



SIGO SIENDO YO

UN LIBRO DE ACTIVIDADES DIVERTIDAS PARA NIÑOS VIVIENDO CON CÁNCER





UNA ESPERANZA ABRAZABLE HA LLEGADO!

¡Gracias por convertirse en parte de la familia de Chemo Ducks!

El patito es un maravilloso amigo que le proveerá a su hijo(a) la esperanza abrazable que él o ella merece durante estos momentos tan difíciles. Es a través del poder de la terapia del juego y la compañía del patito que su hijo(a) podrá encontrar apoyo durante su experiencia con el cáncer.

Además del patito, ofrecemos diversas maneras de apoyo para usted y su hijo(a). Le motivamos a que haga lo siguiente:



Observe el video que viene incluido con el patito y debe familiarizarse, usted y su hijo(a), con el patito y el programa. El patito puede ayudar a toda la familia.



Traer el patito a las visitas del doctor y sesiones de tratamiento para que el patito sea parte del equipo médico que cuida de su hijo.



Añádanos en Facebook y Twitter y comparta sus historias, emociones y experiencias con otros en la comunidad de Chemo Duck.

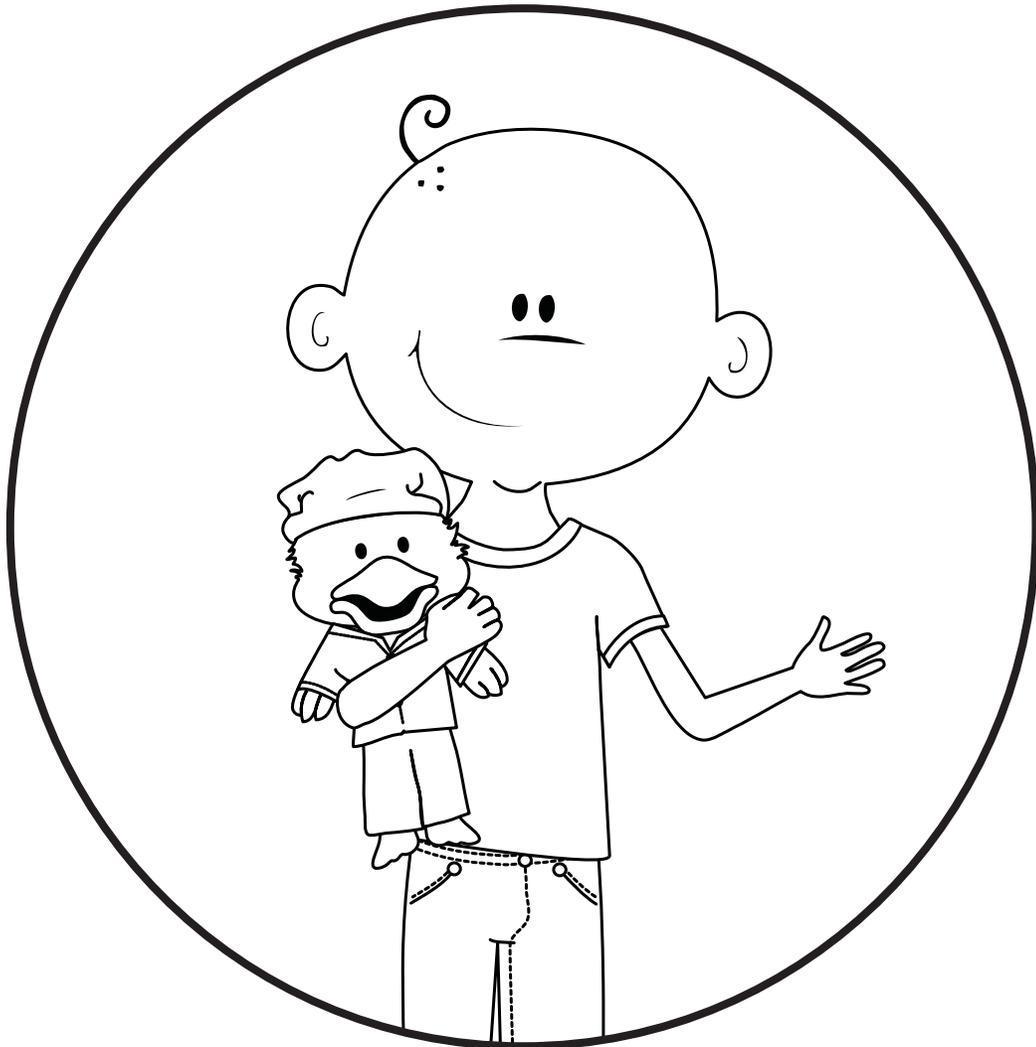


Visite nuestra página web para recursos adicionales para los padres y los niños tales como listas guías, material educativo, actividades y juegos.



SIGO SIENDO YO

UN LIBRO DE ACTIVIDADES DIVERTIDAS PARA NIÑOS VIVIENDO CON CÁNCER



**Los doctores conocen bastante sobre el cáncer.
Pero todavía no saben porque a algunos
niños les dan cáncer y a otros no.**

Algunas cosas que sí saben son...

1. No te dio cáncer por algo que hiciste o dejaste de hacer.
2. TODO tipo de niños les puede dar cáncer.
3. El cáncer no se contagia de otra persona.
4. Eres un niño(a) normal... con algunas células en tu cuerpo que no deberían estar ahí.

¿Qué tipo de cáncer tienes tú?

Haz un dibujo de cómo piensas que se ve tu cáncer:

Todo sobre mí

Todos somos diferentes
y cada uno de nosotros
es especial. Yo soy un
niño(a) espectacular,
con cáncer.



Mi nombre es

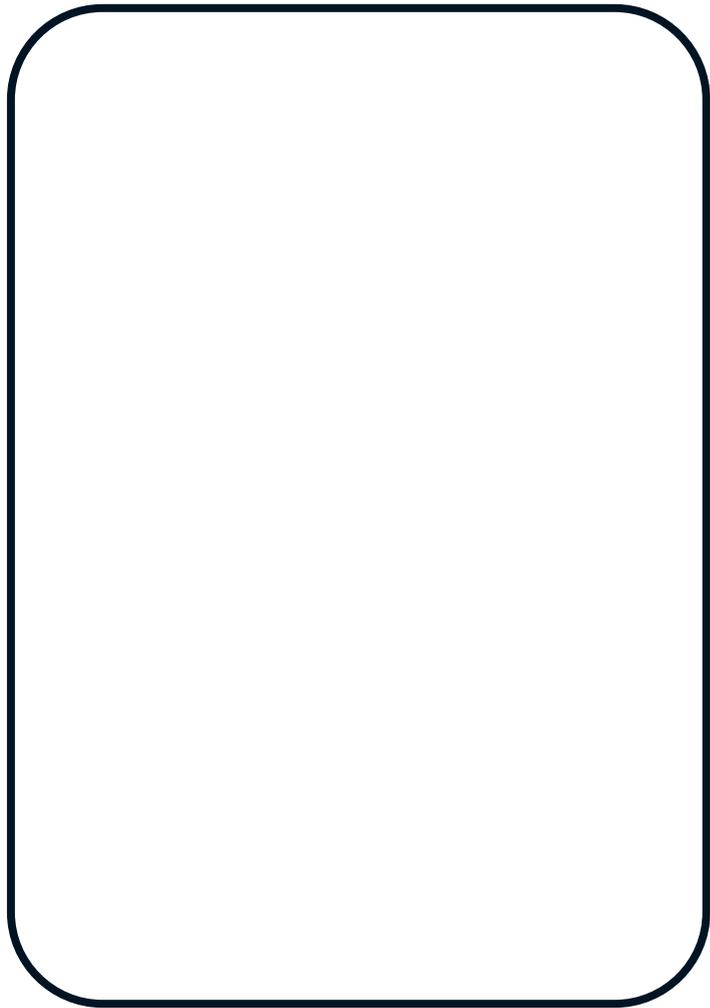
Tengo _____ años de edad

Estoy en el grado _____

Tengo pelo color _____

y ojos color.

