

UNIVERSO MÉMORA

Consejos y buenas prácticas para potenciar la confidencialidad: el derecho al secreto médico



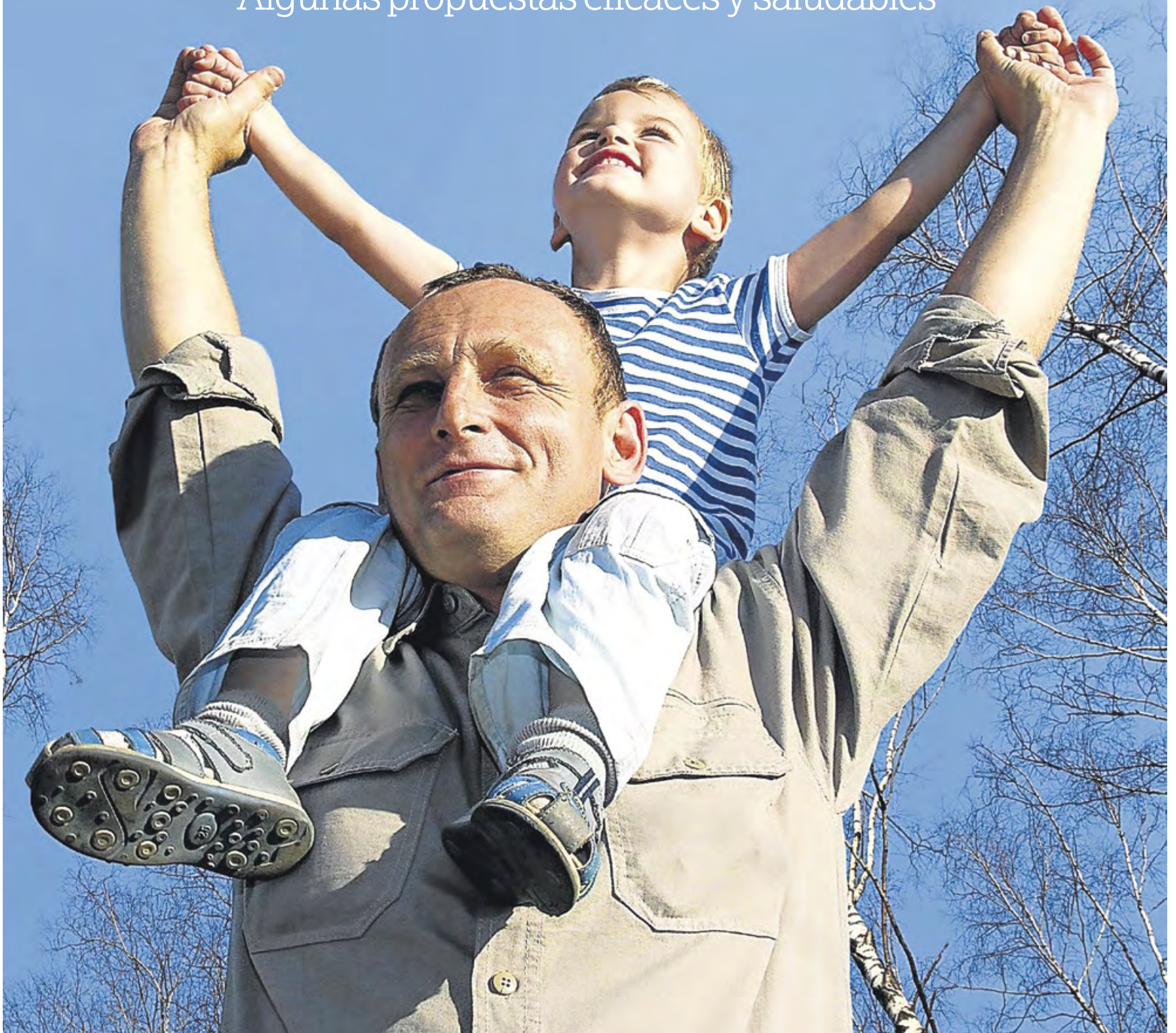
Afrontar la vida como una aventura es el secreto para vivir en plenitud de facultades los días que nos quedan



Las defunciones en el extranjero requieren de una perfecta actuación en el momento de la repatriación

Vivir con plena consciencia

Algunas propuestas eficaces y saludables





EDITORIAL

LA CONCIENCIA DE VIVIR EN PLENITUD

La vida tiene que ser afrontada como una aventura

En lo que dura la vida, todos estamos presentes, pero no siempre somos. Ponemos el piloto automático y vemos pasar los días pensando que ya llegará el momento de vivir en plenitud. Pero ese momento no siempre llega, y cuando sabemos que el fin se acerca, lamentamos todo aquello que no hicimos. Van Gogh afirmaba que había que conservar algo del carácter original de Robison Crusoe. Por su parte, Alejandro Casona sugería la necesidad de estar bo-

rrachos de juventud. En definitiva, afrontar el paso de los días como el regalo que es la vida: vivir con plena conciencia.

