



AVÓS



**Um guia para avós de crianças e
jovens com câncer**



Autores: Sue Ablett e Katherine Ballard em favor do UKCCSG Siblings Project Group

Delineado e publicado em Março de 2005 pelo UKCCSG

Somos gratos a todos os avós que ajudaram a fazer este livreto. Todas as citações usadas são dos avós reais

© UKCCSG 2005

Traduzido por Stella Cavalcanti Martins Lima
Voluntária IBM

Revisado por Silvia R Brandalise e Carmen C M Rodrigues
Centro Infantil Boldrin – 2013

Editoração: Lucas Rodrigues

Impressão: Cin Negócios

AVÓS

Um guia para avós de crianças e jovens com câncer

CONTEÚDO

Introdução	4
<u>PERGUNTAS INICIAIS</u>	5
Os cânceres das crianças são iguais aos dos adultos?	5
É algo que nós fizemos?	5
Outra pessoa da família tem câncer. Isto está em nossos genes?	6
Pode o câncer ser realmente curado?	6
Por que não ouvimos os sucessos?	7
Porque me sinto tão impotente?	8
<u>COMO VOCÊ PODE AJUDAR</u>	9
Se você estiver por perto	9
Se você estiver longe	10
Apoiando seu filho/filha (enteado)	12
Apoiando seus netos	13
<u>APOIO PARA VOCÊ</u>	18
Tenha certeza de que você tem o que precisa	18
Apoio de familiares e amigos	19
Como conversar pode ajudar	20
Grupos de apoio e conselheiros	21
Contatos úteis	22
Livros/livretos úteis	22

INTRODUÇÃO

Saber que seu neto tem câncer é um choque terrível. A maioria dos avós se preocupa não somente com sua criança doente, mas também como seus próprios filhos/filhas irão reagir. A maioria também está preocupada com os efeitos nas outras crianças da família, e claro, como, como avós, eles mesmos irão reagir.

Pais de uma criança doente usualmente têm acesso a médicos e outros que podem responder suas dúvidas. Não é tão fácil para os avós terem informação em primeira mão e isto pode levar a sentimentos de isolamento. Este livreto tenta responder algumas das muitas questões que os avós podem ter.

PERGUNTAS INICIAIS

OS CÂNCERES DA CRIANÇA SÃO IGUAIS AOS DOS ADULTOS?

Não. Os cânceres mais comuns em adultos, como de pulmão, mama e intestino, são parte de um grupo de cânceres chamados carcinomas. Estes são cânceres das partes de revestimento do corpo e são causados, em parte, por fatores ambientais/ estilo de vida. Estes cânceres quase nunca são vistos em crianças.

Muitos cânceres da criança vêm de células do período em que o bebê ainda estava se desenvolvendo, nos estágios iniciais da gravidez. Estes cânceres não são vistos em adultos.

Alguns cânceres vistos em crianças, como as leucemias e tumores cerebrais, também são vistos em adultos. No entanto, mesmo quando o diagnóstico é o mesmo, as doenças frequentemente se comportam de maneira diferente em pessoas de diferentes idades, e as crianças frequentemente respondem melhor ao tratamento.

“Eu gostaria que alguém me explicasse por quê isto aconteceu ao meu inocente neto de três anos.”

É ALGO QUE NÓS FIZEMOS?

Não. Como avós, vocês com certeza viram muitas mudanças ao longo dos anos, na maneira como as crianças são criadas, suas atividades e dieta e vocês podem se perguntar se estas mudanças causaram o câncer. Não há absolutamente nenhuma evidência científica que comprove isto.

“Era tanto para entender - eram usadas palavras que não conseguíamos entender e que nunca havíamos ouvido antes.”



OUTRA PESSOA DA FAMÍLIA TEM CÂNCER. ISTO ESTÁ EM NOSSOS GENES?

Infelizmente o câncer é uma doença muito comum, particularmente em pessoas mais velhas. Na maioria das famílias onde uma criança foi diagnosticada com câncer, haverá pelo menos outro membro familiar que já teve câncer. Quase todos estes cânceres ocorrem ao acaso. O câncer se origina nos genes, é causado por alterações nos genes que levam as células a se dividirem anormalmente. No entanto, estas mutações genéticas provavelmente somente ocorreram naquele indivíduo.