Y soy muy bueno en:



Yo mismo(a) aquí.

Haz un dibujo de ti abrazando tu patito



¿Cómo se llama tu patito?

**Dibuja o escribe sobre donde te dan quimioterapia.
Incluye cosas que te gusta tener contigo, por
ejemplo tu patito o tu almohada favorita.**



Probablemente te darán una medicina llamada quimioterapia, en el hospital o en la casa. La quimioterapia es una medicina muy poderosa.



Es tan poderosa que a veces puede hacerte sentir enfermo(a).

El tratamiento para el cáncer puede ser difícil para tu cuerpo. También toma mucho tiempo. Escribe una lista de cosas que puedes hacer cuando te sientes con bastante energía.



A veces puedes sentirte más cansado(a) de lo normal. Asegúrate de descansar bastante y déjale saber aun adulto si te sientes cansado.

Aquí verás algunas cosas que puedes hacer cuando te sientes más cansado(a):

Haz rompecabezas o juegos de mesa

Lee o pídele a alguien que te lea un cuento

Juega juegos en la computadora

Escribe en un diario o un cuento

Juega con tu patito

Habla por teléfono

Mira la televisión o ve una película

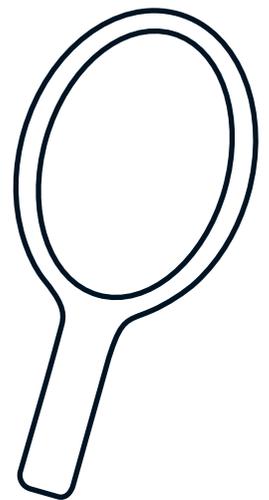
Haz proyectos de arte

Escucha música



¡Circula
tus
favoritos!

El tratamiento del cáncer crea cambios en tu cuerpo. Es importante recordar que una vez haya terminado el tratamiento, volverás a ser el mismo (o la misma) de siempre y que por dentro eres la misma persona. Escribe cosas que te gustan de ti y de tu cuerpo.



La quimioterapia es tan PODEROSA que puede hacer que se te caiga el cabello.

Algunos usan pañuelos



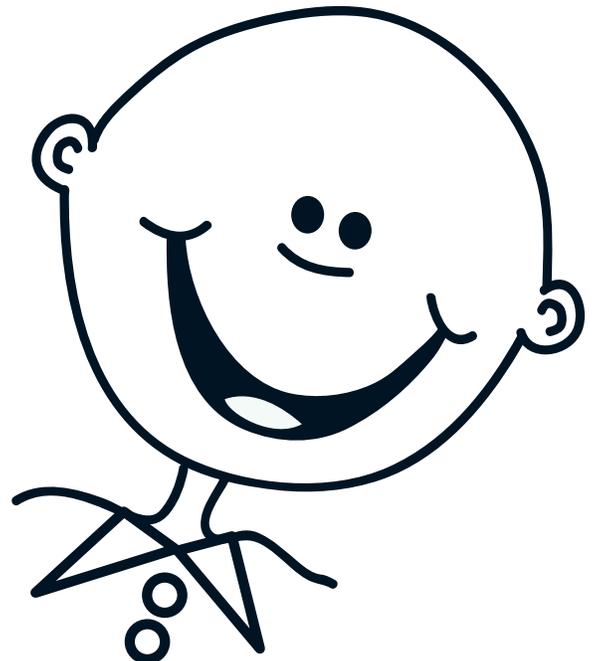
Algunos niños(as) usan sombreros

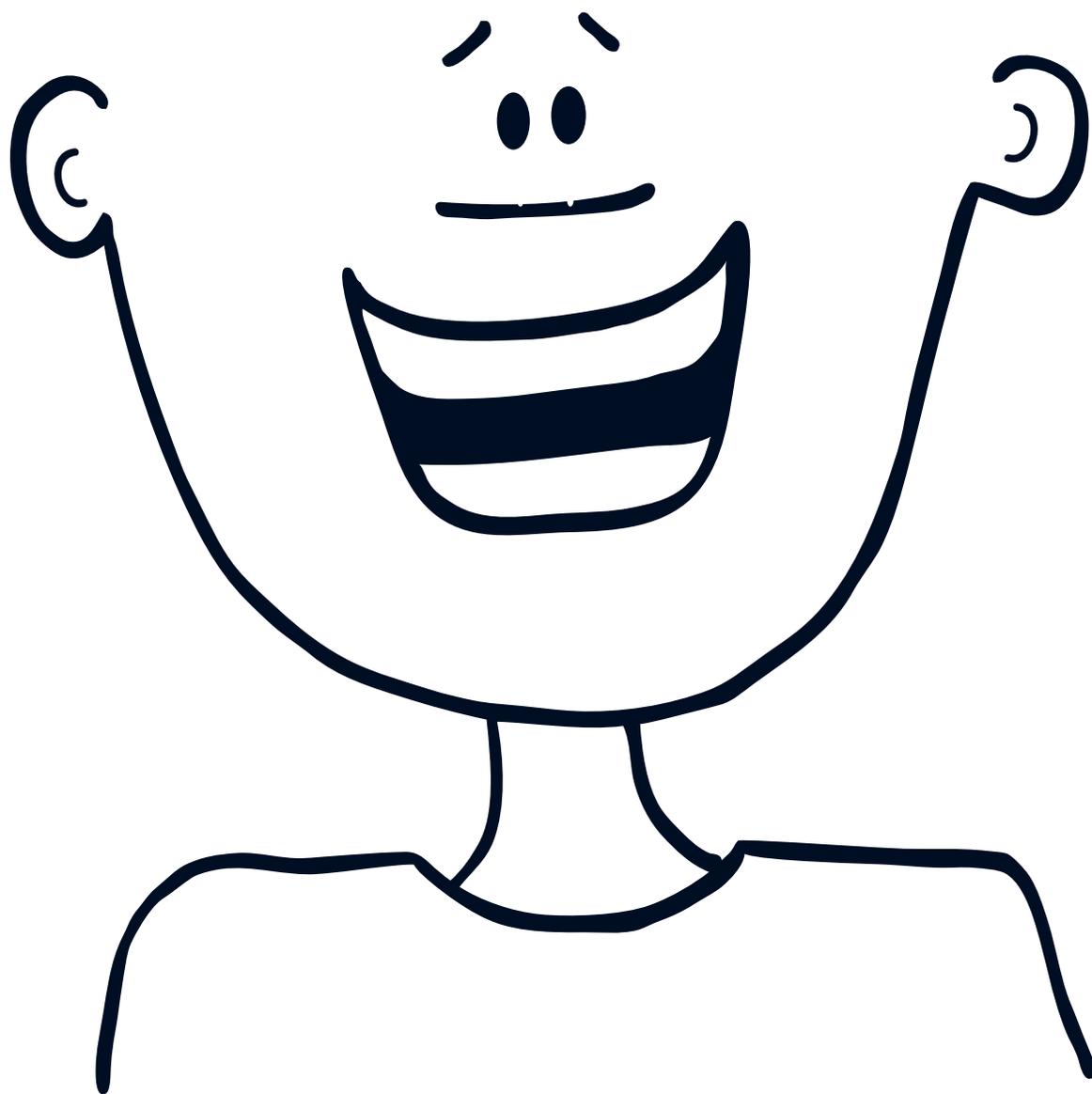


Algunos niños(as) se ponen pelucas o sombreros especiales con cabello

¿Qué tal tú?

