

TESTIMONIO

Esperando a la muerte

El manifiesto de una paciente terminal que se opone a que los tratamientos médicos invadan sin piedad sus últimos días.

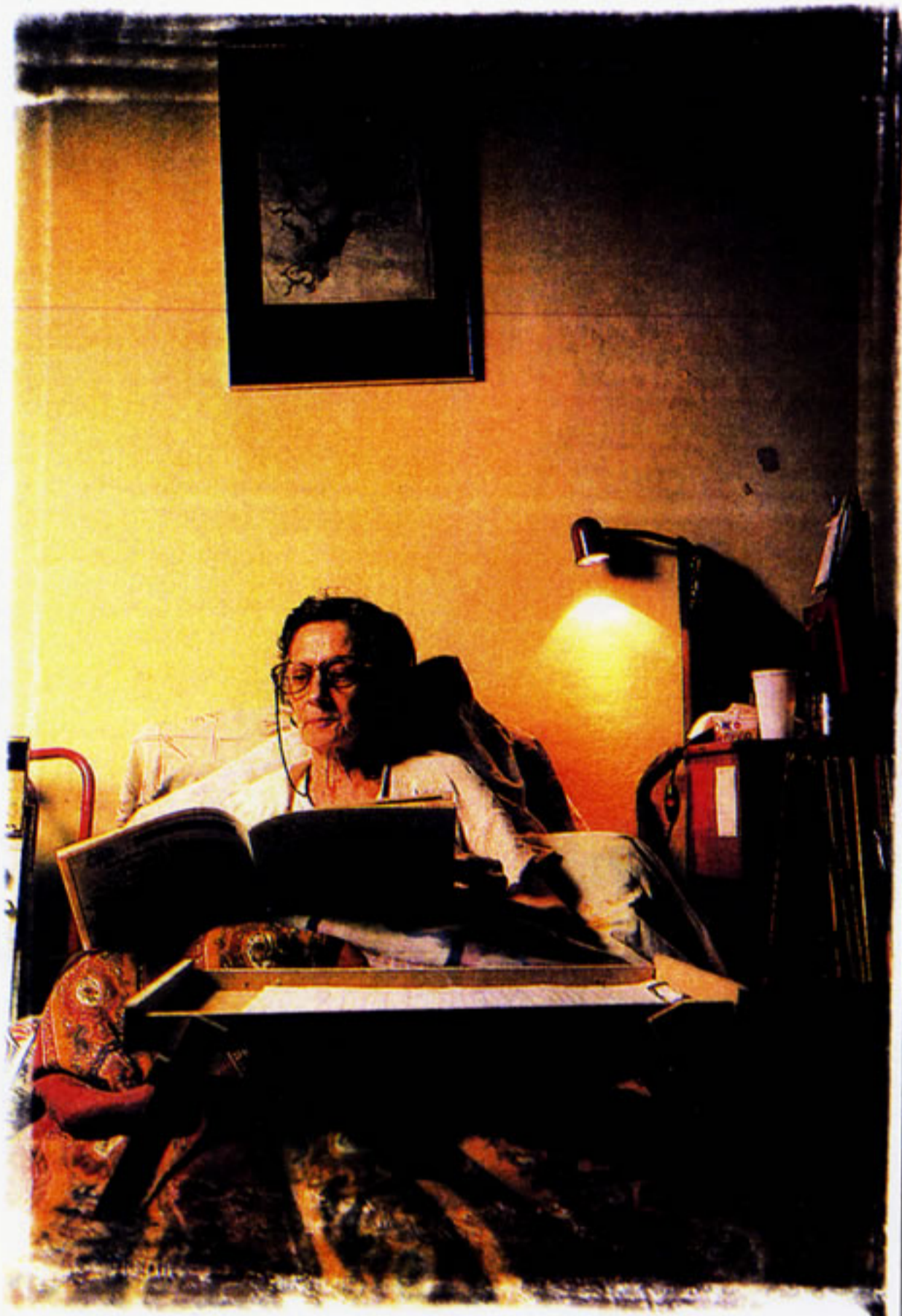
Escribe **MARÍA LAURA ROMERO ***

La muerte siempre fue un tema que me interesó mucho porque está directamente relacionada con la vida. Cuando era chica y el posmodernismo no existía, yo tenía un concepto holístico del tema. Entonces quería hablar del tema con mis amigos y mis compañeros literarios, pero salían corriendo. Hace 15 o 20 años leí un libro cuyo autor no recuerdo, que hablaba de la "buena muerte" y fue el primer contacto con alguien que pensara como yo.

