos hablando del cabello. Me volverá a crecer.

—No tenía ni idea que usted estuviera tan enferma —comenta Muffy.

—Pues, el cáncer no es nada fácil —dice la señora MacGrady—. Pero tengo buenos médicos y un equipo de apoyo maravilloso y pienso mejorarme.

Llega Marta, la hermana de la señora MacGrady. La llevará a su cita médica. Pero al mismo tiempo, llegan de visita Arthur y D.W. con una bolsa llena de frutas frescas.



—Pongámoslas en el refrigerador —dice Marta. Los niños observan que hay trastos sucios en el lavaplatos y que el bote de basura está lleno.

—¿Cree que a la señora MacGrady le moleste si limpiamos un poco? —pregunta Muffy.

—Creo que le encantaría —contesta Marta—. Ustedes pueden ser parte del equipo de apoyo.

Muffy, Arthur y D.W. hacen aseo en la casa. Cuando la señora MacGrady regresa a casa, se ve ¡excelente!



Después de recibir el mensaje de Francine, Harry va a verla.

—No parece alguien que hubiera tenido cáncer —dice Francine—. Usted luce tan saludable.

—Estuve muy enfermo cuando tuve cáncer —responde Harry—. Pero tomé medicinas muy fuertes, me hicieron varias operaciones y conté con mucho apoyo de mi familia y mis amigos.

—Quisiera poder hacer algo para la señora MacGrady —dice Francine.

—Ser buena amiga ES hacer algo —explica Harry—. Acompañarla, ayudarle con cositas, reírse juntos. Eso es muy importante.

—¿Cree usted que en algún lado hay una cura para el cáncer? —pregunta Francine.

—Quizás —dice Harry—. Y es posible que tú seas la persona que la descubre. Pero hasta entonces, hay otras cosas con las que puedes ayudar.

—Pues... George riega las plantas de la señora MacGrady y Prunella le está tejiendo una bufanda —comenta Francine. —Yo podría ayudarles.

—¡Magnífico! —exclama Harry con entusiasmo—. O, si tienes tiempo, me puedes ayudar a mí. Harry le muestra un volante que dice *Pedalear para curar*.

—Puedes ayudarme a preparar una carrera en bicicleta en Elwood City. Todo el dinero se usará para ayudar a personas con cáncer.

Francine inscribe a muchos participantes en la carrera en bicicleta.

Por fin llega el día esperado. Hay cantidades de participantes.
—Gracias por tu ayuda, Francine —dice Harry—.

—Sí, señor —dice Francine. Comienza la carrera. Francine pedalea con todas sus fuerzas. Cuando cruza la meta, todos aplauden.

—¡Huy! ¡Qué bien lo has hecho! —dice una voz conocida.

—¡Señora MacGrady! —exclama Francine—. Qué bueno verla. ¿Quiere decir que usted se mejoró del todo ya?

—Pues, no —contesta la señora MacGrady— Pero hoy me siento bastante bien. ¿Sabes? Pienso regresar al trabajo en unas pocas semanas.

—Perdone que no haya ido a verla. —dice Francine, avergonzada—. Es que... tenía miedo de... de... preocuparla, o algo así.

—Entiendo —la señora MacGrady sonríe—. Puede ser difícil ver a alguien que uno quiere cuando esa persona está enferma. Francine asiente con la cabeza.

—Hay algo que puedes hacer ahora que me ayudará.
—dice la señora MacGrady.

—Ay, dígamelo —contesta Francine contenta.

—Puedes darme un abrazo —dice la señora MacGrady. Y eso es precisamente lo que hace Francine.



Hablen sobre el cuento

Haga preguntas que inviten al niño a expresar lo que piensa y siente. Si alguien allegado al niño tiene cáncer, hablen sobre cómo sus experiencias propias se parecen (o son diferentes) a las de la situación en el cuento.

- ¿Cómo crees que se siente Francine cuando se entera de que la señora MacGrady tiene cáncer?
- ¿Por qué crees que la señora MacGrady lleva puesta una pañoleta? ¿Crees que Francine se puede contagiar del cáncer de la señora MacGrady porque la abraza?
- ¿El cuento nos da ideas de lo que podemos hacer para ayudarle a ____ (la persona en la vida del niño que tiene cáncer u otra enfermedad grave)?