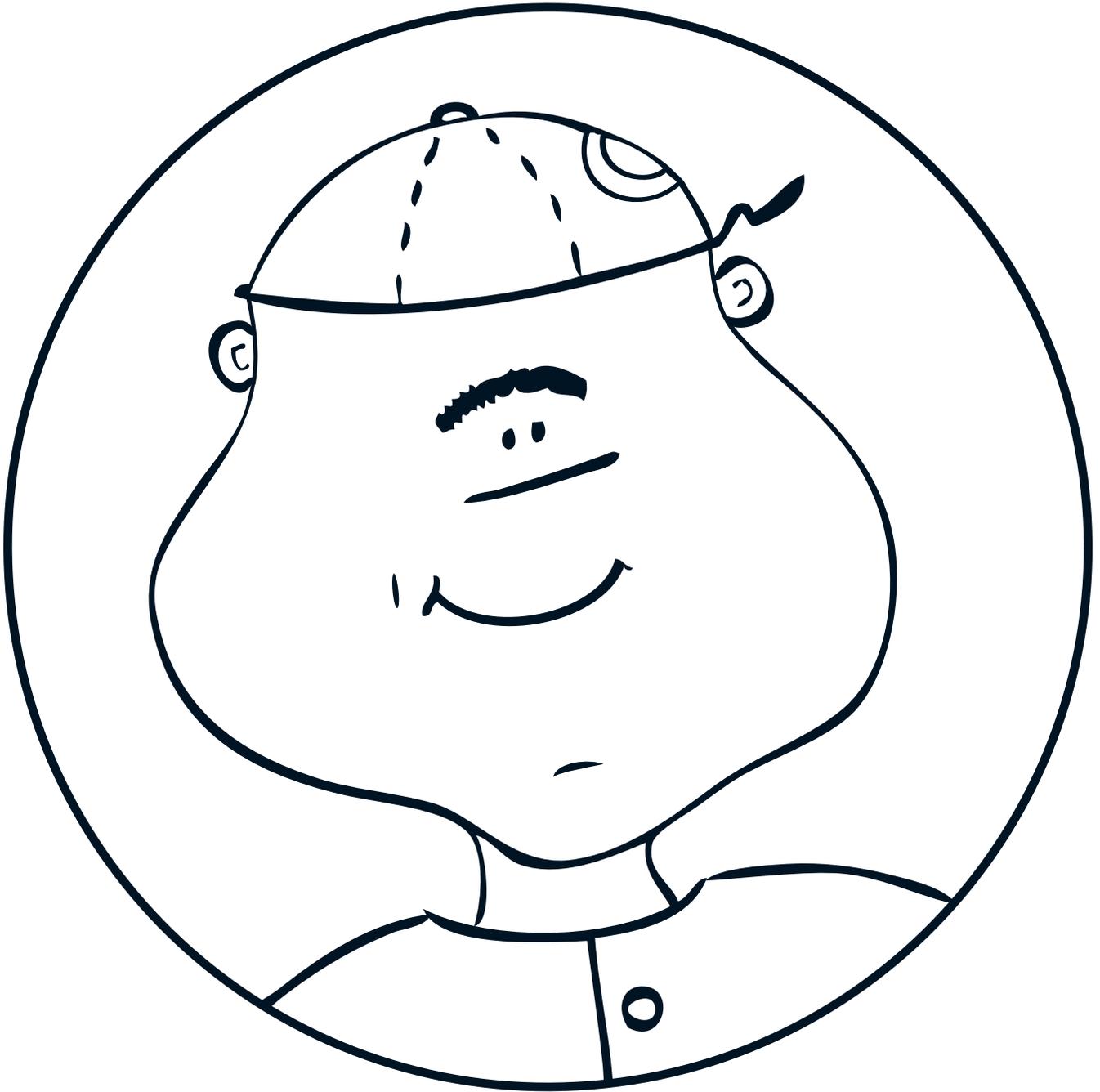
¡Algunos escogen mostrar su cabeza calva y con mucho orgullo!





Dibuja cómo piensas que será tu
cabello cuando vuelva a crecer.

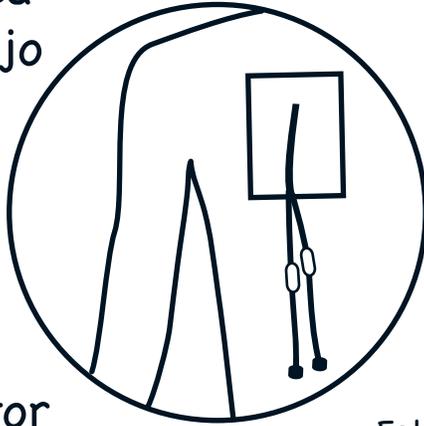
En ocasiones tendrás que tomar medicinas llamadas esteroides. Los esteroides pueden hacerte sentir con hambre todo el tiempo. También hacen que tus cachetes se vean inflados y hacen tus cejas crecer. Cuando dejes de tomar los esteroides, tu cara volverá a verse como antes.



Nuestra amiga Hannah dijo que se veía "inflada" cuando tomaba esteroides. ¿Puedes pensar en otra palabra para describir cómo los esteroides nos hacen ver?

Una línea central es un gran invento para recibir medicina rápidamente en tu cuerpo.

Así se ve una línea Hickman por debajo del vendaje. La línea central va dentro de tu cuerpo por medio de un pequeño hueco que el doctor hará en tu piel.



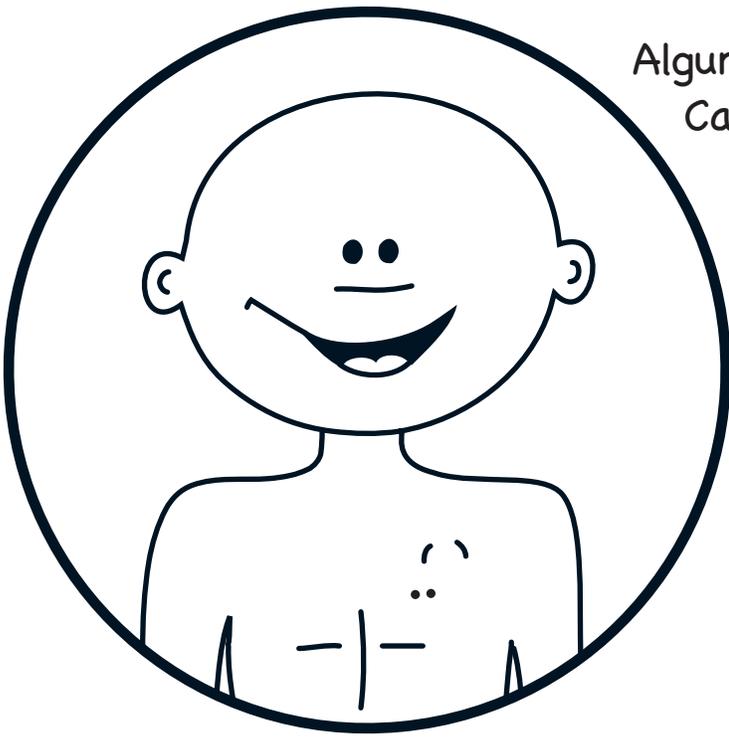
Esta parte se llama el puerto.



