

Al conversar con tus hijos...

Tal vez no te parezca importante hablar con tus hijos sobre tu decisión de donar, pero de hecho es una buena oportunidad de enseñarles sobre la importancia de ayudar a los demás. Tus hijos, no importa la edad que tengan, tendrán muchas preguntas sobre la donación y la persona a la que estás ayudando. Respóndeles sus preguntas lo mejor que puedas con respuestas simples que puedan entender. Ofréceles muchas oportunidades para hablar sobre lo que piensan y sienten sobre el tema. Las siguientes son algunas de las preguntas más frecuentes que hacen los hijos de los posibles donantes como tú. Utiliza la siguiente información para prepararte para la conversación.

Datos básicos sobre la donación

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

- No, no estoy enfermo. Estoy ayudando a alguien que está realmente enfermo para que se pueda poner mejor.
- Las células que forman la sangre no le funcionan bien y necesita células nuevas. Un médico me va a ayudar a darle algunas de mis células que forman la sangre y mi organismo fabricará nuevas.
- No hay nada que temer: me han dado la oportunidad de hacer algo bueno por una persona que realmente necesita ayuda. Hay muchas oportunidades de hacer cosas buenas por la gente. ¿Qué otras maneras de ayudar a la gente se te ocurren?

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

- Me anoté para ayudar a cualquier persona que necesite nuevas células que forman la sangre. Alguien se enfermó y su médico está averiguando si yo soy la mejor persona para ayudarlo.
- No sé por qué está enfermo. Nadie sabe por qué algunas personas se enferman y otras no. Lo importante es ayudar a que quienes están enfermos se pongan mejor.

Consejo para conversar: No hay inconveniente en que les digas a tus hijos lo que sabes sobre el paciente, como la edad o el sexo. También es posible que sientan curiosidad por tener más información sobre la enfermedad del paciente o el proceso del trasplante.

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, si quieres inscribirte, me encantaría ayudarte dándote la información.

Tiempo y costo

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

- Solamente determinadas clínicas y hospitales tienen experiencia en donaciones. Tengo que ir a uno de esos lugares para que se ocupen realmente bien de mí.
- Este viaje es para poder darle a alguien algo que necesita para que se pueda poner mejor. Una vez que haya donado, regresaré a casa. Puedo ir con una sola persona y tiene que ser un adulto.

Consejo para conversar: Si te gustaría llevar a tu(s) hijo(s) a la donación, pregunta 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 progenitoras de sangre periférica (peripheral blood stem cells, PBSC): Mi médico me va a dar unas inyecciones para que pueda fabricar muchas más células que forman sangre para el paciente. Esas inyecciones me van a hacer sentir como si estuviera engripado. Tal vez me sienta cansado y dolorido por unos días antes de donar, pero me sentiré mejor unos pocos días después de la donación.
- Donación de médula ósea: Al igual que con muchas otras cirugías, es posible que me duela un poco y esté cansado cuando regrese del hospital. Voy a tener que caminar bastante despacio por unos días y no podré levantar algunas cosas, 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 para otras personas.

Apoyo

P: ¿Cómo puedo ayudar?

- Quizá no me sienta bien durante unos días antes o después de que done. Me gustaría mucho que me ayudaras con las tareas de la casa mientras me recupero.