

Si alguno de sus seres queridos tiene cáncer de seno, usted es una persona que sobrevive con él o ella

El diagnóstico de cáncer de seno puede producir emociones intensas e inesperadas. Es posible que su ser querido tenga muchos sentimientos. Estos sentimientos pudieran ser temor, cólera, frustración, incluso depresión y desamparo. Estas emociones son normales. Él o ella han sido forzados a enfrentarse a la posible pérdida o cambio de un seno, al temor de la pérdida de una autoimagen positiva, de la salud e incluso de la vida. Es importante que usted comprenda lo que él o ella pueden estar pensando o sintiendo.

Sugerencias sobre cómo puede usted ayudar como persona que sobrevive con su ser querido.

Ofrezca apoyo:

- Vaya a las citas con el doctor
- Coordine el transporte par ir al tratamiento
- Cocine o pida entrega de alimentos
- Cuide a los niños
- Haga las compras de los alimentos
- Ayude con la limpieza de la casa o los trabajos del jardín
- Lave la ropa sucia
- Riegue las plantas
- Atienda las llamadas telefónicas
- Ayude con la preparación de documentos, tales como reclamaciones de las compañías de seguro
- Ofrezca ayudar con el cuidado de las mascotas
- Conduzca el auto compartiendo viajes
- Lleve el registro de llamadas telefónicas, regalos, flores y comidas

Ofrezca apoyo emocional:

- Dé apoyo moral
- Escuche con atención
- Dé muchos abrazos
- Comparta abiertamente sus sentimientos
- Esté presente con su ser querido
- Siga dando apoyo después de que termine el tratamiento
- Respete la necesidad de privacidad de su ser querido.

Si se está enfrentado al final de la vida:

- Acuda a citas de asesoría psicológica para la aflicción
- Cuide de usted también
- Hable con una enfermera de servicios para enfermos terminales
- Colabore con su familia, con sus amigos y su doctor
- Dé apoyo espiritual y emocional
- Escuche con atención

P: ¿Cuáles efectos secundarios debemos esperar como resultado de la cirugía o tratamiento? ¿Qué tan pronto iniciarán? ¿Cómo podemos prevenir o tratar dichos efectos secundarios? ¿Sobre qué problemas específicos debemos informarle a usted?

R:

P: ¿Cuáles efectos emocionales debemos esperar?

R:

P: ¿Qué clase de apoyo físico necesitaremos (por ejemplo, manejar hasta el lugar del tratamiento, etc.)?

R:

P: ¿Dónde se puede encontrar un grupo de apoyo de cáncer de seno o de cáncer?

R:

P: ¿Hay algún grupo de apoyo al que ambos podamos asistir?

R:

P: ¿Qué puedo hacer si me siento abrumado(a) o deprimido(a)?

R:



Para obtener más información sobre la salud de los senos o el cáncer de seno, llame a la línea para el cuidado de los senos Breast Care Helpline (1-877-465-6636) o visite el sitio www.komen.org. Susan G. Komen for the Cure no brinda consejos médicos.

www.komen.org
1-877 GO KOMEN (1-877-465-6636)