Así se ve un "port-o-cath" antes de que este en tu cuerpo.

Esta parte se llama el catéter

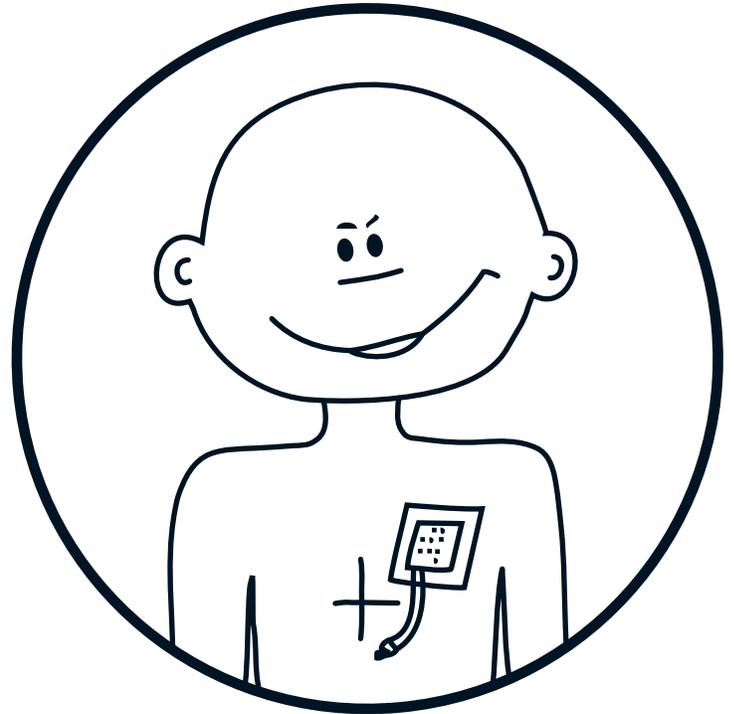
¿Podrías inventarte otra cosa que pueda ayudarte durante tu tratamiento? Dibújalo o escribe como sería:



Algunos niños(as) tienen un "port-o-cath". Cada vez que visitan al doctor el puerto tiene que ser accedido. Esto significa que utilizarán una aguja pequeña en la parte de abajo del puerto. De aquí la enfermera ya podrá tomar sangre para hacer pruebas.

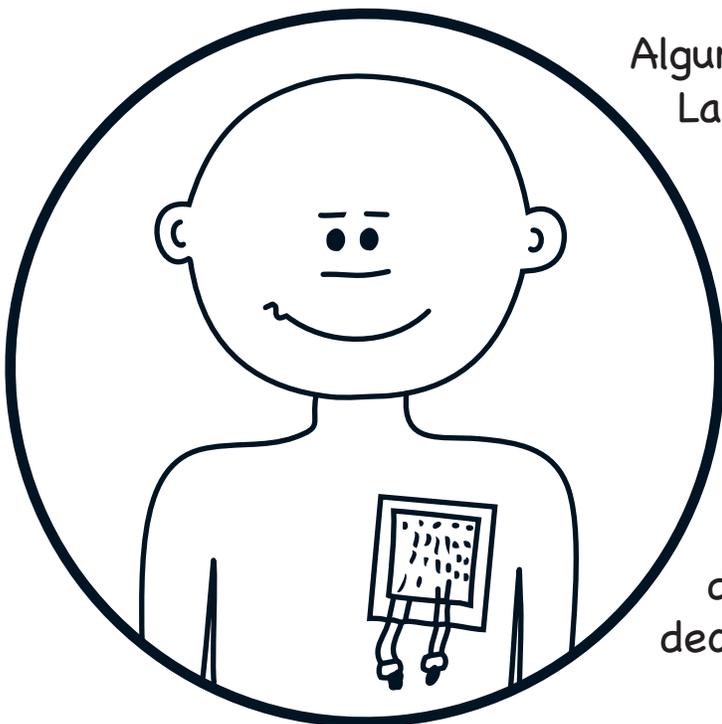
También ella podrá introducir medicina en el tubo para que entre rápidamente a tu cuerpo.

La mayoría del tiempo el puerto sólo parece un pequeño chichón por debajo de la piel.



Algunos niños(as) reciben líneas Hickman. La línea Hickman debe mantenerse limpia y seca. Cada semana un adulto debe cambiar el vendaje sobre la línea. Algunos niños(as) tienen sólo un tubo, algunos(as) tienen dos. Tu enfermera te enseñará cómo mantener tu línea seca cuando te bañes o duches.

El tipo de línea central que recibas depende de muchas cosas. Tu doctor decidirá cuál es la mejor para ti.



BUSCA-PALABRAS



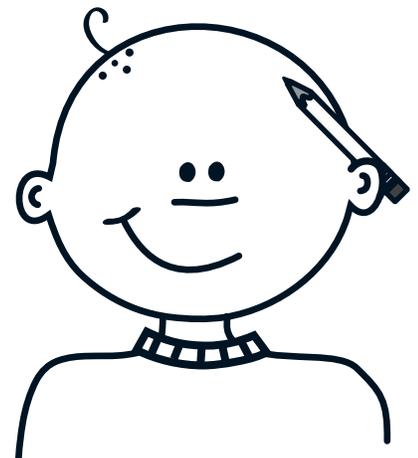
Pronto habrán muchas palabras nuevas que estarás escuchando, algunas de estas palabras están escondidas en este busca-palabras. Encuentra la solución al busca-palabras y el significado de las palabras en la última página.

S I S T E M A I N M U N O L O G I C O Y M
O C O M H A F C K G P U E R T O U A O K A
N S I R P O D S D L O E A I K S R T I D S
C T S R A E S T E R O I D E S O S I S E C
O P L J D G B P A O C R O N X B E P H A A
L L F I Z X R L I T E T O C I R Z S O I R
O U S K N T I U S T I I O N N E X O S S I
G P N K D E C P S P A O S O X V R H P S L
I S A W S K A S O U H L N I W I E X I O L
A N I C I D E M F O N W P S S V D L T F A
T O T R A D I O T E R A P I A I O F A T E
D U D O I M N U N E S Y S M E E C G L N E
Q U I M I O T E R A P I A E E N T H O E D
O C O F R B V C H E N I L R B T O Q O H E
P A T I T O D E Q U I M I O T E R A P I A
B L E R G N A S E D N O I S U F S N A R T

Transfusión de sangre
Patito
Quimioterapia
Doctor
Hospital
Sistema Inmunológico

Línea
Mascarilla
Medicina
Oncología
Puerto

Radioterapia
Remisión
Esteroides
Sobreviviente



La Dra. Melisa ha perdido algunas cosas que tú puedes encontrar en la casa o en el hospital. ¿Puedes ayudarla a encontrarlas?

