



Guía de actividades para a volta á aula do alumnado hospitalizado



Asotrame

Asociación gallega de transplantados de médula ósea



XUNTA
DE GALICIA

Asotrarme

Esta guía foi elaborada grazas á colaboración de:

Nilda Fafian Porto
M.^a Begoña Graña Pérez
Elena Gómez Formoso
Verónica Romero Mendiola

Maquetación: Laura Guerrero
Diseño Portada: Laura Molero



Táboa de contidos

1. INTRODUCCIÓN	4
2. PRÓLOGO	6
3. XUSTIFICACIÓN	10
1.CON RESPECTO AO ALUMNADO DE AEDH E FAMILIA	10
2.CON RESPECTO AO CENTRO EDUCATIVO	10
4. SITUACIÓNS PUNTAIS QUE PODEN XURDIR	11
1.ALUMNADO DE AEDH	11
1.1 SUSTENTOS EMOCIONAIS	11
2.FAMILIA	12
2.1 PAIS E/OU NAI	12
2.2 IRMÁNS E/OU IRMÁS	12
2.3 SUSTENTOS EMOCIONAIS	12
3.COLEXIO	13
3.1 PROFESORADO	13
3.2 COMPAÑEIROS E/OU COMPAÑEIRAS	13
3.3 SUSTENTOS EMOCIONAIS	14
5. PROPOSTA DE INTERVENCIÓN	15
A AEDH	15
O REGRESO AO CENTRO	16
1.ACTIVIDADES DURANTE A AEDH	16
ACTIVIDADE 1. AUTOCOÑECEMENTO (a partir de 6 anos)	17
ACTIVIDADE 2. RELAXACIÓN (a partir de 4 anos)	18
ACTIVIDADE 3. CONCENTRACIÓN (a partir de 6 anos)	19
ACTIVIDADE 4. CONCENTRACIÓN (a partir de 4 anos)	20
ACTIVIDADE 5. ASERTIVIDADE (a partir de 10 anos)	21
ACTIVIDADE 6. ASERTIVIDADE (a partir de 12 anos)	22
ACTIVIDADE 7. ASERTIVIDADE (a partir de 12 anos)	23

2.ACTIVIDADES NO CENTRO.....	24
ACTIVIDADE 1. RESILIENCIA (a partir de 14 anos).....	24
ACTIVIDADE 2. RESILIENCIA (a partir de 14 anos)	25
ACTIVIDADE 3. EMPATÍA (a partir de 10 anos).....	26
ACTIVIDADE 4. EMPATÍA (a partir de 10 anos)	27
ACTIVIDADE 5. PROACTIVIDADE (a partir de 4 anos, adaptándoa).....	28
ACTIVIDADE 6. PROACTIVIDADE (a partir de 8 anos).....	29
ACTIVIDADE 7. PROACTIVIDADE (a partir de 10 anos)	30
ACTIVIDADE 8. PROACTIVIDADE (a partir de 8 anos)	31
ACTIVIDADE 9.EMPATÍA (a partir de 4 anos)	32
6. CONSIDERACIÓNS FINAIS	34
INDICADORES DE BENESTAR.....	34
7. MAPA CONCEPTUAL	35
8. BIBLIOGRAFÍA	36
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	36
RECURSOS PARA AS ACTIVIDADES.....	38
ENLACES DE INTERESE	38
9. AGRADECEMENTOS.....	39

1. INTRODUCCIÓN

ASOTRAME, Asociación Galega de Afectados por Transplantes Medulares, nace fai seis anos co obxectivo fundamental de mellorar a calidade de vida das persoas transplantadas de medula ósea. Estar á beira dos pacientes inmersos no proceso dun cancro hematolóxico, os seus familiares, e polo tanto, do conxunto da sociedade. Una proba indiscutible do esforzo realizado pola asociación é a súa recente declaración como entidade de utilidade pública (DOG Núm. 241 do 19 de decembro de 2018).

As liñas de actuación de **ASOTRAME** pódense resumir en tres obxectivos fundamentais recollidos nos estatutos da entidade:

1. Colaborar en proxectos de investigación sobre o cancro hematolóxico.
2. Informar e sensibilizar ao conxunto da poboación en todo o relacionado coa doazón de medula ósea.
3. Proporcionar información, asesoramento e soporte emocional a pacientes con cancro hematolóxico e aos seus familiares.

No seu breve percorrido, a entidade conseguiu trasladar á sociedade a importancia de doar medula ósea como un xesto de solidariedade que entendemos debería ser intrínseco ao ser humano, e que permite que ao ano se salven un gran número de vidas. Por iso, desde **ASOTRAME**, intensifícanse os esforzos por desmitificar o proceso de doazón, que aínda a día de hoxe é entendido como doloroso e con consecuencias graves para a persoa doante.

Todos estes pasos en materia de sensibilización van intimamente ligados a un arduo esforzo por acompañar, apoiar e asesorar a pacientes e familias. E é que, tras o diagnóstico dunha enfermidade como o cancro, preséntanse unha serie de situacións e circunstancias que precisan dunha intervención profesionalizada que axude a paliar as consecuencias. Neste sentido, desde **ASOTRAME**, entendemos que estas consecuencias ás que facemos referencia agrávanse máis cando a persoa paciente é un neno ou nena de pouca idade precisando, ademais, o pertinente tratamento médico, apoios de tipo social, psicolóxico e no caso dos nenos máis pequenos ou das nenas máis pequenas, educativo.

A día de hoxe, e grazas a todos os avances que se produciron no terreo da medicina, na sociedade moderna a taxa de supervivencia nestes casos é superior ao 75%, o que supón un reto de enormes proporcións para todos os axentes educativos implicados na educación e formación dos nenos e nenas. Por este motivo, desde a nosa entidade, traballamos para prestar apoio e asesoramento educativo a este alumnado e ás súas familias. Todo iso cun único obxectivo:

conseguir que o diagnóstico dunha enfermidade oncolóxica non condicione a formación e o futuro destas persoas, xa que un neno ou nena diagnosticada de cancro enfróntase a tratamentos, ingresos hospitalarios continuos e unha serie de cambios físicos, psicolóxicos e emocionais que en moitos casos supoñen un obstáculo para a continuidade da súa actividade formativa e o seu desenvolvemento persoal.