Muito ocasionalmente, os cânceres da criança coincidem numa mesma família. Por exemplo, quando uma criança é diagnosticada com um tumor ocular raro, chamado retinoblastoma, a família será orientada se há necessidade de monitorar a doença nos outros membros da família.

“Depois do diagnóstico do câncer de meu neto eu me senti sem esperança e muito brava.”

PODE O CÂNCER SER REALMENTE CURADO?

Sim. Atualmente três quartos dos cânceres da criança são curados. A maior parte dos avós considera isto difícil de acreditar. E enquanto aceitam que a cura é possível, ainda é um período muito preocupante. Para a geração mais velha há muitas razões para isto. Mesmo tão recente quanto em 1960, era muito incomum um câncer ser tratado com sucesso, a menos que pudesse ter sido totalmente ressecado por um cirurgião. Hoje, com um tratamento melhor, a maior parte das crianças não somente é curada da doença, mas vivem uma vida plena e ativa.

Infelizmente, entretanto, há algumas crianças nas quais o câncer não pode ser curado. Para estas crianças, o tratamento pode manter o câncer sob controle por algum tempo. Para outras, pode ser possível apenas controlar os sintomas. Todo esforço é feito para manter a criança bem e ativa pelo maior tempo possível. A criança pode ser cuidada em casa, se isto for o desejo da família, utilizando o suporte dado pela equipe do hospital e outros.

POR QUE NÃO OUVIMOS OS SUCESSOS?

No passado as pessoas sentiam que havia um estigma associado ao ter câncer. Isto significava que somente após a morte o nome da doença deveria ser conhecido, assim quando um câncer era tratado com sucesso, ninguém sabia sobre o assunto.

“ É difícil lidar com o fato que seu neto(a) tem câncer. Mesmo a própria palavra é muito difícil de lidar.”

Agora que seu neto(a) foi diagnosticado com câncer, é possível que amigos lhe contem de pessoas que eles conhecem e que foram curados da doença. Também haverá aqueles amigos com histórias menos encorajadoras. Independente do que você escutar é importante lembrar que cada paciente de câncer e cada diagnóstico são diferentes e que progressos acontecem continuamente no desenvolvimento de tratamentos mais efetivos.

“ Tem sido um tempo muito duro e doloroso, desde que minha neta foi diagnosticada, mas é ela quem me faz continuar seguindo.”



POR QUE ME SINTO TÃO IMPOTENTE?

Muitos avós aceitam que não poderiam ter evitado o câncer, mas muitos ainda se sentem impotentes, ou mesmo com culpa, quando o câncer é diagnosticado. Por que isto? Como pais, e depois como avós, muitas pessoas sentem que proteger seus descendentes é sua principal função. É possível proteger a criança de muitos perigos. Mas, quando uma doença séria como o câncer acontece, que a família não pode fazer nada para prevenir, os mesmos sentimentos de culpa ou impotência aparecem.

Ninguém pode dizer por que isto aconteceu com seu neto, muitas pessoas pensam sobre todos os tipos de possíveis causas para a doença. Para alguns avós, a sua fé pode ser um conforto grande, enquanto que para outros, a fé pode ser seriamente questionada.

“Era o desconhecido. Sentimos-nos tão isolados. As pessoas simplesmente não sabiam o que dizer para nós.”

Alguns avós sentem que, se alguém na família deveria ter um câncer, este deveria ser o avô ou avó. O câncer parece uma doença

particularmente cruel, quando ameaça a vida de um jovem inocente.

Alguns avós desejam poder trocar de lugar com a criança doente, ao invés de permitir que passem por longos tratamentos. É valioso lembrar, porém, que os cânceres das crianças são muito mais curáveis do que aqueles que ocorrem em pessoas mais velhas e que as crianças são fisicamente mais capazes de lidar com o tratamento, do que os adultos. As crianças frequentemente lidam melhor com a doença. Crianças mais velhas algumas vezes dirão que ter tido a doença os fez aprender a apreciar melhor a sua saúde e viver a vida ao seu máximo. Para as crianças menores, poucos se lembram do tratamento.