En el presente monográfico, Francesc Torralba nos habla de la importancia de las cuatro conciencias: la existencial, saber qué estamos; la esencial, saber quién somos; la ética, saber cuáles son nuestros actos; y la global, saber nuestra posición en el mundo. Porque la conciencia de una vida plena puede estar en el prójimo, como demuestra el trabajo en comunidad que

hacen los Espacios de Apoyo, y que queda ejemplificado en la entrevista que hemos realizado a Mar Diéguez y Roser Padrós. Pero también puede estar en nosotros mismos como muestra el taller del duelo por pérdida de salud de Lola Cabrera: adaptarse es vital para aprovechar la infinidad de oportunidades que la vida nos ofrece.

Porque al final, la mayor satisfacción es poderse marchar de este mundo con la certeza de haber disfrutado de una vida bien exprimida.

BUENAS PRÁCTICAS

Lluís Muñoz Pandiella || MONOGRÁFICOS



INDICACIONES PARA UNA DEDICACIÓN RESPONSABLE

Potenciar la confidencialidad



La confidencialidad está presente en todas las relaciones interpersonales donde se comparta una información que la persona implicada considere de carácter personal, incluyendo todo lo que se hace o se dice en confianza. En la práctica nos obliga a que las informaciones

personales no sean reveladas a terceros, manteniendo la reserva de lo hecho o lo dicho. La confidencialidad se convierte en una obligación para la persona que está comprometida en prestar ayuda a otros seres. A continuación cinco propuestas para conseguirla:

www.seegg.es

CONSEJOS

1 Derecho

El personal que cuida tiene el deber de mantener el sigilo y el secreto profesional de la enfermedad.

2 Salvaguardar

Se ha de respetar la intimidad y dignidad de la persona y, al mismo tiempo, favorecer su calidad de vida.

3 Evitar

No se han de transmitir informaciones o divulgaciones importantes en entornos ajenos.

4 Impedir

Se ha de controlar la colocación de información relativa a los pacientes en lugares visibles del centro.

5 Prudencia

Es el criterio prevalente a la hora de transmitir información tanto en cantidad como en calidad.



MAR DIÉGUEZ / ROSER PADRÓS

TRABAJADORA SOCIAL DEL ESPACIO DE APOYO DE L'HOSPITALET Y USUARIA DEL CENTRO

“El final de la vida debe trabajarse en red”

El Espacio de Apoyo de L'Hospitalet de Grupo Mémora fortalece el tejido social

Lluís Muñoz Pandiella | MONOGRÁFICOS

La modernidad tiene efectos secundarios; como la desconexión en los núcleos urbanos entre los diferentes individuos. Cada vez más solos, esta alienación afecta incluso a la muerte. Una red vecinal creada desde abajo permitirá abordar el final de la vida con mayor naturalidad y ayudará a que las personas se sientan acompañadas en el duelo. Grupo Mémora trabaja en este sentido desde sus Espacios de Apoyo, y personas como Roser Padrós se erigen como héroes anónimos con la ardua misión de humanizar una sociedad donde lo individual prevalece sobre lo colectivo. Hablamos con ella, y con Mar Diéguez, trabajadora social del Espacio de Apoyo de L'Hospitalet de Llobregat.

-¿En qué consiste la labor de un Espacio de Apoyo?

-M.D: En ofrecer un espacio donde se pueda hablar de todo aquello que concierne al final de la vida. Tenemos grupos de acompañamiento al duelo, hacemos acciones formativas y sensibilizadoras a profesionales que trabajan alrededor de estos procesos, y estamos disponibles para conversar personalmente con todas aquellas personas que lo necesiten o estén interesadas en todo lo que tenga que ver con la muerte y los procesos finales de vida.

-¿Qué supone para la comunidad de L'Hospitalet contar con esta iniciativa?

-M.D: Para nosotros es muy importante crear una complicidad con toda la red de entidades, profesionales, comercios y vecinos, porque generalmente la muerte se vive con miedo, se le da la espalda y cuando llega no estamos preparados. Entonces, como sabemos que son temas sensibles, necesitamos de la colaboración y confianza de toda la comunidad para poder detectar casos y abordar conjuntamente este apoyo tan necesario. Creemos que no se puede trabajar el final de la vida de otra forma que no sea en red.

-¿Cómo conoce el Espacio de Apoyo de L'Hospitalet?

-R.P: Soy de L'Hospitalet, y me considero una persona curiosa. Entonces, cuando inauguraron este espacio decidí

entrar a informarme. Asistí desde la primera conferencia que hicieron en Can Riera, y después de dos años sigo viniendo y colaborando. No estaba pasando por ningún duelo, pero creo que una iniciativa así es una gran aportación para la sociedad, y además, me está aportando mucha riqueza personal.

-M.D: Roser es el ejemplo perfecto de lo que necesitamos para tejer la red comunitaria. Es dinámica, tiene contacto con el barrio, y su actitud abierta y proactiva hace que mucha gente se acerque a ella. Además, cuando detecta algún caso nos lo deriva. Crear la red de apoyo desde abajo es uno de nuestros objetivos.