2. PRÓLOGO

Esta guía parte da necesidade de involucrar a toda unha comunidade (familias, docentes, persoal sanitario, persoal auxiliar) no proceso de recuperación e reintegración do alumnado afectado dunha enfermidade que supón un afastamento temporal, case sempre prolongado, da súa contorna académica habitual. Desta maneira acométese un protocolo para minimizar as consecuencias emocionais, psicolóxicas e educativas inherentes a esta longa ausencia do ámbito social ordinario do alumnado.

Pretendemos, así mesmo, sensibilizar a todas as persoas integrantes da devandita comunidade e acadar o seu compromiso nunha actividade de servizo amparada pola lexislación educativa vixente:

- Decreto 229/2011, do 7 de decembro, polo que se regula a atención á diversidade do alumnado dos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia nos que se imparten as ensinanzas establecidas na Lei orgánica 2/2006, do 3 de maio, de educación (art. 28).
- Orde do 27 de decembro do 2002, pola que se establecen as condicións e criterios para a escolarización en centros sostidos con fondos públicos do alumnado de educación non universitaria con necesidades educativas especiais (art. 47- 52).
- Protocolo de prevención, detección e atención educativa domiciliaria no ámbito educativo, da Consellería de Educación, Universidade e Formación Profesional da Xunta de Galicia.
- Guía: Orientación e respostas educativas: A atención educativa hospitalaria e domiciliaria en Galicia, da Consellería de Educación e Ordenación Universitaria da Xunta de Galicia.

Consideramos que a escola debe ser partícipe de todas aquelas situacións que supoñan unha aprendizaxe social e emocional en circunstancias excepcionais propias do contorno, promovendo que o alumnado saiba reaccionar, asumir e enfrontar dificultades inesperadas, súas ou alleas, implementando as ensinanzas educativas.

Expomos a escola como un factor de normalización durante e despois de todo o proceso oncolóxico; o alumno ou alumna de atención educativa domiciliaria e hospitalaria (en diante, AEDH), necesita ser visto ou ser vista como un ou unha estudante máis e para iso debemos potenciar todas aquelas actividades que poida levar a cabo, facendo deste xeito máis fácil a súa volta ao medio familiar e social cotián.

Este obxectivo xa debe iniciarse na aula hospitalaria e reforzarse, canto antes, na ordinaria. Para iso é necesario manter unha comunicación continua (electrónica, telefónica, postal, vídeo, etc.) entre o alumnado, profesorado, compañeiros/as, familia, etc., para que se sinta integrante do grupo e que o resto de escolares conten en todo momento con el ou ela asumindo, de forma paulatina, todos os cambios tanto físicos como psicolóxicos que poidan xurdir. O traballo conxunto de persoal sanitario, educativo e familia palía, en grande medida, os efectos xurdidos, potencia o seu benestar e acada una rápida inmersión no círculo social e afectivo de alumnos ou alumnas do que a enfermidade o ou a afastou por un tempo.

Saber interpretar as emocións e xestionalas fomentará un maior control condutual propio e alleo, incrementando a empatía e diminuíndo a angustia e a ansiedade. Como complemento de axuda que nos facilitará o recoñecemento da situación emocional do alumno/a, familia ou compañeiros/as apoiámonos na lista de emocións proposta por Vivas, Gallego e González (2007):

EMOCIÓN	DEFINICIÓN	TERMOS ASOCIADOS
MEDO	É unha emoción primaria negativa que se activa pola percepción dun perigo presente a inminente. O medo tamén implica unha inseguridade respecto da propia capacidade para soportar ou manexar unha situación de ameaza.	Alarma, terror, pánico, tensión, pavor, susto, temor.
IRA	A ira é a emoción potencialmente máis perigosa xa que o seu propósito funcional é o de destruír as barreiras que se perciben. A percepción dun obstáculo, dunha ameaza ou dunha ofensa, esperta un sentimento de indignación que leva ao desexo de afastar ou destruír ao causante ou á causante.	Pesar, decepción, pesimismo, sufrimento, congoxa, depresión, derrota, melancolía, desánimo, infelicidade, desalento, condolencia, aflicción, nostalxia.
TRISTEZA	Sentimento negativo, acompañado de desexo de illamento e pasividade, que está provocado por unha perda, desgraza ou contrariedade. A tristeza é unha forma de despracer que se produce ante a perda dun desexo apremante, desexo que se sabe é imposible de satisfacer. Os desencadeamentos da tristeza son a separación física ou psicolóxica, a perda ou o fracaso; a decepción, especialmente se se desvaneceron esperanzas postas en algo.	Pesar, decepción, pesimismo, sufrimento, congoxa, depresión, derrota, melancolía, desánimo, infelicidade, desalento, condolencia, aflicción, nostalxia.
ANSIEDADE	É un estado de axitación, inquietude e preocupación, parecido ao producido polo medo, pero carente dun estímulo desencadeamento concreto. A ansiedade é desproporcionadamente intensa con relación ao suposto perigo do estímulo.	Preocupación, tensión, nerviosismo, angustia.
AMOR/ AGARIMO	É o afecto que sentimos por outra persoa, animal, cousa ou idea.	Atracción, adoración, tenrura, paixón, cariño, simpatía, admiración
VERGOÑA	Sentimento negativo, acompañado de desexo de esconderse, ante a posibilidade de que as demais persoas vexan algunha falta, carencia ou mala acción nosa, ou de algo que debería permanecer oculto.	
INDIGNACIÓN	Emoción negativa causada polo ben inmerecido de alguén ou polas situacións consideradas inxustas.	

Test para avaliar os estados emocionais /TMMS-24

Nada de acordo: 1; Algo de acordo: 2; Bastante de acordo: 3; Moi de acordo: 4 e Totalmente de acordo: 5

ESTADO EMOCIONAL	1	2	3	4	5
01. Presto moita atención aos sentimentos.					
02. Penso que merece a pena prestar atención ás miñas emociónse estado de ánimo.					
03. Teño claros os meus sentimentos.					
04. A miúdo doume conta dos meus sentimentos en diferentes situacións.					
05. Podo chegar a comprender os meus sentimentos.					
06. Aínda que me sinta mal, procuro pensar en cousas agradables.					
07. Se dou demasiadas voltas ás cousas, complicándoas, trato de acougarme.					
08. Preocúpome por ter un bo estado de ánimo.					
09. Teño moita enerxía cando me sinto feliz.					

**“A mente debe ver
antes de que poida crer”**

Alexander Graham Bell

3. XUSTIFICACIÓN

Preténdese a través desta guía facilitar mecanismos que permitan lograr obxectivos concretos, e que sirvan de axuda no labor do círculo de persoas que rodean ao alumno ou alumna durante a súa recuperación e que detectaron necesidades similares ás expostas a continuación.