Toda la vida hablé de la muerte como un hecho natural. Culturalmente tenemos un desfase entre la culpa, el miedo y la falsa creencia. Si yo creyera en Dios y supiera que me voy a morir, me entregaría. La gente tiene miedo a morir, pero es un problema cultural. Tiene que ver con la sociedad occidental. Tenemos que reflexionar sobre lo que entendemos como vida y como muerte.

En marzo del '97 aparecieron los primeros síntomas de que algo no funcionaba con mi cuerpo. Pasé por una neumóloga, un gastroenterólogo y un otorrinolaringólogo. Aparte tenía un problema de artrosis en la columna. Durante un tiempo, ningún médico me quería decir lo que tenía ni de qué me iba a morir. Hasta una de las médicas no me quiso atender porque decía que yo no era una paciente "dócil", porque le pedía que me explicara las cosas. Ella, la poderosa, la sostenedora del saber y del poder médico, ¿cómo me iba a dar explicaciones a mí? Finalmente encontré a un médico que sí quiso hablar de la muerte. "Si no me explicás bien lo que tengo, no voy a saber qué hacer, y me voy a pegar un tiro en la cabeza", le dije. Él se puso a llorar. El diagnóstico era que me quedaban seis meses de vida.

Eso fue hace cinco meses, casi en el mismo momento en que me puse en contacto con un centro de crecimiento espiritual para enfermos terminales que funciona en Palermo Viejo, la Asociación Niketana. No sé por qué, pero me encontré con ellos, cayeron justo cuando estaba sola, totalmente indefensa y sin familia, porque mis padres



EN PAZ. Es periodista y disfruta leyendo y escuchando música. Al enterarse, hizo una lista de sus amigos y determinó el orden en que les daría la noticia, y cómo lo haría.

y mi hermana menor están muertos.

Cuando entré a Niketana firmé una "Declaración de voluntad", en la cual se especifica que no quiero recibir ningún tipo de tratamiento que sólo sirva para prolongar el proceso de mi muerte. Y en especial que no quiero resucitamiento

cardíaco, respiración mecánica, alimentación por sonda ni sobredosis de medicamentos que obnubilen mi consciencia. El tratamiento sólo se limitará a las medidas necesarias para mantenerme confortable, lúcida y aliviarme el dolor. Esta declaración también la fir-

mento en que se apague mi cuerpo, me gustaría saber cómo se va a desconectar mi mente, que es lo más bello que tiene el ser humano. Saber cómo va a desarmarse lo que tengo como consciencia de lo que soy, quién es María Laura, la que yo conozco, cómo se va a ir. Quizá se convierta en chispas de energía que van a salir al universo. Esa imagen me gusta.

Esta enfermedad que tengo es la variedad más salvaje y virulenta de cáncer que puede haber. Me entrego; acepto que ésta es mi etapa final, que sea lo mejor posible, antes de tirarme por el tobogán. Adónde iré, no sé. Tengo un poquito de miedo, porque no sé qué es la muerte, pero también tengo la calma de que hasta acá pude vivir bien. Ese día, van a estar Ana María, Nacha, Tita, María... quiero que esté alguien para decirle chau. Y si no, sonreiré...

Me hubiera gustado que me enterraran en un cementerio como el de Tilcara, por ejemplo, en medio de la naturaleza, no quiero que me lleven a Chacarita, es una monstruosidad total. Como eso no puede ser, prefiero que cremen mi cuerpo y que tiren las cenizas en el Río de la Plata, alrededor de la isla Martín García.

Me gustaría que me recordaran con afecto, como a alguien que siempre ayudó a los demás. Espero que recuerden alguna palabra suelta, algún poema, algún apretón de mano. Hay gente



SIN FAMILIA. María Laura es visitada todos los días por Ana María, quien hizo un curso para ayudar a transitar este período a los demás tras la muerte de su marido.

