

UNIVERSO MÉMORA

Consejos y buenas prácticas para el cuidado del cuidador. Estar bien es fundamental para atender mejor



El acompañamiento en el final de la vida permite al paciente morir a su manera y sin coacciones



El 26 % de los ancianos han recibido maltratos según indica un estudio de percepción

La intervención social en el final de la vida

Algunas propuestas eficaces y saludables





EDITORIAL

EL CAMINO HACIA UNA SOCIEDAD MEJOR

Todos somos responsables en dar a los nuestros el mejor final

Morir con dignidad es un derecho intrínseco a todos los seres humanos. Sin embargo, no es un hecho que dependa de la propia persona, sino que en el tramo final de la vida son otros seres e instituciones los que se encargan de guiar los últimos pasos. El cuidador se erige en una figura clave a la hora de dar la atención necesaria al paciente. Para que el cuidado sea óptimo, el responsable debe encontrarse en su plenitud de condiciones. Desde el

trabajo social ya advierten que si se sabe acompañar en el proceso final de la vida, el duelo posterior será más sencillo. Los trabajadores sociales son claves a la hora de dar apoyo en el último adiós. Tal y como apunta Ana Isabel Lima, el trabajador social ha de estar al lado de la persona y dar soporte antes, durante y después del proceso de enfermedad. A su vez, ha de huir del paternalismo y debe permitir que el paciente muera a su manera y sin coacciones. Son muchas las iniciativas que sur-

gen para que la intervención social sea la adecuada; un ejemplo serían los Espacios de Apoyo del Grupo Mémora en el que se ofrecen talleres, cursos y grupos de ayuda para cuidadores. Además, el grupo funerario ha impulsado un estudio de percepción que ha permitido comprobar un problema oculto en la sociedad: el maltrato a los ancianos. No existe otro camino que el de la actuación social para proporcionar el mejor final de vida a pacientes y ancianos, y de este modo, conseguir una sociedad mejor.

BUENAS PRÁCTICAS

Lluís Muñoz Pandiella || MONOGRÁFICOS



Indicaciones para una dedicación responsable

¿Cómo se cuida al cuidador?



El envejecimiento de la población y el incremento de las enfermedades crónicas ha hecho emerger la figura del cuidador. Es frecuente que durante la asistencia, los responsables tengan dudas sobre cómo llevar a cabo el cuidado así como afrontar los pequeños retos de cada día.

No siempre han recibido formación para el trabajo, y muchas veces, esto genera que dediquen un esfuerzo desmesurado olvidándose de sí mismos. Para evitarlo, la Fundació Esclerosi Múltiple desde su Plataforma Som Cuidadors propone una serie de consejos dirigidos a los cuidadores.

<https://www.cuidadores.fem.es>

CONSEJOS

- 1 Ayuda**
Es importante buscar el apoyo de otras personas y evitar que un solo responsable asuma toda la carga
- 2 Indicadores**
Dormir poco, comer mal, tener dolores de espalda y sufrir angustia y estrés son señales para buscar asistencia
- 3 Costumbres**
Un cuidador que tenga en cuenta sus hábitos tendrá mejor salud y beneficiará a la persona cuidada
- 4 Información**
Se ha de recurrir a amigos, familiares y profesionales para buscar información, consejo y amparo
- 5 Identificación**
Internet y las redes sociales pueden ser útiles para encontrar cuidadores en la misma situación



ISABEL CARBONELL / IRENE ALBESA

TRABAJADORA SOCIAL Y USUARIA DEL ESPACIO DE APOYO

“Es inevitable: todos vivimos la vida y la muerte”

Grupo Mémora ofrece al ciudadano un espacio dedicado al acompañamiento

Lluís Muñoz Pandiella || MONOGRÁFICOS

La muerte genera unas demandas sociales que acaban siendo ignoradas por el frenético ritmo de vida occidental. Encontrar un lugar en el que compartir el duelo se ha convertido en una necesidad difícil de satisfacer. Sin embargo, Barcelona tiene el privilegio de albergar uno de los cuatro Espacios de Apoyo creados por Grupo Mémora. Nos citamos en el local para mantener una conversación con la trabajadora social del centro: Isabel Carbonell; y una usuaria, Irene Albesa, quien antes de empezar la entrevista, muestra un apasionado agradecimiento hacia Isabel demostrando la necesidad social de este tipo de centros de apoyo.