1. CON RESPECTO AO ALUMNADO DE AEDH E FAMILIA

- Permitir ao alumnado, nunha situación persoal difícil, sentirse integrante dun grupo importante para el ou ela, inmerso como está nunha etapa de desenvolvemento como adulto ou adulta.
- Lograr un mantemento elevado do seu estado de ánimo que redundará favorablemente na súa saúde.
- Manter, no posible, as rutinas escolares e as relacións persoais adquiridas polo neno ou a nena.

2. CON RESPECTO AO CENTRO EDUCATIVO

- Lograr que, unha vez o alumno ou alumna se reincorpore ao centro, se sinta arroupado e parte do grupo, axudando así á súa recuperación.
- Asumir a responsabilidade persoal e social ante a situación.
- Achegarse e coñecer aspectos da enfermidade do alumno/a (respectando sempre a vontade familiar), e as súas consecuencias, establecendo unha comunicación continua e fluída.
- Dar a coñecer iniciativas ante as dificultades.
- Tomar conciencia dos recursos emocionais dispoñibles na aula para levar a cabo unha aprendizaxe- servizo da situación (aula, profesorado, alumnado).

4. SITUACIÓNS PUNTUAIS QUE PODEN XURDIR

É fundamental, para evitar calquera tipo de problema posterior, reflexionar sobre aquelas circunstancias que poden incidir no alumno ou alumna durante o proceso da súa curación. Debe de sentirse sempre escoitado/a, apoiado/a e partícipe dos grupos nos que estaba integrado/a antes do proceso.

Para iso expóñense unha serie de situacións que xorden con frecuencia e aqueles sustentos emocionais que poden axudar a solucionarlas.

1. ALUMNADO DE AEDH

- Cambios físicos: fatiga, decaemento, adelgazamento ou sobrepeso, caída do cabelo, cicatrices, medo ante estes cambios.
- Falta de concentración: menor rendemento académico, menor capacidade de atención e comprensión.
- Dificultades á hora de establecer horarios: visitas médicas, insomnio, hospitalizacións.
- Cambios de carácter: mal humor, irritación, malas contestacións.
- Falta de interese.
- Angustia e temor (especialmente na adolescencia).

1.1 SUSTENTOS EMOCIONAIS

- Facer que se sintan un ou unha máis (dependerá moito das nosas reaccións).
- Insistirles en que independentemente dos problemas de saúde teñen todas as posibilidades abertas.
- escoitar os seus medos para axudarlles a xestionalos.
- Ofrecerlles apoio na súa situación particular.

- Flexibilizar normas do centro- aula (NOFC): saídas ao WC, uso de gorros ou panos, tempos académicos.
- Non concederlle privilexios innecesarios respecto ao resto do alumnado, evitando caer na benevolencia.

2. FAMILIA

2.1 PAIS E/OU NAI

- Enforcados e enforcadas por completo no fillo ou filla, esquecendo ao resto das persoas integrantes da familia.
- Desestruturación familiar (rexeitamento do problema por parte dun cónxuxe, asumindo todos os coidados a outra parte).
- Pais ou nais sobreprotectores/as e/ou angustiados/as.
- Inestabilidade económica e/ou falta de recursos sociais que obriga a que o alumnado AEDH quede a cargo de irmáns ou irmás maiores, outros familiares ou veciños/as.
- Pais e/ou nais con excesiva preocupación pola evolución académica do seu fillo ou filla.

2.2 IRMÁNS E/OU IRMÁS

- Medo polo seu irmán ou irmá.
- Celos e sentimento de abandono.
- Inseguridades sobre a orixe da enfermidade e o seu desenvolvemento.
- En ocasións, os irmáns e/ou irmás asumen responsabilidades que non lles corresponden.

2.3 SUSTENTOS EMOCIONAIS

- escoitar, animar e acompañar.

- Respetar a súa decisión sobre que información queren proporcionar aos compañeiros e compañeiras de clase e resto da comunidade educativa.
- Prestar atención ao que viven os irmáns e irmás no centro educativo e dar apoio.
- Manter un nivel positivo de expectativas en todos os ámbitos.
- Soster unha actitude de absoluta confidencialidade, discreción e respecto cara á información que vaian recibindo.
- Valorar e expor co centro educativo a volta ao mesmo.

3. COLEXIO

3.1 PROFESORADO

- Durante o período de internamento a rutina diaria promove que a falta de presenza produza a exclusión da situación, causando a "invisibilidade" do alumno ou alumna nalgunhas ocasións.
- Pouca ou insuficiente comunicación coa familia.
- Pouca ou insuficiente interrelación do alumnado co compañeiro ou compañeira ausente.
- A incorporación ao centro faise de forma rápida, brusca e non consensuada coa familia.
- En ocasións, xorden as emocións negativas na aula ante a noticia dun alumno ou alumna enferma de cancro.

3.2 COMPAÑEIROS E/OU COMPAÑEIRAS

- Medo e desconcerto ante a enfermidade.
- Temor ao contaxio.
- Sentimento de non saber como tratar ao compañeiro ou compañeira.

3.3 SUSTENTOS EMOCIONAIS

- Flexibilizar os tempos.
- Informar ao resto do profesorado e facer partícipe a toda a comunidade educativa na reincorporación do alumno ou alumna.
- Preparar ao grupo- clase para aceptar e comprender a situación (posible discapacidade temporal).
- Proporcionar ao neno ou nena estratexias de actuación fronte ao grupo.
- Establecer as medidas educativas axeitadas ás necesidades educativas do momento.
- Valorar o aproveitamento escolar en casa.
- Valorar o estado físico e intelectual.
- Prestar axuda para que poidan comprender o que lles está sucedendo.
- Informarlles, na medida do posible, de que o cancro non é contaxioso e de que ninguén ten culpa da enfermidade.
- Tentar evitar o illamento fomentando a comunicación.
- Promover o intercambio de información co grupo- clase.
- Aumentar o nivel das habilidades adaptativas/capacidades funcionais para favorecer a consecución das metas relacionadas co benestar físico, psicolóxico ou funcional.