“Me senti muito brava e machucada, pelo fato daquele garotinho que tanto amo estar sofrendo assim. Eu me pergunto, os outros avós sentem o mesmo?”

“Achei que meu mundo havia chegado ao fim. Eu não podia aceitar porque isto aconteceu com a minha neta.”



COMO VOCÊ PODE AJUDAR

Muitos avós atuam como atores principais na vida dos seus netos, mesmo antes da doença na família. Outros podem ter menos envolvimento, por particularidades como viver longe, outras pressões no momento, ou mesmo seus próprios problemas de saúde.

“Nós precisávamos cuidar do bichinho de estimação da família, e vovó fazia um fantástico pudim de arroz cremoso.”

SE VOCÊ ESTIVER POR PERTO

Uma vez descoberta a doença, a maioria dos avós estarão ansiosos para ajudar. Claro que para aqueles que moram perto da criança doente, não haverá falta de tarefas práticas para ajudar. Seu filho(a) pode estar tão absorvido pelos cuidados necessários da criança doente, que eles não conseguirão nem lhe dizer o que eles achariam útil. Seu conhecimento sobre as atividades de rotina da família será seu melhor guia sobre o que oferecer, mas aqui vão algumas sugestões:

- Ser acompanhante da criança doente no hospital
- Caronas de ida e vinda do hospital
- Cuidar das outras crianças da família



- Levar as outras crianças para a escola, clube, futebol, compras, etc
- Cortar a grama e ir aos correios
- Compras e tarefas domésticas
- Providenciar refeições e abastecer o freezer com os alimentos favoritos da família
- Cuidar dos bichinhos de estimação e da casa
- Garantir que a vida continue a mais normal possível

Você também pode fazer algumas coisas que nós listamos para os avós que moram longe.

“Eu descobri que assim que o tempo passava e eu lia mais e minha filha me explicava o que estava acontecendo, eu fiquei com mais confiança para cuidar de minha neta e ajudá-la.”

SE VOCÊ ESTIVER LONGE

Pode ser muito frustrante para os avós que estão distantes, ou que talvez sofram de problemas de saúde, não poderem oferecer uma ajuda prática. Contudo, ainda há muitas maneiras de ajuda para os avós que estão nesta posição. Aqui estão algumas idéias:

- Providenciar o serviço de “atendimento de ligações”, dúvidas e passar as novidades para amigos e familiares.
- Ser um ouvido para seu filho/filha, para seu

neto ou outras crianças da família.