Curita



Tabletas



Cinta médica



Termómetro



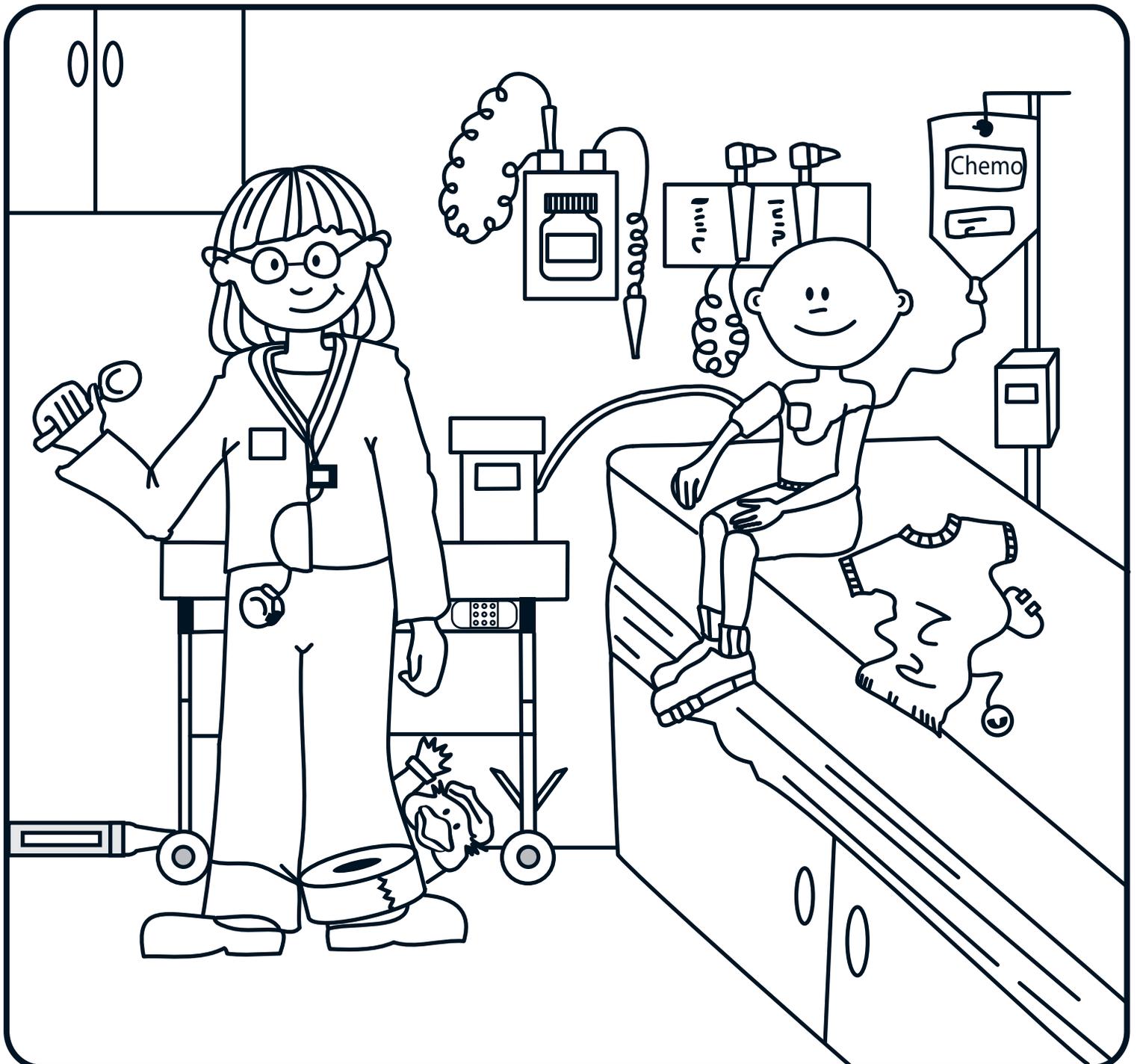
Estetoscopio



Limpiador estéril



Patito de quimioterapia



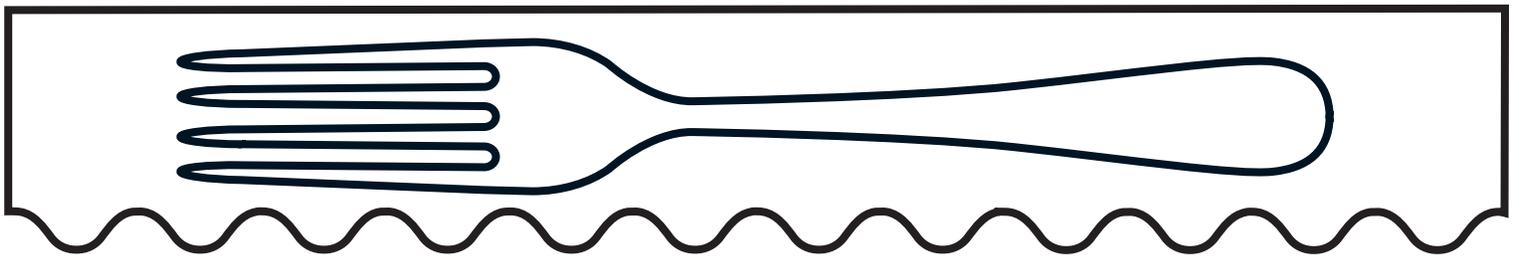


Si estas teniendo problemas para comer suficiente, tu doctor puede que te sugiera un tubo de alimentación. Este tubo va a través de la nariz, o a veces directo al estómago. No duele y ayuda a asegurar que seas fuerte para que puedas jugar. Cuando el doctor diga, se podrá sacar el tubo.

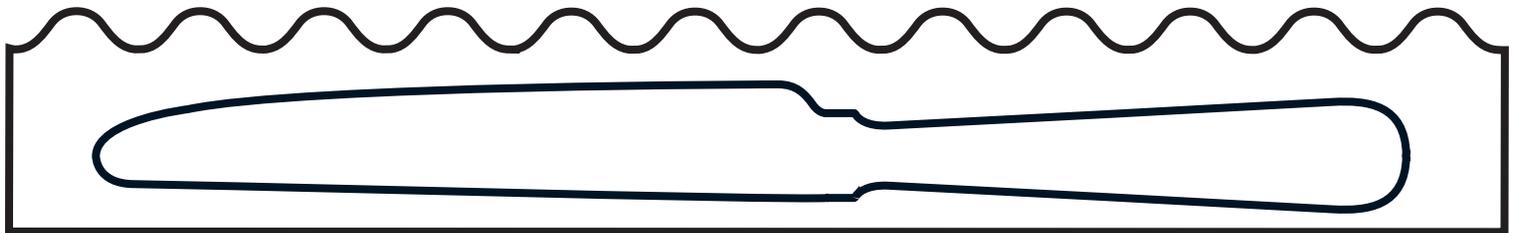
Escribe aquí algunas de tus comidas favoritas:

DULCES

SALADAS

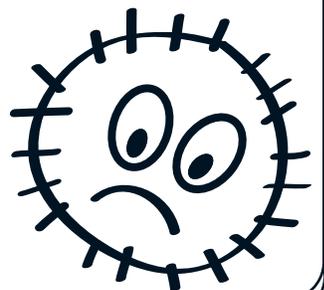


¿Puedes dibujar aquí lo que hoy deseas comer? Algunos días no te sentirás con ganas de comer. Siempre que puedas intenta alimentarte.