5. PROPOSTA DE INTERVENCIÓN

Ao estar inmersos nun proceso médico difícil convén que, tanto o alumnado AEDH, como as persoas que se moven ao seu redor, reflexionen sobre aquelas cuestións que van influír e axudar a que sexa máis levadía a situación. Así, no menor tempo posible, poderán alcanzar os obxectivos necesarios para levar unha vida ordinaria en condicións óptimas. Para iso, propónse unha serie de actividades e recursos dirixidos a:

- Familia – centro (departamento de orientación, profesorado- titor/a).
- Centro (titor/a e compañeiros/as) – alumnado AEDH.
- Alumnado AEDH – familia.

E orientadas a dúas áreas de actuación:

A AEDH

Débase buscar unha participación conxunta no posible, facilitadora da relación a tres, onde as emocións son un factor a ter en conta. Dotar de competencias e habilidades sociais que cubran as posibles carencias.

Enmarcar a situación en función da historia persoal do alumno ou alumna e a súa familia, xa que referenciarnos nese “marco” danos información privilexiada de por onde podemos actuar, axudar ou simplemente acompañar. Hai que buscar un **significado proactivo** á situación, enfocándonos noutros factores que nos faciliten a **asertividade**. Buscar **metaprogramas** que permitan fixar a atención para lograr unha organización válida.

Débase seguir un procedemento paso a paso, que xere confianza. Comprobar, experimentar, verificar a información será fonte de crecemento e conduciranos ao enfoque positivo da situación. Avanzando conxuntamente irase seguindo a traxectoria do proceso, facilitando o seu óptimo desenvolvemento.

O REGRESO AO CENTRO

Durante a reincorporación deberá de realizarse un traballo directo co alumno ou alumna para paliar a posible nebulosa mental (lapsos de atención ou memoria) consecuencia dos tratamentos médicos.

Se durante o período de hospitalización se mantivo unha conexión continua co centro e os seus compañeiros e compañeiras, **levando a cabo tarefas encamiñadas a controlar emocións e aceptar situacións**, todos e todas asumirán de forma natural os cambios orixinados pola enfermidade, desa maneira a volta á aula será tomada coa maior naturalidade posible e o alumno ou alumna apenas sufrirá retroceso algún.

É fundamental implementar en devandita contorna a comprensión para que o alumnado AEDH se sinta entendido e arroupado, superando amplamente os retos psicolóxicos e académicos.

Fomentaremos o autoconhecimento e o desenvolvemento persoal proactivo. Para iso expoñemos actividades que nos sitúen na realidade puntual e que axuden a lograr o máximo coñecemento propio e alleo do corpo e a mente establecendo un equilibrio emocional. Isto permitirá controlar as situacións físicas e psicolóxicas produto da enfermidade, aprendendo a dominalas e, en todas as circunstancias, potenciar o positivo minimizando o negativo

1. ACTIVIDADES DURANTE A AEDH

Obxectivos xerais:

1. Aprender a observarse.
2. Recoñecer as propias emocións e adquirir mecanismos que permitan expresalas libremente.
3. Aprender a empatizar e a escoitar.
4. Aumentar o propio benestar e recoñecer a situación allea para comprendela.

Expóñense, a continuación algúns exemplos de actividades enfocadas a potenciar distintos conceptos emocionais de: asertividade, empatía e resiliencia.

Todas as actividades propostas son multioperativas, podendo aplicarse segundo as necesidades puntuais que vaian xurdindo na familia, o hospital ou o centro.

ACTIVIDADE 1. AUTOCONECIMENTO (a partir de 6 anos)

Título:

“O neno valente”

Obxectivo:

Identificar as emocións que experimentan os nenos e as nenas cando están enfermos ou enfermas.

Duración:

40 minutos.

Materiais:

Snel, E. (2018). Tranquilos y atentos como una rana. Tú guía práctica de serenidad. Barcelona: Editorial Kairós S.A.

Follas de papel e lapis de cores.

Pasos a seguir:

- Lerase, dramatizando, o conto antes citado.
- Momento de conversa: pódese iniciar con preguntas sinxelas do tipo: que lle pasaba ao protagonista do conto?, quen conversaba con el?, que lle pasaba?, etc. Pódense ir agregando outras segundo a situación.
- O grupo deberá debuxar a emoción que sente cando non poden facer algunha actividade porque están enfermos ou enfermas.
- Reflexión final: que facer cando unesteu enfermo ou enferma (só na aula).
- Realizar un cómic sobre o conto ou un debuxo que reflecta o que sente (segundo a idade ou a preferencia).

“O neno valente”

Érase unha vez un neno que tiña moito ánimo. Levantábase cada mañá cheo de enerxía, corría, divertíase todo o día e deitábase tarde, sen tan sequera estar canso! Estaba seguro de que todos os días da súa vida serían así.

Pero unha mañá espertou cunha forte dor de cabeza. Levantouse moi amodo e saíu a tomar o aire saloucando: “Pero que me pasa? Doéme! Dóeme! Dóeme!” E gritaba, berraba e patalexaba, porque temía que aquela dor non rematara nunca.

Foi entón cando eu, a ra, achegueime e díxenlle: “Viches esa margarida que tes aos teus pés? Era tan bonita onte?” Pero el non escoitaba e gritaba: “Ai, ai, ai, dóeme!” Porque costa traballo interesarse por outra cousa cando un sente dor. Entón belisqueille no brazo para chamarlle a atención e insistín: “Oes o canto dos paxaros? Cantan a mesma canción esta mañá?” Deixou de laiarse para escoitar. Aproveiteino para convidalo a mirar cara arriba: “E as nubes que corren polo ceo, terán a mesma forma mañá?”

O neno calara e miraba ao seu redor, tranquilamente. Ao cabo dun intre, pregunteille: “E agora, como está a túa cabeza?” El, sorprendido, exclamou: “Ostras! Xa non me doe!” Sorriu. Comprobara que, na vida, todo pasa, todo se transforma, todo cambia.

Desde aquel día, o neno levou unha vida normal, é dicir, con altibaixos. Pero facendo caso só ao seu valor, cada vez que se atopa con alguén anúncialle a boa nova: “Cando algo non vai ben, non te preocupes, tarde ou cedo cambiará!”

ACTIVIDADE 2. RELAXACIÓN (a partir de 4 anos)

Título:

“Respiramos”

Obxectivo:

Practicar a inspiración e expiración para manexar a respiración de forma axeitada.

Duración:

30 minutos.

Materiais:

Snel, E. (2018). "Tranquilos y atentos como una rana. Tú guía práctica de serenidad". Barcelona: Editorial Kairós S.A.

