

## Necesitamos hablar sobre cómo vivir con cáncer de riñón

Día Mundial del Cáncer de Riñón | 15 de Junio de 2023

## Necesitamos hablar con familiares, amigos y otros pacientes

Una gran pregunta para muchos que reciben un diagnóstico de cáncer de riñón es a quién, qué y cuánto decirle a otras personas. El cáncer de riñón es raro, por lo que conocer a otros pacientes que pasan por lo mismo también es raro. Pero los expertos están de acuerdo en que hablar abiertamente sobre su cáncer y cómo te está afectando mental y físicamente no solo es mejor para tí, sino también para tu familia y amigos. Los pacientes y cuidadores que se unen a grupos de apoyo, donde pueden compartir información y obtener apoyo de otras personas que están pasando exactamente por lo mismo, han descrito la experiencia como un cambio de vida.

### Decírselo a los que están cerca de tí

Al decidir qué decirle a tu familia y amigos, es tentador decir que está bien y ocultar lo que realmente siente para evitar que sus seres queridos se preocupen. Pero raramente es el caso. Es más probable que haga que se preocupen más. La familia y los amigos pueden ver que no estás bien, asumir que debes estar ocultando algo y temer lo peor. Las personas cercanas a tí quieren ayudarte y estar ahí para tí. Así que sé honesto con ellos y deja que te apoyen, no sólo por tu bien sino por el de ellos. Como dijo un paciente: "Descubrirá que las personas le quieren y se preocupan por tí más de lo que nunca pensaste".

"Si mi padre no me lo dijera, pensaría que no confía en mí para ser su fuente de apoyo"



**Claudia. Cuidadora. Italia**

"Recomiendo encarecidamente unirse a un grupo de pacientes"

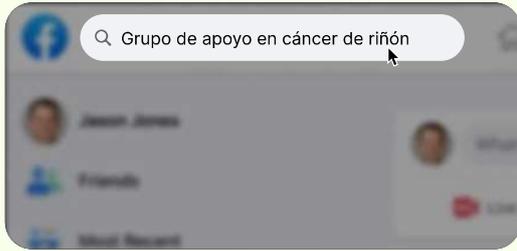


**Hiro. Paciente. Japón**

### Unirse a un grupo de apoyo para pacientes

La mayoría de los pacientes no tienen a nadie más en su comunidad que viva con cáncer de riñón, por lo que unirse a un grupo de apoyo para pacientes y conectarse con otras personas que están pasando exactamente por lo mismo que estás pasando puede ser una gran fuente de apoyo práctico y emocional. Algunos grupos de apoyo son específicos para determinados tipos y etapas de cáncer; otros son más generales y son para personas que viven con algún tipo de cáncer. Independientemente del tipo de grupo de apoyo al que se una, es una oportunidad para compartir información, experiencias, consejos y hablar abiertamente con otras personas que realmente entienden por lo que estás pasando.

# Cómo encontrar un grupo de apoyo a pacientes



Buscar grupos en la parte superior izquierda de Facebook



Después de buscar, haga clic en la pestaña "Grupos" en el menú de la izquierda.

Algunos grupos de apoyo se reúnen en persona, pero la mayoría están "online" y están abiertos a pacientes y cuidadores de cualquier parte del mundo. Los médicos o amigos pueden recomendarle un grupo o puedes buscar "online". También puedes encontrar grupos de apoyo en plataformas de redes sociales como Facebook y Twitter.

El sitio web del Día Mundial del Cáncer de Riñón ha creado una guía fácil de seguir para ayudarte a encontrar grupos que puedan ser adecuados para tí y garantizar que sean fiables y con información precisa. El sitio web de la Coalición Internacional contra el Cáncer de Riñón (IKCC) [ikcc.org](http://ikcc.org) también es una gran fuente de información con enlaces a organizaciones de apoyo a pacientes.

“Realmente ayuda saber que otras personas han pasado por esto y salieron de ello”



Lynne. Paciente. Reino Unido

“Ayuda mucho porque ves a gente que ya pasó por una cirugía que sabes que viene”



Roland. Paciente. Países Bajos

“La comunidad de Facebook te permite ser más abierto de lo que serías de otro modo”



Joel. Paciente. Estados Unidos

El Día Mundial del Cáncer de Riñón no sería posible sin el generoso apoyo de nuestros socios de la industria. En nombre de la comunidad global de cáncer de riñón, nuestro agradecimiento

Colaboradores:

