

# ¿Qué tiene mi abuelita?



CECPAM  
CENTRO DE CUIDADOS PALIATIVOS DE MÉXICO



Este libro  
pertenece a:



¡Hola! Soy Mariana y mi hermanito se llama Carlos.  
Siempre hemos sido muy unidos con mi abuelita.  
Tenemos muchas fotos con ella en nuestros  
cumpleaños y navidad...

Haz un dibujo de tu abuelita contigo.



Ella siempre nos ha cuidado y enseñado muchas cosas.

Mi abuelita me ayuda a hacer la tarea y me enseñó a preparar ricos postres para la familia.



Mi abuelita también nos enseña a cuidar el jardín y lo importante que es regar las plantas y las flores para que crezcan y se vean bonitas. A veces pasamos largos ratos buscando bichitos o comiendo algo rico allí.



El otro día encontramos mi hermanito y yo, un bichito en el jardín que no podía caminar ni se movía. Mi abuelita nos explicó que se había muerto y que así les pasaba a todos los bichitos del jardín.



Haz un dibujo del bichito muerto.

Pero últimamente mi abuelita no es la misma y ya no la vemos tanto como antes.  
A veces no sale de la cama o pasa días en el hospital.



¿Tú cómo crees que se sienten Mariana y Carlos?

Completa las caritas para ver cómo se sienten.

Mamá dice que mi abuelita tiene que descansar y que no puede jugar conmigo.

Yo le digo a mi abuelita que no se preocupe, que jugaremos cuando se mejore.

Pero a veces me pongo triste y me da miedo que mi abuelita ya no se vuelva a sentir bien y lloro.

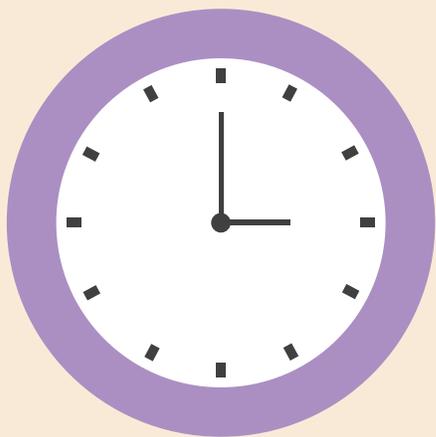
Mi mamá me abraza y llora conmigo. Me dice que ella también tiene miedo a veces.



Mi mamá dice que es importante que le demos cariño a mi abuelita, que le digamos cuánto la queremos y que recordemos todos los momentos alegres que disfrutamos con ella.



Yo le digo a mi abuelita lo mucho que la quiero y le platico de la casa y de la escuela. Le gusta cuando le cuento que hice la tarea y que le preparé una sorpresa.



Haz un dibujo de la sorpresa que le prepara a su abuelita.