Pasos a seguir:

- Dirémoslles que con este exercicio poderán tomar conciencia da respiración que vai e vén. A atención comeza cando te dás conta de que respiras.
- Poñémoslles diante a folla co debuxo da liña ondulada e co dedo índice sobre devandita liña deberán seguila: "Cando a liña (podemos chamarlle onda) suba, inspira aire e cando a onda baixe, expira o aire".
- Insistir en que hai que respirar de forma normal, non distinta a como o fan habitualmente.
- Ao final da liña, volverán empezar en sentido contrario.

ACTIVIDADE 3. CONCENTRACIÓN (a partir de 6 anos)

Título:

"Melloramos a atención".

Obxectivo:

Practicar unha estratexia para os momentos nos que falla a concentración.

Duración:

40 minutos.

Materiais:

- Unha folla coas palabras escritas: VERMELLO, AMARELO, AZUL E VERDE (ocas por dentro)
- Lapis de cor vermella, amarela, azul e verde.
- Snel, E. (2018). "Tranquilos y atentos como una rana. Tú guía práctica de serenidad". Barcelona: Editorial Kairós S.A.

Pasos a seguir:

Dámoslles estas instrucións:

- Pinta a primeira palabra de azul, a segunda de verde, a terceira de vermello e a cuarta de amarelo.
- Di a cor de cada palabra escrita. Se non sabes ler, serache fácil. Pero si sabes ler, verás que o teu cerebro ten ganas de dar o nome da palabra escrita e o da cor.

ACTIVIDADE 4. CONCENTRACIÓN (a partir de 4 anos)

Título:

“Relaxámonos”.

Obxectivo:

Practicar exercicios de relaxación e concentración para momentos nos que os nenos e as nenas experimenten tensións ou enfado

Duración:

30 minutos.

Materiais:

- Mandalas impresos en papel

Pasos a seguir:

Dámoslles estas instrucións:

- Un mandala é unha forma redonda que che axuda a meditar. Tes que empezar sempre por un punto no centro.
- Píntao das cores que prefiras.

ACTIVIDADE 5. ASERTIVIDADE (a partir de 10 anos)

Título:

“Experimentamos emocións”.

Obxectivo:

- Adquirir conciencia das emocións propias e alleas.
- Recoñecer que as emocións son necesarias para o desenvolvemento persoal e para convivir.

Duración:

45 minutos.

Materiais:

- Folla de rexistro de emocións.
- Blasco, J.L., Bueno, V., Navarro, R. y Torregosa, D. (2002). Educación Emocional. Propuestas para la tutoría. ESO. Recuperado de <http://www.ceice.gva.es/es/web/ordenacion-academica/tutoria>.

Pasos a seguir:

Falarase de que con frecuencia emocionámonos e con frecuencia non somos conscientes diso. O noso estado emocional varía ao longo do día segundo os distintos acontecementos e estímulos que recibimos. Enchen un rexistro de emocións de forma sincera e respectando as opinións dos e das demais (tempo estimado entre 5 e 10 minutos). Enchido o rexistro farase un cómputo de respostas en función dos motivos e situacións, sinalizaranse os graos de concordancia nas situacións; as discrepancias ante unha mesma emoción, os momentos en que se producen; se se manifestan a soas ou en compañía.

REGISTRO DE EMOCIÓN EN DIFERENTES SITUACIONES E MOTIVOS	
EMOCIÓN	SITUACIÓN/MOTIVO
ABURRIDO/A	
AIRADO/A	
ALEGRE	
CELOSO/A	
DECEPCIONADO/A	
DESGRACIADO/A	
DESGUSTADO/A	
ENFADADO/A	

ACTIVIDADE 6. ASERTIVIDADE (a partir de 12 anos)

Título:

“¿Somos impulsivos o impulsivas?”

Objetivo:

Identificar e recoñecer os trazos dun comportamento impulsivo.

Duración:

45 minutos.

Materiais:

- Taboleiro para poder elaborar a resposta final.
- Blasco, J.L., Bueno, V., Navarro, R. y Torregrosa, D. (2002). Educación Emocional. Propuestas para la tutoría. ESO. Recuperado de <http://www.ceice.gva.es/es/web/ordenacion-academica/tutoria>.

Pasos a seguir:

Explicamos en que consiste un comportamento impulsivo (actuar de forma repentina, sen reflexión, sen pensar nas consecuencias). Despois aplicamos a técnica de dinámica de grupos de Phillips 66.

1. Indicar 5 exemplos de comportamentos impulsivos.
2. A que se debe que algunhas persoas en determinadas situacións manifesten un comportamento impulsivo?
3. Consideras que na túa contorna hai comportamentos impulsivos?
4. Tiveches algunha experiencia deste tipo de comportamento?

Logo do debate, o ou a portavoz de cada grupo exporá as conclusións do seu grupo. Acabarán expoñéndose todas nun taboleiro para nunha sesión posterior debatelas.

ACTIVIDADE 7. ASERTIVIDADE (a partir de 12 anos)

Título:

“Controlámonos”

Obxectivo:

- Identificar as consecuencias dun comportamento impulsivo.
- Establecer algúns mecanismos que axuden a controlalo.

Duración:

30 minutos.

Materiais:

Cuestionario de comportamento impulsivo.

CUESTIONARIO DE COMPORTAMENTO IMPULSIVO

1. Indica catro consecuencias que se derivan dun comportamento impulsivo.
2. Describe brevemente como te sentiches despois de ter un destes comportamentos.
3. Cres que poderías evitar ese comportamento?
4. Tentas controlar ou regular dalgunha forma os teus comportamentos impulsivos?
5. Segundo a túa opinión, debería dalgún xeito controlarse ou regularse?
6. Que estarías disposto ou disposta a facer para controlar o teu comportamento impulsivo?
7. Que lles pedirías aos e ás demais que fixesen para controlar o seu comportamento impulsivo?

Pasos a seguir:

Cubrir un cuestionario que lles axude a reflexionar sobre as consecuencias dun comportamento impulsivo e que vexan a necesidade de establecer mecanismos, normas e procedementos que eviten a súa aparición. Despois iniciar un debate no que se insista que detrás dun comportamento impulsivo hai un pensamento irracional. Deben clarificar e definir tanto as consecuencias como as accións concretas que é necesario adquirir para o seu control.

2. ACTIVIDADES NO CENTRO

Obxectivos xerais:

1. Conseguir a **empatía e proactividade** que axuden ao alumnado AEDH a perder os seus medos, angustias e complexos.
2. Establecer medios e programas que promovan a estimulación e desenvolvemento emocional.

