



cancer.org | 1.800.227.2345

Regresar a la normalidad después de que su hijo termina el tratamiento contra el cáncer

Una de las primeras preguntas que podría tener para el equipo de profesionales contra el cáncer después de que su hijo es diagnosticado es “¿Cuándo acabará todo esto?”. Después de semanas, meses e incluso años, podría encontrar que alcanzar el final del tratamiento podría causar entusiasmo, al igual que un poco de temor. Es importante para su hijo y seres queridos que sepan que puede tomar tiempo adaptarse al hecho de haber terminado el tratamiento.

Cómo adaptarse al final del tratamiento

Algunas familias notan que cuando ya no hay que administrar tratamiento ni medicamentos, todos experimentan una especie de preocupación y temor. Usted o su hijo podrían tener miedo de [que el cáncer regrese](#)¹ una vez que deja de haber tratamiento. Podría ser que también haya incertidumbre sobre el regreso del hijo a la escuela y a sus otras actividades. Muchas familias reportan que extrañan ver a las personas del equipo de profesionales contra el cáncer con la frecuencia acostumbrada durante el tratamiento. Puede tomar estas medidas para ayudar a sobrellevar algunos de estos sentimientos que podrían surgir una vez acabado el tratamiento.

- Hable con su equipo de profesionales contra el cáncer si está preocupado(a) sobre el regreso del cáncer para que sepa de qué señales hay que estar pendiente y cómo estará siendo su hijo revisado para ver si el cáncer ha regresado.
- Pregunte sobre el programa de citas para los cuidados posteriores que se harán, incluyendo aquellas en las que su hijo requerirá hacerse pruebas de laboratorio o de otro tipo que podrán indicar mejor su estado actual.

- Hable con los padres de otros niños que ya han finalizado su tratamiento contra el cáncer.
- Tenga en cuenta que el temor de que el cáncer regrese puede que nunca se disipe por completo, pero la mayoría de la gente reporta que esta sensación se alivia con el tiempo.
- Si usted o su hijo ven que les consume demasiado tiempo el estar preocupados sobre el regreso del cáncer, hable con su equipo de profesionales contra el cáncer para que le proporcionen referencias sobre apoyo psicoterapéutico o de otro tipo para controlar el estrés y la ansiedad.
- Esté consciente que es normal experimentar algo de dificultad al momento en que el tratamiento termine, incluso si es algo que tanto usted como su familia estaban anhelando que pasara.

¿Qué es lo que necesitan los niños para apoyarles?

La reacción que su hijo tenga tras terminar su tratamiento por lo general depende de su edad, personalidad y tipo de tratamiento recibido, entre otras cosas. La parte más importante es que continúe con su crecimiento y desarrollo de la misma manera que si no hubiera tenido cáncer. Para algunos niños, los primeros meses y años tras el tratamiento son el momento de ponerse al tanto con los compañeros. Encontrarán, tanto como les sea posible, una sensación de seguridad en las rutinas y al saber qué es lo que puede esperar día a día. A continuación se mencionan algunas cosas que puede hacer para apoyar el desarrollo del niño y crear rutinas para niños de distintas edades:

Bebés y niños muy pequeños

- Deberán empezar a ponerse al corriente con su desarrollo físico y social una vez completado el tratamiento.
- Se benefician de que quienes cuidan de ellos les hablen y les lean cuentos, con interacción directa cara-a-cara.
- Deberán contar con momentos en los que puedan interactuar con otros niños pequeños de su edad, tal como en una guardería, grupos para jugar o sesiones para cantar canciones.
- Deberán continuar con su desarrollo a través de jugar con aquellos juguetes que fácilmente puedan levantar y sujetar con seguridad.
- Necesitan consistencia en las personas a cargo de su cuidado para las rutinas habituales como comer, dormir, jugar y otras actividades cotidianas.

- Si los bebés y niños muy pequeños no muestran que hagan cosas que otros niños de su edad suelen hacer, podría ser que requieran lo que se conoce como una Evaluación de Intervención Temprana para identificar las áreas en las que requieran de apoyo adicional.
- Algunos servicios que pueden ser de ayuda para los niños cuando requieren de apoyo adicional para cumplir con metas importantes de su desarrollo incluyen: fisioterapia, terapia ocupacional y terapia del lenguaje. Hable con el equipo de profesionales contra el cáncer sobre cualquier inquietud que tenga acerca del desarrollo del niño y solicite que le refieran con alguien capacitado para hacer una evaluación.

