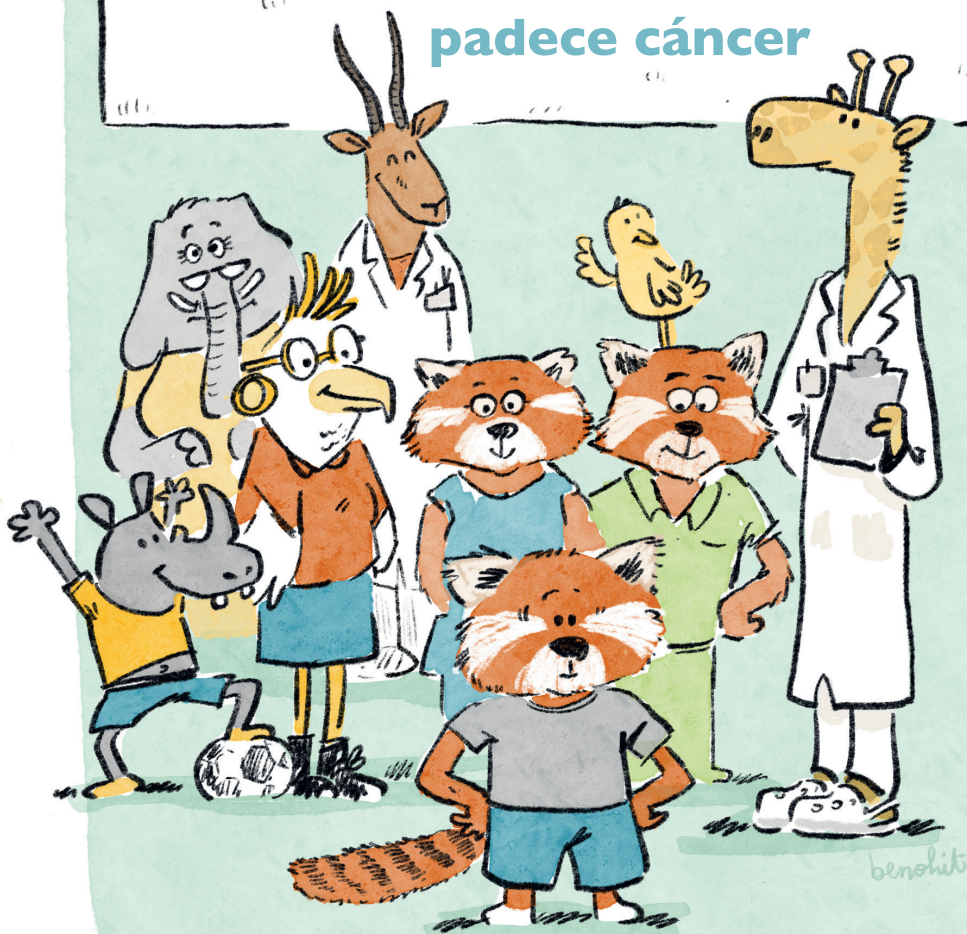


MI NUEVA VIDA COTIDIANA

Lo que cambia cuando se
padece cáncer





MI NUEVA VIDA COTIDIANA

**Lo que cambia cuando se
padece cáncer**

Un folleto elaborado por Anouk Mévillot

Ilustración : benohit

Mi vida con un cáncer

El equipo médico te ha explicado que tienes una enfermedad que se llama cáncer. Te contamos lo que, probablemente, va a cambiar en tu vida durante el tratamiento.

