

# Cómo apoyar a un compañero de trabajo que padece una enfermedad grave

El trabajo, y las personas con las que trabajamos, constituyen una parte importante de nuestra vida diaria. Cuando oímos que un compañero de trabajo tiene una enfermedad grave, puede provocar sentimientos de conmoción y tristeza, y tener un efecto significativo en el lugar de trabajo.

Es importante recordar que su compañero de trabajo se encuentra asimilando su enfermedad y puede estar sufriendo como resultado de ella.

## Cómo puede apoyarlo

- Comuníquese con la persona, infórmele que a usted le importa y que reconoce que este es un momento difícil para él o ella. Cuando alguien está gravemente enfermo, es común que nos aislemos y retiremos y que la persona enferma haga lo mismo. Las enfermedades graves pueden obligarnos a mirar nuestros propios temores sobre la enfermedad, el deterioro físico e incluso la muerte.
- Pregúntele cómo puede ayudar. Sea específico y pregunte qué puede hacer para ayudar en lugar de decirle que lo llamen si necesita ayuda.
- Trátelo de la forma más normal posible. Inclúyalo en todas las reuniones, memorandos y actividades sociales como lo hizo antes de su enfermedad.
- Respete su deseo de privacidad.
- Tenga en cuenta los cambios físicos que pueden ocurrir y cómo eso puede afectar su capacidad para desempeñarse en el trabajo.
- Tenga en cuenta que puede haber un aumento en las ausencias o que se necesite ajustar horarios. En esos momentos puede ofrecer proporcionar transporte, preparar comidas, donar tiempo de enfermedad o vacaciones u ofrecer hacer parte de su trabajo.
- Si la persona necesita pedir permiso para ausentarse, pregunte si se puede asignar a una persona de enlace para que transmita información sobre el compañero de trabajo al equipo, coordine las visitas y las comunicaciones, y lo mantenga al tanto de las noticias de negocios.

*Adaptado con permiso de material protegido por derechos de autor de Healthwise, Incorporated. Healthwise, Incorporated elude cualquier garantía y toda responsabilidad por el uso que haga de esta información. Este documento es solo para fines informativos. No pretende dar asesoramiento médico. No se debe utilizar para sustituir una consulta a un proveedor de salud. Magellan Health no avala otros recursos que se puedan mencionar aquí.*