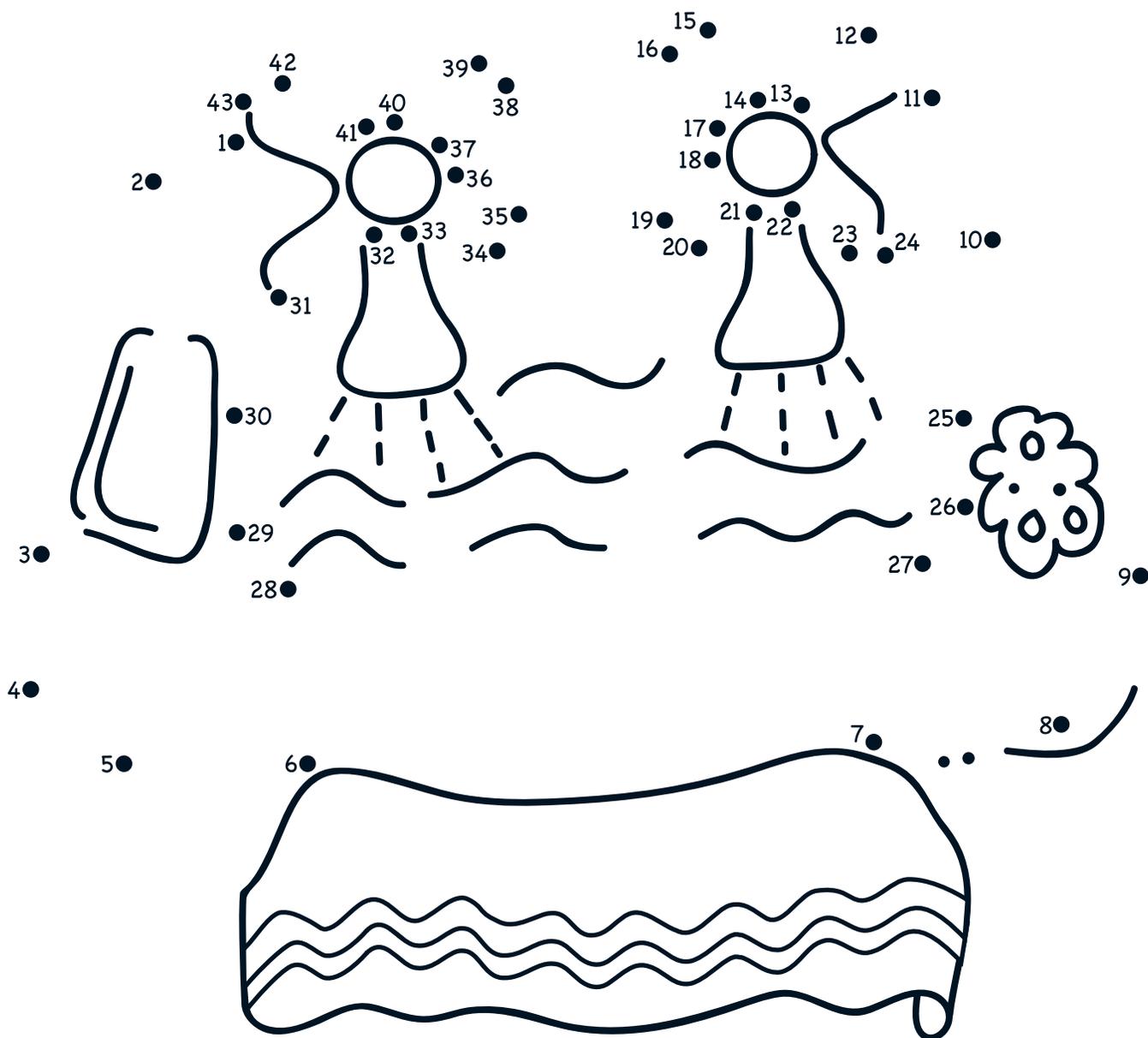


Los gérmenes están alrededor nuestro en todas partes. La mayoría de las veces nuestros cuerpos pueden combatirlos.

La quimioterapia hace que tu cuerpo se le haga difícil combatir a los gérmenes para que no te enfermes. Escribe tus ideas para mantenerte lejos de los gérmenes.



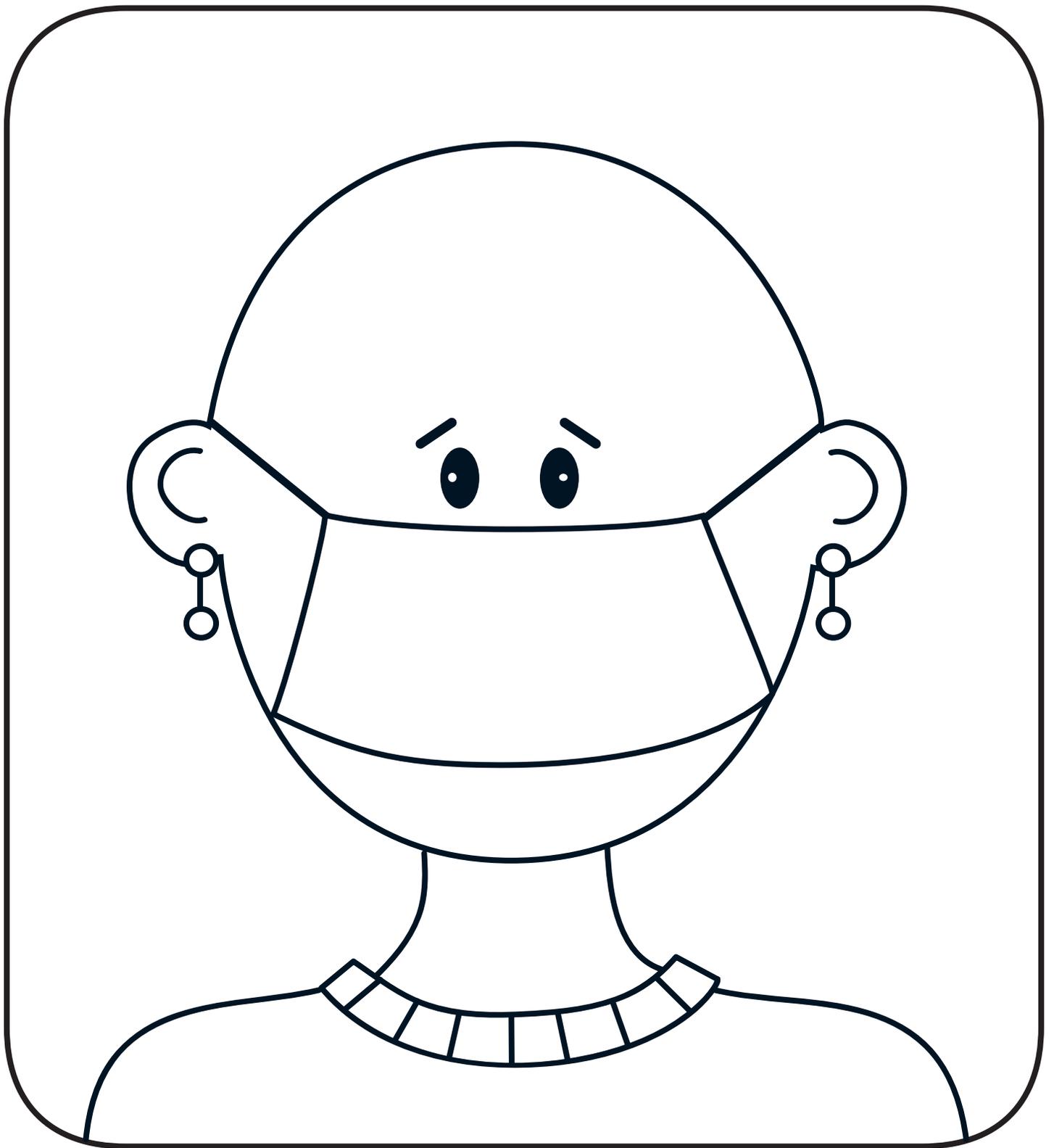
La mejor manera de mantenerte lejos de los gérmenes es también la más fácil. Conecta los puntos para que puedas ver lo que es.