Si usted o su cónyuge tiene cáncer...

Si usted es el padre o la madre y tiene cáncer, o si su cónyuge o pareja tiene cáncer, sin duda se enfrenta a toda clase de situaciones y sentimientos complicados. Al hablar con el niño y compartir con él lo que siente, le deja saber que unidos, como familia, pueden ayudarse unos a otros durante estos momentos difíciles.

“Al niño le puede servir reunirse con el consejero o la enfermera de la escuela para procesar algunos datos o pensamientos sobre la enfermedad, o simplemente para saludarse. Le servirá al niño, pues se dará cuenta de que no se encuentra solo en esta situación tan complicada. Sabrá que tiene a la mano adultos que lo aprecian y le tienen cariño”.

— CONSEJERO ESCOLAR, ESPECIALISTA EN TRANSICIONES

1. Hablen de lo que está sucediendo. Hable con el niño acerca del diagnóstico de cáncer y del objetivo del tratamiento. Use una muñeca, un animal de peluche o un dibujo para mostrarle al niño dónde se encuentra el cáncer. Las explicaciones deben ser muy sencillas. Explíquelo que hay muchos aspectos desconocidos pero que a medida que usted y los médicos se vayan enterando, también le comunicarán a él lo que van aprendiendo.

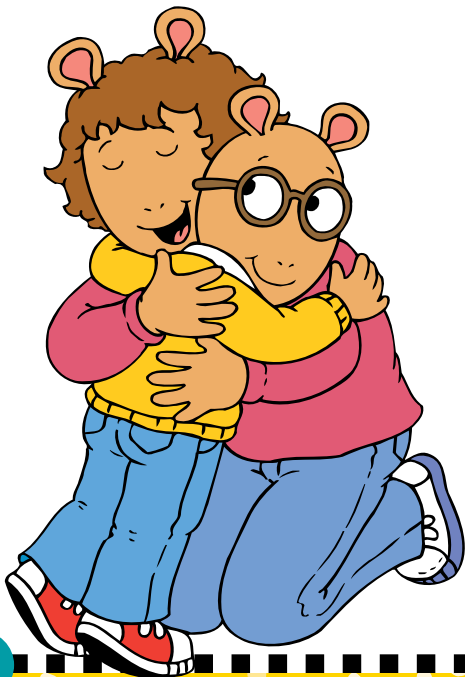
2. No varíen las rutinas familiares. En cuanto sea posible, mantengan la vida y los horarios de siempre para el niño. Si tienen que cambiarlos, hablen de cómo el tratamiento le afectará su rutina para que el niño esté preparado para los cambios. Pasen más tiempo de tranquilidad juntos y dedíquese al niño y a lo que le interesa a él. Lean libros, miren álbumes de fotos, vean DVD, ríanse, jueguen, abrázense, y disfruten de estar juntos. Incluso los niños mayores agradecen un abrazo más cuando el padre o la madre están enfermos.

3. Formen un equipo de apoyo en el hogar. Permita que el niño exprese su opinión al formar el equipo de apoyo. Pregúntele: *Si tengo que llamar a alguien para que te cuide, ¿a quién prefieres? Si otro adulto te tiene que llevar al entrenamiento de fútbol, ¿a quién quieres que llame?* Aunque la persona que el niño escoja no pueda responder, trate de orientarse, en lo posible, por lo que el niño pida. Déjele saber que usted y los demás adultos lo quieren y lo acompañarán siempre durante estos momentos de posible angustia.

4. Formen un equipo de apoyo en la escuela. Los adultos en la escuela pueden ser un elemento clave en el equipo de apoyo del niño. Reúnanse con ellos (la maestra, el consejero, la enfermera, etc.) y explíqueles la situación en casa. Deles sugerencias concretas de cómo pueden apoyar al niño. Explíquelo todo primero al niño. Juntos decidan si quieren que la maestra mantenga la información en reserva o si quieren permitirle que la comparta con los condiscípulos.