-¿En qué consiste el Espacio de Apoyo?

-I. C.: Se trata de un espacio de apoyo y de referencia en cuestiones de acompañamiento para procesos finales de vida, tras la muerte o en el duelo posterior. Nuestro objetivo es ser un lugar de acogida y acompañamiento para las personas que están sufriendo. El centro fue inaugurado en 2013, y es un espacio pionero e innovador ya que no se conocen experiencias similares en el exterior, por lo que no dejamos de reinventarnos según las necesidades de nuestros usuarios. Poco a poco, vamos creando nuevos servicios y más personas acuden a nosotros.

-¿Cuál es la valoración desde su inauguración en 2013?

-I. C.: Muy positiva. Las personas que nos visitan se sienten bien, conocen el funcionamiento del centro y notan que les sirve. Esto nos ha ayudado a que más personas vengan gracias al boca-oreja. Estamos muy satisfechos de ver el avance y se puede constatar en el aumento de las actividades: todos los miércoles realizamos charlas por la tarde, y a partir de otoño, por las mañanas también; hemos pasado a tener cuatro grupos de duelo y la biblioteca no deja de renovarse.

-¿Qué importancia tiene para la sociedad?

-I. C.: En ocasiones, el duelo queda apartado desde el ámbito social. En cambio, aquí lo integramos como un

servicio más de la comunidad; es una necesidad que tenemos las personas a ser atendidas, en un momento tan difícil como la pérdida de un ser querido. No podemos olvidar que es un hecho natural que vivimos habitualmente: la muerte está a nuestro lado, y actualmente, parece que pase de puntillas y no sea necesario hablar. Aquí queremos hablar de estas situaciones, y cuando haya sufrimiento, acompañar.

-La sociedad hoy nos obliga a ser fuertes.

-I. C.: Para nosotros eres fuerte en la medida en que puedes abrirte y exteriorizar todo aquello que te hace sufrir. No entendemos el duelo como un proceso patológico ni enfermizo, sino de sufrimiento. Cuando alguien se encuentra en esta situación se le recomienda hacer actividades. Sí, está bien que haga, pero que no sea para tapar el dolor. Si tienes un espacio para expresarte, tu vida mejorará porque te sentirás más fuerte. El diálogo, la empatía y la confianza son básicos.

-¿Qué perspectivas de futuro tienes?

-I. C.: Este centro de Nou Barris es el primero que inauguró Grupo Mémora, después vinieron el de L'Hospitalet de Llobregat, Girona y Logroño, y espero que se abran más. A una persona no se le muere la madre y ya está: hay muchos factores de su vida que se ven afectados. Y estos se encuentran en nuestro mundo, nuestra sociedad y nuestro barrio. Queremos dar herramientas para que la gente en su vida normal pueda desarrollarse y superar tanto el duelo como el proceso final de vida. Este último es incluso más importante, porque la persona que cuida emplea tal dedicación que no se preocupa por sí misma. Olvidamos que es un momento clave para cómo irá todo después. Si en el proceso final sabemos cómo acompañar, cómo decir las cosas, cómo recibir las; el duelo será más sencillo. Sin embargo, las personas vienen a pedir apoyo a posteriori.

Por desgracia, aún estamos en este punto: todavía hay mucho camino a realizar a nivel social. Necesitamos que se entienda la importancia de hablar de estos procesos para saber después cómo afrontar las situaciones. Y no solo la gen-



SOLANGE FORET

Complicidad. Isabel Carbonell, trabajadora social (izquierda), conversa con Irene Albesa.

LA OPINIÓN

“En un momento como la pérdida de un ser querido, tenemos la necesidad de ser atendidos”

“El tramo final es muy importante. Si lo sabemos afrontar, el duelo será más sencillo de superar”

“Gracias al centro me siento liberada: como la crisálida de la que ha salido una mariposa”

te de a pie necesita ayuda; profesionales de la educación o del ámbito sanitario se dirigen a nosotros porque ellos también necesitan afrontar el dolor. Es inevitable: todos vivimos la vida y vivimos la muerte.

-Y a usted, Irene, ¿qué le motivó a acudir al Espacio de Apoyo?

