

St. Jude para los Padres

SEPTIEMBRE 2017

Criar adolescentes que padecen enfermedades crónicas

Por Jennifer Allen, Doctor en Farmacia, Kendra Parris, Doctorado, del Departamento de Psicología de St. Jude.

Finalmente, de vuelta en casa, fuera del tratamiento. Podemos volver a la vida “normal”. Vuelta al colegio, vuelta al trabajo... esto es lo que estuvimos esperando.

¿Pero qué pasa si la transición a la casa y estar fuera de tratamiento no es tan sencillo? ¿Qué pasa si está lleno de emoción junto con nuevas preocupaciones y miedos? Su niño sobrevivió lo inimaginable. Todas estas cosas de la vida tienen que ser fáciles. Pero, ¿cómo se puede volver a lo normal después de lo que se ha vivido? Acontecimientos, tales como asistir a una fiesta de pijamas, campamento de verano, aprender a conducir, tener una cita, ir a la universidad, pueden ser emocionantes para su adolescente, pero pueden provocarle a usted miedo y preocupación.

¿Cómo puede hacer para dejar que su niño crezca y sea independiente cuando usted siente la necesidad de protegerlo de cualquier daño? Usted no está solo, y esperamos que este artículo lo ayude.

Criar a su adolescente después de la enfermedad

Los padres de niños con enfermedades médicas crónicas, tales como el cáncer, anemia de células falciformes, y muchas otras, luchan con ayudar a sus hijos simplemente a ser adolescentes. Criar a un adolescente ya es suficientemente difícil sin el agregado de una enfermedad.

Para cualquier niño, los años de la adolescencia son una etapa de cambios rápidos. De hecho, cambios biológicos, en la forma de pensar, y en el funcionamiento social, son algunas de las características principales de la adolescencia. Comienzan a pensar de una forma más compleja y de formas más abstractas y a ver las cosas desde diferentes perspectivas. Ganan empatía y la habilidad de razonar y pensar en las consecuencias.

También pueden ocurrir cambios en los roles sociales. Los adolescentes adquieren más responsabilidades y el poder de tomar decisiones dentro de la familia. En la comunidad, es probable que se les otorgue el derecho a conducir, votar o trabajar.

Es muy común en los adolescentes que aumenten los conflictos con una distancia emocional de los padres. Pasan más tiempo con amigos y quieren

tener experiencias. Estas experiencias de adolescentes no siempre llevan a problemas. La mayoría transita esta etapa sin muchos problemas.

El tiempo de estos cambios en los adolescentes y lo fuerte que pueden ser varía ampliamente. Sin embargo, casi todos los adolescentes experimentan estos mismos cambios.

Lidiar con los cambios de los adolescentes

Estos cambios pueden ser alarmantes para los padres, especialmente para aquellos que han ayudado a su hijo a transitar un problema de salud. Acontecimientos que en el pasado pudieron haber sido emocionantes ahora pueden hacer que usted tenga miedo, se preocupe o se confunda.

Por favor no comparta refrigerios en las clínicas

A veces los pacientes no deben comer ni beber nada antes de la anestesia o sedación para cirugía u otros procedimientos. Esto se llama NPO, que significa “Nada por boca” en latín. Los pacientes con el estómago lleno corren el riesgo de que se vaya comida o bebida a los pulmones, que puede ocasionar una neumonía u otros problemas serios de salud.

Si su niño ha cumplido con las pautas NPO en el pasado, usted sabe lo difícil que puede ser para un niño esperar tanto para comer o beber. Si usted lleva algún refrigerio para su niño a la sala de espera, le pedimos que recuerde no ofrecerle comida a otros niños antes de consultar con los padres. Si un niño que no puede comer ni beber nada por boca NPO, por sus siglas en inglés, solo come un pedacito o dos, la cirugía o procedimiento será retrasado o cancelado. Si los padres o el personal no están al tanto de que su niño ha comido,

Es importante involucrarse en el mundo de su adolescente. Usted tiene que asistir a las actividades escolares y compartir las comidas. Intente salir a caminar juntos o busque un interés o hobby para compartir con su hijo. Hable abiertamente y escuche. Intente no interrumpir cuando su adolescente habla.

Sugiera en lugar de corregir y aliéntelo para que resuelva los problemas. Involucra a su adolescente en la creación de reglas y consecuencias y sea modelo de relaciones saludables en su vida personal. Finalmente, intente alentar las ideas de su adolescente y sus habilidades naturales.

Continúa al dorso

el niño podría estar en peligro.

Las pautas NPO son importantes para la salud y seguridad de todos los pacientes. Ayúdenos a mantener seguros a todos los pacientes de St. Jude.