Todos debemos lavarnos las manos con frecuencia. Intenta decir el abecedario mientras te lavas las manos para asegurarte que hayas eliminado todos los gérmenes.

Como no es común ver a un niño(a) sin pelo o utilizar una mascarilla, la gente mira con curiosidad o hacen comentarios. Es porque puede que no comprendan sobre tu cáncer. ¿Qué deseas que las personas sepan de ti o tu tratamiento?



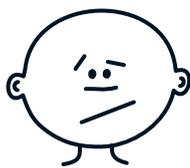


A veces Laura utiliza una mascarilla cuando ella está fuera de la casa. La mascarilla ayuda a mantener los gérmenes lejos de ella. A veces Laura decora su mascarilla. ¿Puedes decorar su mascarilla hoy?

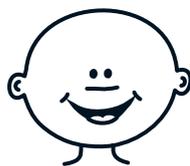
Algunos días, cuando tu cuerpo no puede combatir los gérmenes bien, tú no podrás ir a la escuela o jugar con tus amigos. Haz un dibujo aquí para tus amigos sobre cómo te sientes sobre eso.



Es bueno hablar de tus sentimientos



Confundido



Feliz

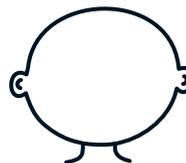


Enojado

Siempre puedes hablar con un adulto y tu patito si algo te preocupa. Recuerda que tu doctor o terapeuta puede usar tu patito para explicar las cosas que te confunden. También puedes pedirle a tu doctor que le de un vistazo a tu patito primero para que tú te sientas más cómodo o cómoda.

Cuéntanos como te sientes...

Tener cáncer me hace sentir



Estar en el hospital me hace sentir



Una cosa que me hace sentir

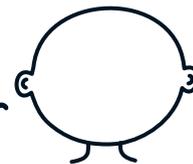


es _____

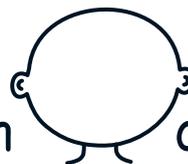
Tener mi patito me hace sentir



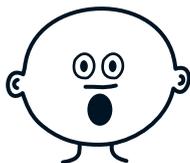
Saber que me estoy recuperando me hace sentir



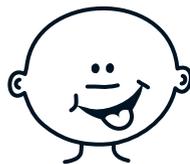
Me gustaría que los doctores estén



cuando me hablen.



Sorprendido



Gracioso



Triste

A veces se siente como si el cáncer tomara control de tu vida. No importa cómo te sientes, recuerda que el tratamiento está luchando contra el cáncer. Si te sientes que no tienes control, enfócate en las decisiones que tu SI puedes tomar:

Decisiones que yo puedo tomar:

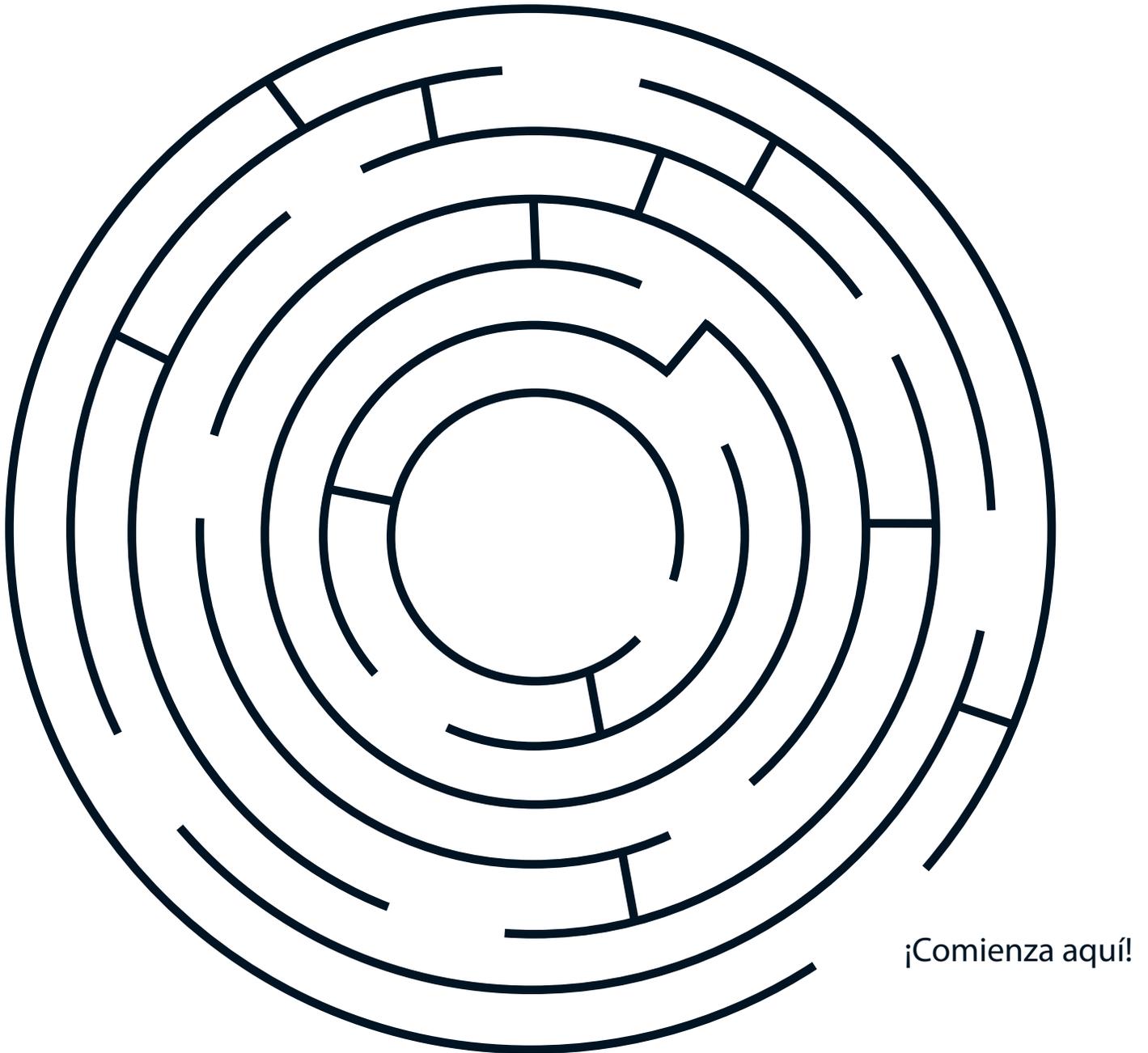
1. _____

2. _____

3. _____

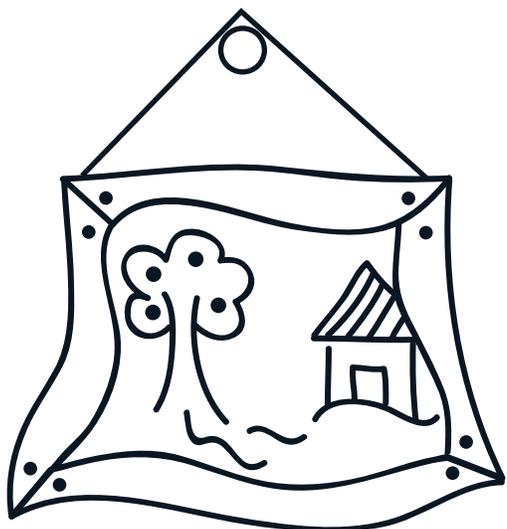
Enfócate en lo que te gustaría hacer luego del tratamiento. ¿Qué harás con el resto de tu vida?