-I. A.: Yo me encontraba muy hundida y cada vez que pasaba por delante del local me preguntaba qué sería lo que hacían dentro. Pero estaba tan mal que no me atrevía ni a entrar a preguntar. Finalmente, un día estaba tan desesperada que cogí un papel informativo y vi que había servicios que me podían ayudar. Vine, Isabel me hizo una entrevista y empecé a venir a las charlas y a los grupos de duelo. Desde el primer día salí con mejor ánimo, por lo que poco a poco he ido mejorando.

-¿Cuesta tomar la decisión de acercarse al centro?

-I. A.: Es importante ser fuerte y poner de tu parte. Cuando tenemos las reuniones, los otros usuarios explican lo que sufren, y esto sirve para ver a otras personas en tu situación, o peor; y no te alegras de que así sea, pero sirve para convencerte de que lo puedes superar igual que ellos.

En mi caso, acababa de perder a mi madre y un hermano se había suicidado anteriormente. Me quedé como si no tuviese nada pensando en todo momento en la gente que me faltaba, sin darme

cuenta que había mucha gente a mi alrededor. Gracias a venir al centro me di cuenta de que me quedaba mucha vida, muchas cosas por hacer y mucha gente por conocer. El Espacio de Apoyo ha sido una liberación: me siento como la crisálida de la que ha salido la mariposa.

-No suelen abundar los ejemplos como Irene.

-I. C.: Cuando vamos a otros espacios a explicar qué es lo que hacemos, la primera reacción de la gente es que la muerte es un tema del que prefieren no hablar: “Quita, quita, que ya llegará. Cuando nos toque ya hablaremos”. Esto genera miedo al diálogo: piensan que la muerte se les está acercando.

-I. A.: Y lo mejor es hablar. Porque así sacas de dentro los malos sentimientos.

-I. C.: En muchas ocasiones no puedes hablar con tus amigos. Una señora me comentaba que no podía conversar con ellos porque si hablaba siempre de lo mismo se aburrirían y se marcharían.

-I. A.: En mi caso, he recuperado amigos, he ido a buscarlas y les he pedido perdón: al no estar dispuesta a abrirme, la gente se había cansado de mí.

-I. C.: Lo mismo pasa con la familia: no quieres hablar porque no deseas que se preocupen o que te vean llorar. Entonces, ¿dónde puedo ir a hablar y que no sea una entrevista cerrada? Este es el lugar. ★

TENER EN CUENTA EL TRÁNSITO

La importancia de acompañar en el tramo final de la vida

La cercanía de la muerte genera una serie de inconvenientes alrededor, en los que el trabajo social puede intervenir acompañando al difunto y a sus familiares, buscando soluciones a los conflictos

La llegada de la muerte suele tener lugar en instituciones, en presencia de profesionales, familiares y amigos. La gravedad de la situación comporta todo tipo de dilemas sociales, emocionales, espirituales, médicos y familiares a los que hay que dar cauce. Para ello, el papel del acompañamiento se erige en la mejor ayuda para llegar al final de la vida con dignidad.

Es interesante analizar el tránsito desde la dialéctica entre problema y realidad. Por ejemplo, en la edad media se hablaba sin estigmas del *arte de morir* y de lo que fallecer significaba en cuestiones tan importantes como recursos, conflictos, tratamientos, dignidad o valores. Sería en Occidente, siglos más tarde, cuando se deja de hablar de la muerte y de todo lo que le rodea a causa del devastador efecto que tuvo la segunda guerra mundial; un silencio que todavía hoy perdura. La muerte se mantiene como un tabú social que llega hasta la medicina científica: la dama de la guadaña es el principal enemigo contra el que se ha de luchar.

CONFLICTO. Ver el fin como un problema lleva al paciente a querer morir de una determinada manera: desconectado de la vida cotidiana, y con dificultad a la hora de tomar importantes decisiones. Por ello es necesario detectar las dificultades que se producen en el final de la vida a la hora de acompañar el proceso, como la falta de implicación, la no mediación en conflictos familiares, la inexistencia de recursos en la atención y el cuidado, el agotamiento del cuidador, la necesidad de un apoyo comunitario, la falta de información y la inexistencia de un plan de cuidados.

No se puede olvidar el elevado nivel de situaciones de dependencia de algunos casos y la dificultad que comportan; es entonces cuando se hace más importante poner el acento en la necesidad de apoyo de la familia y los cuidadores, la búsqueda de recursos de apoyo temporal, así como tener en cuenta la posible pérdida de capacidad

LAS CLAVES

► **El miedo a morir puede causar problemas en los últimos momentos del enfermo**

► **Se ha de huir del paternalismo: el paciente debe fallecer a su manera y sin coacciones**

► **El trabajador social ha de estar al lado de la persona y ayudar antes, durante y después del proceso**

para tomar decisiones.

