

# Frente al cáncer ... no estás solo

**Servicio de asesoramiento y atención psicológica  
para enfermos de cáncer y sus familiares**

Recibir un diagnóstico de cáncer significa enfrentarse a una serie de cambios en la vida que afectan no sólo al estado físico, sino también a nivel emocional y social.



Infocáncer 900 100 036  
[www.todocancer.org](http://www.todocancer.org)

Ante el diagnóstico de cáncer y a lo largo del proceso de la enfermedad es normal sentirse vulnerable y triste por la pérdida de la salud y del bienestar, sentirse desconcertado y preocupado por el futuro.

La mayoría de las personas, poco a poco, se adaptan a la situación. Pero a veces, resulta difícil encontrar fuerzas para seguir adelante, hacer frente a la incertidumbre, a los cambios físicos y de todo tipo, manejar emociones intensas o que se alargan en el tiempo, tomar decisiones... Es importante que sepas que **un profesional puede ayudarte a afrontar esta situación** y a mejorar tus relaciones con los demás.

La Asociación Española Contra el Cáncer pone a tu disposición un **servicio gratuito de asesoramiento y atención psicológica**. Disponemos de un equipo de psicólogos con experiencia en psicooncología que pueden ayudar a pacientes y familiares a:

- Desarrollar **nuevos recursos** para hacer frente a las circunstancias
- Mejorar tu **estado de ánimo y tu calidad de vida**
- **Facilitar el manejo de las emociones** derivadas del diagnóstico de cáncer, los tratamientos, las pruebas médicas, los cambios en la imagen, las revisiones...
- **Mejorar la comunicación** con tus seres queridos y con el personal sanitario

Recuerda que tanto tú como cualquier miembro de tu familia podéis acceder a nuestro servicio. Para ello, podéis pedir una cita llamando al teléfono de la sede de la **aecc** en vuestra provincia o bien solicitar más información a través de nuestro teléfono de información gratuita **Infocáncer 900 100 036** o de nuestras webs [www.todocancer.org](http://www.todocancer.org) y [www.muchoxvivir.org](http://www.muchoxvivir.org).