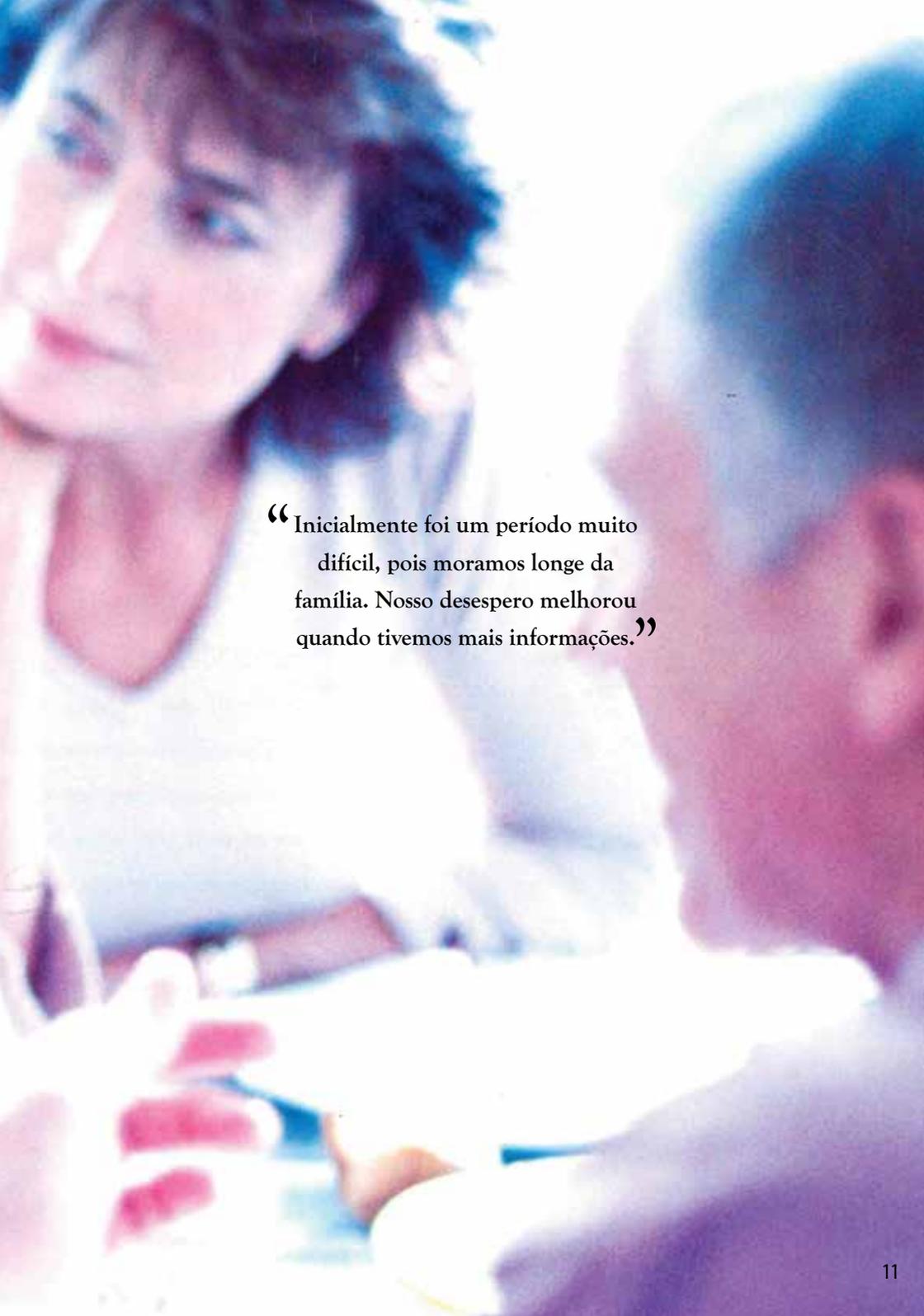
- Mandar cartões/ cartas/ e-mails/ mensagens de texto para seu filho/ filha, para a criança doente e qualquer outra criança, para deixá-los saber que você está pensando neles.
- Sugerir atividades próprias para a criança doente (exemplo: história em quadrinhos/ livros, revistas, kits de artesanato, vídeos).
- Certificar-se que as outras crianças da família se sintam queridas, ligando só para saber como elas estão, ou mandando cartões/ presentes para elas.

Mandar itens práticos para seu filho/ filha (como cartões telefônicos para uso no hospital, crédito em celulares e material para leitura).

- Dar apoio, ou mesmo organizar atividades para arrecadar fundos para uma instituição escolhida de caridade em câncer.
- Se tornar doador de sangue, ou se você não puder doar por causa da idade (superior a 60 anos), ou por problemas de saúde, encorajar os outros a doarem.

“Eu não tinha facilidade em ir ao hospital para fazer uma visita. Eu gastei o tapete aguardando por um telefonema.”

“Eu achava tudo muito estressante, especialmente viajar.”



“Inicialmente foi um período muito difícil, pois moramos longe da família. Nosso desespero melhorou quando tivemos mais informações.”



“Uma coisa é muito importante. Ajudar a família quando eles pedem. Não force atenção deles. Eles estão muito traumatizados. Ajude cuidando dos irmãos, mas seja cauteloso. Este é um tempo terrível e todos estão muito frágeis.”

APOIANDO SEU FILHO/FILHA

Seu filho/filha (enteado) estará lidando com muitas emoções difíceis, quando sua criança é diagnosticada com câncer. Eles precisarão encontrar pessoas de confiança, com quem irão compartilhar seus sentimentos e preocupações. Para alguns, se voltarem para os pais é uma resposta automática. No entanto, um número igual sente que deve poupar e proteger seus pais das suas preocupações e acham mais fácil compartilhar estes sentimentos com amigos ou outros membros da família. Como avós, ambas as situações podem ser difíceis.