Al reunirse en la escuela, definan quién sería la mejor persona con quien el niño pueda hablar, si es que siente la necesidad de hablar con alguien. Quizás usted quiera explicar que la escuela debe ser como un oasis para el niño, una forma de alejarse de la situación médica en el hogar.

Sobre todo para los más chicos, es importante que los adultos en la escuela expresen entusiasmo sobre lo que harán ese día. Al niño no deben agobiarlo con caras largas y preguntas difíciles sobre cómo van las cosas en casa.



Edades y etapas

Para niños entre los 3 y los 6 años

- Los niños chicos se valen de la imaginación para procesar información y enfrentar retos. Dele al niño vendas y un estuche de médico de juguete. Permítale actuar cualquier relato médico que quiera representar. Escuche para enterarse de sus inquietudes y preste atención para percatarse de cosas que haya entendido mal. Si descubre que el niño tiene nociones equivocadas sobre el cáncer, no le interrumpa su juego. Más adelante, corríjale con cariño cualquier malentendido que haya expresado.
- Ayúdele al niño a entender que él no puede mejorar ni empeorar el cáncer. Pero sí cuenta con muchas maneras para ayudarle a usted o a su cónyuge a sentirse mejor: les puede hacer dibujos, contar cuentos o chistes... y abrazarlos con mucho cariño.

Para niños entre los 6 y los 10 años

A los niños de edad escolar se les ocurren preguntas sobre cómo el cáncer en la familia los va a afectar y sobre qué va a pasar después. Otros niños son menos comunicativos. Las actividades que se sugieren en este libro crean una estructura que les facilita a algunos niños compartir sus ideas y sus emociones. Use las que le parezca le agradarán al niño. Lo más importante es dejarle saber al niño que usted siempre está presente y que él no tiene que preocuparse de estar solo.

- En la parte de arriba de cada una de dos hojas de papel, escriba: **Lo que más me gusta hacer contigo.** Tanto usted como el niño hacen dibujos individuales. Comparen los dibujos y definan una hora en que harán ambas actividades juntos, cambiándolas según se requiera. Tome fotos de los dos pasando un rato agradable juntos.
- Marque detrás de sendos platos de cartón pequeños: *Alguien con quien pueda hablar. Alguien que me pueda ayudar con mis tareas. Alguien que irá a verme jugar fútbol. Alguien que me hornée mis galletas favoritas.* Pídale al niño que en la parte de adelante haga un dibujo de quién hará estas funciones si debido a su enfermedad usted no puede.

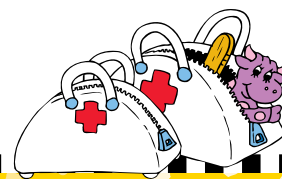


“Cuando realmente comenzó a caérseme el pelo, compré una rasuradora eléctrica y se la di a mi niña de 7 años. Le dije: ‘Toma, rasúramelo todo’. Mi hija me recibió la máquina y comenzó. Fue cuando entró su hermana mayor. Les pareció algo muy divertido. Pasaron un rato muy lindo... y eso las ayudó a darse cuenta de que aunque algo andaba mal, yo seguía siendo la misma persona”.

—PADRE, SOBREVIVIENTE DE CÁNCER
(TOMADO DE RELATOS DE SOBREVIVIENTES
EN WWW.LIVESTRONG.ORG)

“Nuestro hijo de 10 años quería saber todos los detalles sobre el tratamiento contra el cáncer de su padre. Así se dio cuenta de cómo afectarían su programa diario y sus planes para las vacaciones. El menor, en cambio, sólo quería saber que su padre estaba bien y quería compartir más abrazos y más cariño con nosotros”.