SOLUCIONES. Para tratar de evitar estas disfuncionalidades, el trabajo social tiene el papel de atender las necesidades sociofamiliares desencadenadas o agravadas por la situación de enfermedad grave o terminal. Por este motivo es importante apoyar la reorganización de la unidad familiar, optimizar las potencialidades de los miembros de la familia, mediar en conflictos familiares y ante dificultades derivadas de la toma de decisiones, intervenir ante problemas de comunicación familia-enfermo, asesorar en el manejo de la información con menores o personas que presentan especial dificultad e intervenir precozmente ante situaciones de posible riesgo de claudicación de las personas cuidadoras.

También es importante tener en cuenta el papel de las fundaciones tutelares cuando no existe apoyo familiar; en este caso, el trabajo se debe centrar en el establecimiento de protocolos específicos que tendrían en cuenta un procedimiento de urgencia social o sanitaria donde quede determinado quién acompaña y quién representa. Además, es necesario utilizar servicios lo más integrales posibles e impulsar programas de voluntariado centrados en modelos de relaciones personalizadas.

Para establecer un plan de cuidados que atiende a las necesidades sociales es importante huir del modelo paternalista: una buena forma sería manteniendo una buena comunicación con la persona, que se respete la confidencialidad, que no se estigmatice y que se garantice su dignidad. Se deben tener en cuenta las múltiples necesidades físicas, de confort, neuropsiquiátricas, de comunicación, así como sus preferencias, valores, creencias, voluntades anticipadas, los criterios de actuación específicos de cada caso y la periodicidad de revisión de los aspectos recogidos en el plan.

En la última década ha tomado un gran protagonismo la metodología de intervención social y sanitaria que po-



Profesionalidad. Ana Isabel Lima Fernández, presidenta del Consejo General del Trabajo Social.

ne a la persona en el centro de la intervención. Esto supone convertir una atención tradicional basada en encauzar todo el esfuerzo en vencer la enfermedad y curar a la persona, en otro tipo de atención que incorpora cuestiones como la atención a la necesidad de confort físico, el apoyo emocional, un acceso a la información sencillo y comprensible, fomentar la autonomía de la persona en la toma de decisiones y respetar sus valores, cultura y preferencias. En resumen, se podría decir que la persona pueda llegar al final de su vida a su manera, sin coacciones. En este escenario cobra una mayor importancia el papel que juegan en todo este proceso los profesionales en un acompañamiento social, ético, respetuoso, procurando así, el apoyo necesario, con la participación de la persona como eje de la intervención en un entorno acogedor.

CONCLUSIÓN. Realizar una intervención completa teniendo en cuenta todos los ámbitos de la intervención social es clave para superar las dificultades y los problemas que se dan en ámbitos como el sociocultural o el espiritual. Permite centrar la importancia de la participa-

ción de la persona, la comunicación y apoyo respecto a ella, tener en cuenta su contexto familiar y social y trabajar en coordinación con otros profesionales de distintas áreas que tengan relación con el sujeto en ese momento.

El acompañamiento social de los profesionales como base metodológica consiste fundamentalmente en un saber estar al lado de la persona como punto de partida y como eje de la intervención en las tres partes del proceso: antes-durante-después. Todo ello, sin perder de vista a la persona, la familia, el grupo de allegados y el contexto comunitario en general.

Una visión social que pone de relieve el valor del profesional de referencia del caso, quien tiene el deber de acompañar en el proceso y continuar su labor con la familia o allegados después de la muerte como por ejemplo en la coordinación con el tanatorio, la mediación en posibles conflictos que puedan surgir, y el apoyo en la despedida y la superación del duelo. ★

Ana Isabel Lima Fernández
Presidenta del Consejo General del Trabajo Social

REFLEXIONES

“CUANDO EL CORAZÓN NOS DICE ADIÓS”

► “Tenemos la obligación de respetar al paciente en todos sus aspectos, su mente, su cuerpo, sus creencias, y procurarle que su entorno tenga una atmósfera relajante, de comprensión y ayuda, tanto por parte de la familia como del personal sanitario que le rodea”.

“Al paciente le diremos ‘no sufra, le voy a ayudar’. Y no mentimos pues le ayudaremos a vivir, si es posible, o a morir sin sufrimiento”.