Estar en tratamiento para el cáncer puede sentirse como estar dentro de un laberinto. A veces ayuda cuando te prometes una cosa para cuando termines el tratamiento. Habla con tus padres o cuidadores y decidan en un premio para ti para cuando se acabe el tratamiento de quimioterapia. Puede ser tan sencillo como un juego, o un CD, o tan grande como unas vacaciones.



Haz un dibujo en el centro del laberinto y encuentra tu camino al premio.

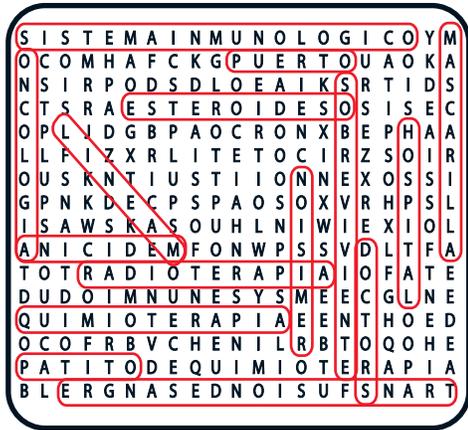
¡Gabe disfruta cuidando de su patito tanto que él piensa que quiere ser un doctor cuando sea grande!



¿Y tú?
¿Te gustaría ser
doctor o enfermero(a)
u otra cosa
cuando seas
grande?



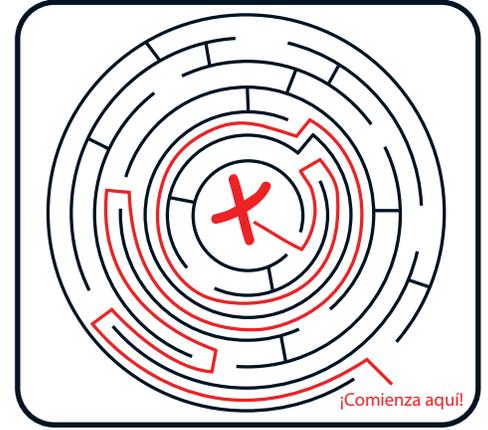
RESPUESTAS



Página 14



Página 15



Página 25

GLOSARIO

Transfusión de sangre

Cuando recibes sangre o productos de sangre (como plaquetas) en tu cuerpo a través de un tubo en una de tus venas.

Quimioterapia

Una medicina muy fuerte que lucha contra las células cancerosas.

Doctor

Un hombre o una mujer que estudia por muchos años en la escuela para aprender sobre el cuerpo y enfermedades y cómo ayudar a mejorar a los pacientes.

Hospital

Un lugar donde va la gente que está enferma o herida.

Sistema Inmunológico

Cosas en tu cuerpo (órganos y células) que ayudan al cuerpo luchar contra gérmenes, infecciones y otras enfermedades.

Línea Hickman

Un tubo pequeño que ayuda a que la medicina entre en el cuerpo. Se pone en el cuerpo por medio de una cirugía.

Mascarilla

Una cosa que utilizas sobre tu boca y nariz para que no compartas tus gérmenes o no cojas los gérmenes de otros.

Medicina

Un líquido o pastilla que ayuda a no tener dolor o estar enfermo.

Enfermero(a)

Un hombre o una mujer que cuida de personas que están enfermas o heridas y trabaja con los doctores.

Oncología

El estudio del cáncer.

Port-o-Cath

Un botón pequeño y metálico con un tubo que ayuda a las medicinas entrar a tu cuerpo. Se pone en tu cuerpo por medio de una cirugía.

Radiación

Una maquina grande utiliza rayos poderosos (rayos-X, rayos gama, neutrones, protones) para luchar con las células cancerosas o hacer que los tumores sean más pequeños.

Remisión

Cuando las células cancerosas se hacen mucho más pequeñas o desaparecen.

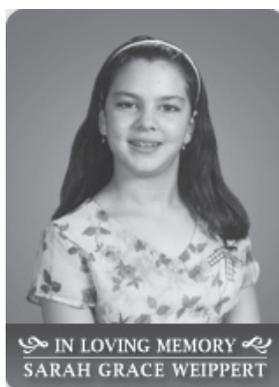
Esteroides

Los esteroides se hacen naturalmente en el cuerpo. Están hechas por pequeñas glándulas encontradas encima de los riñones llamadas las glándulas suprarrenales.

También se hacen fuera del cuerpo y utilizadas como medicina:

- Algunos niños con cáncer se les da esteroides como quimioterapia (o como medicina muy fuerte).
- Algunos niños con tumores cerebrales reciben esteroides para bajar la hinchazón alrededor de un tumor.
- Algunos niños con tumores reciben esteroides para que no le duelan el estomago.
- Niños quienes han recibido trasplante de médula ósea reciben esteroides para luchar contra los efectos secundarios del trasplante.

Gabe's My Heart agradece a las siguientes entidades por su apoyo con el programa de Chemo Duck:



¡GRACIAS!

A los padres o cuidadores,

Todo el mundo tiene preguntas cuando se enfrentan a un diagnóstico como cáncer. Preguntas sobre por qué se tiene cáncer, qué esperar del tratamiento y medicamentos, y como cambia la apariencia y la vida durante el tratamiento.

Los niños están llenos de preguntas, pero a menudo luchan por encontrar las palabras para expresarse efectivamente. Los padres también pueden estar inseguros de cómo hablar de temas complicados.

GMH ha creado el libro de actividades "Sigo Siendo Yo" para ayudar crear un vínculo de comunicación entre los niños y sus familias. Este libro es una excelente herramienta para que el niño lo utilice de manera divertida para encontrar respuestas a algunas de sus preguntas. Los adultos pueden utilizar este libro de una manera no amenazadora para comenzar una conversación sobre la variedad de temas que puedan surgir durante el proceso del tratamiento y es apropiado para el nivel del niño.

SIGO SIENDO YO

UN LIBRO DE ACTIVIDADES DIVERTIDAS PARA NIÑOS VIVIENDO CON CÁNCER

Cuando niños reciben tratamiento de quimioterapia tienden a madurar velozmente. Se les presenta vocabulario adulto, médico y confuso y se les dirige a un mundo que incluye agujas, pérdida de cabello, náuseas y visitas al hospital. Puede ser difícil para un niño encontrar las palabras correctas para hacer preguntas o expresar sus sentimientos. También puede ser muy incomodo para un padre iniciar una conversación.

El programa de patitos Gabe's Chemo Ducks ha trabajado con especialistas en Child Life, trabajadores sociales y psicólogos para crear un libro de actividades que no solo educa pero hace a los niños pensar. Este libro de actividades está diseñado para manejar cada tema de maneras diferentes y que sea interesante para niños de todas las edades. Ayuda a los niños a saber que no están solos y que son los mismos niños que eran antes del diagnóstico de cáncer.



Una esperanza abrazable para niños viviendo con cáncer y sus familias.