—PADRES DE DOS NIÑOS DE 6 Y 10 AÑOS

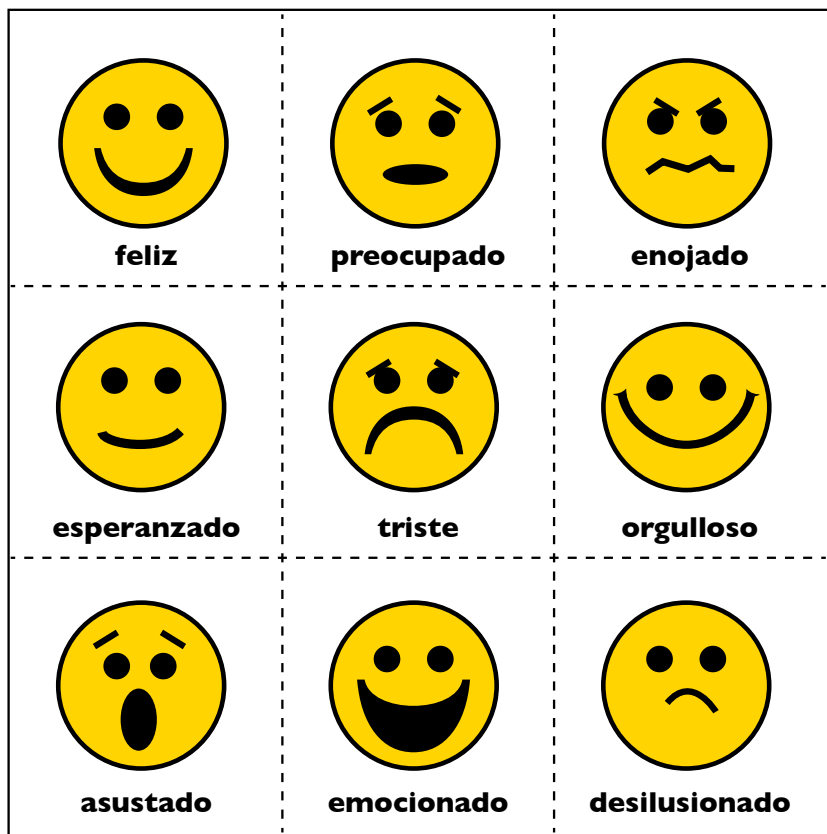


Hablar y jugar

TaTeTí emocional

Cuando Arthur y sus amigos se enteran de que la señora MacGrady tiene cáncer, reaccionan de diversas maneras. Quizás en su familia hayan vivido algo parecido con el cáncer u otra enfermedad grave. Este juego les brinda una oportunidad a usted y al niño para compartir las emociones sobre los cambios recientes en su vida.

Necesita dos piezas de juego distintas, p. ej., monedas y botones. Tórnense en colocar una pieza sobre cada cuadrado del TaTeTí. Hablen sobre lo que los hace sentir así. Por ejemplo, puede decir: **Me siento triste cuando Mami está tan cansada que no puede jugar.**



La torre de las preocupaciones

Tener a alguien que escuche con comprensión puede quitarle al niño un poco del peso de sus preocupaciones. Invite al niño a apilar bloques de juguete uno encima de otro. Cada bloque representa una preocupación. Pídale al niño que nombre las preocupaciones a medida que va formando la torre. Un niño cuyo padre estaba en tratamiento contra el cáncer las nombró así:

¿Cómo será cuando a Papi lo operen?

¿Cambiará su forma de ser?

¿Cómo puedo concentrarme en la escuela?

Luego, desmonten la torre. Esta vez, cada bloque representará algo que el niño puede hacer para aliviar el estrés y sentirse menos solo con cada preocupación. Por ejemplo, hagan juntos una lista de preguntas para hacerle al médico, o hagan algo que les haya facilitado la transición en otras ocasiones en que vivieron cambios radicales (como al mudarse a otra casa). Retiren un bloque al hablar de cada idea, hasta que se acabe la pila de bloques.



PARA LOS NIÑOS

Repase estos recursos para verificar que se siente a gusto con el contenido. Incluso si decide no compartir un libro o video con el niño, quizás encuentre palabras e ideas que le sirvan para iniciar un diálogo.

Libros

Ackermann, Abigail y Adrienne. *Our Mom Has Cancer* (Nuestra mamá tiene cáncer). American Cancer Society, 2002. Escrito e ilustrado por dos hermanas, de 11 y 9 años, acerca de la experiencia de la familia con el cáncer de seno.

Borden, Louise. *Good Luck, Mrs. K!* (Buena suerte, señora K.) Aladdin, 2002. A la señora K, maestra de tercer grado de gran popularidad, se le diagnostica cáncer. Los niños le envían cartas y la señora K les contesta.