“A veces miembros de una misma familia ante una situación de muerte anunciada pueden opinar de forma muy dispar en diferentes temas como el de acortar o

prolongar una situación terminal, si ofrecerle o no ayuda religiosa... El médico les escuchará a todos pero tomará la decisión que considere más acertada y que será muy meditada”.

Extracto del artículo ‘Viviendo la muerte’ publicado en el libro, editado por Grupo Mémora en 2008: ‘Reflexiones en torno a la muerte’.

Jordi Riús i Garriga es un cardiólogo catalán. Tras licenciarse en medicina en la Universitat de Barcelona, emigró a Estados Unidos donde trabajó en prestigiosos hospitales de Washington DC, como el Georgetown Medical

Center de la Universidad de Georgetown.

A su vuelta, fue el fundador y primer director de la Unidad Coronaria del Hospital Universitario de la Vall d’Hebron. Después trabajó en la Clínica Quirón, y desde 1995 forma parte del servicio de cardiología del Centro Médico Teknon.

Además, es miembro de la Societat Catalana de Cardiologia, consultor del Consulado Americano de Barcelona, y en 2013 la Generalitat le concedió la Creu de Sant Jordi.



¿Sabías que...?



...en la Antigua Roma...

► ...antes del entierro, en casa del difunto se lavaba el cadáver y se le tababan sustancias aromáticas? De este modo, se cumplía la función higiénica, y también, servía como un gesto de piedad hacia los dioses. También se pedía clemencia mediante un último beso o después de cerrarle los ojos al fallecido.

Cuando el cuerpo del muerto ya estaba limpio, se le exponía en el atrio de la *domus* envuelto de ramos y coronas de flores. Empezaba entonces el velatorio reuniendo a familiares y amigos. De la ceremonia destacaba la *conclamatio*, una acción que consistía en llamar al difunto tres veces para asegurarse que realmente estaba muerto.

► El primer cementerio de Barcelona es el del Poblenou, construido en 1775.

...el Taj Mahal...

► ...fue construido por el emperador del Imperio mogol Sha Jahan entre los años 1631 y 1654 tras la muerte de su esposa Mumtaz Mahal durante el parto de su decimocuarto hijo? El emperador, desconsolado, inició enseguida la construcción como ofrenda póstuma a su querida esposa. Cuentan que nunca consiguió superar la pérdida, y cuando estuvo en su lecho de muerte, Sha Jaham pasó sus últimos días sin dejar de mirar el mausoleo, el cual hoy es una de las siete nuevas maravillas del mundo.

► El 14% de las ceremonias funerarias en Barcelona son laicas.

...la Famadihana...

► ...es una tradición funeraria del grupo de los Malagasi en Madagascar, también conocida como el regreso de la muerte? En este ritual, las personas recuperan los cuerpos de sus difuntos de las criptas familiares, los envuelven en nuevas mortajas y entonces inician una procesión en la que se combina música en vivo con bailes alrededor de los cadáveres y las tumbas. Existe la creencia popular entre los Malagasi de que no es hasta la descomposición completa del cuerpo cuando los muertos se reúnen con el mundo de los antepasados, y para ello, necesitan que este tránsito se acompañe de las ceremonias pertinentes. El culto tiene lugar una vez cada siete años, y suele reunir a parientes lejanos en esta celebración familiar.

► En los últimos 100 años se han repartido más de 1,8 millones de coronas de flores en los tanatorios de Barcelona.

...el minuto de silencio...

► ...es un gesto de respeto en homenaje a una persona recientemente fallecida o como conmemoración a un acontecimiento trágico? Su origen se remonta a 1919 cuando el soldado australiano Edward George Honey, en la ciudad de Londres, envió una carta al *Evening News* pidiendo que el 11 de noviembre a las 11.00 horas, primer aniversario del tratado de armisticio, se guardasen dos minutos de silencio en homenaje a las víctimas. Cuentan que la idea llegó hasta el rey Jorge V, quien dio su visto bueno a una propuesta que hoy forma parte de nuestro día a día.



Identificación. Los talleres y grupos de los espacios de apoyo permiten al cuidador compartir sus sensaciones.