-¿Se está perdiendo la implicación de la comunidad?

-R.P: Recuerdo que de niña era muy diferente. Yo vivía en el centro de L'Hospitalet pero no dejaba de ser un pueblo con una gran colaboración vecinal. Hoy el área metropolitana ha crecido y nos hemos distanciado, y hay veces que ni te enteras cuando fallece alguien conocido. Desde el Espacio de Apoyo se ayuda a recuperar esa fraternidad y, por eso, valoro tanto la voluntad de procurar un reencuentro con los vecinos.

-M.D: De eso se trata, de volver al modelo de antes, de rescatar el gran peso y el valor que tenía la comunidad en esos momentos y que en grandes ciudades se ha ido perdiendo. Por eso voluntarios como Roser son muy importantes para nosotros, porque ella cree en lo que hacemos y cuando una persona difunde y se vincula con tu proyecto quiere decir que lo estás haciendo bien en un tema que suele estar escondido.

-¿Por qué existe en la sociedad ese temor a la muerte?

-R.P: La palabra asusta; la muerte es una asignatura que nadie te ha enseñado. Se intenta tapar, y sobre todo a los niños, donde debería empezar la pedagogía. La muerte es un tabú que es un engaño, porque existe, y desde que nacemos estamos muriendo. Y a veces, la propia vida es incluso más dura que la muerte.

-M.D: Como dice Roser, la muerte es tan natural como vivir. A menudo ves gente morir sola, da miedo acompañar en ese final y, sin embargo, habría que darle



MARTA JORDI

Comunidad. Mar y Roser coinciden en la necesidad de implicar a todos los agentes para normalizar la muerte.

SABER MÁS

Espacios de apoyo

► Los Espacios de Apoyo son una iniciativa de Grupo Mémora que consiste en puntos de encuentro para familias y profesionales en los que tratar todo lo relacionado con el proceso de final de la vida. Cuentan con una trabajadora social y ofrecen acompañamiento al duelo con grupos de apoyo, asesoramiento sobre servicios y productos funerarios, talleres y una biblioteca especializada.

En la actualidad, Mémora dispone de dos en la provincia de Barcelona: en Nou Barris-Horta y en L'Hospitalet. Otro en Girona y también uno en Logroño. El objetivo de estos espacios es acercarse a las personas y dar apoyo a las familias que requieren ayuda en el duelo, y a los profesionales que conviven con la muerte en su día a día.

mucho más valor. Es importante para todos poder despedirse bien, para el que se va y para el que se queda.

-¿Cómo hacer pedagogía?

-M.D: Abordamos el campo emocional, y situamos las emociones negativas que aparecen ante situaciones dolorosas como algo que también forma parte de la vida. Estamos orientados a vivir con satisfacción constante: no sufras, todo es éxito, consume, nunca pierdas... Nosotros queremos transmitir que la vida no es solo lo bueno, lo es todo. A lo largo de nuestra vida habrá situaciones vitales que implicarán dolor y hay que tomar conciencia de ellas para poder afrontarlas mejor.

-¿Por qué recomienda el Espacio de Apoyo?

-R.P: Porque el trabajo que se hace es muy necesario para superar estos momentos. Ofrecen una gran ayuda psicológica; saben cómo enfocar el tema en función de cada persona. Muchas de las personas que han venido por mi recomendación, me lo agradecen. Cuando la gente tiene un problema o sufre una pérdida, a menudo el entorno no sabe cómo dar su apoyo. Aquí encuentras profesionales formadas que te saben ayudar y te hacen reflexionar sobre cómo darlo tú.

-M.D: La gente tiene muchas dudas y miedos sobre los procesos finales de vida pero les cuesta plantearlos y hablar sobre

un tema tan estigmatizado. Por eso, conseguir que haya personas que vengan a las charlas y nos escuchen es un éxito. Necesitamos que personas como Roser nos ayuden a crear tejido social y que, de este modo, sea más fácil que las personas que necesitan ayuda no duden en acudir a nosotros.

-¿Cómo ha evolucionado el Espacio de Apoyo en estos dos años?

-R.P: Cuando se inauguró el Espacio de Apoyo venían pocas personas, pero a base de constancia, y del gran interés que ponen los trabajadores en promocionarlo, en dos años ha cambiado mucho, y en cualquier actividad que organizan hay una gran afluencia.

