

Cáncer: Cuando se entera que tiene la enfermedad

Oír esas palabras: "Usted tiene cáncer", puede ser devastador.

Tal vez se sienta paralizado o abrumado, como si fuera difícil entender todo lo que los médicos le están diciendo.

Podría sentir que toda su vida está fuera de control.

Usted no es el único...

Muchas personas se sienten así al principio.

Usted no eligió tener cáncer, pero sí puede tener control sobre la manera de enfrentarlo.

Y no tiene por qué enfrentarlo a solas.

Usted tendrá un buen apoyo a su alrededor, como sus médicos y su equipo de tratamiento.

Su familia y sus amigos a menudo pueden estar allí para ayudar también.

Y si necesita más apoyo, hable con su médico acerca de ver a un trabajador social o un consejero.

Su asesor espiritual, pastor o sacerdote también puede ser un recurso.

También conocerá gente en el camino... gente con la que ahora tiene un vínculo...

personas que sobrevivieron al cáncer... otras que están en tratamiento.

Por supuesto, ninguna experiencia es exactamente igual a la suya.

Pero conectarse con otros que han pasado por lo mismo puede darle fuerzas.

Enfrentar sus sentimientos, conseguir buen apoyo, decidir cómo se enfrentará al cáncer...

Requiere fortaleza.

Y la fuente de fortaleza más importante se halla dentro de usted.

Piense en lo que le levanta el ánimo cuando está enfrentando los desafíos más duros.

¿Qué podría ayudarle a sentir más control de su vida en este momento?

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.



Cáncer: Cuando se entera que tiene la enfermedad

Para algunas personas, podría ser su espiritualidad o sus creencias o ser un modelo a seguir para sus hijos.

Usted puede sacar fuerzas de las cosas que más le importan.

Cuidar de sí mismo y sus sentimientos es muy importante en este momento.

De modo que sea honesto consigo mismo acerca de cómo se siente.

Si se siente abrumado, recurra a otros para obtener apoyo.

Busque a alguien con quien pueda hablar sobre sus miedos, sus esperanzas y sus inquietudes.

Piense en las personas a su alrededor, amigos cercanos o familiares, su pareja, su médico o consejero, miembros de su comunidad de fe o grupo comunitario, las personas que lo ayudan...

Estas son las personas con las que puede contar.

Recuerde... usted puede decidir cómo enfrentar el cáncer...

y usted no tiene que hacerlo solo.