Buckley, Colleen, *Grandma Kathy Has Cancer* (La abuela Kathy tiene cáncer). Dog Ear Publishing, 2007. Una nieta celebra su relación juguetona y cariñosa con su abuelita.

Glader, Sue. *¿Y el pelo? (Nowhere Hair)*, Thousand Words Press, 2010. Una niña, preocupada sobre como se le ha caído el cabello a su mamá, aprende que "lo que está dentro de nosotros es lo que más vale".

McVicker, Ellen. *Besos de mariposa y deseos con alas (Butterfly Kisses and Wishes on Wings)*, Ellen McVicker, 2006. Un libro que da esperanza y que ayuda, dirigido a niños que conocen a alguien que tiene cáncer. También se consigue en inglés.

Moore-Malinos, Jennifer. *Mi mamá tiene cáncer (Mom Has Cancer!)*. Barron's, 2008. Las cosas han cambiado porque su mamá tiene cáncer, pero un niño explica cómo él y su familia se las arreglan.

Ries, Lori. *Punk Wig* (La peluca punk). Boyd Mills Press, 2008. Debido al tratamiento de su cáncer, a Mamá se le cae el pelo. Por eso, ella y su hijo salen a comprar una peluca.

Silver Alex, Emily y Anna Rose. *Our Dad is Getting Better* (Papá se está mejorando). American Cancer Society, 2007. Tres hermanos chicos escribieron

este libro con base en sus vivencias con el cáncer de su padre.

Tinkham, Kelly. *Hair for Mama* (Cabello para mamá). Dial, 2007. Una familia afroamericana cariñosa lidia con el cáncer.

PARA LOS ADULTOS

Libros

Harpham, Wendy Schlessel, MD. *When a Parent Has Cancer: A Guide to Caring for Your Children* (Cuando el padre o la madre tiene cáncer: guía para el trato con los niños). Harper Collins, 2004.

Neiney, Sue P., PhD, RN et al. *Cancer in Our Family: Helping Children Cope with a Parent's Illness* (Cáncer en nuestra familia: cómo ayudar a los niños a lidiar con la enfermedad del padre o la madre). American Cancer Society, 2a. edición, 2013.

Rauch, Paula K., MD y Muriel, Anna C., MD. *Raising an Emotionally Healthy Child When a Parent is Sick* (Cómo criar a un niño de buena salud emocional cuando mamá o papá se enferma). McGraw-Hill, 2005.

VanDerNoot, Peter. *Helping Your Children Cope with Your Cancer* (Cómo ayudarles a los niños a lidiar con el cáncer que usted padece). Hatherleigh Press, 2006.

Recursos en internet

LIVESTRONG at School
www.scholastic.com/livestrong

Lecciones gratuitas en internet dirigidas a niños de grados kinder a 12 Les ayudan a los maestros a impartir información sobre el cáncer de una manera que inspira y da esperanza.

American Cancer Society
<http://www.cancer.org/>

Este sitio web integral incluye una sección "Cómo ayudar a los niños cuando algún miembro de la familia tiene cáncer". Haga clic en "Niños y cáncer". Se dispone de información en español, inglés y varios idiomas asiáticos y del Pacífico.

CancerCare
http://www.cancercare.org/publications#general_topics

Publicaciones útiles que incluyen "Cómo ayudar a los niños a entender el cancer".

Dana Farber Cancer Institute: Family Connections
www.dana-farber.org/pat/support/familyconnections/default.html

En este sitio web se encuentran consejos prácticos sobre cómo hablar con los niños acerca del cáncer.

FamilyDoctor.org
<http://www.familydoctor.org/familydoctor/es/diseases-conditions/cancer.html>

Este sitio web, creado por la American Academy of Family Physicians, ofrece información para familias sobre el cáncer.

KIDSCOPE (Kids Cope)
<http://www.kidscope.org/index.html>

Este sitio web ofrece una historieta ilustrada (cómic) y un DVD que se pueden descargar y que ayuda a los niños y las familias a entender los efectos del cáncer y la quimioterapia. En inglés y español.

