

Creando finales felices

Los cuidados paliativos permiten a enfermos y familiares pasar sus últimos días rodeados de un equipo interdisciplinar volcado en acompañar al paciente durante este duro trance y encontrar felicidad en la despedida.

14/02/2016

El Mundo Creando finales felices
(PDF)

El Mundo: Cuidados paliativos: mucho más que morfina

"Mucha gente llega a este hospital con la idea de que los cuidados paliativos son esencialmente morfina y llantos. Afortunadamente, la idea desaparece en cuanto entran por la puerta", asegura Alonso García de la Puente, psicólogo de Obra Social La Caixa del Hospital Centro de Cuidados Laguna (Concejal Francisco José Jiménez Martín, 128. Madrid). **El hospital está lleno de enfermos. De enfermos terminales. De enfermos que sonríen.** Esta circunstancia no es obra y gracia de la bioquímica sino del buen hacer de un equipo interdisciplinar -médicos, psicólogos, enfermeros, trabajadores sociales, musicoterapéutas, voluntarios...- pendiente no sólo de que sus pacientes no sufran ningún dolor sino de **acompañarles y de dignificar sus últimos momentos.**

Según los datos del INE, **cada año fallecen en nuestro país 380.000 personas**, de todas ellas, 120.000 requieren atención especializada en cuidados paliativos. "El sentimiento de abandono es uno de los mayores temores de los pacientes. Cuando su médico especialista les dice que su enfermedad ya no tiene ningún tratamiento parece que ya no hay nada que hacer pero sí que lo hay: ahí es donde entran los paliativos. Los pacientes pasan a otra fase en la que se requieren otros cuidados", explica Yolanda Zuriarraín, médico especialista en Cuidados Paliativos. "No hay que olvidar que tratamos personas que viven, sienten y padecen y que tienen una historia vital que se trunca por la enfermedad".

De acuerdo con los datos de la Obra Social La Caixa, **gracias a la atención holística que proporcionan los cuidados paliativos, el 90% de las**

necesidades y síntomas provocados por la enfermedad mejoran. Concretamente, las dimensiones que se ven favorecidas en el paciente son las psicológicas (ansiedad, depresión, malestar, sufrimiento e insomnio), las sociales (capacidad de relación con las personas más cercanas, de comunicación con la familia y el entorno) y las esenciales (espiritualidad, dignidad, sensación de paz y de perdón y grado de aceptación de la enfermedad).

La labor de la familia

Una de las cosas que más preocupan a los enfermos no es tanto su propia situación sino lo que dejan atrás: sus familiares.

Buena parte de la labor de los profesionales del Hospital La Laguna está centrada en ellos. "Trabajamos con ellos la importancia de la comunicación, que tengan la

capacidad de despedirse y de hacer un repaso vital. La familia tiene mucho miedo de hablar con el paciente de su situación y van a visitarle con una sonrisa y mensajes de ánimo del tipo 'te veo mejor, seguro que te vas a poner bien' pero la realidad es que no va a ser así, de esta forma se crean unas expectativas de recuperación en el paciente que no son reales con lo que le frustramos y provocamos que sufra", afirma el psicólogo. En la misma línea se expresa María Martínez-Gil, musicoterapéuta del centro. **"El enfermo asume mejor su fin que la propia familia.** Entre ellos no hablan del tema, lo que genera una inquietud muy grande. Con la musicoterapia facilitamos un contexto en el que la gente puede hablar de sus sentimientos".

¿Cuál debe ser la labor de la familia? De acompañar al enfermo,

de darle un espacio para que también pueda expresar sus emociones, sus miedos y sus pensamientos. "La tristeza hay que vivirla, no camuflarla. Es bueno llorar, igual que es bueno reír. Lo que no podemos crear es un falso entorno de felicidad cuando el paciente tiene derecho a estar triste y a estar enfadado. Nosotros intentamos que esa emoción no sea lo único que viven. Enseñamos a manejar esos sentimientos y a hacerlo en familia. Eso une mucho más, permite al paciente desahogarse y compartir con sus seres queridos un repaso de lo que ha sido su vida y brinda la oportunidad de despedirse de ellos y de su propia existencia".

Mejor en casa

Muchas personas son muy reticentes a la hora de ingresar a algún familiar."Muchos vienen cuando ya la situación en su casa es

insostenible", explica la doctora Zuriarraín. "A quienes dudan siempre les pregunto qué significa para ellos permanecer en casa: estar en su sillón o que tú estés a su lado porque puedes hacer casa aquí. Trabajamos para que las familias se sientan mejor que en sus hogares porque no sólo estamos ayudando a su ser querido que está enfermo sino también a ellos".

Pedro está ingresado en el Hospital La Laguna por un tumor cerebral. María Vicente, su esposa, no se separa ni un momento de su lado. "Ingresar a un familiar en un sitio como este no es hacerle de menos. Al contrario, estás dándole calidad de vida, aquí le atienden a cada momento en todo lo que necesita. El cariño se lo sigo dando como en casa y, además, cuenta con el apoyo de todo el personal que trabaja aquí".

En su visita a Laguna, ZEN tuvo la oportunidad de charlar con Blanca Argota, recientemente fallecida. "Lo increíble de este sitio es que no sólo no me falta el cariño de mi familia, sino que cuento con el de todo el personal del hospital. La labor de los voluntarios es incalculable". **¿Qué le dirías a alguien que se encuentre en tu situación, Blanca?** "Que un abrazo vale más que cualquier medicina".

Buscar un sentido

Dejar de ser autónomo y comenzar a dar problemas a la familia es uno de los mayores miedos de nuestro tiempo. "Nos hemos convertido en una sociedad en la que le damos sentido al ser humano en función de lo que es capaz de hacer. Los objetos, incluso los animales, sí tienen un valor económico pero las personas tenemos algo más y es que nuestra propia existencia vale por sí misma",

afirma Alonso García de la Puente, psicólogo de la Obra Social La Caixa en el Hospital Centro de Cuidados Laguna. "Todos somos potencialmente dependientes. Hay que recordar que la vida es como un círculo: de la misma manera que nacemos sin poder valernos por nosotros mismos es posible que muramos de igual forma. A todos nuestros pacientes intento hacerles ver que cuando somos bebés y absolutamente dependientes nos cuidaron con todo el amor y lo mismo va a ocurrir al final de nuestra vida", afirma Yolanda Zuriarraín, médico del hospital. "El poner un buen punto final a la vida es muy bonito. Es tan importante como nacer. Ponemos mucho énfasis con los nacimientos y estamos haciendo un desequilibrio en la sociedad. Morir es igual de importante y tenemos que ayudar a que esa persona se sienta querida hasta el final, que sepa que no está

sola y que las personas que deja atrás se quedan lo mejor posible".

"Aquí hemos tenido cierres de vida preciosos", explica García de la Puente. "Muchos pacientes nos dan las gracias al final por haberles ayudado a disfrutar de sus últimos días con su familia y no dejarse llevar únicamente por el dolor".

Ana R. Carrasco

El Mundo

pdf | Documento generado automáticamente desde <https://opusdei.org/es-pe/article/creando-finales-felices/> (19/01/2026)