ACTIVIDADE 1. RESILIENCIA (a partir de 14 anos)

Título:

“Combinamos erros e limitacións”.

Obxectivo:

Promover a autoaceptación recoñecendo que todos e todas temos erros e limitacións.

Duración:

30 minutos.

Materiais:

- Tarxetas de papel.
- lasco, J.L., Bueno, V., Navarro, R. y Torregrosa, D. (2002). Educación Emocional. Propuestas para la tutoría. ESO. Recuperado de <http://www.ceice.gva.es/es/web/ordenacion-academica/tutoria>.

Pasos a seguir:

- Escribir en maiúsculas e na mesma cor, tres dos teus erros ou limitacións (de forma individual nunha tarxeta) en cinco minutos. Despois recóllense todas as tarxetas e mestúranse dando 3 a cada alumno e alumna. Lerán os erros escritos coma se fosen os seus. Comentarán estes erros, explicando e sinalando os problemas que causan e aquilo que poida facerse para corrixilos ou superalos.
- Subliñar que os erros non son tan terribles e que son compartidos polos e polas demais, resaltando as coincidencias.

ACTIVIDADE 2. RESILIENCIA (a partir de 14 anos)

Título:

Videoforum".

Obxectivo:

Aprender a autocoñecerse e autovalorarse.

Duración:

2 horas.

Materiais:

Película "El guerrero pacífico"

Pasos a seguir:

Ver a película "El guerrero pacífico", baseada en feitos reais. Trata dun mozo que parece telo todo, a súa vida parece perfecta pero non é feliz. Un día ten un accidente e desde ese momento aprenderá a superarse e a medrar como persoa. Comentar por escrito os aspectos máis relevantes da película.

ACTIVIDADE 3. EMPATÍA (a partir de 10 anos)

Título:

"Escoitando con empatía"

Obxectivo:

- Desenvolver habilidades para escoitar activamente e interpretar os sentimentos alleos.
- Ser capaces de identificar e recoñecer as opinións doutras persoas.

Duración:

30 minutos.

Materiais:

Non se necesita material específico.

Pasos a seguir:

A través do diálogo selecciónase un tema de interese sobre o que poidan ter unha opinión máis ou menos fundamentada. Exprésanse as opinións dos e das participantes e, despois

dunha discusión de 8 a 10 minutos establécense as ideas sobre o tema, lembrando que si é un tema persoal non se pode indicar aprobación nin desaprobación xa sexa pola súa expresión ou inclinando a cabeza. Así resaltamos a importancia de escoitar sen xulgar e de que non sempre é agradable ver a xesticulación reprobatoria.

ACTIVIDADE 4. EMPATÍA (a partir de 10 anos)

Título:

“Xogamos un rol”

Obxectivo:

- Ser consciente dos roles que interactúan.
- Descubrir como a representación de papeis evoca sentimentos.

Duración:

20 minutos.

Materiais:

Non se necesita material específico.

Pasos a seguir:

Levar a cabo una dramatización na que representarán papeis diferentes. Cada alumno e alumna representará un par de papeis de forma silenciosa durante 3 minutos, para que despois que os describan e expliquen a súa reacción ante eles nuns minutos. Para finalizar os e as demais explicarán os seus sentimentos sobre o observado.

ACTIVIDADE 5. PROACTIVIDADE (a partir de 4 anos, adaptándoa)

Título:

"A variña das emocións"

Obxectivo:

Reproducir diferentes emocións mediante a expresión facial e corporal.

Duración:

30- 40 minutos.

Materiais:

- Variña máxica (queda á creatividade de cada docente).
- Cartolinas de cores, marcadores, témperas, adhesivos...

Pasos a seguir:

- O grupo deberá acomodarse en círculo sentado no chan.
- Para iniciar a persoa facilitadora terá una "variña máxica". Logo esta pasa a variña ao neno ou nena que se atope ao seu carón.
- Cada alumno ou alumna que teña a variña deberá expresar mediante xestos ou posturas, algunha emoción que experimentara durante a fin de semana (no caso de que a actividade se realice un luns), ou como se sente ese día (en caso que se faga ao final do día).
- O resto do grupo deberá interpretar eses xestos, é dicir, adiviñar cal é a emoción que están a expresar.
- Cando alguén adiviñe, o neno ou nena que teña a variña pasaralla á persoa que está ao seu carón.
- A variña é máxica porque o neno ou nena que a toque transfórmase totalmente.
- Momento de conversación. O profesor ou profesora pode comezar facendo preguntas como: que emocións observamos?, cales foron as que máis observamos?, e as que menos?, por que credes que a maioría vos sentides desa maneira?, e por que a minoría sente desa maneira?, cal foi a emoción que máis me chamou a atención?; ou propor outras diferentes segundo a situación e a idade do grupo.

ACTIVIDADE 6. PROACTIVIDADE (a partir de 8 anos)

Título:

“Xornal das emocións”.

Obxectivo:

Coñecer as emocións que experimentan os nenos e as nenas a diario.

Duración:

30-40 minutos.

Materiais:

Papel de xornal, goma, tesoiras, recortes de revistas ou xornais, marcadores, lapis de cores, lapis de escribir, follas de papel en branco.

Pasos a seguir:

- Explicaráselles aos nenos e nenas que existen moitas emocións como a felicidade, enfado, amor, tristeza e medo, e que é moi común que todas as persoas as sintan en determinado momento.
- A persoa docente entregaralles unha folla en branco.
- Pediráselles que elaboren na folla en branco un anuncio, a través do cal expresen unha situación que viviron o día de hoxe e a emoción que lles causou esa situación. Poden empregar recortes de revistas, debuxos, entre outros materiais para realizar o seu anuncio.
- Unha vez rematados os anuncios, uníranse para formar o xornal das emocións e cada estudante exporá ao grupo o seu propio anuncio.
- Momento de conversación. Para este momento cada docente pode utilizar as preguntas que se propoñen a continuación, ou ben, pode agregar outras que considere pertinentes segundo a situación e a idade do grupo: que emocións identificaches en cada unha das noticias do xornal?, que situación causou que sentírades esa emoción?, que facedes cando sentides a emoción representada na noticia?, etc.

ACTIVIDADE 7. PROACTIVIDADE (a partir de 10 anos)

Título:

"As estrelas do amor".

Obxectivo:

Recoñecer a emoción do amor que os nenos e nenas senten entre si.

