

curados  
de  
cáncer

Luchar para ganar



[www.fundaciongrupoimo.com](http://www.fundaciongrupoimo.com); [info@fundaciongrupoimo.com](mailto:info@fundaciongrupoimo.com); [www.curadosdecancer.com](http://www.curadosdecancer.com) Tlfno: 917820848

# + juntos ganamos



Estas familias han querido colaborar en esta campaña para ayudar a otras familias que estén viviendo de cerca el cáncer de mama

La Fundación Grupo IMO ha ideado para celebrar el **Día Internacional contra el Cáncer de Mama, 19 de octubre**, una campaña dirigida a fortalecer los lazos familiares y sociales de los pacientes y supervivientes de cáncer de mama. Con el lema **+ JUNTOS GANAMOS**, va a dar respuesta a las preguntas claves que están en la mente de todos, principalmente en el entorno del paciente de cáncer de mama. Interrogantes como: ¿Cómo encajar la noticia de un diagnóstico positivo de cáncer de mama?. ¿Qué efecto provoca en el estado emocional del entorno más próximo al paciente?. ¿Cómo afecta a la pareja de una mujer u hombre con cáncer de mama?. ¿Cómo les afecta a los hijos?. De esta manera, la Fundación Grupo IMO quiere colaborar activamente en desterrar los miedos y tabúes que la enfermedad genera tanto en el propio paciente como en la comunidad familiar y social. Cada vez que a un enfermo le diagnostican la enfermedad, sus familiares sufren un shock emocional que

en la mayoría de los casos es similar al que puede sentir el paciente al conocer su enfermedad. Nadie, el entorno familiar tampoco, está preparado para recibir esta noticia. La familia también necesitará tiempo para asumir la situación y prepararse para apoyar a su ser querido. Un año más la Fundación Grupo IMO se vuelca en ayudar a mejorar el estado emocional de los familiares, parejas, hijos, amigos e incluso compañeros de trabajo de quienes tienen o han tenido cáncer de mama, de tal forma que pueda mejorar el apoyo que prestan a la persona enferma, cuidándose también ellos. Esta campaña estará en la calle en algunas ciudades españolas como Madrid, Sevilla y Alcázar de San Juan, en la que gracias a la colaboración de la Empresa Municipal de Transportes de Madrid, EMT y los Ayuntamientos de Sevilla y Alcázar de San Juan, respectivamente, mostrará al ciudadano de a pie como la implicación del entorno familiar y social facilita la superación de la enfermedad.



## Para mejorar la convivencia familiar

1. Crear un **clima de confianza**, un espacio en el que el paciente se sienta cómodo y tranquilo.
2. Es conveniente que los familiares se **informen** adecuadamente sobre la enfermedad del paciente y ser querido, que le acompañen a la consulta, que pregunten sus dudas al médico y especialista.
3. Es importante hablar, **comunicarse**, compartir la información, los miedos, preocupaciones, sentimientos y necesidades.
4. **Saber escuchar**. Estar ahí cuando el enfermo quiera hablar, quiera comentarnos cómo está, cómo se siente, qué le preocupa... y escuchar no es fácil.
5. Los familiares tienen que **conocer los deseos y necesidades del paciente**.
6. **Respeto**. No olvidar nunca que sigue siendo la misma persona de antes, nuestro ser querido. Mantengamos el **respeto** a su forma de afrontar la enfermedad, los tratamientos, sus tiempos, a su intimidad y privacidad, etc.



María, Benjamín, Nicolás, Rocío Alejandra, Cristina, Luis, Cristina, Jesús, Yolanda. Todos han pasado por la misma experiencia, juntos han superado un cáncer



## Lecciones de vida

A María le diagnosticaron un tumor en una de sus mamas en 2008. Ahora tres años después está totalmente recuperada y reconoce que este éxito se lo debe a su familia: a su marido Benjamín, y a sus hijos Nicolás, Rocío y Alejandra.