Los cuidadores necesitan sentirse bien

En su compromiso con la sociedad, Grupo Mémora colabora en dar asistencia a aquellos que atienden el tramo final de la vida de otros

Lluís Muñoz Pandiella || MONOGRÁFICOS

La atención y el cuidado a una persona querida puede ser muy gratificante, pero las decisiones del día a día y la búsqueda constante de soluciones a los distintos problemas, requieren métodos y modos de apoyo para el cuidador.

Para la prestación de cuidados a personas dependientes se precisa de cuidadores profesionales, formados y preparados para ello. Sin embargo, en muchas ocasiones es un cuidador no profesional quien, por necesidad, tiene que hacerse cargo de la persona dependiente. Así pues, ¿quiénes son los cuidadores? Por definición, son las personas o instituciones que se hacen cargo de las personas con algún nivel de dependencia. Son por tanto padres, madres, hijos/as, familiares, personal contratado o voluntario.

Cuidar a una persona querida tiene elementos muy positivos para ambas partes pero es importante saber que también nos enfrentamos a dificultades y riesgos. Hay varios factores que el cuidador ha de tener en cuenta ya que favorecerán su quehacer diario, estos son: planificar las tareas que hay que realizar fijando unos horarios, implicar a la familia porque es una responsabilidad de todos, realizar actividades fuera de casa para relacionarnos con otras personas y, ante cualquier duda o necesidad de ayuda, consultar con los profesionales de salud. Estos son algunos de los consejos para poder llevar a

SALUD

Vistas al futuro

► Gracias a las mejoras sanitarias y al avance de la ciencia, la población mundial se está viendo envejecida. Según la OMS, desde 1980 se han duplicado las personas con más de 60 años en todo el mundo, y se prevé que en el año 2050 la población sea de 2.000 millones en la franja de la tercera edad.

Pese a ser una buena noticia, esto conlleva desafíos sanitarios a los que se les debe dar respuestas. Por ejemplo, existe la necesidad de proporcionar buena formación tanto a los profesionales, como a la sociedad en su conjunto, en el cuidado de las personas enfermas. Si se consigue que se atienda de forma adecuada a las personas dependientes, el tramo final de vida de estas resultará más cómodo, mejorando la calidad de vida de la sociedad. Aquellos países que invierten en un envejecimiento saludable pueden esperar un beneficio social y económico significativo para toda la comunidad.

cabo bien y de forma sana y saludable la tarea de cuidar a otra persona dependiente. Los profesionales coinciden en afirmar que “cuidar de uno mismo es tan importante como cuidar de nuestro familiar enfermo”.

PUNTO DE ENCUENTRO. Existen recursos sanitarios y ayudas técnicas que están al alcance de todos. Entre ellas, está el ciclo de charlas y talleres promovido por Grupo Mémora en los Espacios de Apoyo, situados en el distrito de Nou Barris-Horta de Barcelona, L'Hospitalet de Llobregat y Girona. Se trata de charlas gratuitas dirigidas a profesionales y a la población en general, que están vinculadas con el proceso final de vida, personas mayores, acompañamiento al duelo, etcétera.

Además, se han iniciado grupos de cuidadores que comparten un espacio de tiempo con otras personas que se encuentran en una situación parecida. Estos encuentros les permiten ayudarse mutuamente y encontrar un apoyo emocional que les ayuda a resolver las dificultades derivadas del intenso y dedicado cuidado y atención a su persona querida.

Una experiencia necesaria para todas las partes: si el cuidador se encuentra bien emocionalmente, esto influirá en su trabajo hacia la persona dependiente. Todos trabajamos mejor cuando estamos bien. La posibilidad de encontrar un espacio en el que dar respuesta a los problemas de la atención significa, sin duda, mejorar el tramo final de vida. ★

RECOMENDACIONES

POR Lluís Muñoz



Sobre la muerte y los moribundos

Elisabeth Kübler-Ross
ED. DEBOLSILLO. 2010
8,95 €

LITERATURA

Controlar las emociones

► Negar la muerte como hecho individual o social tiene una importante consecuencia: la falta de preparación psicológica cuando se presenta el trance; especialmente en el paciente, pero también en los allegados o el equipo que lo atiende. La autora consigue cubrir esta carencia. A través de la identificación y comprensión de los sentimientos frecuentes en los moribundos, esta obra muestra cómo controlar dichas emociones y cómo transformar las actitudes para aliviar el sufrimiento psicológico. Un libro indispensable para profesionales de la sanidad y psicólogos, además de todas aquellas personas que deseen abordar su futuro con responsabilidad.

