

Recomendaciones

para cuidadores de pacientes con cáncer

Los pacientes con cáncer requieren un apoyo importante de sus cuidadores desde el momento en que son diagnosticados.

En América Latina este rol lo asumen uno o más familiares cercanos, normalmente sin ningún tipo de capacitación. A continuación, te compartimos algunas recomendaciones prácticas:

AL RECIBIR EL DIAGNÓSTICO:

- **Identifica las redes de apoyo cercanas:** pareja, hijos, familiares que puedan colaborar contigo, tal vez pienses que puedes solo (a) pero no es así.
- **Ubica las redes de apoyo externas,** puedes recurrir a especialistas como un psicólogo, tanatólogo, trabajador social o enfermera. Las Fundaciones y Organizaciones de la Sociedad Civil también son un gran apoyo.
- **Conoce la enfermedad** para entender cómo se va desarrollando.
- **Evita la "conspiración del silencio".** Permite que el paciente conozca su enfermedad hasta donde quiera saber. Es su derecho y le da la posibilidad de decidir sobre su tratamiento.
- Ten presentes los **derechos del paciente en tu país:** deben ser similares a esto: [Decálogo de los derechos básicos de los pacientes.](#)



AL COMENZAR EL TRATAMIENTO



- **Conoce su historial clínico:** alergias, trastornos previos y antecedentes de cirugías. Esta información la solicitarán siempre en las consultas además del tratamiento actual.
- **Reconoce las necesidades del paciente:** físicas, emocionales y ambientales, ¿el espacio donde va a dormir al regresar a casa después de la cirugía o tratamiento es adecuado para él? ¿Tiene otro padecimiento cómo hipertensión o diabetes, que pueda complicarse con el proceso al que fue sometido?
- **Lleven una bitácora para registrar los efectos secundarios** de los tratamientos, los datos de alerta y preguntas que puedan ser de utilidad para tratar en la consulta médica.
- **Pide ayuda y acéptala.** Es importante que te cuides a tí mismo: procura dormir bien, hacer ejercicio y no te aisles, recibe el apoyo de las personas que quieren hacer algo por ustedes.

Fuente: GUÍA DE CUIDADORES PARA PACIENTES CON CÁNCER DE PRÓSTATA