Tu día a día

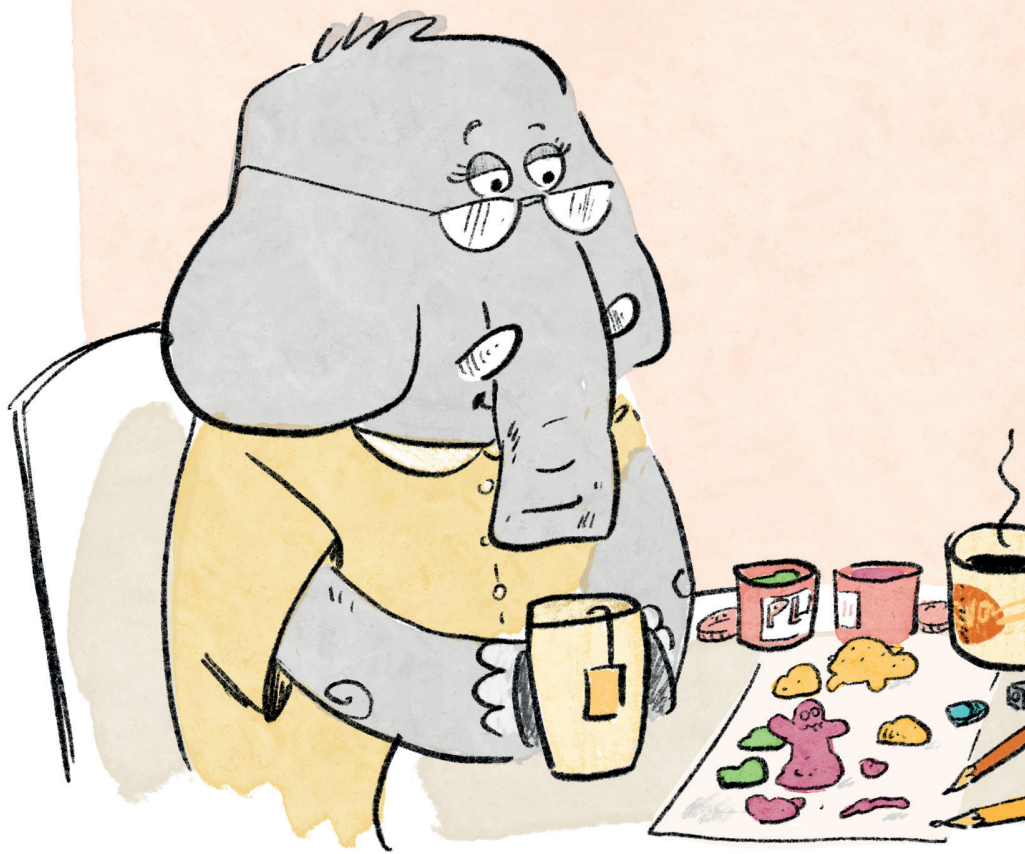
Vas a pasar un tiempo en el hospital para curarte. Algunas veces tendrás que quedarte varios días seguidos y dormir allí. Un/a adulto/a de tu confianza podrá quedarse contigo para apoyarte. Puedes llevarte tu peluche preferido. A veces tendrás que ir al hospital para que te hagan pruebas o para ir a buscar medicamentos y después podrás volver a casa. Si tienes fiebre y tu cuerpo no puede combatir él solo a los microbios, también tendrás que ir, incluso si no estaba previsto.





Tus emociones

Desde que te han explicado que tienes una enfermedad seguramente que sientes una mezcla de emociones. Miedo. Enfado. Tristeza. Quizás incluso una mezcla de todas. Es normal. No siempre es fácil adaptarse a todos estos cambios. Es importante que compartas lo que sientes. Puedes hacerlo, por ejemplo, con tus padres, con otros miembros de la familia, con un/a adulto/a con el que tienes confianza o incluso con un/a niño/a al que le ocurre lo mismo que a ti. El equipo médico también puede apoyarte. Hay especialistas que pueden ayudarte con tus problemas, dudas o inquietudes: son los psicólogos o psiquiatras.





benohit

Tu cuerpo

Los tratamientos pueden cambiar un poco tu cuerpo. Si tienen que operarte, quedarán marcas en tu piel, se llaman cicatrices. Algunos medicamentos pueden hacer que se te caiga el pelo e incluso, a veces, las pestañas y las cejas. Volverán a crecer cuando el tratamiento haya terminado. Otros medicamentos pueden o darte mucha hambre o quitarte el apetito. Los médicos siempre te explicarán lo que puede pasar si tienes que tomar un nuevo medicamento. No dudes en hacerles todas las preguntas que necesites.



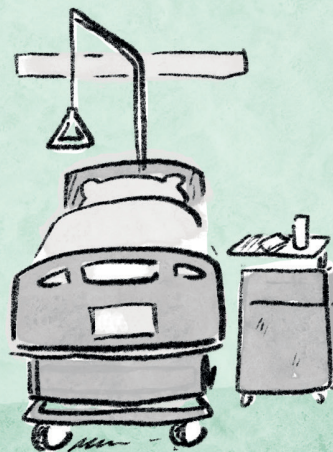


El colegio

Vas a pasar mucho tiempo en el hospital para que los médicos puedan curarte. Cundo estés ahí, no podrás ir al cole. A veces, cuando estés en casa, te sentirás muy cansado/a como para ir a clase. Es normal.

En el hospital, hay un colegio con maestros/as que pueden ayudarte, si tienes que estar mucho tiempo allí, podrás ir. También existe la posibilidad de seguir el curso a distancia, desde tu casa, por ejemplo con robots especiales que ciertas asociaciones pueden prestarte.

