

<https://dottoremaeveroche.it>

Un progetto della Federazione Nazionale Medici Chirurghi e Odontoiatri (FNOMCeO)

Come parlare ai più piccoli del cancro

L'articolo è stato pubblicato
il 31 ottobre 2018
sul sito <https://dottoremaeveroche.it>

È difficile e problematico parlare della propria malattia ai bambini, specie se si tratta di una malattia grave come quella oncologica. I genitori, molto spesso, pensano che sia meglio tacere con i propri figli perché non capirebbero, soffrirebbero troppo o potrebbero impressionarsi. Il primo pensiero è quello di non riuscire a trovare le parole giuste o peggio ancora di commuoversi e lasciarsi andare. La capacità dei bambini di affrontare la verità è spesso sottostimata dagli adulti; ma i bambini tollerano meglio la verità, anche se grave, piuttosto che l'incertezza del non sapere. La bugia li disorienta e mette in crisi il rapporto di fiducia con gli adulti di riferimento. La tesi oggi più

accettata è che bisogna parlare il prima possibile ai figli (già alla diagnosi e prima di iniziare i trattamenti) della propria malattia, naturalmente usando un linguaggio diverso a seconda della loro età. Il non informarli, anche se lo scopo è proteggerli, può creare spesso in bambini e ragazzi una sofferenza mentale elevata, che se non adeguatamente supportata comporta un disagio emozionale che può manifestarsi in diverso modo: somatizzazioni, difficoltà di apprendimento, modificazioni del comportamento. Inoltre nell'immaginario dei figli il silenzio del genitore può essere molto controproducente e far nascere sensi di colpa o di paura.

Le domande

È molto importante essere pronti a rispondere alle loro domande. Le risposte varieranno in base all'età del bambino: un bambino piccolo potrà preoccuparsi più di se stesso chiedendo cosa gli succederà durante il ricovero del genitore e con chi dovrà stare, mentre un adolescente potrebbe fare domande sulla malattia stessa. Le domande difficili rappresentano una delle preoccupazioni più grandi per il genitore malato, che invece sarebbe opportuno incoraggiasse i figli a fare domande ogni qualvolta lo desiderano. In alcuni casi i bambini non fanno domande e addirittura rifiutano di stare con il genitore malato, in questi casi non bisogna forzarli ma rispettare le loro scelte e parlare con loro delle motivazioni, sapendo che il loro rifiuto potrà trasformarsi più avanti in un grave senso di colpa. Importante è non dare mai la certezza di come andranno le cose o promettere la propria guarigione, ma assicurare al bambino che verrà sempre informato di tutto. Le malattie in genere, ed il cancro in particolare, determinano dei cambiamenti nell'aspetto esteriore della persona malata. Ci possono essere caduta dei capelli, mancanza di un organo, alterazioni della cute e a volte della fisionomia (per perdita di peso, lineamenti che indicano sofferenza...). Il figlio potrà inizialmente anche vergognarsi del genitore malato, però quasi sicuramente nel tempo imparerà ad accettare i cambiamenti e a convivere con essi. Oltre ai cambiamenti fisici la malattia comporta inevitabili cambiamenti nella vita familiare.

Il momento opportuno e il luogo giusto

Essenziale è cercare il momento giusto per parlare, preferibilmente in presenza dell'altro genitore. Può succedere che il genitore malato non se la senta di parlare con i figli della sua situazione, in questi casi può chiedere aiuto al partner, ai nonni, al medico di famiglia. In ogni caso, se possibile, sarebbe meglio fosse presente al momento del colloquio. Importante è anche scegliere il luogo giusto per parlare, prediligendo il posto dove ci si sente più a proprio agio, magari la propria casa o mentre si fa una passeggiata. La comunicazione è molto importante perché il bambino si sente coinvolto e accetta molto meglio i malesseri, i malumori, le problematiche del genitore malato, e anche gli effetti collaterali dei trattamenti. Naturalmente non occorre comunicare tutto e subito, ma bisogna graduare l'informazione e adeguare il livello di comunicazione alle necessità espresse dal bambino o ragazzo, utilizzando un linguaggio molto semplice e neutro. L'essenziale è dire la verità in modo

chiaro, scegliendo le parole adatte. Per i figli essere informati è un aiuto ad alleviare l'ansia e il disagio che si sono venuti a creare nell'ambiente familiare; per gli adulti malati dare le informazioni ai figli è un aiuto per alleviare l'angoscia e affrontare meglio la malattia stessa. Nel caso che il genitore sia ricoverato in ospedale è estremamente importante che il figlio possa andare a trovarlo e soprattutto conoscere le persone che lo curano. Deve anche essere informato, almeno in linea di massima, degli esami e della terapia in corso. Non meno importante è che il figlio possa telefonare al genitore malato, mandargli messaggi e anche, se piccolo, i suoi disegni.

Nel caso di un genitore in fase terminale l'errore che spesso viene fatto è quello di allontanare il figlio da casa affidandolo a un parente, questo nell'intento di proteggerlo da quanto accadrà. Il bambino, quando tornerà a casa, non troverà più il genitore malato e ciò potrà indurre enorme disagio.

Pensare alla morte e parlare della morte

È sbagliato credere che i bambini non pensino alla morte e non sappiano cosa sia. I bambini in età scolare hanno un'idea chiara della morte e sono consapevoli che la perdita subita è ineluttabile, mentre quelli di età inferiore ai 5 anni pensano che il papà o la mamma siano andati altrove ma ritorneranno. Il non parlare della morte con il bambino è un grave errore, perché tacendola la sua angoscia aumenterà e con essa la paura di perdere l'altro genitore o le persone care. In ogni caso se non ci si sente adeguati a comunicare con i figli o a gestire la situazione si consiglia l'appoggio di uno specialista, preferibilmente uno psicologo, che con la sua competenza riuscirà a dare aiuto sia al malato che alla sua famiglia.