Duración:

30 minutos.

Materiais:

Follas de papel en branco e bolígrafos.

Pasos a seguir:

- O grupo acomodarse en círculo de tal xeito que todos e todas poidan ter contacto visual.
- A cada alumno e alumna entregaráselle unha folla en branco e un bolígrafo, a cal se deberá pasar a quen se atope á beira dereita, de tal maneira que a estratexia remata cando a cada neno e nena lle toca novamente a folla co seu nome.
- O propósito de pasar as follas cara á dereita, é que se lle escriba a cada compañeiro e compañeira unha mensaxe positiva que exprese emocións positivas, como o amor, a alegría ou a felicidade.
- Momento de conversación. Para isto pódense utilizar os interrogantes seguintes ou ben pódense agregar outros que se consideren pertinentes segundo a situación e a idade do grupo: cal é a emoción que traballamos hoxe?, síntome querido e querida polos meus compañeiros e polas miñas compañeras?, son importante para os demais?, como me sentín cando escoitei os comentarios dos meus compañeiros e compañeras?

ACTIVIDADE 8. PROACTIVIDADE (a partir de 8 anos)

Título:

“O recuncho dos medos”.

Obxectivo:

Identificar formas de manexar os medos.

Duración:

20-30 minutos.

Materiais:

Cartolinas de cor vermella e verde.

Pasos a seguir:

- Para levar a cabo esta actividade instalárase un recuncho de cor vermella e outro de cor verde (distinguirase con algunha cartolina destas cores).
- Os nenos e nenas organizaranse nunha ringleira no medio dos dous recunchos e o profesorado exporá unha situación de medo, por exemplo: “É de noite e espértate un ruído estrano que vén da sala da túa casa. Levántaste a ver que pasa?”
- Cando o profesor ou profesora remate de expor a situación, asnenas e os nenos decidirán entre estas dúas opcións:
 1. “Non vou facelo porque me dá medo”, irán ao recuncho verde.
 2. “Si vou facelo porque non me dá medo”, irán ao recuncho vermello.
- Momento de conversación.
- Despois de cada exemplo que relata o profesorado, alumnos e alumnas explicarán as razóns da súa elección. No caso de que as nenas e os nenos se colocaran no recuncho verde, inducirase un diálogo sobre como manexar o medo nesa situación. Pódense utilizar preguntas do tipo: por que vos colocáchedes no recuncho vermello?, por que no verde?, como podedes manexar o medo nesas situacións?, os compañeiros e compañeiras do recuncho vermello queredes darlles recomendacións a algunha persoa do grupo para manexar o medo ante esas situacións?, etc.

ACTIVIDADE 9. EMPATÍA (a partir de 4 anos)

Título:

“Que podo facer cando o meu amigo ou amiga se sente triste?”

Obxectivo:

Recoñecer a emoción da tristeza noutras persoas, para poder axudar aos demais cando se senten así.

Duración:

30-40 minutos.

Materiais:

O conto que se inclúe a continuación. Para acompañalo pódense utilizar láminas que ilustren, monicreques, bonecos, etc.

Pasos a seguir:

- O grupo sentará formando un semicírculo. O profesor ou profesora contaralles a historia.
- Momento de conversación.
- Proponse comezalo coas seguintes cuestións, ou outras que a persoa docente considere: como credes que se mostra a cara de Manuel ao comezo da historia?, sentístedesvos algunha vez tristes como Manuel?, que vos fai sentir tristes?, cal é a fórmula máxica de Manuel?, utilizades algunha fórmula máxica para sentirvos mellor?, que vos parece contarlles aos nosos seres queridos o que sentimos?, etc.

“Que podo facer cando o meu amigo ou amiga se sinte triste?”

Manuel, o meu amigo do cole, non sempre está contento, hai cousas que lle fan sentirse triste, entón a súa cara móstrase diferente.

Manuel entrístécese cando lle rompen algún xoguete ou cando ninguén quere xogar con el.

Manuel, cando se pon triste, ten algunhas fórmulas máxicas para que desapareza a súa

tristeza. Estas axúdanlle a sentirse mellor e de novo aparece o seu sorriso. Cando a Manuel se lle rompe un xoguete pensa que talvez o poida arranxar ou xogar con outro. Cando ninguén quere xogar con el, pregúntalle a outros nenos e nenas se queren xogar con el.

Manuel dinos que o máis importante é que lle contemos ás persoas que máis queremos o que estamos a sentir e iso axudaranos a sentirnos mellor.

6. CONSIDERACIÓNS FINAIS

INDICADORES DE BENESTAR

Segundo Schalock (1999), os indicadores de calidade de vida, centrados na persoa, son as oito dimensións seguintes:

- Benestar emocional.
- Relación interpersoal.
- Benestar material.
- Desenvolvemento persoal.
- Benestar físico.
- Independencia para toma de decisións.
- Integración social.
- Dereitos.

**“A disposición emocional do
alumnado determina a súa
habilidade de aprender”**

Platón

7. MAPA CONCEPTUAL

A continuación expóñense os puntos que serviron de base para a elaboración desta guía.

Tratouse de definir un plan de acción: partindo dun feito e dunhas situacións contrastadas, analízanse as necesidades, planifícase e reflexiónase sobre que se debe realizar para conseguilo. O obxectivo é comprender o que implica a situación que vive este alumnado, e buscar un compromiso na súa atención educativa, coa finalidade de lograr que o devandito alumnado con AEDH sexa máis capaz de desenvolverse na vida, de xeito autónomo e independente, e que adquira unha fortaleza emocional consciente que lle permita afrontar con garantías o desafío que suscita a súa enfermidade.

En resumo, esta proposta implica seis fases correlativas:

1. Situación (identificación da necesidade).
2. Intencións (valoración).
3. Planificación.
4. Actuacións a seguir.
5. Realización da actividade.
6. Avaliación dos resultados.



Progresivamente iremos implementando actividades na páxina web de ASOTRAME, seguindo as mesmas pautas que as suscitadas nesta guía.

