



## **GRUPO MEXICANO DE PSICOLOGÍA PEDIÁTRICA (GMPP)**

Mtra en Psicooncología María José Adame Vivanco. Red Latinoamericana de Psicología Pediátrica. Hospital Infantil de México Federico Gómez

Dra en Psic. Mercedes Luque Coqui. Red Latinoamericana de Psicología Pediátrica. Hospital Infantil de México Federico Gómez

Dr. en Psic. Francisco Morales Carmona, Red Latinoamericana de Psicología Pediátrica. Consejo Nacional de Psicología Clínica. CONAPSI

Mtra en Psic. Carolyn Young Fernández. Red Latinoamericana de Psicología Pediátrica, Fundación StoryBox

Lic. Patricia Mendoza Rodríguez. Red Latinoamericana de Psicología Pediátrica. Tesista de Maestría en Medicina Conductual UNAM. Hospital Infantil de México Federico Gómez

Mtra en Psic. Mariana Campos Gutiérrez. Sohma Acompañamiento Emocional Hospitalario

Lic. Sofía Campos Ugalde. Sohma Acompañamiento Emocional Hospitalario.

Mtra en Psic. María Fernanda Busqueta Mendoza. Certified Child Life Specialist (CCLS). Centro de Estudios Psicosociales Aplicados a la Salud (CENEPAS)

Dr. en Psic. José Méndez Venegas. Hospital Infantil Teleton de Oncología

Mtra. en Psicooncología y CCLS Loris Nacif Gobera. Grupo Intervención Psicológica Hospitalaria. Hospital Angeles del Pedregal

Mtra. en Psic. Ana Leticia Soria Bejar. Grupo Intervención Psicológica Hospitalaria. Hospital Angeles del Pedregal

Mtra. en Psic, y CCLS Elizabeth Nicolau. Grupo Intervención Psicológica Hospitalaria. Hospital Angeles México

Mtra. en Psic. Ana Zarina Fiorentini Cañedo. Grupo Intervención Psicológica Hospitalaria. Voluntariado del Hospital Pediátrico Tacubaya

### **AGRADECIMIENTOS**

Mtra. en Psicología Clínica Infantil Ángeles Vizcarra Rojas.

Karen Jocelyn Valle Dimas, Ceila Bersabee Pérez Aguilar, Citlali Itzel Figueroa Estrada, Yolotzin Juárez Castillo, Fernanda Chaveste, Gidalti Díaz.

## DERECHOS Y DEBERES DE LOS CUIDADORES

Como cuidador tiene derecho a:

- Cuidarse a sí mismo, y esto no es un acto de egoísmo. Hacerlo le ayudará a cuidar mejor al ser querido.
- Buscar ayuda en otras personas pese a que el familiar no quiera o ponga trabas. El cuidador conoce cuáles son sus límites respecto a su nivel de energía y fuerza.
- Mantener aspectos de su vida que no incluyan a la persona que cuida, de la misma forma que haría si él o ella estuviera bien. El cuidador sabe qué hace todo lo que está a su alcance para esta persona y tiene derecho a hacer cosas sólo para él.
- Enfadarse, estar deprimido y expresar ocasionalmente sentimientos negativos.
- Rechazar cualquier intento de manipulación por parte del ser querido a través de sentimientos de culpa, enfado o depresión.
- Recibir consideración, afecto, perdón y aceptación por todo lo que hace para su familiar, a la vez que él ofrece lo mismo a cambio.
- Estar orgulloso de lo que ha logrado, aplaudir la valentía que en ocasiones ha necesitado para cubrir las necesidades de su ser querido.
- Proteger su individualidad y su derecho a tener una vida propia, en el caso de que su ser querido no le necesite todo el tiempo.
- Conocer el pronóstico del paciente y todo lo relacionado con su enfermedad.
- Que se le enseñe sobre el cuidado del paciente y a tener tiempo para aprenderlo.
- Buscar soluciones de acuerdo con sus capacidades y las del paciente.
- Dedicar tiempo para actividades de descanso y placenteras, sin tener sentimientos de culpa.
- Que otras personas participen del cuidado del paciente.

Como cuidador tiene el deber de:

- Solicitar al personal de salud instrucciones y recomendaciones para el cuidado del paciente.
- Reconocer y expresar sus capacidades y dificultades como cuidador.
- Compartir con otros familiares las decisiones con relación a la vida y cuidado del paciente.
- Aceptar la decisión del Hospital de la terminación de la hospitalización del paciente y la continuidad del cuidado en casa por parte de la familia.
- Reconocer la necesidad de ayuda de instituciones para el cuidado del paciente.
- Tomar decisiones que no afecten el bienestar del paciente.
- Aprender a cómo auto cuidar su salud física y emocional mientras continúe con el cuidado del paciente.

(Guía de Atención al Cuidador)