“Nós nos sentimos tão impotentes em relação a ajudar nossa própria filha. Ela estava auxiliando a filha dela. Não podíamos fazer nada além do que estar presente.”

Ouvindo e deixando-os falar

Por mais inevitável e doloroso que seja ouvir os desabafos da sua criança e saber como lidam com seus medos e tristezas, muitos avós preferem saber, ao invés de serem protegidos. Isto pode ajudar seu filho/filha (enteado) a expressar em palavras as suas preocupações.

Você não precisa ter as respostas, mas um ouvido amigo pode ser de muito auxílio.

Se seu filho/filha (enteado) sabe que você entende o que está sentindo, eles podem se sentir menos sozinhos em relação às suas preocupações.

Guiando-os a outro lugar

Alguns avós acham que não são as pessoas certas para ouvirem as preocupações do filho/filha (enteado). Isso pode ser duro, mas, nesta situação, os avós podem ajudar encorajando seu filho/filha a procurarem outras pessoas próximas para terem esta conversa. Os avós também podem encorajar suas crianças a compartilharem seus pensamentos e medos com membros da equipe que cuidam da criança doente. A maior parte dos centros de tratamento possui contatos de pessoas do serviço social do CLIC Sargent, enfermeiras da comunidade, outras enfermeiras do Macmillan e psicólogos, alguém que poderá ajudar.

Alguns pais não acham que compartilhar seus sentimentos vai ajudá-los. Isto deve ser respeitado, pois algumas pessoas acham que esta é a maneira mais fácil para lidar com a situação. Se você se encontrar nesta situação, apenas demonstre que você está pronta para ouvir seu filho/filha caso queira conversar.

AJUDANDO SEUS NETOS

Como as crianças reagem

As crianças, como os adultos, variam na maneira de lidar com situações difíceis. Algumas crianças verão como ajuda conversar sobre o que está acontecendo. Outras irão preferir se distrair com atividades divertidas, serem abraçadas ou verem seus amigos. Qualquer que seja a preferência, é importante se deixar conduzir por elas. Uma criança que diz “eu acho que não estou melhorando” deve ser encorajada a dizer por que pensa assim. Crianças que mudam de assunto quando sua doença é mencionada, estão lhe dizendo que elas não querem conversar sobre o assunto no momento. É importante que todas as crianças tenham alguém para dar informações e apoio, mas elas é que devem escolher a quem recorrer, e decidir quando estão prontas para isto.

“Ela nunca quis que sua avó soubesse o quão doente ela estava. Mesmo com 12 anos ela queria ter controle sobre o que era dito, e a quem. Ela sempre queria que a vovó fosse apenas a vovó – normal, como as coisas eram antes dela adoecer.”

Crianças de diferentes idades

Crianças de diferentes idades precisam de cuidados diferentes. Para os bebês é muito importante ter o afeto e carinho de um adulto calmo e confiante. As crianças pequenas não conseguem expressar seus medos com palavras. No entanto, um adulto que as conheça bem pode tentar descobrir o que as está preocupando e passar segurança. Conforme as crianças crescem e podem falar sobre sua doença, é importante saber o que elas entendem da própria doença, e quais são suas preocupações. Se as crianças não tiverem a informação de que precisam, elas irão se fixar no que sua imaginação as faz pensar. Suas fantasias podem ser piores do que o que está realmente acontecendo.

As crianças precisam saber que o câncer não é culpa de ninguém, que não é causado por maus pensamentos ou mau comportamento, e que não pode ser pego de outra pessoa.

As crianças mais velhas precisam saber que raramente o câncer pode passar na mesma família. Livros de histórias para crianças mais novas podem ser uma maneira segura de falar sobre assuntos difíceis. As crianças mais velhas podem preferir informações mais objetivas em livretos ou websites disponíveis. (veja pág. 22) Lembre-se de que tudo que a criança quiser saber, deve ser respondido de maneira simples e honesta, geralmente esta é a melhor maneira.

