

Marta Viteri » Enfermera y miembro del Comité de Ética Asistencial de Araba

Brígida Argote » Enfermera, subdirectora del Área de Personas Mayores del Instituto Foral de Bienestar Social y presidenta del Comité de Ética de Intervención Social de Álava

«Debemos tratar de hablar de la muerte con naturalidad»

Las expertas Brígida Argote y Marta Viteri departirán sobre los cuidados al final de la vida

» Laura A. Izaguirre

Velar por una persona en los últimos momentos de su vida no es fácil, pero hay que tratar de hacerlo teniendo en cuenta sus deseos y necesidades. Las expertas Marta Viteri y Brígida Argote pondrán sobre la mesa la importancia de involucrar al paciente en esa toma de decisiones.

¿Por qué es importante involucrar a la persona en la decisión de estos cuidados?
Porque hay que prepararse para que cuando realice el último

viaje de la vida se haga según sus valores, deseos y preferencias. Si conocemos qué cuidados desearía recibir en esa etapa final o durante una enfermedad será más fácil respetar sus deseos si la persona no puede expresarse. Se trata de que sea protagonista de su vida y de su muerte, de darle las herramientas para que maneje su enfermedad.

¿Cómo debe hacerse?
En primer lugar, reflexionando acerca de los valores que tengo: qué es importante para mí, qué atención me gustaría recibir al final de la vida, dónde quiero que se me atienda, si quiero ser donante de órganos, cuáles son las líneas rojas que considero inaceptables... Y, a partir de ahí, comunicarlo tanto a mi entorno como a los profesionales que me van a atender en el futuro.

¿Cuál es el papel de los profesionales de la salud y los servicios sociales?

Facilitar espacios para la reflexión e información acerca de la enfermedad, el pronóstico y las opciones de tratamiento, y acompañar en las diferentes etapas, respetando las decisiones que se van tomando en base a la experiencia vital de la persona. Que esa toma de decisiones sea compartida, lo cual nos ayuda a los profesionales a aclarar aspectos sobre cuidados paliativos, sedación o eutanasia. El mejor cuidado es el que respeta los valores de la persona.

¿Qué rol deben jugar la familia y el entorno más cercano?
El rol de la familia es, sobre todo, de escucha para que la persona comparta lo que ha reflexionado y decidido para que, llegado el momento, si el paciente ha perdido la capacidad de decidir, la familia lo haga como ella hubiera deseado. Hay estudios que demuestran que, cuando la familia se implica más en los cuidados, tras el fallecimiento el



duelo es más normal y se queda más satisfecha de haber hecho las cosas de forma correcta.

¿Cómo hay que plantearse la toma de esa decisión?
Como un proceso de comunicación abierto y compartido, continuo en el tiempo y que evoluciona con la persona. La planificación anticipada de decisiones no es un documento, es un proceso que supone un acompañamiento personalizado a las personas y sus familias, con el objetivo de apoyar y acompañar en su proyecto de vida, desde el respeto a su autonomía.

¿Y cómo se afronta con un ser querido esa conversación?
No estamos acostumbrados a hablar de la muerte, pero es una



parte fundamental de la vida a la que todos vamos a llegar. Hay que tratar de hacerlo con la mayor naturalidad. Habitualmente, las personas que lo solicitan y que quieren hablar y registrarlo a través de un documento, han tenido alguna experiencia cercana que de alguna forma les ha hecho plantearse qué tipo de final no les gustaría tener. Cuando llega este momento, las personas tienen que tomar muchas decisiones en muy poco tiempo y es un momento en el que las emociones están a flor de piel. Hablar abiertamente sobre estos asuntos, aunque de primeras resulte difícil, aporta un gran alivio para la persona tras haber podido compartir sus inquietudes y deseos. Y a su entorno también.