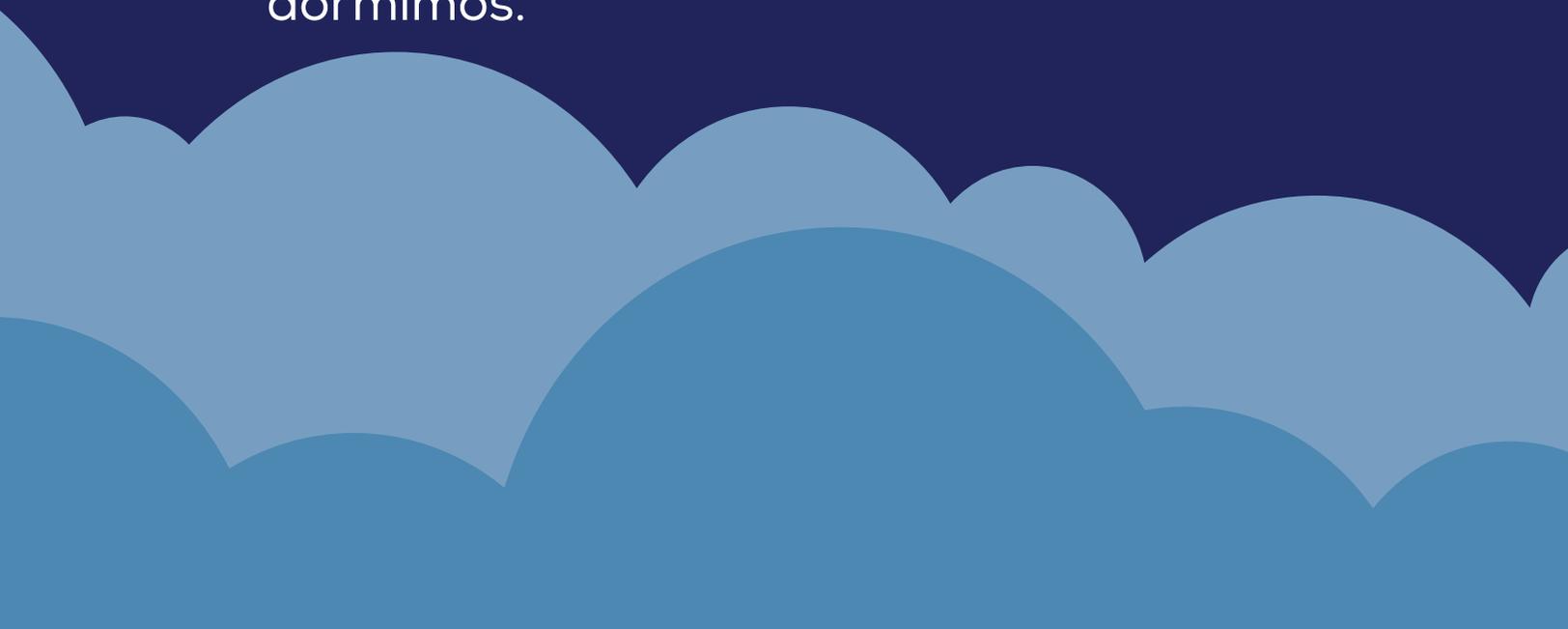
Pero un día mi mamá nos dice que mi abuelita ya no va a poder jugar con nosotros porque se murió, así como se murió el bichito que encontramos en el jardín...

Mi mamá y yo lloramos y nos abrazamos porque la vamos a extrañar mucho.





Cuando platico de lo que hice y aprendí con mi abuelita, me siento menos triste.  
Mi mamá me dice que piense que mi abuelita es una estrella y que nos cuida cuando dormimos.



A mi abuelito le gusta imaginar que todavía ella cuida de las plantas y las flores, por eso crecen tan bonitas.



Yo imagino que mi abuelita está en el cielo y que le gusta brincar de nube en nube y usar a los arcoíris de hamaca.