La Sala de Medicinas permanece cerrada durante la noche

A fin de brindar un área de atención al paciente más segura después del horario de atención, la entrada a la Sala de Medicinas permanecerá cerrada con llave de 7 p. m. a 7 a.m. todos los días. Si tiene que entrar a las Sala de Medicinas en este horario:

- Diríjase a la puerta de la Sala de Medicinas
- Utilice el teléfono que se encuentra detrás suyo y marque 2441, y
- El personal abrirá la puerta para usted.

Necesita una mesa de cambio para un niño más grande o un adolescente?

Ahora hay a su disposición una mesa de cambio en uno de los baños para la familia en el Chili's Care Center (Centro de Atención Chili's) cerca de Registro de Paciente y Evaluación y Triage. Es la Sala I-1101.

Esta mesa de cambio puede soportar hasta 440 libras e incluye una barra de seguridad. Usted puede adaptar la altura de la mesa usando el control remoto.

Si necesita ayuda para encontrar un baño con mesa de cambio, consulte con un miembro del personal del Centro de Atención Chili's.



Hablemos de medicinas

Lo que usted tiene que saber sobre las plantas medicinales

Por Shane Cross, Doctorado en Farmacia, Servicios Farmacéuticos

Las plantas medicinales son extractos que provienen de raíces y de hojas de plantas. En algunas culturas se han usado por siglos y cada vez son más populares en los Estados Unidos. Aun así, las plantas medicinales no son igual que las medicinas o las vitaminas y minerales

Hay algo importante para recordar acerca de las plantas medicinales: a diferencia de los medicamentos, las plantas medicinales no necesitan la aprobación de la Administración de Alimentos y Fármacos (FDA por sus siglas en inglés) antes de poder comercializarlas. Esto quiere decir que los productores pueden vender el producto antes de haber probado si es bueno y seguro. Desafortunadamente, muchas personas piensan que como las plantas medicinales son "naturales", también son seguras. Esta afirmación puede o no ser cierta, y mucho depende de la planta medicinal específica.

También puede haber interacciones potenciales entre las plantas medicinales y los medicamentos que se le administran a su niño. Algunas plantas medicinales pueden alterar la forma en que funcionan en el cuerpo y pueden provocar efectos secundarios inesperados.

Asegúrese de consultar con su médico o con el farmacéutico antes de tomar plantas medicinales o de administrárselas a su niño.

Criar adolescentes que padecen enfermedades crónicas...

Continúa de la primera página

Típicos resultados de adolescentes

Los siguientes son resultados típicos para los adolescentes que muestran el crecimiento y los cambios que esperamos ver:

- Un aumento de sentido de independencia. Esto significa que hacen más cosas por sí solos. No dependen de sus padres para sus necesidades personales.
- Una identidad refinada. Tienen más conocimiento de sí mismos, saben quiénes son o quiénes quieren ser.
- Más intimidad y a veces sexo en las relaciones. Esto incluye tener relaciones más emocionales, maduras y complejas.
- Toman decisiones sobre futuros objetivos. Se concentran más en educación y carreras.

Puede ser alarmante para los padres ver a sus adolescentes transitar esos cambios. Si usted o su hijo tienen

problemas con las dificultades comunes de la adolescencia, busque apoyo. Estas son algunas de las personas que pueden ayudar:

- El médico de cabecera de su niño.
- Los equipos médicos y psicológicos
- El personal de la Clínica de Psicología de St Jude (901-595-3581)

Cuando la enfermedad y los tratamientos retrasan el crecimiento

La historia médica y de tratamiento pueden haber causado límites físicos, mentales y emocionales que separan a su hijo de los típicos adolescentes. Si usted es padre de un adolescente con ese tipo de límites, lea un futuro artículo de la Clínica de Psicología acerca de la mejor forma de apoyar a su hijo en la etapa de la adolescencia. Si quiere consultar ahora, llame a la Clínica de Psicología al 902-595-3581 para ayudar a su familia.

El boletín *St. Jude para los Padres* es publicado el 1.º de cada mes por la división de Servicios Centrados en el Cuidado de la Familia y Comunicaciones Biomédicas. Sus preguntas y comentarios son importantes para nosotros. **Queremos imprimir sugerencias y consejos prácticos escritos por padres de St. Jude para que sean compartidos con otros padres.**

Para compartir ideas o recibir este boletín por correo electrónico, por favor, comuníquese con la RN, MSN Alicia Huettel al 901-595-5453 (parents_newsletter@stjude.org) o con Lois Young (lois.young@stjude.org). Para suscribirse a la versión en línea de este boletín, visite www.stjude.org/parents-newsletter. St. Jude es un Empleador que ofrece Igualdad de Oportunidades.

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
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).

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

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



St. Jude Children's Research Hospital

ALSAC • Danny Thomas, Founder

Finding cures. Saving children.

262 Danny Thomas Place
Memphis, TN 38105-3678