

Cómo ayudar a los adolescentes cuando un hermano o hermana está en el hospital



Children'sSM
Healthcare of Atlanta

(When a brother or sister is in the hospital: helping teens cope)

Su adolescente puede tener cambios de comportamiento cuando un hermano (o hermana) está enfermo. Puede que estos cambios se deban al intentar enfrentar la situación. Como padre o madre, dichos cambios pueden preocuparle. Hay algunas cosas que usted puede hacer para ayudar:

Cambios comunes que puede notar en su adolescente

- Cambios en su autoestima (cómo su adolescente se siente y piensa sobre sí mismo)
- Cambios en la cantidad de tiempo que pasa con los amigos
- Quiere que le presten más atención
- Necesita más tiempo a solas
- Pide ayuda para hacer aquellas cosas que antes hacía solo
- Cambios en su patrón de sueño
- Cambios en sus hábitos alimenticios
- Se porta mal, ya sea negándose a ayudar o adoptando comportamientos arriesgados
- Se preocupa por su apariencia física
- Se preocupa o incluso se despreocupa por el hermano(a)
- Se avergüenza por el hermano(a)
- Asume el papel de otros familiares, como el del padre o la madre
- Se siente abandonado
- Se preocupa por el futuro

Cómo ayudar a su adolescente a enfrentar la situación:

- Permita a su hijo hablar del hospital y de los planes del médico.
- Responda a sus preguntas. Sea abierto. Hable honestamente.
- Aliéntelo a que pase tiempo con los amigos.
- Déjele saber que es normal tener diferentes sentimientos. Como por ejemplo:
 - Temor
 - Celos
 - Rabia
 - Culpa
- Háblele acerca de diferentes formas de enfrentar sus sentimientos
 - Hablar con un adulto de confianza.
 - Escribir en un diario.
 - Practicar deportes.
- Ayúdelo a mantener su rutina normal, cuando sea posible (colegio, deportes u otras actividades)
- Pase tiempo a solas con su hijo.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Cómo ayudar a los adolescentes cuando su hermano o hermana está en el hospital, continuación

- Agradézcale los sacrificios que hace.
- Déjele saber que lo quiere, no importa que.
- Si él quiere ayudar, inclúyalo en el cuidado del hermano(a). Déjelo:
 - Ir de visita al hospital.
 - Pintar algo para el cuarto del hospital.
 - Enviar fotos,
 - Llamar al hospital todos los días.
- Explíqueles a los maestros de su hijo lo que está pasando en la casa. De esta manera los pone al tanto de posibles cambios en su adolescente, de humor, comportamiento o notas.
- Déjelo ser adolescente.
- Designe a un adulto “al que puede recurrir” cuando los cuidadores primarios no estén disponibles.

Recuerde, Su adolescente sigue siendo la misma persona, aun cuando actúe diferente durante la enfermedad de su hermano(a). Estos cambios de comportamiento son comunes y normalmente desaparecen. Es la forma que tiene su adolescente de lidiar con la enfermedad de su hermano (a) y la hospitalización.

Esta hoja educativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.