

Ayudar a su niño/adolescente con los cambios corporales

La imagen corporal es cómo se ven los niños y adolescentes a sí mismos o cómo piensan que los ven los demás. Para los adolescentes, la imagen corporal es una parte muy importante de cómo definen quiénes son.

Mientras su niño/adolescente se encuentre en el St. Jude, los tratamientos que reciba pueden provocar cambios en su cuerpo. Estos cambios pueden ser estresantes para usted y su niño/adolescente. Es importante recordar que la mayoría de los cambios son temporales y que hay cosas que puede hacer para ayudar a su niño/adolescente a sobrellevarlo. Algunos de los cambios más comunes son los siguientes:

Pérdida de cabello

- La pérdida de cabello puede incluir todo el vello corporal – cejas, pestañas, vello del pecho y púbico y vello de la nariz. La pérdida de vello de la nariz puede causar un aumento de la sensibilidad del olfato. Trate de evitar aromas fuertes como detergentes, perfumes y colonias que puedan molestar a los pacientes.
- Algunos pacientes encuentran útil cortarse el pelo corto o afeitarse la cabeza cuando comienza a caerse. Esto le da a los pacientes un sentido de control sobre la pérdida y ayuda a aliviar un poco la picazón que acompaña a la caída del pelo.
- A algunos pacientes les gusta llevar pelucas, gorros, bufandas y bandanas. Estos artículos también pueden ayudar a identificar el sexo del paciente, dado que algunos pacientes se sienten inseguros sobre este tema cuando pierden el cabello. Su trabajador social puede ayudarlo a encontrar los recursos para obtener pelucas, gorros o bufandas. Puede comprar para decorar sombreros simples y bandanas para usted y su niño/adolescente. Incluso puede hacer que familiares y amigos firmen los sombreros como forma de mostrar su apoyo al paciente.
- A algunos pacientes les gusta teñirse el cabello o hacerse un corte de pelo raro antes de que se les caiga. Puede ser una manera divertida de sobrellevar esta pérdida. Por favor consulte al médico antes de usar cualquier tinte para el cabello.
- Los especialistas de Child Life ofrecen recursos y apoyo para los niños y adolescentes con pérdida de cabello.

Pérdida y aumento de peso

- Algunos pacientes pueden rehusarse a tomar los medicamentos debido a los efectos secundarios. Si los medicamentos causan un aumento o una pérdida de peso, intente hablar con su niño/adolescente

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Ayudar a su niño/adolescente con los cambios corporales

respecto a la necesidad de tomar los medicamentos. Sus palabras pueden ayudarlo a entender los cambios que le están ocurriendo a su cuerpo y que esos cambios no son permanentes.

- Algunos pacientes encuentran útil hacer un calendario que indique durante cuánto tiempo deberán tomar los medicamentos que causan las variaciones de peso.
- Estimule la práctica de alguna actividad física cuando su hijo esté dispuesto (como caminar o andar en bicicleta proporcionada en la fisioterapia).
- Consulte a su nutricionista, quien le puede dar una dieta sana y útil para su niño/adolescente.

Acné

- Hable con su médico sobre los cuidados adecuados de la piel y las opciones de limpieza.
- Pruebe distintos tipos de maquillaje y correctores.
- Consulte con el especialista en terapia recreativa de su hijo, sobre el Programa verse bien, sentirse bien (Look Good, Feel Good Program) para adolescentes.

Cicatrices, sitios quirúrgicos, puertos, catéteres, pérdida de miembros, etc.

Hable con su médico antes de la cirugía para preguntarle acerca de las posibles cicatrices y los cambios en las funciones corporales. Saber qué esperar lo ayudará a usted y a su niño/adolescente a prepararse para estos cambios, de modo que no provoquen un choque emocional tan grande. Pruebe distintos tipos de maquillaje y correctores después que el área haya cicatrizado.

- Se pueden usar distintos tipos de vestimenta para cubrir las zonas que su niño/adolescente no desee que los demás vean.
- Consulte con el especialista en terapia recreativa de su hijo sobre la posibilidad de reunirse con otros pacientes que hayan tenido experiencias similares.

Los cambios corporales pueden hacer que su niño/adolescente se sienta raro o incómodo con su aspecto. Es posible que algunos pacientes deseen evitar ver a sus amigos, ir a la escuela y lugares públicos o que se les tome fotografías. Dentro de lo razonable, trate de respetar los deseos de su niño/adolescente a la vez que pone los límites adecuados.

Utilizar la Internet, el teléfono, escribir y enviar cartas son maneras que tiene su niño/adolescente para estar en contacto con sus pares y conservar la privacidad que desea. Con el tiempo, la mayoría de los pacientes se adapta a estos cambios y reanuda sus actividades normales.

Los padres pueden apoyar a los niños/adolescentes durante este tiempo del siguiente modo:

- Escuchándolos cuando deseen hablar de los cambios en su imagen corporal, si es que desean hacerlo;
- Proporcionándoles medios para que se expresen (como diarios, proyectos artísticos, etc.); y

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Ayudar a su niño/adolescente con los cambios corporales

- Haciéndoles saber que está bien sentirse triste o enojado debido a estos cambios corporales.

Recursos

Recuerde, el especialista en terapia recreativa de su hijo está aquí para apoyarlo a usted y a su niño/adolescente. Este miembro del personal puede ofrecerle varias ideas para sobrellevar los cambios en la imagen corporal o puede referirlo a otros especialistas. Si no está en el hospital y desea hablar con un especialista en terapia recreativa, por favor llame al departamento Child Life. Si se encuentra en el área local, llame al 901-595-3020. Si se encuentra fuera del área de Memphis, marque el número gratuito 1-866-2STJUDE (1-866-278-5833) extensión 3020.

Además, visite estos sitios Web:

- www.headcovers.com
- www.lookgoodfeelbetter.org

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.