Seguramente echarás de menos a tus compañeros/as de clase. Puedes enviarles cartas o dibujos. Seguro que estarán súper contentos de contestarte.



benohit



Tu familia

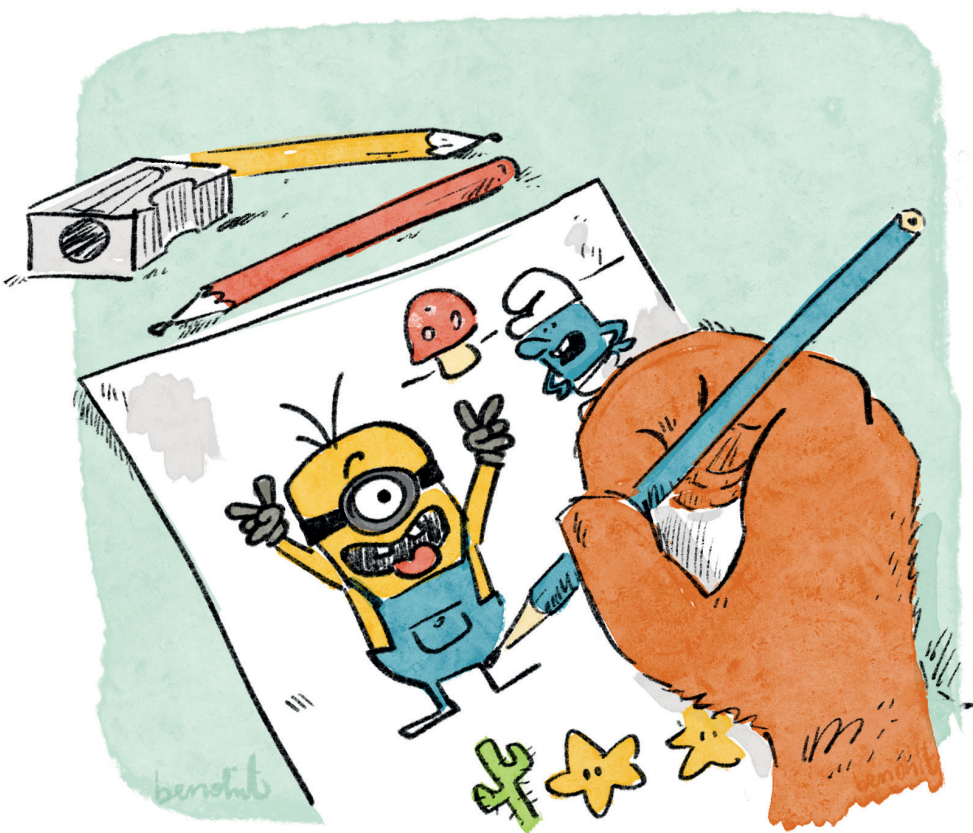
Cuando estés en el hospital, tu familia y tus amigos podrán ir a visitarte, si no están enfermos. Si tienen un catarro o una gripe, tendrán que esperar a estar curados para poder ir a verte. Podrás llamarlos si quieres. Si tienes animales, casi siempre, podrás seguir disfrutando y ocupándote de ellos cuando estés en casa.

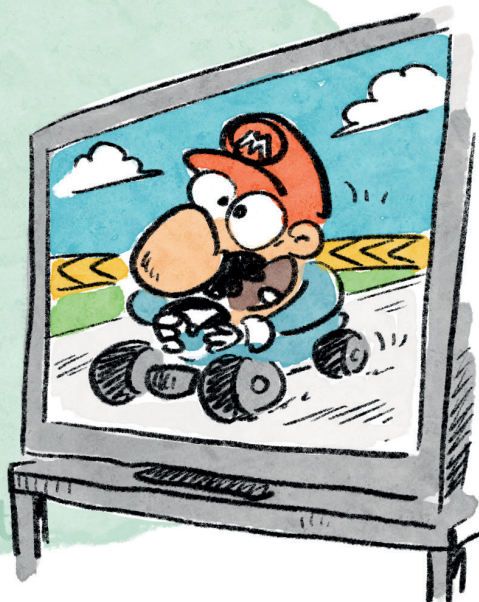




Tus pasatiempos, tus hobbies

Si realizas actividades extraescolares, podrás continuarlas siempre y cuando estés lo suficientemente bien. Para ciertos deportes en los que puedas caerte o puedan empujarte, habrá que esperar un poco más. Es importante que hagas lo que te gusta siempre que puedas, hará que te sientas bien y que veas a tus amigos/as. En el hospital hay muchas actividades organizadas para los niños/as y también un espacio educativo, al que podrás ir a jugar siempre que tengas ganas.





Estamos aquí para ayudarte

Durante toda la duración de tu tratamiento puedes pedir ayuda y apoyo al equipo médico, a tu familia, a tus amigos/as, y también a la ARFEC, una asociación de familias cuyos hijos tienen la misma enfermedad que tú.