Disciplina

Depois do diagnóstico, os pais e avós querem dar à criança doente presentes e tratamento especial. Naturalmente alguns agrados e consideração especial podem dar à criança doente o estímulo que elas precisam. Mas as crianças sentem segurança com a normalidade. A maioria das crianças está acostumada com os adultos as tratando como tratariam seus irmãos e irmãs. Presentes para a criança doente devem ser também acompanhados por presentes menores para os irmãos e irmãs, assim será melhor para todos.

Alguns tratamentos, por exemplo esteróides, podem ter um efeito expressivo no comportamento e humor da criança. Pode ser difícil manter a disciplina no nível da normalidade, lutando para encontrar o equilíbrio ideal entre o que deve ser compreendido e



quando estabelecer alguns limites. Ao mesmo tempo, pode ser muito difícil para os irmãos e irmãs verem seu irmão doente ser tratado de forma diferente. Manter as regras usuais da família pode passar segurança para a criança doente. Contradizer a criança pode passar a mensagem “Você não está bem agora, mas você vai melhorar, e nós esperamos que você se comporte bem mesmo assim.”

Quando as regras de comportamento da família precisarem ser mudadas, é de grande ajuda explicar para os outros irmãos e irmãs a razão da mudança e salientar que é por um período temporário. É importante também que os avós e familiares sigam estas regras na disciplina, ou então os problemas podem acontecer.

A criança doente

Para a criança doente, o diagnóstico de câncer é como virar seu mundo de cabeça para baixo. Os avós são frequentemente uma boa parte da vida deles, mesmo antes da doença e a criança doente pode se reconfortar muito com jogos em família e atividades com os avós. A criança doente usualmente sabe mais da doença do que os adultos pensam. Membros da família frequentemente têm medo do que a criança possa querer saber, mas as crianças que fazem perguntas podem lidar com as respostas. Pode





ajudar tentar saber por que a criança está fazendo uma pergunta, para se ter uma idéia melhor antes de responder uma pergunta difícil. “O que faz você pensar assim?” ou “Você esteve se preocupando com isso?” podem ser bons caminhos de se descobrir mais. Os medos das crianças são provavelmente muito diferentes dos medos dos adultos. Para muitas crianças, as palavras leucemia ou câncer podem não significar nada. Uma abordagem franca pode encorajar a criança a ser também franca com seus pensamentos e medos. Isto dá aos adultos a chance de corrigir algum engano. É sempre melhor confirmar com os pais da criança qual é o tipo de informação que eles querem que a criança tenha, antes de responder questões difíceis.

Irmãos e irmãs saudáveis

Irmãos e irmãs saudáveis geralmente têm poucas pessoas com tempo para ajudá-los, em comparação com a criança doente. As mudanças que eles experimentam como resultado da doença do seu irmão ou da irmã podem ser enormes. Eles frequentemente podem se sentir deixados de lado. A vida de toda a família tende a girar em torno da criança doente. É fácil ver porque alguns irmãos sentem que não são mais importantes ou que não são tão amados quanto o irmão doente.

Os avós podem ser particularmente valiosos ao demonstrar amor, dar seu tempo e ajuda prática e geralmente fazendo as coisas parecerem mais “normais”.

Se possível, dê a opção de escolha aos irmãos e irmãs sobre as visitas ao hospital, ou de se envolverem nos cuidados com o irmão doente. É sempre melhor alertá-los sobre mudanças que eles podem ver na criança doente. Tubos e outras mudanças são menos assustadores se as crianças sabem a razão para elas.

Para mais informações em como ajudar irmãos e irmãs, pergunte no centro de tratamento sobre livretos dirigidos a irmãos e irmãs e àqueles que cuidam deles.

“ Eu tentei mesmo não sufocar meu pobre netinho, ainda assim dar amor e atenção, mas você tem que se dar conta de que seus netos saudáveis também precisam de atenção. É fácil para eles terem ciúme da criança doente. ”

APOIO PARA VOCÊ

TENHA CERTEZA QUE VOCÊ TEM O QUE PRECISA

Muitos avós acham que suas necessidades vêm em segundo lugar em relação às do resto da família, mas o suporte para você lhe dará mais força para enfrentar. Isto, por sua vez, ajudará a outros.

Os avós podem ter problemas de saúde. É fácil estes serem negligenciados e você piorar. É importante continuar tomando seus medicamentos e manter suas consultas médicas em dia.

