

La invitación que el libro nos hace es dejar el miedo, luchar por los sueños y sobre todo, amar lo que hacemos. No podemos olvidar que nuestra meta no es ser médicos, abogados o ingenieros puesto que esos son escalones: nuestra meta es ser felices todos.

## La muerte como una enseñanza de vida

*Alexandra Valencia Pérez*

Cuando se habla de la muerte, la mayoría de personas se torna triste y evita hablar del tema. Siempre me he preguntado por qué se evita hablar de muerte, cuando esta es parte fundamental de nuestro ciclo de vida. Los seres vivos, nacen, crecen, algunos se reproducen y todos mueren. “Él trabajaba y yo aprendía que ese desenlace era natural. Así comprendí que, a diferencia de mis fantasías, la vida no era infinita.” (Presman, C.2015.el arte de cuidar).

Aprender a aceptar la muerte es un proceso lento, difícil y progresivo, aunque algunos eligen ir por otro camino. A lo largo de la vida cada uno ha tenido alguna pérdida y se ha preguntado ¿Por qué? Como familiar, amigo, compañero y médico en formación, creo que se cumplen diversos roles en el proceso de pérdida de un ser querido.

Y que todos estos roles tienen en común el proceso de acompañamiento “la medicina es fundamentalmente

acompañar” (Presman, C.2015.el arte de cuidar). Porque la Medicina es una profesión de humanos para humanos. Y no se debe olvidar que por más dolorosa e incómoda que sea la situación, a veces las personas no necesitan el mejor discurso para sentirse mejor; tal vez solo requieren un hombro para llorar y desplomarse, un brazo que ayude a levantarse, un abrazo que reconforte y sostenga las veces que se irá a desfallecer durante el duelo. “Al borde del llanto, él me preguntó: ¿y no me vas a dar un abrazo?” (Presman, C.2015.el arte de cuidar).

No debemos olvidar que los pacientes y sus familiares son seres humanos y a veces lo que no se puede decir con las palabras es mejor expresarlo con acciones. “El enemigo no es la muerte, sino el sufrimiento” (Presman, C.2015. El arte de cuidar). Esta frase me permite comprender un poco por qué se evita hablar de la muerte o por qué en un escenario que la implique, la atmosfera cambia. Es porque duele. Y a nadie le gusta sufrir la pérdida de un ser querido.

Si alguien ha pasado hace poco por este duelo, debe saber que no es fácil, y que con el tiempo se puede sobrellevar mejor. Como dicen las personas mayores: para todo hay tiempo y hay diversos tiempos “Tiempo de vivir y tiempo de morir...Podemos vivir muriendo o morir viviendo” (Presman, C.2015. El arte de cuidar).

En todo caso, en la medicina, curar no siempre implica erradicar una enfermedad sino estar allí presentes, para el paciente y sus familiares, “el arte de curar se trata del arte de cuidar.” (Presman, C.2015. El arte de cuidar).

Posdata: Quiero agradecerte profundamente, porque me permitiste ver más allá del concepto teórico del duelo y adquirí herramientas fundamentales para mis futuros pacientes y sus familias. Te confieso que fue una experiencia implacable, que me hizo sentir más cercana al duelo, y no huir de él.