

Al conversar con sus hijos...

Tener una conversación con sus hijos sobre su decisión de donar es una excelente manera de enseñarles sobre lo que es ayudar a los demás. No importa la edad que tengan, probablemente tendrán preguntas. Las siguientes son algunas preguntas frecuentes y las respuestas que sugerimos para ayudarlo a prepararse:

P: ¿Por qué tienes que ir al médico? ¿Estás enfermo?

- No, no estoy enfermo. Estoy ayudando a una persona que está muy enferma para intentar que mejore.
- Sus células formadoras de sangre no funcionan bien, y le voy a dar algunas de las mías. Mi organismo producirá más, por lo que no hay de qué preocuparse. Es una oportunidad de hacer algo bueno por una persona necesitada. ¿Qué otras maneras de ayudar a la gente se te ocurren?

P: ¿Qué son las células formadoras de sangre?

- Las células formadoras de sangre son como pequeñas fábricas que hay dentro del cuerpo que producen sangre nueva. Se encuentran en la médula ósea, que es un tejido esponjoso y blando que hay dentro de los huesos. Estas células producen las distintas partes de la sangre, como los glóbulos rojos que llevan el oxígeno, los glóbulos blancos que combaten las infecciones y las plaquetas que ayudan a detener las hemorragias. Cuando una persona está enferma y sus células formadoras de sangre no funcionan, necesitan nuevas para poder mejorar. Por eso, voy a compartir mis células formadoras de sangre para ayudarla.

P: ¿A quién estás ayudando? ¿Por qué está enferma esa persona?

- Me anoté para ayudar a cualquiera que necesite células formadoras de sangre nuevas. Un médico está comprobando si soy el donante más compatible con una persona que está enferma. Lo más importante es ayudar a que se mejore.

Consejo para conversar: No hay ningún problema con compartir cierta información general que usted conozca, como "Soy compatible con una paciente joven". Tenga precaución al mencionar la edad si el paciente es un niño, ya que esto podría hacer que su hijo(a) se preocupe de qué él o ella también podría enfermar.

P: ¿Puedo donar mis células que forman sangre para ayudar a alguien?

- **Niños:** Tienes que haber cumplido 18 años para poder donar. Cuando cumplas 18, podrás decidir si quieres inscribirte como donante.
- **Adolescentes:** Tienes que haber cumplido 18 años para donar porque debes poder decidir legalmente por ti mismo. Cuando cumplas 18, podré ayudarte con la información para inscribirte si quieres.

P: ¿Por qué tienes que viajar? ¿Puedo ir contigo?

- Solo hay centros y hospitales específicos que pueden ocuparse de este tipo de donación. Tengo que ir a uno de esos lugares para asegurarme de que todo vaya bien.
- Este viaje es para ayudar a alguien a mejorarse. Una vez que haya donado, regresaré a casa. Puedo llevar a una persona, pero tiene que ser adulta. Regresaré en cuanto termine.

Consejo para conversar: Si le gustaría llevar a su(s) hijo(s) a la donación, pregunte al representante del centro de donantes cuáles son las normas y qué se recomienda al respecto.

Inquietudes sobre la salud

P: ¿Qué quieres decir con que te sentirás mal un tiempo?

¿Cuándo te sentirás mejor?

- **Donación de células madre de sangre periférica (peripheral blood stem cells, PBSC):** El médico me dará inyecciones y medicamentos para aumentar mis células formadoras de sangre. Tal vez me sienta cansado y dolorido por unos días antes de donar, pero debería sentirme mejor unos pocos días después.
- **Donación de médula ósea:** Al igual que con otras cirugías, es posible que me duela un poco y esté cansado cuando regrese del hospital. Tendré que caminar despacio y no podré levantar cosas pesadas por unos días, pero volveré a estar bien a las pocas semanas.

P: ¿Volverás a tener células que forman sangre?

- Sí, mis células que forman sangre volverán a los niveles normales, igual que cuando la gente dona sangre.

Apoyo

P: ¿Cómo puedo ayudar?

- Quizá no me sienta bien durante unos días antes o después de la donación. Sería genial que me ayudaras con las tareas de la casa mientras me recupero.