Niños que gatean y en edad preescolar

- Es útil que los niños en este rango de edad cuenten con límites y reglas consistentes para fomentarles una sensación de seguridad. Las personas a cargo de su cuidado requieren ser claros con el niño sobre las reglas y los límites para que ellos sepan lo que se espera de ellos.
- Requieren de tiempo para jugar como una forma de explorar y entender el mundo a su alrededor.
- El tiempo para jugar debe incluir tanto el tiempo de juego por sí solos como tiempo para interactuar con otros niños de su edad. Los centros preescolares, las citas con otros niños para jugar o las clases para niños de su edad brindan la oportunidad para la interactividad en el juego. El tiempo para la tranquilidad que fomenta el juego por sí solos puede incluirse como parte de las rutinas cotidianas. Podría probar con un momento diario de tranquilidad que permita a que el niño juegue solo, especialmente si éste deja de poder hacer la siesta con regularidad.
- El niño puede ser animado a que sea tan independiente como otros niños de su edad. Puede que esté preparado para retomar su aprendizaje respecto al uso del inodoro, a vestirse por sí mismo o a ponerse los zapatos anudando las cintas.

Niños en edad escolar

- Deberán regresar a la escuela tan pronto tengan la capacidad de volver. Regresar a clases fomenta el desarrollo para socializar, aprender y afrontar la situación, al ofrecer un marco consistente de rutinas. Refiérase al contenido sobre el [regreso a la escuela tras el tratamiento contra el cáncer²](#) para más información.
- Pueden volver a retomar las actividades independientes a la escuela que les

- gustaba hacer, o probar con nuevas actividades. Desarrollar nuevas habilidades o mejorar las que ya se tenían fomenta la autoestima y la sensación de logro.
- Por lo general disfrutaban de generar nuevas relaciones interpersonales con otros niños y participar en los programas para niños con cáncer, incluso tras haber completado el tratamiento.
 - Podrían manifestar mayor temor de que el tratamiento vaya a terminar y que esto les preocupe. Asegúrese de que cuenten con la información adecuada sobre la manera en que se les brindará la atención que necesitan y pídeles que le digan si algo que les preocupe está dificultando que puedan hacer las cosas que quieren hacer o si esto les hace que no puedan conciliar el sueño.
 - Tras el cáncer, podrían afrontar la dificultad de lograr que sean “vistos” como niños normales. Manténgase en contacto con la escuela del niño para que se pueda atender cualquier problema oportunamente.

Adolescentes

- Puede que tengan dificultad de retomar sus relaciones interpersonales con los amigos tras haber concluido el tratamiento y que esto les moleste. Puede ser útil que cuenten con un adulto de confianza con quienes se sientan cómodos conversando sobre sus sentimientos. Esta persona podría ser uno de los padres, algún tutor a cargo de su cuidado, un maestro o uno de los integrantes del equipo de profesionales médicos.
- Podrían estar preparados para tener más responsabilidades en casa y que se les anime a tener un control de las cosas para las cuales ya estén listos. Muchos adolescentes están preparados y pueden ser animados a que ayuden en coordinar las citas de su atención médica, aprender a conducir o empezar a trabajar.
- Puede que aprecien el poder participar en las conversaciones y sugerir ideas con los padres y otras personas a cargo de su cuidado. Podría ser útil preguntar a los adolescentes sobre sus ideas y las decisiones que toman evitando emitir críticas.
- Puede que requieran apoyo con el trabajo escolar y con elaborar planes para la vida posterior al cáncer. A medida que se da la transición a la vida adulta, tendrán la posibilidad de aprovechar las oportunidades de explorar aquello que les ayudará a alcanzar sus metas. Refiérase al contenido sobre el [regreso a la escuela tras el tratamiento contra el cáncer](#)³ para más información.
- Podrían estar listos para que algunas de las reglas en casa se tornen menos estrictas, especialmente a medida que muestren que están listos para tener más responsabilidades.
- Podrían considerar que ya no es necesario las consultas de seguimiento con el

médico, u otro tipo de cuidados posteriores. Contar con la educación pertinente sobre el apoyo y los cuidados posteriores a largo plazo puede ser de utilidad en esto. El contenido sobre [efectos tardíos del tratamiento contra el cáncer infantil⁴](#) detalla las razones de la importancia del seguimiento y cuidados posteriores.

cancer.org | 1.800.227.2345