Se você mora perto da família, a vida depois do diagnóstico pode ser muito agitada. Alguns avós repentinamente percebem que estão com as horas do dia preenchidas em função de ajudar os outros netos ou com viagens de idas e vindas ao hospital. Ainda

todas as outras rotinas dos avós continuam e demandam tempo e energia. Pode ser difícil encontrar oportunidades para descansar o suficiente. Reserve um tempo para verificar o quanto você está tentando fazer isto. Talvez algo terá que ser dado para você cuidar. Não sinta que você não pode algumas vezes dizer não. Para os avós que trabalham, isto pode ser difícil, apesar da maior parte das pessoas, organizações e amigos, entenderem as circunstâncias.

“Eu estava emocionalmente exausto, tentando lidar com um trabalho estressante em período integral e vendo minha adorável neta enfrentar bravamente os devastadores efeitos da quimioterapia.”

Claro que mesmo tendo tempo para descansar, relaxar e dormir, isto pode ser um desafio. Muitos avós acham que quando eventualmente se deitam na cama, eles não podem parar de se preocupar com tudo que está acontecendo com sua família. Se isto acontecer, tente escrever uma lista das coisas que te preocupam, mesmo que você não possa achar as soluções neste momento.

Pode ser difícil relaxar completamente, mas muitas pessoas podem achar lugares e atividades que as fazem se sentir em paz. Seja um banho de banheira, ou jogar golf, ouvir Beethoven ou jogar bingo, encontre um tempo para se fortalecer com as coisas que lhe dão prazer.



“Ser requisitado e envolvido me ajudou a enfrentar.”

APOIO DE FAMILIARES E AMIGOS

Você pode achar que tem amigos ou familiares à volta, que estão ansiosos para ajudar você e dar apoio prático. As ofertas que eles fazem parecem ser bem sinceras. E fazer a oferta pode fazer também com que eles se sintam melhores, se têm algo em que possam ajudar. Se algumas pessoas não estão oferecendo a ajuda que você necessita, a maioria ficará feliz se você pedir diretamente a elas.

Talvez a coisa mais difícil para os avós seja encontrar pessoas que dêem apoio emocional para eles. Alguns têm a sorte de terem bons amigos para compartilhar suas preocupações durante os piores períodos.

Contudo, a maioria das pessoas também vai lidar com amigos e familiares que não podem ou não querem compartilhar suas tristezas e ansiedades. Isto pode ser desapontador, mas estes amigos ainda podem ser capazes de apoiar você de outras maneiras, ou com ajuda prática ou como uma distração das dificuldades que a doença trouxe.





Pode ser ainda mais difícil para os avôs encontrarem o apoio que eles precisam. Homens, especialmente os mais velhos, cresceram com a crença de que deviam ser fortes e conter suas emoções em tempos de crise. Foi comprovado que conversar sobre suas preocupações, pode ajudar.

“Entrei em estado de choque quando soube da doença de minha neta. Eu não podia perguntar à minha filha ou ao meu genro. Depois que o período inicial passou, eles me mantiveram informada e isto me ajudou muito.”

COMO CONVERSAR PODE AJUDAR

Ninguém pode mudar a situação, mas pode haver conforto em saber que outra pessoa entende como você está se sentindo. Conversar também ajuda você a esclarecer seus próprios pensamentos. Problemas que ficam indo e voltando na sua cabeça, frequentemente parecem ficar cada vez maiores. Colocá-los em palavras pode parar este ciclo. Caso você se sinta preparado para compartilhar seus pensamentos e preocupações com aqueles que estão mais próximos, então isto é ótimo. Outros acham que é mais fácil falar com alguém de fora da família imediata, que não está diretamente afetado pelas circunstâncias da doença. Pode se útil falar com diferentes pessoas.

Muitos avós sentem que devem se mostrar sempre corajosos em seus sentimentos na maior parte do tempo, para proteger seu filho(a), neto(a) e outros de perceberem a extensão de sua aflição. É muito importante, no entanto, encontrar um tempo para colocar estas emoções para fora. Chorar pode dar a sensação de alívio e algumas vezes ajuda as pessoas a se sentirem mais fortes e pensarem com mais clareza depois.

