

## El primer pensamiento – sus hijos

Quizá usted acaba de enterarse que tiene cáncer de seno. Uno de sus primeros pensamientos puede haber sido sobre sus hijos. ¿Qué está pasando por su mente? ¿Temor a lo desconocido? ¿Debe decirles? ¿Qué les debe decir? Y si ellos le preguntan si usted va a morir ¿qué les va a decir? ¿Y si usted no va a estar presente para verlos crecer? Es normal tener este tipo de pensamientos.

Cuando hay algo que amenaza su vida, su primer instinto es proteger a su familia, especialmente a sus hijos. Usted no quiere que ellos se preocupen o se inquieten. Usted quiere conservar su inocencia. El hablar con su familia, pareja, doctor, enfermera o trabajadora social puede ayudarla a decidir qué decirles. Al final, usted es quien conoce mejor a sus hijos. Usted es la mejor persona para decidir cómo y cuándo hablar con sus hijos sobre su cáncer de seno.

## El punto de vista de su hijo(a)

Los niños le admiran a usted y dependiendo de su edad, quizá dependan de usted para todo. Y ahora, todo eso podría cambiar- por lo menos por algún tiempo. Ellos pueden percibir cuando algo no anda bien. Los niños imaginan las cosas peor de lo que realmente son, de modo que es mejor ser lo más abierto y honesto posible con ellos. Usted decide qué tanto decirles. Esto puede ser difícil, pero es importante.

Motive a sus niños para que hablen con usted y le hagan preguntas. El contestar a sus preguntas de forma realista y franca ayudará a aminorar su miedo. Permita que sus niños sepan por qué ciertas cosas están pasando. Por ejemplo, explíqueles por qué está usted perdiendo el cabello, se siente mal con el tratamiento, perderá un seno o no estará por algunos días. Explique cualquier cosa que cambie la rutina de los niños.

Es una buena idea dejarles saber a los maestros(as) de sus hijos por lo que usted está pasando – especialmente para los niños más pequeños. Esto le ayudará a los niños a enfrentar la situación si pasan la mayor parte del día en la escuela.

Finalmente, así como sus hijos dependen de usted, usted también puede depender de ellos. Ellos pueden ser y probablemente desean ser una fuente de apoyo para usted. Ellos desean escucharla, abrazarla, besarla y pasar tiempo con usted. Permítaselos.



## ¿Cómo afectará todo esto a su hija?



Si tiene una hija, quizá le preocupe si a ella le va a dar cáncer de seno también.

El tener una madre con cáncer del seno, aumenta la probabilidad de que una hija también lo tenga. Sin embargo, el hecho de que usted tenga cáncer de seno no significa que su hija también lo tendrá.

Hable con su hija sobre sus preocupaciones. Permítale que le haga preguntas. Si no puede contestarlas, está bien decir “No sé la respuesta en este instante, pero lo averiguaré.” Los integrantes de su equipo de salud también pueden ayudarla.

Si su hija es mayor, hable con ella acerca de aprender a conocer la apariencia y forma normal de sus senos. Quizá ella quiera hablar con su proveedor de atención médica sobre lo que el diagnóstico de usted implica para ella. Ella también pueden discutir con su doctor sus opciones para reducir su riesgo de tener cáncer de seno.

Las mujeres menores de 40 años, ya sea con antecedentes familiares de cáncer de seno o cualquier otra preocupación sobre su riesgo personal de tener la enfermedad, deben consultar con su proveedor de atención médica sobre cuándo empezar a hacerse la mamografía u otras pruebas, tales como los estudios de resonancia magnética (MRI) del seno y con qué frecuencia. Es posible que las mujeres que corren mayor riesgo deban someterse a exámenes de detección a una edad más temprana y efectuarlos con mayor frecuencia que las mujeres que corren un riesgo promedio.

## Recursos

Es posible que algún miembro de su grupo de salud le haya hablado sobre los grupos de apoyo a los que usted puede unirse. También puede comenzar por llamar a alguna de las siguientes organizaciones:

Susan G. Komen®  
1-877 GO KOMEN (1-877-465-6636)  
[www.komen.org](http://www.komen.org)

American Cancer Society's Reach to Recovery Program  
1-800-ACS-2345  
[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

Cancer Support Community  
1-888-793-9355  
[www.cancersupportcommunity.org](http://www.cancersupportcommunity.org)

Kids Cope  
[www.kidscope.org](http://www.kidscope.org)

Kids Konected  
1-800-899-2866  
[www.kidskonected.org](http://www.kidskonected.org)

Young Survival Coalition®  
1-877-972-1011  
[www.youngsurvival.org](http://www.youngsurvival.org)

Los tableros de mensajes de Komen ofrecen foros en línea para sobrevivientes de cáncer de seno en donde pueden compartir sus experiencias, consejos y apoyo.  
<https://apps.komen.org/Forums/>

### Hojas de información relacionadas en esta serie:

- Cómo obtener apoyo después del diagnóstico de cáncer de seno
- La genética y el cáncer de seno

La lista de recursos está disponible solamente como una sugerencia. Esta no es una lista completa de los materiales o de la información disponible sobre el cáncer de seno. Esta información no debe ser usada para autodiagnóstico o para reemplazar los servicios de un médico profesional. Komen no respalda, recomienda, representa o da garantía alguna relacionada con la precisión, actualización, calidad o infracción de cualquier material, producto o información proporcionada por las organizaciones incluidas en la lista de recursos.