

## FIESTAS DE FIN DE AÑO

- **Dra. Guadalupe Pallotta (MN 40428)**  
Presidente de la Fundación Tiempo de Vivir

Se acercan las fiestas de fin de año y el deseo de celebrarlas. Para muchos puede concretarse de forma familiar e íntima, o tener carácter religioso como la Navidad y para otros de modo expansivo, plagadas de amigos y desbordes como el Año Nuevo. De cualquier modo ambas suelen ser un balance de un año que finaliza.

Para las personas que se encuentran bien, ese momento del año trae consigo una serie de conflictos muy simples de resolver, como con quién juntarse o qué comprar para la cena. Para quienes no lo están por múltiples problemas económicos o pérdidas familiares, todo puede desembocar en conflictos subyacentes que ponen en peligro de derrumbe a todas las emociones. Pensemos entonces en las personas que se encuentran padeciendo una enfermedad y ésta los enfrenta y obliga a hacer este balance.

La **Dra. Guadalupe Pallotta (MN 40428)**, creadora del Servicio de Oncología Clínica del Hospital Italiano de Buenos Aires y actual presidente de la Fundación Tiempo de Vivir, recomienda cómo ayudar de la mejor manera a quienes padecen enfermedad:

Estar siempre dispuestos a escuchar. Si bien lo más fácil suele ser tratar de desviarlos de pensamientos pesimistas, es necesario saber que si ellos han hecho ese balance están esperando que alguien lo conozca y pueda compartirlo.

- Escuchar cómo, con quién y dónde quieren estar en las fiestas.
- Tratar de que las fiestas no se transformen en un festín del consumismo.
- Poner como objetivos del próximo período metas a corto plazo y realistas.
- Reconocer que si los síntomas que acompañan estos momentos se cronifican o son muy preponderantes es importante un apoyo psicológico o medicamentoso.

**Fiestas: Quizás lo más importante en este momento para el paciente, su familia y sus amigos no es festejar sino compartir.**

**Para entrevistas con la Dra. Guadalupe Pallotta (MN 40428)**, creadora del Servicio de Oncología Clínica del Hospital Italiano de Buenos Aires y actual presidente de la Fundación Tiempo de Vivir comunicarse con María Victoria Perez por correo electrónico a [mvickyperrez@gmail.com](mailto:mvickyperrez@gmail.com).

**Fundación Tiempo de vivir**

**Juan Domingo Perón 4190 – Hospital Italiano – Sección Oncología Clínica (1199) CABA – Argentina**

[www.tiempodevivir.org.ar](http://www.tiempodevivir.org.ar)