

# GUÍA PARA HERMANOS

Ser hermano de alguien con una enfermedad rara puede provocar muchas emociones diferentes. Esta guía fue diseñada para hermanos como TÚ para mostrarte que no estás solo.

## Personas a las que puedes recurrir para obtener apoyo

- Padres o cuidadores
- Amigos
- Profesores
- Entrenadores
- Asesor de orientación
- Campamentos de verano para hermanos
- Grupos de apoyo para hermanos
- Grupos de hermanos en conferencias
- Grupos Sibshop

## Recursos diseñados solo para hermanos como TÚ

- Grupos de apoyo
- Campamentos para hermanos
- Organizaciones de defensa del paciente de la enfermedad rara de tu hermano
- Sibling Support Project <https://siblingsupport.org/>
- Tienda Sibshop local <https://siblingsupport.org/sibshops/find-a-sibshop-near-you/>
- Siblings with a Mission <http://www.siblingswithamission.org/>

## Cosas que puedes hacer como hermano

- Encuentra una manera saludable de expresar tus sentimientos
- Sé abierto y honesto acerca de tus sentimientos con tus padres o los cuidadores
- Encuentra maneras de conectarte con tu hermano o hermana
- Encuentra a alguien de confianza con quien puedas hablar
- Haz preguntas si sientes curiosidad o no estás seguro de algo

## Emociones que los hermanos pueden tener

- Culpa
- Ansiedad
- Celos
- Ira
- Miedo
- Frustración
- Confusión
- Preocupación
- Vergüenza
- Tristeza
- Responsabilidad

## Acceda a recursos que le ayudarán en este proceso.

- ☎ 1-833-PTC-HOPE (1-833-782-4673)
- ✉ [PatientEngagement@ptcbio.com](mailto:PatientEngagement@ptcbio.com)
- 🌐 [www.ptcinsightfulmoments.com/](http://www.ptcinsightfulmoments.com/)
- 🌐 <https://www.ptcbio.com/my-vibe-my-voice-is-inspirational-brave-and-empowering/>