-M.D: Estamos contentos porque es un trabajo retroactivo. A medida que avanza el proyecto, y vemos las demandas y necesidades de nuestros usuarios, nosotros nos vamos adaptando. Por ejemplo, estamos empezando a incluir en nuestros planes abordar el duelo de hechos como la muerte de un animal de compañía, o la pérdida de un hijo antes de un nacimiento. Son duelos no autorizados, pero nos hemos encontrado que las personas que lo sufren, también necesitan un espacio donde sentirse acompañados. De esta forma, avanzamos juntos, y gracias a la relación que hemos tejido socialmente, vamos co-creando entre todos. ★

LA EXISTENCIA MARCADA POR EL FINAL

“Vivimos de forma mecánica hasta que el reloj se detiene”

Vivir en plena consciencia es vivir; vivir sin ella es morir sin haber vivido. Saber que existimos, quiénes somos, nuestra responsabilidad y el papel que desempeñamos son claves para un óptimo paso por el mundo

La palabra consciencia se ha utilizado recurrentemente en los últimos años. El hecho de vivir en consciencia es posible para todos los seres humanos, aunque no quiere decir que se haga en todas las fases de la vida: solo en momentos, y a propósito de algunas circunstancias. Pero lo cierto es que podríamos vivir mucho más conscientes y, de este modo, cualquier actividad la haríamos doblemente vivos.

Partimos del supuesto de que lo que genera que vivamos con más consciencia es el pensamiento del límite de la muerte. El hecho de que haya un límite te despierta y te activa a vivir en plena consciencia. Heráclito distinguía entre los despiertos y los dormidos. ¿Qué es lo que te despierta de golpe? Que la persona que quieres se vaya; pensar que te vas, que no vas a poder estar siempre. Y así se pone en valor la vida.

El límite de la muerte hace pasar del vivir inconsciente al consciente. Este pensamiento suscita dos estados de ánimo: San Agustín consideraba que al pensar en la muerte nos entristecemos y por eso la rechazamos. Por otra parte, Kierkegaard decía que el pensamiento de la muerte es un estímulo a vivir en plenitud el tiempo que se te da. No tenemos derecho a desperdiciar ningún segundo, se han de vivir todos con intensidad. De esta cuestión, surge un nuevo debate: ¿qué quiere decir vivir con intensidad? ¿qué es vivir en plena consciencia? De entrada, significa vivir la vida no como una repetición mecánica, sino como una aventura. Se vive mecánicamente hasta que el reloj se para, y entonces uno se da cuenta de que no ha vivido.

Consciencia es una palabra clave en filosofía. Muchos autores han hablado, pero cada uno le ha dado su propio significado. Proviene del latín *cum sentia*, con ciencia o conocimiento. Vivir en pleno conocimiento. Muchas veces estamos en lugares de cuerpo presente, pero nuestra alma no está. Cuando el alma está, es cuando no hay nada más en el mundo que ese momento. Es

LAS CLAVES

► **El límite de la muerte te despierta, te activa a vivir en plenitud y a poner en valor la vida**

► **La adquisición de la plena consciencia invita a afrontar la vida como una aventura**

► **El conocimiento es necesario para descubrir nuestra existencia y la relación con el todo**

necesario distinguir entre cuatro tipos de consciencia: existencial, esencial, ética y global.

EXISTENCIAL. Existe un primer tipo de consciencia, la existencial. El hecho de saber que estoy. El ser humano es el único ser vivo que está y puede saber que está. De niño hay un día en que nos damos cuenta de que no somos la prolongación de nuestra madre. Es difícil identificar cuándo se descubre, pero sí que sabemos que no se descubre al nacer. Este descubrimiento se bifurca en dos más: la consciencia de que antes no estábamos, y la consciencia de que no estaremos. Y lo sabemos todos los seres humanos, incluso los que no han leído un libro o no han entrado en un aula, porque la experiencia nos lo demuestra. La consciencia existencial nos lleva a vivir de otra forma: no has estado ni estarás, disfruta.

ESENCIAL. La segunda forma de consciencia es la esencial. ¿Quién soy? Es diferente saber que estoy a saber quién soy. Sé que estoy, pero desconozco mis límites, posibilidades o misiones. Es un proceso que se adquiere narrativamente: un niño de 5 años, se dibujará; un adolescente de 12, se describirá mediante un texto; con 18 años, lo hará con más complejidad; con 40, dirá que en una hoja no tiene espacio suficiente, y se dará cuenta de que ha vivido una representación, y que él es muy diferente a lo que los otros piensan que es, y querrá deconstruir esa representación para descubrir quién es. Esa consciencia de quién soy se hace evidente en la adolescencia porque emerge la consciencia de lo esencial. Yo soy yo, y no soy mis padres, y marco fronteras con ellos en mi identificación reactiva: no soy la prolongación de los genes de mi padre, como decía Kundera. Sin embargo, llegar a saber quién eres dura toda la vida.

ÉTICA. La tercera forma es la consciencia ética. La consciencia tiene muchas connotaciones éticas: actuar en cons-



ciencia es actuar con intencionalidad. Es una palabra que va muy relacionada con la responsabilidad, porque podemos hacer actos voluntarios: vivir en consciencia es vivir libremente; actuar en consciencia es actuar asumiendo las consecuencias de los actos. Al mismo tiempo, la consciencia ética quiere decir que no estamos solos en el gran teatro del mundo: me doy cuenta de que en el planeta hay otros seres humanos, y he de limitar mis acciones para que los otros también puedan vivir libremente. Es la base de la civilización.