Para María, “cuando te lo dicen te impacta porque como no te duele nada, ni sientes nada e inmediatamente relacionas esa enfermedad con cosas muy malas. En mi caso, después del primer shock, me dije venga María tú puedes. No quería sufrir al ver sufrir a mis hijos. Y mi reacción fue coger el toro por los cuernos y hacer paso a paso todo lo que los médicos me dijeran” asegura María. Para su marido, Benjamín, “la entereza de una persona cuando le diagnostican un cáncer es lo más importante para afrontar esta enfermedad. Es cierto que esta actitud colabora a la hora de dar fuerza a la familia. Parece un contrasentido porque en realidad pensamos que es la familia la que debe apoyar al enfermo. En nuestro caso fue así, María lo que transmitió fue tranquilidad, fuerza de ánimo y seguridad. Nos hizo pensar a todos que no iba a ser la enfermedad la que iba a poder con ella sino todo lo contrario”. El marido de María dice que no les resultó difícil decidir contárselo a sus tres hijos. “Recuerdo que nos lo planteamos de la siguiente manera: si el resto de la familia no conoce el problema no puede ayudar y si tú no lo compartes tampoco creo que puedas superarlo de la misma manera. Está claro que María era la que padecía la

**Entrevistamos a dos familias que nos relatan cuál ha sido su experiencia frente al cáncer de mama. Su actitud positiva y de entereza puede ayudar a otras familias a mirar al cáncer con otros ojos.**

*enfermedad pero entre todos se supera. Si no conoces las circunstancias no puedes ser igual de partícipe. Tuvimos la pequeña discusión de si había que contarlo antes o después, pero no tardamos nada en comentarlo a nuestros hijos. Hay algo que me parece importante: a las cosas hay que llamarlas por su nombre. En el momento de la comunicación lo que les dijimos es que mama tenía un cáncer, no le dijimos es que tiene una enfermedad que puede ser que... Creo que la palabra es cáncer y no pasa nada le estas quitando gravedad al asunto. Asumirlo te hace más fuerte”.*

**Hace un año que Cristina está recuperada de un cáncer de mama. Aún se emociona recordando como nada al conocer el diagnóstico, su marido y sus dos hijos de 20 y 24 años se volcaron en cuidarla y animarla.** “No puedes evitar venirte abajo nada más enterarte de la noticia. Lo ves todo negro, pero luego vas paso a paso y la familia y tus hijos te van ayudando a ir transformando lo negativo en positivo”, asegura y continúa, “sabes que los tienes a ellos. Primero por mi y por ellos tenía que superarlo”. Cristina dice que se siente muy agradecida no sólo a sus hijos y su marido, también su sus padres

hermanos, y su familia política no la han dejado sola durante su recuperación.

Cristina recuerda con especial emoción las dedicatorias de sus hijos durante el Día de la Madre, “me han visto que he tirado para adelante: sé que el cáncer de mama es una enfermedad que cada vez tiene mejor pronóstico y eso te da más esperanzas pero también me han visto hundida, con rabia e ira pero al final creo que he enseñado a mis hijos que con mi lucha día a día he logrado salir para adelante. Quizás por eso para ellos en esa dedicatoria me llamaban su heroína”. Y apunta, “quizás es que han visto peligrar la vida de su madre y valoran más que sigo aquí con ellos”.

Como pareja Cristina también ha sentido que después del cáncer su relación se afianzaba, “siento lo mismo, sé que nos queremos igual que antes pero ahora percibí que mi marido está más atento de mí, no sólo a nivel físico, también a nivel personal. Yo percibo más atenciones, quizás es que antes no las veía y ahora sí”. Cristina recuerda especialmente cómo su marido le apoyó cuando se le cayó el pelo, “para mí fue, muy duro, pero él me decía que estaba ahí y que yo era la misma Cristina de siempre para él”.