Massachusetts General Hospital Cancer Center: Parenting At a Challenging Time
<http://www.mghpact.org>

El programa Marjorie E Korff PACT es un programa que trata sobre los retos y necesidades de los padres de familia con cáncer.

National Cancer Institute
www.cancer.gov
Encuentre consejos sobre cómo hablar con los niños. Acuda a www.cancer.gov/cancertopics/when-someone-you-love-is-treated

TOME ACCIÓN

Hay muchas maneras en que usted y los niños pueden dar apoyo a las personas que viven con cáncer. En la página 4 de este libro se encuentran varias sugerencias. Como familia, también podría interesarles participar en eventos en los que se crea conciencia o se recaudan fondos, con el auspicio de alguna entidad de alcance nacional.

The LIVESTRONG Foundation
www.LIVESTRONG.org
LIVESTRONG lucha por personas en todo el mundo que hoy viven con cáncer, ofreciéndoles los recursos y el apoyo que precisan para librar una batalla directa contra la enfermedad.

American Cancer Society
www.cancer.org
Entérese sobre las iniciativas Relay for Life, Daffodil Days y Making Strides Against Breast Cancer, y encuentre las fechas de eventos que pronto se llevarán a cabo cerca de donde usted vive.



Para ver más información
sobre **LIVESTRONG**, acuda a
www.LIVESTRONGespanol.org



Para ver más
información sobre
ARTHUR, acuda a
pbskids.org/arthur

“El cáncer afecta la vida de muchos de nuestros niños. Al dialogar, los niños aprenden sobre el cáncer, expresan sus emociones y comparten sus inquietudes y preocupaciones. Es con su cariño, apoyo y orientación que los niños aprenderán a sobrellevar las dificultades. Este libro de ARTHUR es una manera maravillosa de iniciar ese diálogo tan importante”.

—PAULA K. RAUCH, MD, FUNDADORA DEL PROGRAMA PACT EN EL CENTRO ONCOLÓGICO DE MASSACHUSETTS GENERAL HOSPITAL

Esta versión actualizada de esta guía es una producción del Departamento de Educación de WGBH.

Directora, WGBH Education
Denise Blumenthal

Directora, Participación Mediática
Mary Haggerty

Gerente, Contenido Educativo
Sonja Latimore

Directora, Proyecto Editorial
Cyrisse Jaffee
Elly Schottman (versión original)

Diseño
Colin Mahoney
Danielle Pierce (versión original)

Producción de Publicaciones
Lenore Lanier Gibson

Versión en español
Heller Language Solutions

AGRADECIMIENTO ESPECIAL

A la doctora Paula K. Rauch y al programa PACT del Centro Oncológico de Massachusetts General Hospital por su orientación en la creación del contenido de este libro. Para ver más información, acuda a www.mghpact.org

ASESORES

Nancy Carlsson-Paige
Catedrática en Educación,
Lesley College, Cambridge, MA

Jill Charney
Consejera especialista en
transiciones, Somerville, MA

Magnolia Contreras, MSW, MBA
Dana-Farber Cancer Institute,
Boston, MA

ARTHUR es una producción de
WGBH Boston y 9 Story
Entertainment, Inc.



Los fondos para la producción de
ARTHUR provienen de los televidentes
de la cadena de televisión pública.



Fondos corporativos de
Chuck E. Cheese's®.



**CHUCK E.
CHEESE'S**

Este libro es un proyecto
colaborativo con **LIVESTRONG**
Foundation, cuya misión es inspirar
y brindar respaldo ya mismo a las
personas afectadas por el cáncer.
LIVESTRONG es una marca
registrada de **LIVESTRONG**
Foundation.



© 2014, 2009 WGBH Educational Foundation.
Derechos reservados. Todos los personajes y los
materiales subyacentes (incluso el arte) son
propiedad intelectual de Marc Brown. ARTHUR,
D.W. y los demás personajes de la serie Arthur
son marcas registradas de Marc Brown. Todo el
arte de la serie © WGBH Educational Foundation /
Cookie Jar Entertainment, Inc. Todas las marcas
de terceros son de propiedad de sus respectivos
dueños. Se usaron con la debida autorización.
14123