Al mismo tiempo, dentro de la ética estamos viviendo una transición de la noción de consumo responsable al consumo consciente. La mayoría del consumo hoy es inconsciente: sin saber el cómo, ni el dónde, ni lo que ha implicado la producción de un bien de consumo.

Pero está emergiendo el consumo consciente que consiste en cuestionarse antes de consumir: dónde se ha hecho el producto, si se ha contaminado, si se ha explotado a alguien, etcétera. Esto genera que el productor tenga que cuidar la producción. Si consumimos sin consciencia ética, legitimamos una

producción deshonestas. Tenemos más poder del que parece.

GLOBAL. Por último, hay una consciencia muy desarrollada entre 1990 y 2015. Es la consciencia de lo global, entender el mundo como una red interdependiente. Consiste en darnos cuenta de que somos seres que no viven aislados. Si alguien quiere estirar un nudo en una red, toda la red se moverá. Formamos parte de un todo, y tanto lo que hago como lo que no hago afecta a ese todo. Ecológicamente, económicamente, o socialmente lo que ciertos países puedan hacer, va a afectar en todos los demás. Todos somos corresponsables de lo que pasa. Nuestros actos tienen incidencia en el camino inmediato, pero también en los lejanos. Y tiene una incidencia en los que vendrán. De ahí también surge una nueva ética: la ética de las generaciones futuras. Lo que hagamos hoy, afectará a los que vengan mañana. ★

Francesc Torralba

Catedrático de Ética en la Univesitat Ramon Llull y miembro del Consejo Asesor del Grupo Mémora



Filosofía. Francesc Torralba, catedrático de Ética en la URL y miembro del Consejo Asesor de Grupo Mémora.

REFLEXIONES

“La muerte: el genuino fin último de nuestra vida”

POR **Fernando Argenta**

► “Mozart escribió una última carta a su padre cuando este se encontraba ya enfermo de muerte, y en ella intenta serenar su espíritu contándole su propio pensamiento al respecto: ‘Siento la muerte, entendida en su verdadero sentido, el genuino fin último de nuestra vida. Hace ya un par de años que vengo familiarizándome con esta auténtica y óptima amiga del hombre, hasta el punto de que hoy su imagen no tiene ya para mí nada de espantoso y me infunde más bien una gran tranquilidad y extraordinario consuelo. Y doy gracias a Dios por haberme concedido la gracia de saber descu-

brir en ella la llave de nuestra real felicidad. No me voy nunca a la cama sin pensar que, no obstante ser todavía joven, podía tal vez no ver el día de mañana. Y, sin embargo, nadie de cuantos me conocen podrá decir que, en mi trato, sea yo triste o de mal humor. Por esa serenidad de espíritu, que deseo de todo corazón a mis semejantes, doy gracias a diario a mi creador”.

Fernando Argenta (1945-2013) fue un periodista, músico y presentador de radio y televisión. Hijo del director de orquesta Ataulfo Argenta, cursó estudios superiores de música en el Real Conser-

vatorio Superior de Música de Madrid. Presentó programas en RNE (Radio Nacional de España) y dirigió Radio 3 y Radio 1. Además, condujo el programa *El Concierto* en TVE y fue comentarista del Festival de Eurovisión Junior, siendo un gran difusor de la música clásica entre los niños.

Recibió todo tipo de premios entre los que destaca la Medalla de Oro al Mérito en las Bellas Artes, y fue miembro habitual del jurado de los Premios Príncipe de Asturias de las Artes.



¿Sabías que...?



...El Día de los Muertos...

► ... de México es patrimonio cultural inmaterial de la humanidad por la Unesco? La festividad se celebra entre los días 1 y 2 de noviembre y tiene como origen las celebraciones indígenas de la época precolombina. Los mexicanos creen que el alma vuelve durante estos días, así que para recibirlos se preparan altares en el interior de las casas donde se incluyen todos aquellos objetos, comidas y bebidas favoritas del difunto. Además, la noche del 1 al 2 de noviembre, las familias acuden a los cementerios donde decoran las tumbas y disponen cirios para iluminar el camino de las almas. Durante la noche, permanecen entre cantos y rezos suplicando que los muertos descanse.

► Grupo Mémora incorpora la grabación y emisión en directo de la ceremonia de despedida.

...El funeral de Michael Jackson...

► ... fue uno de los más multitudinarios de la historia? Se estima que 1,6 millones de personas entraron en un sorteo para ganar una de las 17.500 entradas disponibles para la ceremonia de despedida del rey *del pop*. Las entradas llegaron a venderse por internet por más de 10.000 dólares, fue emitido por las principales cadenas estadounidenses, y actuaron Stevie Wonder, Mariah Carey o Usher. La policía tuvo que cerrar las calles y sugerir a la gente que lo viese en casa, pero a pesar de los esfuerzos, se cree que unas 100.000 personas acudieron a la célebre despedida.

► El cementerio de Loughcrew, en Irlanda, es el más antiguo del mundo, con tumbas datadas entre 3.500 y 3.300 años a.C.

...El perro negro...