# 8 de cada 10 mujeres con cáncer de mama se sienten apoyadas durante su enfermedad

La mayoría de las pacientes con cáncer de mama (más del 80%) se sienten satisfechas por el apoyo que reciben de sus parejas, familiares y entorno social, pero alrededor del 50% perciben que hubieran necesitado más apoyo emocional y más información por parte de sus médicos y especialistas, según un estudio piloto realizado por el equipo de psico-oncólogas de la Fundación Grupo IMO y que ha sido presentado con motivo del Día Internacional contra el Cáncer de Mama celebrado el día 19 de octubre. Con este motivo la Fundación Grupo IMO puso en marcha una campaña bajo el lema **“+ Juntos ganamos”** dirigida a fortalecer los lazos familiares y sociales de los pacientes y supervivientes del cáncer de mama.

La muestra del estudio piloto, en esta primera fase, ha sido de 45 pacientes en tratamiento y en 10 que lo habían terminado, además de sus parejas. De todas ellas el 74,5% están casadas o

**Puede bajarte este estudio completo en [www.grupoimo.com](http://www.grupoimo.com)**

tienen pareja estable. La primera conclusión que arroja es que el 78%, (prácticamente 8 de cada 10) de las pacientes se sienten apoyadas por su pareja y aseguran estar más unidas para enfrentarse a la enfermedad. **“Con este estudio lo que hemos pretendido es tener una primera visión sobre los miedos y estilos de afrontamiento de las mujeres con cáncer de mama y sus parejas. Cabe destacar cómo una mejor actitud del paciente permite al paciente afrontar mejor los tratamientos y sus posibles secuelas. Se podría decir que la**



**enfermedad les ha unido más a sus parejas, seres queridos”,** asegura la Directora de la Fundación Grupo IMO, Carmen Yélamos. **Para el 72% de los familiares estudiados creen que la principal persona que más ha ayudado a su mujer ha sido él, mientras sitúan a los hijos en segundo lugar con el 18% de los casos.** Según los resultados obtenidos y como conclusión global se puede asegurar que los familiares más directos (parejas e hijos) tienen unas necesidades de apoyo como las pacientes con cáncer de mama, durante el proceso de la enfermedad que denominamos estresante.



## Enfrentarlo juntos

La familia constituye el principal apoyo para el paciente, pero también su principal preocupación. No todos los familiares son capaces de responder y ofrecer el apoyo que el paciente necesita. Ellos también tienen que adaptarse al proceso de enfermedad.

Afrontar y superar una enfermedad oncológica es algo a lo que tienen que enfrentarse no sólo el enfermo sino también sus seres queridos. Ninguno de los miembros de la familia está preparado para encajar esta noticia. Nadie suele estarlo. Sin embargo, y pese a esos primeros momentos de desconcierto y miedo, cada una de las personas cercanas al enfermo comienza a experimentar emociones, sentimientos muy diversos. Algunos de ellos no mencionarán la palabra cáncer, otros sobreprotegerán al paciente, incluso habrá quien se culpabilizará o tomará una actitud derrotista. Medir y controlar los sentimientos no es la solución, como tampoco lo es ocultar y guardar silencio. Quienes viven cerca de un paciente oncológico también suelen necesitar ayuda ya que vivirán sumidos en una especie de “montaña rusa” emocional, durante el proceso de la enfermedad e incluso tras ella. Vivir entre esperanzas y temores no beneficia al paciente. Con la ayuda experta de profesionales, el médico, el psico-oncólogo, todos aprenderán que el camino más sencillo suele estar en vivir con naturalidad el cáncer. Por eso, la Fundación Grupo IMO, consciente de la trascendencia que tiene la familia en la recuperación del enfermo, ha pensado en mostrar a través de esta campaña, con motivo del Día Mundial del Cáncer de Mama, las principales claves con las que ayudar al enfermo y a su entorno más próximo durante y después del cáncer. **+ JUNTOS GANAMOS.**