No dudes en expresar lo que sientes y preguntar todo lo que necesites.







Gracias !

Como parte de un trabajo de investigación, tuve la idea de realizar un folleto explicativo para los niños/as que acaban de recibir un diagnóstico de cáncer. Me parecía importante que la información fuera simple y destinada específicamente a ellos/as, primeros/as afectados/as por la enfermedad.

Varios niños/as, afectados también por el cáncer, me han ayudado a escribir los textos. Gracias a su revisión y sus comentarios, he podido comprender lo que era realmente importante para ellos/as. Gracias especialmente a Félix, Eléa y Elodie por su maravillosa aportación y por el tiempo que han dedicado a este proyecto. Y gracias también a Noémie, mi hija, por su inspiración y apoyo.

Este folleto ha sido producido gracias al apoyo financiero y logístico de la Association romande des familles d'enfants atteints d'un cancer (ARFEC), y de la imprenta Groux. Gracias también a Benoît Schmid, ilustrador.

A todos vosotros/as, padres/madres e hijos/as, que comenzáis un tratamiento oncológico, os deseo muchísima fuerza y muchísimo ánimo.

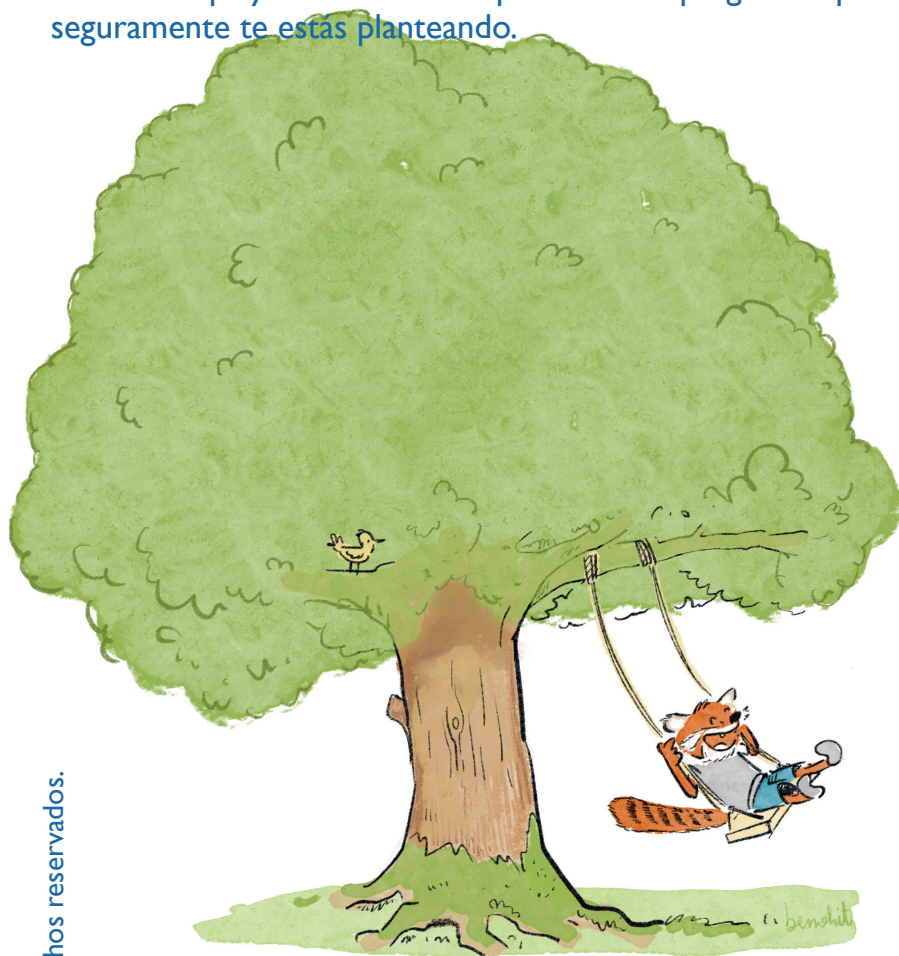
Anouk Mévillot

Aviso legal: tirada de 500 ejemplares, octubre de 2026

Impresión: Groux arts graphiques, 1052 Le Mont-sur-Lausanne

Ante el cáncer, no estás solo/a: este folleto te ayudará a comprender los cambios y a gestionar tus emociones.

En él descubrirás al equipo que estará ahí para apoyarte en cada etapa y encontrarás respuestas a las preguntas que seguramente te estás planteando.



© Todos los derechos reservados.



www.cancer-pediatrique.ch

Para descargar el folleto en francés o en otro idioma.