► ... es un presagio de muerte en el folclore británico? El animal es descrito como un espectro nocturno, físicamente más grande que un perro y a menudo con grandes y brillantes ojos. Están considerados como malévolos e incluso perjudiciales, y son un augurio de muerte asociado con el diablo. En los libros de Harry Potter, el perro negro es conocido como Grim, y en el libro es considerado un presagio de muerte (tiene la fama de provocar el fallecimiento de la persona que se encuentre con él).

► Grupo Mémora permite enviar las cenizas del fallecido a la estratosfera en un globo.

...Dos santos...

► ... reposan en los cementerios de Barcelona? El más popular es Francesc Canals, conocido como el *santet del Poblenou*, un joven que murió a los 22 años, y del que se dice que, para obtener un favor, hay que escribir un deseo, introducir el papel por la ranura del cristal que protege su nicho, rezar una oración y marcharse de allí por la derecha sin mirar atrás.

Por su parte, en el cementerio de Sant Andreu, se encuentra Francesc Pla, muerto de pena con 25 años porque las autoridades eclesíásticas le denegaron el sacerdocio por las prácticas espiritistas de su madre. En su tumba se siguen amontonando flores y objetos de devotos que esperan su favor.



MARTA JORDI

En común. Taller sobre cómo afrontar la pérdida de la salud en uno de los Espacios de Apoyo de Memoria.

Un taller sobre el duelo por pérdida de salud

En su compromiso, Grupo Mémora ofrece charlas en sus Espacios de Apoyo para ayudar a las personas condicionadas por una enfermedad

Lluís Muñoz Pandiella | MONOGRÁFICOS

Nadie está preparado para la pérdida de facultades. Por desgracia, en ocasiones la llegada de una enfermedad trastoca el mundo conocido que la persona afectada había vivido hasta el momento, y deberá empezar una adaptación que requiere de tiempo y ayuda. Para aportar su grano de arena a las problemáticas de los ciudadanos, Grupo Mémora ofrece en sus Espacios de Apoyo un taller sobre el duelo ante la pérdida de salud.

La ponente es Lola Cabrera, psicóloga con una larga trayectoria en el acompañamiento al duelo, quien conoce de cerca las consecuencias que trae la aparición de una enfermedad: "Es un nuevo estado que supone algún tipo de limitación en las actividades de la vida cotidiana durante un periodo de tiempo más o menos extenso. Cuando hablamos de enfermedades crónicas o enfermedades graves avanzadas encontramos trabas que se dan en diferentes ámbitos de nuestra vida y que, además, van a mantenerse y/o agravarse con el paso del tiempo".

EL RETO. Sin duda, se trata de una nueva situación que va a condicionar la vida del afectado. Aceptar la enfermedad también va a suponer un reto: "Todo aquello que perdemos como consecuencia de la enfermedad, sea la capacidad de movimiento, la agilidad, la visión o cualquier aspecto

SALUD

Asistentes habituales

► El perfil habitual de los asistentes a este taller suelen ser mujeres de entre 60 y 75 años, demostrando la mayor preocupación que tiene el sector femenino por los temas de salud.

Las personas interesadas acostumbran a encontrarse en un proceso de pérdida de salud puntual, como puede ser el recién diagnóstico de una enfermedad oncológica o una lesión de larga duración, pero son situaciones que duran un tiempo y tienen fecha de recuperación.

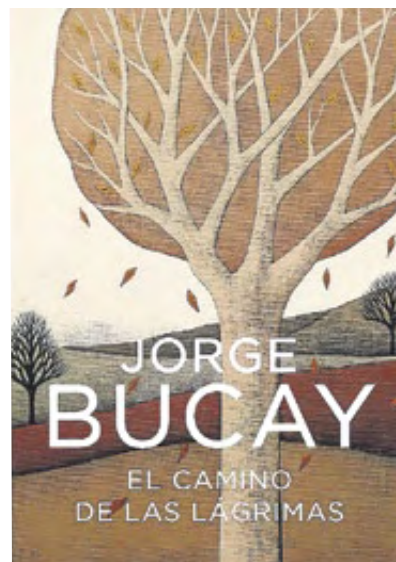
Por otra parte, asisten personas que viven con una enfermedad crónica. Seguramente el ejemplo más claro son los afectados por fibromialgia: una enfermedad silenciosa y no reconocida que provoca que sus dolores y su duelo no existan en la sociedad. Por último, hay un tercer grupo importante, aquellos que ante la llegada de la vejez viven un duelo constante por el deterioro progresivo e irreversible de sus facultades.

de la salud, provoca un desequilibrio emocional al que cada persona se enfrenta de una manera única", apunta Lola Cabrera. Es frecuente quedarse sólo en la raíz del problema, y pensar que la única consecuencia para el paciente va a ser la pérdida de salud, sin embargo, siempre hay daños colaterales: "A la enfermedad se le van a unir pérdidas de vida social, de vida laboral, de actividades de la vida cotidiana e incluso de identidad, y esto va a traer consigo sentimientos de soledad, de incomprensión, de incapacidad, de inseguridad, de baja autoestima... E igual que la salud física deben de ser atendidos de la misma forma", sentencia Lola Cabrera.