Cuando murió mi hermana, el médico sabía que los tratamientos no le alargarían la vida, pero representaban mucha plata."

que ha dejado hijos, pero yo he dejado otras cosas... debo ser una sobreviviente de las décadas del '60 y '70, medio hippoide, bohemia, y sigo firme. Ahora siento a mi alrededor afecto, energía y calma, que me permiten sostener este dolor y elaborar todos los mambos que uno tiene con tantos años de vida.

Quiero morir bien, es una elección, y también una forma de creer en algo. ●

* PERIODISTA, 59 AÑOS, CON CÁNCER DE PULMÓN CON DIAGNÓSTICO TERMINAL.

AUTOAYUDA

EL BUEN MORIR

La muerte, propia o ajena, es una experiencia a la que todo ser humano se enfrenta. Tarde o temprano. Y aunque cueste mirarla de frente, la mayoría no se resiste a mirarla de reojo. Algunos, como los millones de lectores de "Cómo nos llega la muerte", un libro ya traducido a 17 lenguas y best seller durante 34 semanas en los Estados Unidos en el ranking de "The New York Times", buscan hacerlo en detalle.

¿Existe una mejor manera de morir? es la pregunta. A juicio de su autor, Sherwin Nuland (68), profesor de Cirugía, Bioética e Historia de la Universidad de Yale, la respuesta es sí: rodeado por los seres queridos. "Pero lo que su-

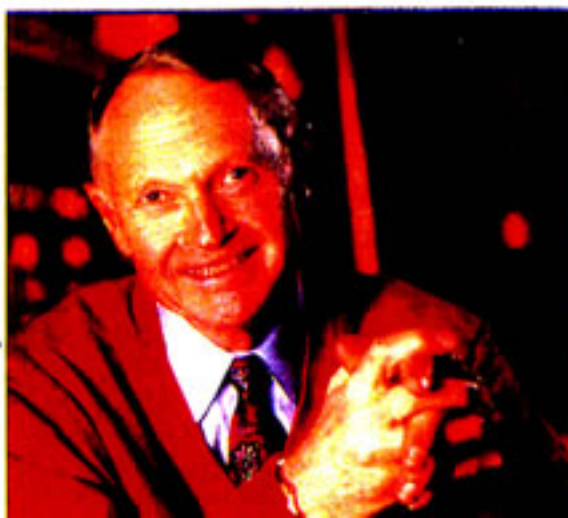


cede con más frecuencia", se lamenta, "es todo lo contrario: hoy se muere en soledad, hospitalizado y con medicación que disminuye la conciencia."

La situación, sin embargo, estaría cambiando. "En los cinco años que trascurrieron desde la primera edición del libro", comentó Nuland en la entrevista telefónica de NOTICIAS, "pude observar que la gente fue lentamente evolucionando hacia una mayor conciencia de las dificultades por las que pasa un paciente moribundo. Hoy, hay más cuidados paliativos y menos presión por mantener la vida en cualquier circunstancia."

Nuland cree que el motivo por el que mucha gente se niega a prepararse pa-

S. NULAND cree que prepararse ayuda a morir, y su libro, traducido a 17 lenguas, fue best seller en los Estados Unidos.



ra esta situación es porque cree que hacerlo le acerca la muerte. "Pero hay mucha gente que sí tiene la necesidad de indagar, son los más realistas y prácticos, y probablemente sean los que mueran mejor", postula el médico basado en la experiencia de haber tratado cotidianamente con pacientes terminales de cáncer en los últimos 30 años, y haber tenido que enfrentar varias experiencias familiares de agonía en su propia infancia.

"La gente muy religiosa no necesariamente muere en paz", recalca. "Por otra parte, hay gente sin creencias que sí lo hace. La fórmula es otra: si se vive con dignidad, se muere con dignidad, y vive con dignidad quien ha podido expresar amor a los que quiere." Nuland cree que leer su libro, en el que se describe en detalle y con rigor científico cómo es la muerte en las enfermedades más frecuentes, ayuda mucho en ese momento. "Porque se sabe qué esperar. Morir es un proceso lento para el que hay que prepararse durante toda la vida." Cree, no obstante, que no hay nada peor que saber de antemano la fecha del deceso. "Le quita toda la gracia a la vida", asegura