“Nós damos tanto valor ao auxílio deles (os avós), muitos ajudam sem demonstrar que estão debaixo de uma “carapaça”. Eu aposto que não entendemos o que eles sentem.”

GRUPO DE APOIO E CONSELHEIROS

Alguns avós podem achar interessante participar de encontros de grupos de apoio. Poucos centros de tratamento de câncer infantil têm grupos específicos para avós. Onde isto não estiver disponível, outros grupos podem ser de serventia. Detalhes destes estão disponíveis em organizações tais como CancerBACUP ou Macmillan Cancer Relief (detalhes de contato na pág.22). Algumas pessoas preferem auxílio mais individualizado, como a terapia.

As organizações listadas também podem auxiliar você no que estiver disponível em sua região. Seu médico também pode indicar um conselheiro/terapeuta para ajudá-lo nas dificuldades de enfrentamento.

Lembre-se de que você não está sozinho. Muitos avós têm exatamente os mesmos sentimentos e ansiedades que você. Porém, por mais coisas em comum que você tenha com outros avós, as pessoas ainda reagem e lidam de formas diferentes. O que é importante é o que é certo para seu neto(a) doente, para o restante da família e para você.

“Eu acho que ninguém tem as respostas certas. Nós todos enfrentamos de diferentes formas.”



CONTATOS ÚTEIS

CancerBACUP

Organização de caridade nacional de câncer que fornece informação e recursos para qualquer um acometido por câncer.

Fone: 0800 800 1234

www.cancerbecup.org.uk

Cancer Research UK

Organização de caridade nacional dedicada às causas, tratamento e prevenção do câncer.

Fornecer uma gama de informação para todas as pessoas acometidas pelo câncer

Fone: 020 7009 8820

www.cancerresearch.uk.org

CLIC Sargent

Organização que fornece informação e apoio para todos os membros da família afetados por câncer da criança

Fone: 0845 301 0031

www.clic.org.uk

Grandparents Association (a princípio

Federação)

Ajuda, apoia e é um ponto de contato para avós, particularmente aqueles que estão cuidando dos seus netos ou estão separados deles.

Fone: 01279 428040

www.grandparents-association.co.uk

Grandparents Plus

Promove o papel dos avós em todos os níveis, particularmente em circunstâncias de ruptura familiar, única paternidade ou outras condições difíceis.

Fone: 020 8981 8001

www.grandparentsplus.org.uk

Macmillan Cancer Relief

Organização de caridade do Reino Unido que oferece apoio a pessoas com câncer fornecendo cuidado especializado e ajuda prática.

Fone: 0808 808 2020

www.macmillan.org.uk

Teenage Cancer Trust

Trata de todos os assuntos de adolescentes com câncer

Fone: 020 7387 1000

www.teencancer.org

UKCCSG

Organização para profissionais tratando de criança com câncer. Fornece uma gama de informação para pais e famílias afetadas pelo câncer da criança.

Fone: 0116 249 4460

www.ukccsg.org.uk

LIVROS/ LIVRETOS ÚTEIS

- A Parent's Guide to Children's Cancers by the UKCCSG and CancerBACUP
- Brothers & Sisters – A guide for parents of children and young people with cancer
- How to Help Brothers and Sisters (para adultos)
- My Brother has Cancer (para crianças de 3-9 anos)
- When your Brother or Sister gets Cancer (para jovens de 9-18 anos)

Vá a www.ukccsg.org.uk para baixar, ou solicitar um livreto, ou contatar o UKCCSG para os endereços na contra-capa. Muitas cópias de todos os livretos da UKCCSG Siblings Group estão disponíveis no CLIC Sargent – Veja acima.





Patrocínio:
Cantor Thiaguinho



UK Children's Cancer Study Group
Third Floor, Hearts of Oak House
9 Princess Road West
Leicester. LE1 6TH

Tel: 0116 249 4460

Fax: 0116 254 9504

Email: ukccsg@le.ac.uk

Registro de Caridade N°: 286669

Publicado por UKCCSG Siblings Project Group
in memory of Nick Palm (1982 - 1995)
Este livreto foi possível graças à doação da família Nick.