La vida continúa, y aquellos que sufren una enfermedad tendrán que adaptarse a su nueva condición. Para ello, es vital superar el duelo: "Llegar a aceptar la enfermedad supone transitar por una serie de etapas que van generalmente desde la negación de la realidad, «no puede ser», pasando por un torbellino de emociones como la rabia, «por qué a mí», el miedo, «cómo va a ser mi vida ahora», la tristeza, «ya no será como antes», hasta llegar a la aceptación. Quienes llegan a la culminación de estas etapas llegan a aceptar la realidad que les toca vivir, asumiendo su responsabilidad para realizar cambios y adaptando sus proyectos e ilusiones a la nueva realidad o, bien, creando otros nuevos que les permitan seguir adelante", concluye Lola Cabrera. ★

RECOMENDACIONES

POR L.M.P.



'El camino de las lágrimas'

Jorge Bucay
ED. DEBOLSILLO, 2002
8,50 €

LITERATURA

El dolor para comprender

► En la presente obra, Jorge Bucay afronta una de las situaciones más complejas y delicadas de la experiencia humana: la pérdida de un ser querido. Con su habitual claridad expositiva, valiéndose de múltiples historias y ejemplos, nos enseña que el duelo y la pérdida forman parte del desarrollo personal. Estas páginas invitan a reflexionar sobre las distintas etapas que conlleva la pérdida, sobre la necesidad de enfrentarnos a la realidad, de adoptar una actitud positiva, tratando de hallar el lado enriquecedor del duelo: la pérdida y el dolor como parte imprescindible de nuestra comprensión del mundo, nuestro crecimiento, nuestra evolución.

LITERATURA

Aprender a vivir la vida

► Este libro nos muestra la vida tal y como es: en ocasiones llena de alegría y esperanza, y en otras, llena de tristezas y preocupaciones. Es una forma de enseñar al niño (y al adulto) que la frustración es un hecho natural que se ha de aceptar y con la que se puede aprender a convivir. Explica, también, que no todo lo que queremos se puede conseguir y que la vida, cada día, nos da muchos regalos que se han de saber valorar, que toda la vida está llena de buenos y malos momentos y que se ha de tener una actitud positiva ante lo que nos sucede, ya que, inevitablemente, todo puede pasar y dependiendo de cómo lo asumamos, tendremos un aprendizaje u otro.



'Así es la vida'

Ana-Luisa Ramírez
ED. DIÁLOGO, 2005
13,90 €

CINE

Poder seguir siendo Alice

► Alice Howland está orgullosa de la vida que tanto esfuerzo le ha costado construir. A los cincuenta, es profesora de psicología cognitiva en Harvard y una experta lingüista de fama mundial, con un marido exitoso y tres hijos adultos. Cuando empieza a sentirse desorientada, un trágico diagnóstico cambia su vida, al tiempo que su relación con su familia y con el mundo, para siempre. Con elegancia y delicadeza, la autora nos acerca a los sentimientos de quienes padecen Alzheimer y sus familias. Julianne Moore fue premiada con el Oscar a la mejor actriz principal, en una película que muestra la dureza de una enfermedad presente en el día a día.



Siempre Alice Richard Glatzer, Wash Westmoreland

Julianne Moore, Alec Baldwin, Kristen Stewart. 101 min. 2014

Morir en el extranjero

Un mundo cada vez más global supone ventajas en el turismo, en los negocios, en los estudios y en nuevos horizontes de vida. Sin embargo, hay un factor que no se tiene muy en cuenta: la defunción fuera de su país. Mémora International es una plataforma especializada en traslados internacionales y repatriación por todo el mundo con los mejores profesionales especializados en multiculturalismo para atender de la mejor forma a las familias que han perdido a un ser querido.

POR **Lluís Muñoz Pandiella** || MONOGRÁFICOS



Profesionalidad. Mémora International actuó en la catástrofe de Germanwings.

MARIBEL Y ROBERT

Accidente de Germanwings

Respeto religioso

“ Al principio fue un proceso muy largo debido a los errores de identificación que hubo en el lugar del accidente en Francia. Una vez identificados tuvimos dificultades en saber por parte de la compañía aérea cuándo llegarían los restos. Fue casi dos meses después cuando empezamos el contacto con Mémora International en Barcelona para los arreglos del entierro y la llegada del féretro. Finalmente, los restos llegaron en junio del 2015, y pudimos hacer el entierro que deseábamos. Somos Testigos de Jehová y apreciamos el profundo respeto por parte de Mémora a nuestras creencias religiosas al preparar el funeral. Desde que contactamos con ellos, la comunicación fue buena y fluida y la actuación de sus profesionales fue óptima. Nuestra valoración sobre Mémora International es muy buena”.