LITERATURA

La muerte como telón de fondo

► Esta espléndida obra narra la experiencia vivida por Mitch Albom con Morrie Schwartz, uno de sus profesores de la universidad, al que vuelve a ver por casualidad muchos años después en una entrevista en televisión, en la que se entera de que su viejo profesor sufre ELA. Albom entra de nuevo en contacto con él y le propone verse todos los martes. Durante estos encuentros, tiene la oportunidad de plantearle las grandes preguntas que siguen inquietándole además de hallar consejo y aliento para su propia vida. Se trata de un relato emocionante y verídico que explica con sencillez y naturalidad una situación límite pero inevitable: la muerte.



Martes con mi viejo profesor

Mitch Albom
EMBOLSILLO (ED. MAEVA). 2008
9 €

CINE

La esperanza nunca muere

► El trabajo de John May consiste en encontrar a los familiares de los que han muerto solos. Meticuloso hasta la obsesión, John va más allá del deber en su trabajo y se involucra al máximo. Su vida es tranquila y ordenada hasta que su jefe le da una noticia devastadora: su despido por recortes. Involucrado aún en un último caso, el de su vecino, Billy Stroke, inicia una búsqueda en la que se mezclan picardía, desventuras, amor y arrepentimiento. Finalmente, encuentra a Kelly: la hija que Stroke abandonó. El hallazgo libera a John de las rutinas que lo han gobernado. Y por primera vez siente la vida con su excitante y peligrosa imprevisibilidad.



Nunca es demasiado tarde

Uberto Pasolini
Eddie Marsan, Joanne Froggatt, Andrew Buchan
92 min, 2014

Responsabilidad social corporativa

Una problemática desconocida: el maltrato al anciano

► El 26% de la población conoce de cerca casos de abusos cometidos a personas mayores

► Un estudio de percepción impulsado por Mémora confirma la indefensión del colectivo

Lluís Muñoz Pandiella || MONOGRÁFICOS

Lo dice el refranero: “Más sabe el diablo por viejo que por diablo”. Sin embargo, las culturas cambian, evolucionan –o involucionan– y en la actualidad el papel del anciano ha quedado relegado a un segundo plano. La idea de jubilación como retiro en el que disfrutar después de toda una vida de trabajo en múltiples ocasiones queda en eso: en idea.

Por desgracia, en ciertas ocasiones, la persona mayor se convierte en un estorbo para la familia y, en el peor de los casos, estos ven como son maltratados por quien les rodea: desde familiares, vecinos, hasta cuidadores informales. Una situación que va en crecimiento y que subyace oculta para la sociedad y las administraciones. Los ancianos están desprotegidos.

Esta es una de las conclusiones que se extrae del *Estudio de percepción de la población sobre el maltrato a la gente mayor* elaborado por la Asociación para la Investigación del Maltrato a Ancianos (EIMA) y el Departament de Treball Social i Serveis Socials de la Universitat de Barcelona (UB) y promovido por el grupo funerario Mémora, con entrevistas realizadas a 423 personas de más de 18 años en dos localidades de la provincia de Barcelona.

ABUSO. Los datos señalan que el 26% de las personas preguntadas sobre este tema conocen algún caso de maltrato. Una cifra alta para un colectivo al que no se suelen destinar estudios sobre maltrato. Jordi Muñoz, presidente de la Comisión de Derechos para las Personas Mayores del Col·legi d'Advocats de Barcelona y miembro de EIMA, denuncia el ocultamiento: “En los últimos 20 años no existen estudios, ya sean de incidencias o de percepción, que nos hablen de datos. Esto genera que a nivel de administración no se legisle ya que no se les presenta una estadística sobre la problemática”.

Josep París, director de desarrollo corporativo de Serveis Funeraris de Barcelona-Grupo Mémora, advierte de las múltiples formas en las que se puede dar la injusticia: “El maltrato en personas mayores es muy amplio y abarca abuso físico y psíquico, negligencia, abandono y vulneración de derechos”. Muñoz añade que en ocasiones el cuidador puede causar maltrato a un anciano sin querer: “Cuando se siente desbordado puede atender inadecuadamente. Existen alternativas como un centro residencial; sin embargo, el custodio lo ve como un fracaso al no haber sido capaz de atender de forma óptima. La falta de recursos en el propio domicilio,



Experiencia. Un grupo de personas mayores se divierte jugando a la petanca.

