



General | | Actualitzat el 13/12/2022 a les 08:00

Quan el pare o la mare estan malalts: com acompanyar-ho

Com i què explicar als fills? Cal dir tota la veritat o és preferible estalviar-los preocupació i patiment?

[inici centrareport]Hi ha dues constants a la vida de les quals ningú de nosaltres està salvaguardat. Una és la **incertesa** i l'altra, el **dolor**.

Socialment, tenim el concepte que en la infància tot haurien de ser rialles, amor, despreocupacions i joc, que és una etapa **màgicament protegida de l'adversitat**.

La realitat, però, és que malauradament hi ha menuts que han d'**afrontar situacions molt complexes en edats molt primerenques** i on tot el seu món se sacseja.

El que hem d'entendre és que en la **primera infància** una de les necessitats bàsiques per sobreviure és tenir algú que ens **cuidi**. Som éssers socials i com a tals estem programats per a dependre dels altres. Ens cal protecció, aliment, cures, un lloc on viure i tots aquests aspectes estan en mans d'algú.

Per aquest motiu, els nadons neixen dissenyats per a **establir vincle** amb els altres i, sobretot, amb les primeres persones que ens han cuidat d'ençà que naixem. De fet, tenen trets característics com la seva olor, el to muscular, la mida, el somriure social? que desperten les **hormones del plaer** en els adults per assegurar que aquesta necessitat de cuidar-los esdevingui un fet natural.

A mesura que ens fem grans anem aprenent a **satisfer les necessitats bàsiques** per un/a mateix/a i, per tant, el vincle inicial deixa de tenir sentit en termes de supervivència absoluta, més aviat es transforma en una relació afectiva i personal.

Però que succeeix quan aquest procés es trenca abans d'hora? Doncs que hi ha un **impacte emocional brutal**. Per què si perdo la persona que em cuida, què serà de mi? Qui em protegirà?

Això pot passar per diverses raons, però avui volia parlar-vos de què succeeix amb els més petits quan una malaltia de llarg recorregut impacta en un dels seus cuidadors/es principals.

La notícia d'una **malaltia en els nostres pares** ens impacta a qualsevol edat, però imagineu-vos què passa pel cap d'un menut quan això té lloc durant la seva **infantesa**.

Un **remolí de preocupacions** s'inicia dins seu i, sobretot, **moltes preguntes** per les qual no sempre tenim una resposta.

Quan algú mor és un fet. Podem estar o no preparats per explicar-los la mort, però la realitat és que és una **situació de no retorn**. Hi ha algú, important per ells, que deixa de ser-hi físicament. I hem d'ajudar-los i donar suport a seu dol, però la realitat i l'absència és una certesa.

Els podem respondre amb seguretat que no tornarà, per dolor que aquesta veritat generi. **Assumir una malaltia és diferent**. Hi ha molta **incertesa**. No sabem que passarà. Ni tenim totes les respostes.

El que sí que sabem és que **la persona malalta probablement canviarà**. Canviarà la seva **qualitat de vida**, les coses que podrà fer, el seu **humor**, la seva **aparença física**? però tampoc



sabem **COM** seran aquests canvis.

I aquest és el punt que més complica l'acompanyament en la infància de les malalties en persones properes.

No podem donar-los l'estabilitat que els caldria per sentir-se segurs. I és acceptar aquesta realitat el primer pas.

A vegades, pensant que els evitem malestar, els amaguem la veritat o els endolcim la situació amb missatges extremadament positius i que, malauradament, no podem assegurar que es compleixin.

[GotaVerdaPle] "No et preocupis per res"

[GotaVerdaPle] "Tot sortirà bé"

[GotaVerdaPle] "Segur que els metges el curen"

Però què passa, si finalment no hi ha un bon desenllaç? Que se senten **enganyats i traïts**. I es generen dins d'ells emocions de **desconfiança**.

I llavors, com els acompanyem?

[GotaVerdaPle] El primer que caldria tenir en compte és que no podrem acompanyar bé aquests petits **si nosaltres no estem bé**. Vull dir que són situacions delicades, on l'impacte de la notícia ens afecta a tots. Cuidem-nos com adults tant com puguem per sostenir i poder estar presents de manera sana.

[GotaVerdaPle] Si tenim xarxa de suport d'amistat o familiar **deixem que ens ajudin**, que ens acompanyin amb respecte i amor.

Els hi hem d'explicar des del principi?

[GotaVerdaPle] **Valorem** sempre la gravetat de la situació, l'edat i el nivell d'enteniment de cada criatura.

[GotaVerdaPle] Si els infants tenen capacitat per integrar el diagnòstic és preferible fer-ho **abans que comencin a notar canvis** en el seu dia a dia i que no entenguin què succeeix.

[GotaVerdaPle] Per exemple, si hi ha un diagnòstic en ferm on caldrà tractament mèdic, absències o hospitalitzacions és important transmetre aquesta realitat als nens. Sent **sincers sense arribar a l'alarmisme**.

[GotaVerdaPle] Expliquem què canviarà. Qui els portarà a l'escola, qui els recollirà, si hi haurà dies que veuran al familiar malalt més cansat, si hi haurà canvis en el seu aspecte físic?

Els hem de dir tota la veritat, encara que sigui un mal pronòstic? Sí. Els hem de preparar dins de les possibilitats i donar-los l'oportunitat d'acomiar-se. D'integrar aquesta situació tan complexa i donar espai i acolliment.

[GotaVerdaPle] **Fem-los sentir útils**

Sovint, la incertesa ens porta a una sensació de descontrol que genera molta angoixa. Proposar-los fer petites tasques per ajudar i sentir que controlen certes accions del dia a dia els portarà certa sensació de calma.



En funció de l'edat els podem convidar a ajudar a preparar l'esmorzar, portar-los la medicació, fer-los algun dibuix per dur a l'hospital, llegir-los en veu alta?

[GotaVerdaPle] **Oferim-los altres entorns d'infància fora de la malaltia**

No hem d'oblidar que per bé que intentem portar la situació, veure algú que estimes malalt és **impactant i emocionalment molt dur**. Com a adults, també ens caldrà tenir estones de **calma i solitud**.

Oferir als infants llocs on la vivència de la malaltia no sigui tan present els donarà l'oportunitat de recuperar per una estona la **despreocupació i l'esbarjo**. Portem-los a les seves extraescolars, a cases d'amics, activitats d'oci? Envoltar-los de persones que **els facin bé**, que els **acullin amb amor**, amb qui **puguin parlar del que senten** si ho desitgen.

La realitat és complicada i no podrem saber què succeirà, però el que podem oferir-los és la **seguretat que poden expressar el que pensen i senten sense ser jutjats**, que sentin l'escalaf de la gent que els estima.

No tenim una vareta màgica per guarir la persona malalta, però si molt d'**amor** per acompanyar-los en aquest procés.

[ficientrareport]