Maribel y Robert son padres de una de las víctimas del accidente de Germanwings que tuvo lugar el 24 de marzo de 2015 en los Alpes franceses, una de las peores tragedias aéreas de los últimos años en el que fallecieron 150 personas en el trayecto Barcelona-Düsseldorf y que conmocionó a la comunidad internacional por las circunstancias en que se produjo.

El pasado 23 de marzo, se celebró un acto de homenaje a las víctimas del accidente en el Aeropuerto de El Prat, asistieron los familiares y también acudieron múltiples autoridades e instituciones que quisieron acompañar a los familiares de las víctimas en un momento especialmente emotivo como es la conmemoración del primer aniversario de la tragedia. ★

JONATHAN Y CHRISTINE

Repatriación a Francia

Rápida actuación

“ Una familia francesa perdió a su bebé de siete meses de edad en Tenerife mientras estaban de vacaciones. Para la familia fue complicado debido a la burocracia de España y la rapidez con la que se desarrollaron todas las actuaciones, desde la autopsia y la policía hasta la resolución del juez. El día después del fallecimiento, Adelaida, asistente de Mémora International, acudió al hotel para hablar con la familia sobre todas las posibilidades para la repatriación del cadáver. Los padres están muy agradecidos a los profesionales de Mémora International por su actuación, por la información que tuvieron en todo momento, y porque a pesar de estar acostumbrados a hacer este trabajo no es fácil cuando se hace con el corazón, y Adelaida lo hizo”, declara Jonathan, abogado de la familia.

“Tras el fallecimiento, nos pusimos en contacto con Mémora International para proceder a la repatriación. Agilizaron los trámites de forma excepcional, contactando con todos los organismos locales para obtener la documentación necesaria y respondieron a las demandas de la familia de confesión judía. La rapidez se demuestra en que el primer contacto fue un jueves, y el domingo el cuerpo ya se había repatriado. El personal fue ejemplar, atendiendo incluso de madrugada y demostrando una profesionalidad excepcional. No hubiésemos actuado con tanta eficacia de no haber sido por Mémora International”, afirma Christine, portavoz del Consulado de Francia en Tenerife. ★

ROSA

Traslado a Estados Unidos

Despedida digna

“ Alex era un joven de 21 años estadounidense que estaba en Barcelona para un periodo de 4 meses de intercambio entre la Universidad de Wisconsin y la Universitat Pompeu Fabra. El proceso de repatriación fue perfecto, teníamos una expectativa de duración de 10 días y Mémora consiguió hacerlo en menos de tres. La familia del joven deseaba que el cuerpo se mantuviese en perfectas condiciones para celebrar el funeral de cuerpo presente, y Mémora se ocupó de embalsamar el cuerpo con la calidad que la familia deseaba. De este modo, el cuerpo pudo viajar en un ataúd de gran calidad y fue sellado para que llegase en las mejores condiciones.

La familia agradece la celeridad en la repatriación: contactamos con Mémora el martes por la mañana, y el mismo día, el equipo de la compañía ya estaba reunido con la familia para atender las necesidades: desde el reconocimiento del cadáver, hasta la disposición de profesionales que les ayudasen en esos duros momentos. El jueves el cuerpo ya estaba en el aeropuerto de El Prat. Explican que están muy agradecidos de que sus necesidades fuesen cubiertas como deseaban y, también, por el trato que les brindaron profesionales como Albert, el asesor personal, o los responsables del tanatorio de Sant Gervas, así como todo el equipo que forma Mémora International. También reconocen la calidad de las instalaciones en las que el cuerpo de su hijo fue tratado”, declara Rosa, que ejerció de tutora de Alex durante su estancia en Barcelona. ★

NUESTROS VALORES

Los valores sobre los cuales se fundamenta Grupo Mémora son los pilares con los que todos los que trabajan en esta compañía afrontan la relación con las familias.

Respeto: Personas con empatía necesaria para acoger a las familias para que puedan despedir en paz y serenidad a su ser querido.

Confianza: Ganarse la confianza de las familias significa ser su apoyo, acogerlas, acompañarlas, reconfortarlas.

Innovación: Innovar es una actitud de mejora continua en la prestación del servicio: profesionalidad, superación, anticipación y adecuación a la diversidad sociocultural.



¿DÓNDE ENCONTRARNOS?

24 HORAS, 365 DÍAS

1.200
PROFESIONALES

125
TANATORIOS

26
CREMATORIOS

23
CEMENTERIOS



■ Mémora

■ Memoronet*

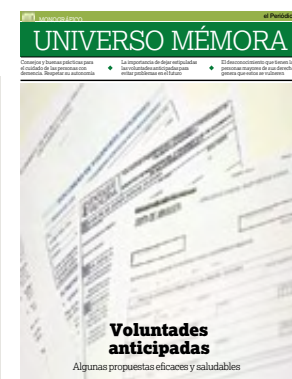
*Red de empresas funerarias colaboradoras de Mémora.

grupo **m** mémora

902 231 132

www.memora.es

Puedes acceder y descargar las anteriores ediciones de Universo Mémora en:



www.elperiodico.com/monograficos