



*Cuando se acerca el final de la vida y la mente conserva algo de lucidez, hay emociones que invaden al paciente*

Hay una doctora en la facultad de medicina de la **Universidad de Stanford**, [VJ Periyakoil](#) que se dedica a la investigación sobre los **cuidados paliativos** y, entre otros recursos, ha creado un cursillo destinado a la formación de personal geriátrico que ofrece individualizadamente según el origen étnico de los pacientes ([aquí](#) podéis echar un vistazo al programa del cursillo destinado a pacientes latinoamericanos, y [aquí](#) podéis ver la página web).

También vale la pena leer [este clarificador artículo](#) sobre **las diferencias entre cuidados paliativos y eutanasia**. Para el doctor **Marcos Gómez Sancho**, fundador de la [Sociedad Española de Cuidados Paliativos \(SECPAL\)](#) la sedación y la eutanasia **están separadas por una “raya muy fina”**, pero **cuando la muerte de un paciente llega “aceptarla, permitirle o aligerarla constituyen una buena práctica médica”**, no así provocarla, porque entonces se estaría hablando de eutanasia.

Lo que me ha parecido muy original y certero es el **Proyecto Stanford Carta a los familiares y amigos**, que forma parte del trabajo de la doctora Periyakoil. Como es bien sabido, cuando se acerca el final de

la vida y la mente conserva algo de lucidez, **hay emociones que invaden al paciente**, como recoge este [artículo](#) del *New York Times*:

*“La emoción más común que (los ancianos) expresan es **arrepentimiento**: por no haberse tomado nunca el tiempo de enmendar esa amistad rota; por no haberles dicho nunca a sus familiares y amigos lo importantes que eran para él o ella; porque sus hijos los vayan a recordar como esa madre hipercrítica o ese padre autoritario”.*

De ahí que, como medida para evitar esa emoción tan negativa, algunos voluntarios se presentan en hospitales, geriátricos, residencias o casas particulares y **animen a las personas mayores a que dejen por escrito lo que quieren realmente que sus seres queridos sepan cuando ya no estén**, lo que de verdad importa, y que tantas veces se queda en el tintero, a veces simplemente por muertes instantáneas e inesperadas:

*“Todos afrontaremos el final de la vida algún día. No es una tarea fácil pensar en la propia muerte ni llevar a cabo algunas tareas básicas como preparación. Sin embargo, el precio emocional, físico y financiero de no hacerlo puede ser exorbitantemente alto. Aquellos que no documentan claramente sus deseos y preferencias sobre los cuidados que desean recibir al final de sus vidas a menudo se ven inmersos en tratamientos médicos inútiles que no han pedido y que no suponen el más mínimo beneficio. Sus familias se ven agobiadas por abultadas facturas médicas por esos tratamientos inoperantes que muchos pacientes reciben al final de sus vidas. De hecho, un importante estudio demuestra que un 62% de las personas que se arruinan lo hacen por causa de gastos médicos. Más del 75% de ellos tenían alguna forma de seguro médico, lo que significa que tener un seguro de estas características no te libra de la ruina en caso de gastos médicos”.*

Si bien en Estados Unidos hay una gran mayoría de personas que evitan hablar y prepararse para la última etapa de la vida, en nuestro país hay, por el contrario, gran número de asegurados para esos gastos últimos, lo referente al sepelio, funeral, traslados, etc. En concreto, **uno de cada dos españoles tiene un seguro de decesos**, según se desprende de esta estadística que podéis consultar [aquí](#).

Pero dejemos la cuestión económica, y volvamos del **lado humano** de este proyecto pionero. El *Proyecto Stanford* cuenta incluso con una serie de herramientas gratuitas disponibles *online*, entre las que destaca una **plantilla** para descargarse y poder orientar esas cartas. Podéis leer una de esas plantillas en español [aquí](#). En esta carta, la persona puede comunicar **7 mensajes importantes** que muchas veces quedan sin decir: **Reconocimiento** de personas en su vida; recordar **momentos claves**, **pedir perdón**; **perdonar a los demás**; decir **gracias**; decir **te**

## Últimas cartas con lo que de verdad importa: Paliativos humanizados

Publicado: Martes, 22 Noviembre 2016 01:13

Escrito por Nuria Chinchilla

---

**quiero;** y decir **adiós**. A continuación os dejo un vídeo donde podéis ver a algunas de estas personas, muchas con gran emoción, cumpliendo alguno de esos mensajes.

**Nuria Chinchilla, en [blog.iese.edu](http://blog.iese.edu).**