CLAVE

Respetar el final de vida

► “Se trata de un estudio pionero al haber buscado la opinión de la gente de la calle. Habitualmente, se había tenido en cuenta la consideración de los profesionales sanitarios y sociales. Desde Grupo Mémora tenemos interés en estar al lado de las personas: nos preocupan los procesos finales de vida, en consecuencia, procuramos que la población pueda tener la mejor vejez posible.

Queremos establecer colaboraciones con las administraciones, no solo económicamente, sino en tiempo y apoyo para evitar el maltrato a personas mayores. En este estudio de percepción, los entrevistados han señalado que, según su parecer, son más los ancianos maltratados que los niños. Es una cuestión que se ha de poner sobre la mesa y trabajar en ello”.

Son las palabras de Josep París, representante de Grupo Mémora, en las que señala la motivación que impulsó la realización del estudio.

UN CONFLICTO DE ALCANCE MUNDIAL

Datos preocupantes

► “El maltrato de personas mayores se define como la acción única o repetida, o la falta de la respuesta apropiada, que ocurre dentro de cualquier relación donde exista una expectativa de confianza y la cual produzca daño o angustia a una persona anciana”. Es la definición que da la Organización Mundial de la Salud (OMS) a la problemática. A su vez, la organización ha advertido de que está previsto que se incremente el número de ancianos que sufren maltrato en todo el mundo, debido al progresivo envejecimiento de la población y a la falta de recursos para satisfacer sus necesidades específicas.

De las personas encuestadas, el 73,8% piensa que la sociedad en la que vivimos discrimina a las personas por el hecho de ser mayores. La desvaloración social así como el desconocimiento de las capacidades de las personas mayores ha sido definida por la Unión Europea como *edaísmo*. Los participantes en el estudio consideran que el maltrato más cometido es el del abuso económico, seguido del abuso psicológico, y por último, el de vulneración de derechos. Pese a no ser habitual, los ancianos que piden ayuda lo hacen en un 37,2% a los cuerpos de seguridad, y en un 25,7% a los servicios sociales. Aunque la magnitud del maltrato de los ancianos se desconoce, la OMS considera que “su importancia social y moral salta a la vista”. Tal y como señala el abogado Jordi Muñoz, “el presente estudio es el primer paso para visibilizar y combatir el abuso en personas mayores”.

en lugar de cubrir las necesidades, se invierte, y puede llegar a ser un maltrato”.

RESPONSABILIDAD. El estudio señala la necesidad de que las personas mayores se empoderen en conocer sus derechos, puedan identificar cuando están siendo abusadas, y no tengan miedo a denunciar. Pero la realidad es muy distinta: “Los ancianos tienen miedo y vergüenza a perder su entorno más cercano, así que frenan la denuncia”, señala París.

En la misma línea se pronuncia Muñoz: “La persona maltratada tiene dependencia de su maltratador: económica o asistencial. Creen que no les vale la pena denunciar, porque se quedarían solos. Hay veces que al detectarse la problemática, la propia víctima niega que sea maltratada para evitar represalias”. Pese a que es el perjudicado el primero que tiene que denunciar, Muñoz señala que todos somos detectores de posibles maltratos y debemos actuar en consecuencia descubriendo e informando: “Solidaridad no es hacer un donativo a una

entidad. Solidaridad significa que cuando alguien necesita ayuda, yo le echo una mano. Para colaborar es necesario que yo denuncie el conflicto a profesionales”.

Para frenar el abuso, el estudio señala que se necesitan campañas que disminuyan los estereotipos, y que mejoren el trato a partir de valores como la dignidad y el respeto hacia el colectivo de la tercera edad. También es necesario invertir en educación para que los niños sepan lo que es envejecer y valoren lo que pueden aportar las personas mayores. Para concluir, Jordi Muñoz destaca la importancia que tiene llevar a cabo políticas preventivas: “Muchas veces actuamos cuando tenemos el problema, y desde un ámbito sancionador. Cuando un país funciona desde el castigo dice mucho de su nivel cultural y social. Se necesitan herramientas preventivas para que la persona cuando aún responda cognitivamente pueda decidir cómo será su futuro cuando esté mal y poder tener una vejez digna”.

No se trata de volver al consejo de ancianos. Se trata de respeto. ★

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

■ Memoranet*

*Red de empresas funerarias colaboradoras de Mémora.