Notas de Amor Propio

En este espacio escriba sus cualidades y fortalezas

¡Recuerde que, el equipo de Cuidados Paliativos está a su disposición!

Gracias por permitirnos ser parte de su historia

ELABORADO POR:

Lic. Yaremi Gordón

ENFERMERA ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL

REVISADO POR:

DOCENCIA Y DOCENCIA DE ENFERMERÍA

Revisión 2026

HOSPITAL DEL NIÑO
DR. JOSÉ RENÁN ESQUIVEL

DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA
DOCENCIA DE ENFERMERÍA
CONSULTA EXTERNA ESPECIALIZADA

PROGRAMA DE CUIDADOS PALIATIVOS

"Cuidando al que Cuida"



2026

¡Familia!

Tener un hijo(a) con un diagnóstico complejo y con cuidados especiales requiere de mucha dedicación.

¡Ustedes lo están haciendo muy bien!

Según expertos, los cuidados paliativos representan una necesidad dentro de las comunidades, así como la extensión del acompañamiento en todas las esferas a las familias de los pacientes que requieren estos cuidados.

¡Sí! su hijo(a) es un ser humano valioso y ustedes son las personas más importantes en su vida



Fuente: Morales, G., & Rosero, L. F. M. (2023). Actividades ecolúdicas en cuidados paliativos. ANUARIO COLOMBIANO DE ÉTICA, 219.
Fuente de imágenes: www.canva.com

¡Por eso, deben cuidarse para poder cuidar!

Recomendaciones

- Utilice sus redes de apoyo y organice sus actividades para que pueda descansar lo necesario.
- Prepare alimentos saludables y disfrute sus momentos de comida sin interrupciones.
- Planee actividades recreativas en familia y de ser posible, tome un tiempo a solas o con su pareja y amigos.
- Practique ejercicios de respiración controlada, pinte, baile, escuche música o realice actividades que lo recarguen.
- Conectar con la naturaleza es sanador, tómelo en cuenta. Además, vaya al salón de belleza y arréglese para usted.
- Establezca límites saludables, lleve un diario de emociones, mantenga su fe, busque ayuda profesional si lo necesita.