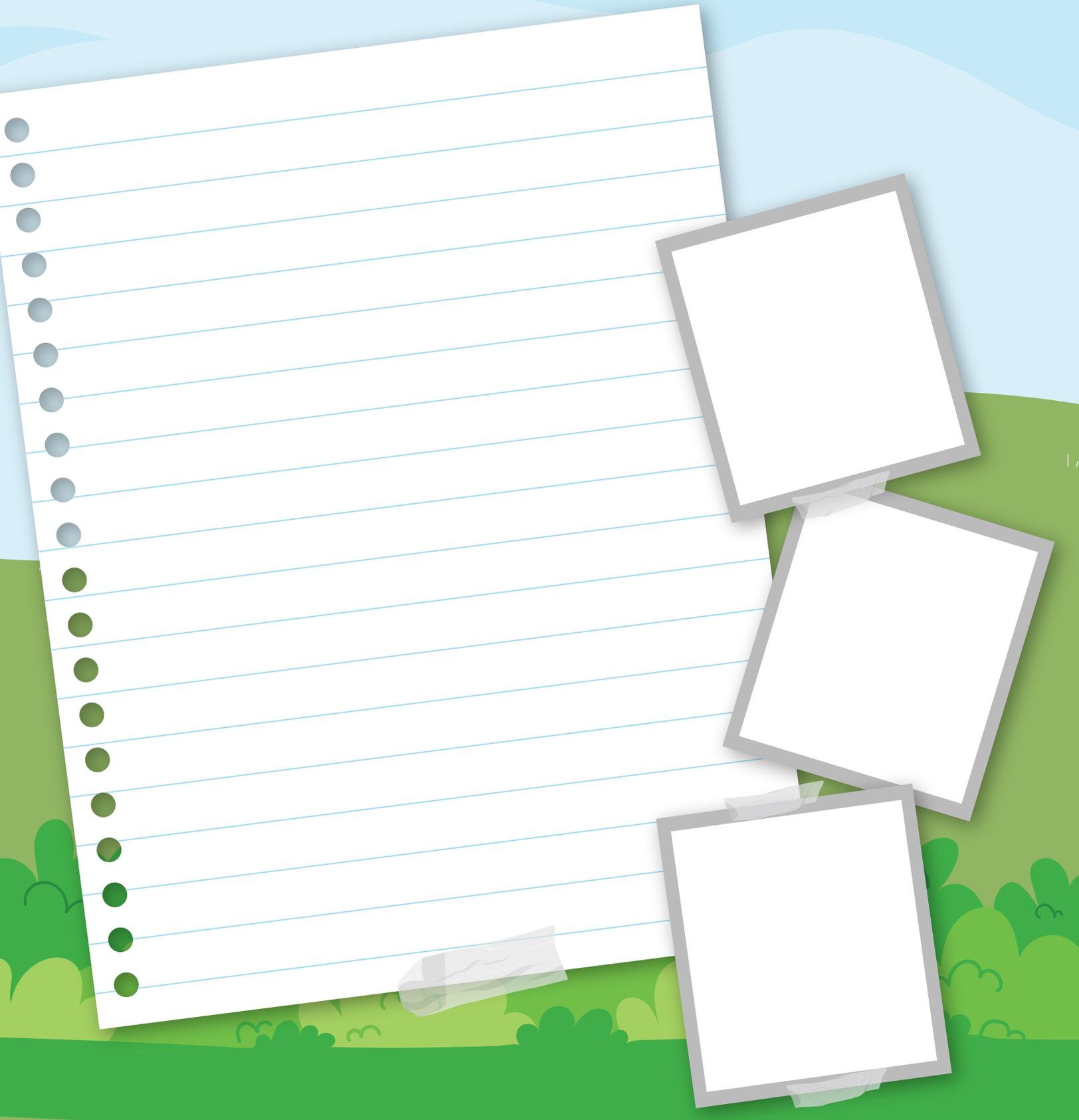
Siempre fuimos muy unidos  
a mi abuelita...  
Y lo seguimos siendo.

Haz un dibujo de tu abuelita.



Escribe una carta o mensaje que te gustaría mandarle a tu abuelita.

También puedes hacer un collage con fotos, dibujos o recortes de las cosas que hacían juntos.





Amacuzac #99,  
Barrio San Pedro, C.P. 08220  
Alcaldía, Iztacalco, CDMX.



(55) 52 35 05 07  
(55) 52 35 05 08



tanatologia@cuidadospaliativos.org.mx



[www.cecpam.org](http://www.cecpam.org)



Centro de Cuidados Paliativos  
de México, IAP



@cecpam



Centro de Cuidados Paliativos

---

Texto: Mariana Riestra Ahumada y Margarita Gilardi Mtz. de C.

Diseño: **CHILL PILL**  
DISEÑO DE INFORMACIÓN

Derechos Reservados: Centro de Cuidados Paliativos de México, IAP, 2020  
Prohibida su reproducción parcial o total.