

Ser padres de adolescentes que enfrentan desafíos

Tener cáncer u otra enfermedad grave puede provocar cambios en su hijo adolescente. Es posible que presente cambios físicos, emocionales o sociales que lo diferencien de sus amigos y compañeros de clase. También puede experimentar cambios en el pensamiento, la memoria y el rendimiento escolar. Estas transformaciones pueden limitar las capacidades de su hijo, o simplemente pueden ser cambios respecto a cómo su hijo era antes. Este artículo le informa acerca de algunos límites que los adolescentes pueden enfrentar y cómo ayudarlos.

Cambios físicos

Los cambios físicos pueden incluir:

- Caída permanente del cabello.
- Dificultad para realizar tareas físicas, desde sujetar un bolígrafo hasta caminar o conducir un automóvil.
- Aumento o pérdida de peso.
- Problemas de la piel, la visión o la audición.
- Problemas de crecimiento: es posible que su hijo crezca y se desarrolle de manera diferente a otras personas de su edad.

Su hijo adolescente también podría padecer dolor crónico o una afección crónica como la diabetes.

Formas de ayudar

Asegúrese de que su hijo vea a sus médicos y a otros profesionales de la salud con regularidad. Estimule a su hijo adolescente a tener un horario de sueño saludable y a tomar decisiones saludables, como seguir una dieta nutritiva y hacer ejercicio. Si tiene preguntas sobre los hábitos de sueño saludables o sobre otras opciones de estilo de vida, consulte a un miembro del equipo de St. Jude.

Pensamiento, memoria y rendimiento escolar

La enfermedad y el tratamiento pueden afectar la capacidad de su hijo adolescente para recordar cosas, prestar atención y pensar o aprender como lo hacía antes. Las calificaciones pueden ser más bajas o es posible que tengan problemas para recordar, pensar y concentrarse.

Formas de ayudar

Consulte con el consejero de la escuela de su hijo sobre la posibilidad de acceder a un Programa Educativo Individualizado (IEP) o a un Plan 504. Estos planes pueden ayudar a su hijo adolescente a tener éxito en la escuela.

Encuentre aplicaciones de "entrenamiento del cerebro" que su hijo adolescente pueda usar en la tableta o la computadora, en caso de tener una. Esto puede ayudarlo con su memoria y atención.

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.

Ser padres de adolescentes que enfrentan desafíos

Hable con un miembro del equipo de St. Jude si le preocupa que su hijo adolescente no esté tomando buenas decisiones cuando cumpla 18 años. El equipo puede hablar con usted sobre la posible necesidad de un tutor legal.

Cambios emocionales

Tener una enfermedad potencialmente mortal puede cambiar emocionalmente a su hijo adolescente. Es posible que parezca más preocupado o triste de lo normal; o puede parecer que tiene autoestima baja, culpa o pensamientos negativos acerca de su cuerpo.

Formas de ayudar

Pídale a su hijo adolescente que hable con un consejero escolar o con un proveedor de salud mental licenciado si está dispuesto a hacerlo. Su hijo también podría verse beneficiado si se vincula con un mentor o si tiene un pasatiempo saludable. Además, podría sentirse mejor si va a campamentos o participa en grupos con otros adolescentes que hayan pasado por experiencias similares.

Dificultades a nivel social

Estar lejos de la escuela puede afectar las amistades y el desarrollo social de su hijo adolescente. Fomente las actividades con amigos y compañeros de clase. La capacitación específica en habilidades sociales podría ayudar si le preocupa cómo se está desarrollando su hijo adolescente a nivel social.

Cómo obtener ayuda para usted mismo

Como padre de un adolescente que enfrenta desafíos, es posible que se sienta culpable, aislado, preocupado o cansado. Es posible que le resulte difícil tratar de ayudar a su hijo. Si tiene estos sentimientos, considere la posibilidad de hablar con un proveedor de salud mental licenciado de su comunidad. También puede unirse a un grupo de apoyo para padres que se enfrentan a problemas similares. Además, puede ser útil recordar que las cosas mejoran con el tiempo, a medida que se gana más experiencia y perspectiva. Recuerde, no está solo.

¿Preguntas?

Llame a la Clínica de Psicología al 901-595-3581 si tiene preguntas o inquietudes.

St. Jude Children's Research Hospital cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

ATTENTION: If you speak another language, assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

تنبيه: إذا كنت تتحدث باللغة العربية فيمكنك الاستعانة بخدمات المساعدة اللغوية المتوفرة لك مجاناً. يرجى الاتصال بالرقم 1-866-278-5833 (الهاتف النصي: 1-901-595-1040).

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.