8. BIBLIOGRAFÍA

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arguís, R., Bolsas, A., Hernández, S. y Salvador M. (2012). **Programa Aulas Felices. Psicología Positiva aplicada a la Educación.** Recuperado de <http://fteducando.blogspot.com/2015/10/programa-para-tutorias-aulas-felices.html>.
- **Asociación Española Contra el Cáncer. (s.f.). Cáncer infantil. Guía de apoyo para profesores.** Recuperado de <http://sauce.pntic.mec.es/falcon/camcer.pdf>.
- ASPANOA. (2006). **La educación en los niños con cáncer.** Recuperado de <http://www.aspanoa.org/files/File/aspanoa%20guia%20padres-prof2.pdf>.
- Blasco, J.L., Bueno, V., Navarro, R. y Torregrosa, D. (2002). **Educación Emocional. Propuestas para la tutoría. ESO.** Recuperado de <http://www.ceice.gva.es/es/web/ordenacion-academica/tutoria>.
- Calderón, M.; González, G.; Salazar, P. y Washburn, S. (2012). **Aprendiendo sobre las emociones. Manual de Educación Emocional.** Recuperado de <http://www.culturacentroamericana.info/sites/default/files/docs/Aprendiendo-e-mociones-manual.pdf>.
- **Consellería de Educación, Universidade e Formación Profesional. Protocolo de atención educativa domiciliaria.** Recuperado de http://www.edu.xunta.gal/portal/sites/web/files/atencion_educativa_domiciliaria_v2.pdf.
- Consellería de Educación, Universidade e Formación Profesional. (30 de enero de 2003). ORDEN de 27 de diciembre de 2002 por la que se establecen las condiciones y criterios para la escolarización en centros sostenidos con fondos públicos del alumnado de educación no universitaria con necesidades educativas especiales. DOG Núm. 20.
- Consellería de Educación, Universidade e Formación Profesional (21 de diciembre de 2011).
- Decreto 229/2011, de 7 de diciembre, por el que se regula la atención a la diversidad del alumnado de los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Galicia en los que se imparten las enseñanzas establecidas en la Ley orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación. DOG Núm. 242.

- Deasy, P., Spinetta, J., Kung, F. y Schwartz D. (2007). **Aspectos emocionales del cáncer en niños y adolescentes. Manual para padres.** Argentina: Fundación Natalí Dafne Flexer.
- Dweck, C. (s.f.). **No temas equivocarte, nunca es tarde para aprender.** Recuperado de <https://aprendemosjuntos.elpais.com/especial/la-mentalidad-que-puede-cambiar-la-vida-de-un-nino-carol-dweck/>.
- Gobierno Vasco: Departamento de Educación, Universidades e Investigación. (2005). **Educación a niños y niñas con cáncer. Guía para la familia y el profesorado.** Recuperado de https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/dig_publicaciones_innovacion/es_escu_inc/adjuntos/16_inklusibitatea_100/100004c_Pub_EJ_guia_cancer_c.pdf.
- López González, L. (2010). **Educación para la calma. Una experiencia formativa de Relajación Aplicada al Aula.** Cuadernos de Pedagogía, 399, 2010, 40- 43.
- López González, L. (2013). **Maestros del Corazón. Hacia una pedagogía de la interioridad.** Barcelona: Wolters Kluwer.
- Mata, J. (s.f.). **Educación en la interioridad en un entorno extraescolar. Nuestra experiencia en Antzuola (Guipúzcoa) desde el año 2007.** Recuperado de <http://segundosilva.com.ar/segundosilva/wp-content/uploads/2013/03/Educacion-en-la-interioridad-Jesus-Mata.pdf>.
- Medin, G. y Méndez, T. (2007). **Escolaridad del niño con enfermedad oncológica: Guía para docentes.** Argentina: Fundación Natalí Dafne Flexer.
- Páez Aguirre, S.F. (2015). **Reintegración del niño con cáncer en la escuela.** Gaceta Mexicana de Oncología, 14(6): 342- 345. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.gamo.2015.11.012>.
- Piñeiro, B. (2016). **Educación de las emociones en la Primera infancia. Teoría y práctica para niños de 3 a 6 años.** Recuperado de <https://maestraderazon.com/libros-belen-pineiro>.
- Puig, J. y Palos, J. (2006). **Rasgos pedagógicos del aprendizaje servicio.** Cuadernos de Pedagogía, 357, 2006, 61- 63.
- Schalock, R. (Marzo, 1999). **Hacia una nueva concepción de la discapacidad.** Conferencia impartida en las III Jornadas Científicas de Investigación sobre Personas con Discapacidad de la Universidad de Salamanca, Salamanca, España.
- Vivas, M., Gallego, D. y González, B. (2007). **Educación de las emociones.** Venezuela: Producciones Editoriales, C.A.

RECURSOS PARA AS ACTIVIDADES

- Aguilar, L. y Neves, A. (2014). **Oreñas de Bolboreta**. Pontevedra: Editorial Kalandraka.
- Carrier, I. (2010). **El caso de Lorenzo**. Barcelona: Editorial Juventud, S.A.
- Colombo, N. (2008). **Cerca**. Pontevedra: Editorial Kalandraka.
- Conangle, M., Soler, J. y Llorens, E. (2017). **Cosquillas para el corazón. 10 cuentos para aprender a ser feliz**. Badalona: Editorial Parramón.
- Isern S. y Carretero, M. (2016). **El emociómetro del Inspector Drilo**. Madrid: Editorial Nube Ocho.
- Llenas, A. (2015). **Vacío**. Granada: Bárbara Fiore Editora.
- Llenas, A. (2016). **El Laberinto del alma**. Barcelona: Planeta.
- Parets, C. (2016). **Caracol Col Col**. Autoedición.
- Snel, E. (2018). **Tranquilos y atentos como una rana. Tú guía práctica de serenidad**. Barcelona: Editorial Kairós S.A.
- Valcárcel, R., Núñez, C. y Keselman, A. (2013). **Emocionario**. Madrid: Palabras Aladas.
- Witek, J. y Roussey, C. (2014). **Así es mi corazón**. Madrid: Editorial Bruño.

ENLACES DE INTERESE

- http://www.euskadi.eus/contenidos/información/plan- oncologico- 2018- 2023/e_s_def/adjuntos/plan- oncologico- euskadi- 2018- 2023

9. AGRADECEMENTOS

Agradecimentos: J. Raúl Cerdeño Becerro, David Vivar Vizoso, Jéssica Rodríguez Cortizas, Germán Martínez Uceira, Laura Bermúdez De Castro Bescós, Mario Álvarez Rodríguez, Cristina Piñeiro Couce.

E a aquelas entidades, organismos e asociacións que, dalgunha forma, lograron que este proxecto se levase a cabo, axudando e facilitando materiais, información e experiencias, que serviron de pauta para a súa elaboración.

