

# Hacer frente con el Diagnóstico que me Cambiará la Vida

**Tuve cáncer a los 13 años.** Estuve muy enferma y pasé mucho tiempo en el hospital. La peor parte estaba perdiendo mi cabello. Me puse muy feliz cuando me enteré que el cáncer se había ido. Cuando me cabello volvió a crecer, supe que podría seguir con mi vida.

El mes pasado, me enteré de que mi cáncer volvió. Al principio, no lo creí. Me dije que el médico seguramente había cometido un error. Cuando me di cuenta de que era cierto, me enojé mucho. ¿Cómo podía ser? ¿Los médicos hicieron algo mal?



---

**“El mes pasado, me enteré que el cáncer volvió.  
Al principio, no lo creí.”**

---

No es justo que tenga que pasar por esto nuevamente. ¡Y se acerca mi baile de graduación! No quiero volver a perder mi cabello. No quiero estar en el hospital y lejos de mis amigos.

Comencé a ir a un grupo de apoyo para adolescentes con cáncer. Me di cuenta de que otros chicos también se sienten enojados y tienen miedo. No estoy sola. La semana pasada, pintamos cuadros sobre como nos sentimos en relación al cáncer. Me ayudó a ordenar mis sentimientos.

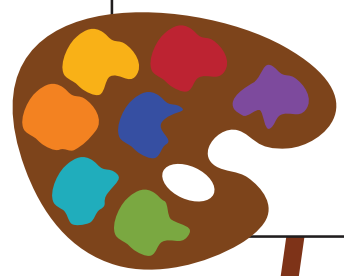
**En mi grupo de apoyo, hablamos mucho sobre nuestras fortalezas.** Escribí una lista para recordarme a mí misma lo fuerte que soy. También le pedí a mi familia y amigos para añadir mis fortalezas.

Cuando le conté a mi mamá, se nos ocurrió la idea de hacer camisetas. En el frente, dibujamos nuestros sentimientos sobre el cáncer. En el dorso, escribimos las fortalezas que tenemos para luchar contra el cáncer. Las vamos a vender para recaudar dinero para la investigación del cáncer.

No sé qué pasará en el futuro, pero yo me tomo un día por vez. Debido a esta enfermedad, aprendí mucho sobre mí misma. Algo que sí sé es que soy más fuerte y que tengo mucho apoyo esta vez.

¡Los sentimientos pueden ser confusos! Aquí hay unos ejemplos de sentimientos positivos y negativos.

Furiosa contra el cáncer  
Feliz cuando me llaman mis amigos  
Con miedo a morir  
Con esperanzas de curarme  
Relajada cuando escucho música  
Celosa de los chicos sanos  
Asustada por el tratamiento



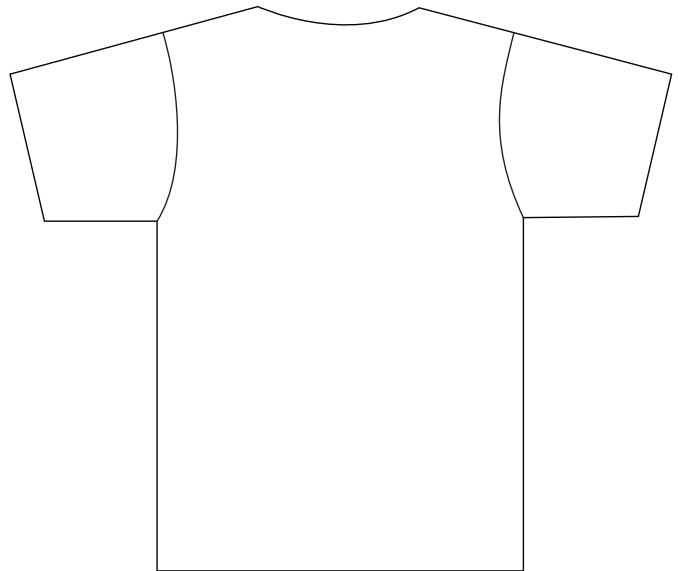
Usa este lienzo para escribir tus sentimientos.

negativo | positivo

Diseña la camiseta de tus sentimientos.

Usa el dibujo de abajo para crear tu propia camiseta. En el frente, muestra tus sentimientos sobre tu enfermedad. En el dorso, pon ideas sobre cómo puedes afrontarla.

**FRENTE**



**DORSO**