# En primera PERSONA

**Nicolás de 21 años, es hijo de María. Hoy asegura sentirse orgulloso de la actitud optimista de su madre frente al cáncer. La fuerza que les transmitió a todos durante la enfermedad les ha unido más. Y ha cambiado las prioridades de este estudiante de ingeniería industrial mecánica.**

**¿Cómo te enteraste del diagnóstico de cáncer de mama de tu madre?**

*“Siempre venía a comer con ella. Yo volvía a casa del colegio y ella de su trabajo y coincidíamos durante el almuerzo. Un día la noté que estaba baja de moral, me contó que le habían diagnosticado un cáncer de mama. Me dijo que la tenían que operar. La noticia me pilló un poco de sopetón y por sorpresa. No te imaginas que te pueda tocar a tí. En ese momento intenté llevarlo con naturalidad. Recuerdo que le di un abrazo y un beso y le dije que no se preocupara que todo saldría bien”.*

**¿Cómo fue la actitud de tu madre durante la enfermedad?**

*“Mi madre siempre ha tenido una actitud muy optimista, siempre ha salido adelante. Ella se lo tomó como si se*

*tratará de un suceso pasajero. En realidad siempre ella intentaba llevar una vida normal sin salirse de las limitaciones propias de tener un cáncer. Creo que lo más destacable fue su deseo de llevar la misma vida que antes de la enfermedad. Pero además otros aspectos que yo destacaría también fueron su optimismo, el apoyo que recibió de todos nosotros y sobretodo la normalidad con que lo vivió”.*

**“Hasta que no hemos visto a mi madre enferma quizás no hemos sido conscientes de la importancia que tiene la salud. Ahora es mi prioridad número uno”**

**¿Hubo algún momento en el que sentiste miedo por ella?**

*“Mi madre durante su enfermedad ha sido un ejemplo para todos nosotros. Ella era la que se veía afectada y pocas veces le veías una mala cara. Nos contagiaba a todos esa actitud. Su fortaleza y optimismo para seguir adelante siempre ha sido constante”.*

**Puedes ver todas las entrevistas en [www.grupoimo.com](http://www.grupoimo.com) y canal youtube (Grupo IMO)**



**¿El cáncer os ha unido más?** “Bueno yo diría que sí. En realidad ya éramos una familia unida antes del cáncer ya que hemos estado muy pendientes de ella. Creo que ha estado más arropada que nunca, queríamos que sintiese más calor de todos nosotros. Pero lo que si nos ha cambiado a todos es el orden de nuestras prioridades.

**¿En qué sentido os ha cambiado las prioridades?**

*“Te das cuenta que la salud es lo más importante. Es fundamental tener salud para desenvolverte con normalidad. Hasta que no hemos visto a mi madre enferma no hemos sido conscientes de la importancia que tiene la salud. Ahora es la prioridad número uno en mi vida”.*

**¿Qué les diría a otros hijos que ahora estén viviendo su lucha contra el cáncer?**

*“Que arropen como nunca a esos ser querido. Querle más que nunca, comprenderle pero con la naturalidad de vivir un episodio que es pasajero. Ya lo comenté antes, en casa no salirnos de la rutina nos fortaleció. El optimismo y la normalidad son armas muy importantes para combatir esta enfermedad”.*

A su disposición en todas nuestras Unidades la **GUIA PARA CUIDARTE Y CUIDAR** a los tuyos editada con motivo de la campaña + juntos ganamos



Para el Grupo IMO y su Fundación el paciente es el centro de toda la actividad. Ofrecemos una atención de excelencia e integral para cubrir todas las necesidades de quien viene inmerso en un proceso de tratamiento para vencer el cáncer. De ahí nuestra preocupación por crear un entorno adecuado donde el asesoramiento, el apoyo y la comunicación se convierten en imprescindibles para el paciente. Los mejores foros son el servicio de Psico-oncología, el Club de pacientes y nuestros talleres.