

---

## La muerte y el proceso de morir

Por el Lic. Alfredo Schwarcz  
Psicólogo especializado en gerontología

El Lic. Schwarcz se ha especializado en psicoanálisis y en gerontología. Con su mujer han creado “Casa Puente”, un espacio de reflexión para las personas que buscan ser verdaderas protagonistas de su propia vida. También se dedica al psicoanálisis y al trabajo con personas de la tercera edad. Es por su trabajo en el área de la gerontología que ha tenido mucho contacto con la temática de la muerte y el proceso de morir. Es de este tema, del cual se habla tan poco, del que quiere hablar hoy con nosotros. Propone abrir el tema y que lo que surja sea una charla de reflexión compartida.

---

En nuestra sociedad existe una tendencia negadora de la muerte. Existe arraigada una idea de la muerte como un fantasma, que si lo nombro de algún modo lo estoy llamando. La experiencia indica que a todo “fantasma”, para perderle el miedo, lo mejor es ponerle nombre y apellido, hablar de él e integrarlo como lo que es: parte de la vida.

Hablar de la muerte, aunque la refiramos a terceros, siempre nos conecta con nuestra propia muerte, y es inevitable que esto nos genere angustia y temor. Poder llegar al punto de aceptar nuestra propia condición de mortales siempre es producto de una larga tarea, tarea que debemos transitar si queremos contar con las herramientas necesarias para asistir a una persona que está muriendo, tanto dentro del ámbito de nuestros afectos como fuera de él.

Las personas morimos dentro de una determinada cultura que le da sentido a nuestra muerte. Nuestra cultura moderna urbana es muy distinta a otras culturas más tradicionales con otras creencias y con una vida familiar organizada de otro modo.

Pensemos en un posible escenario de muerte algunos siglos atrás, donde una persona fallecía en su casa rodeado de familiares, quizás con la presencia de un notario ( para poner orden en las cuentas) y de un sacerdote ( encargado de asistir al aspecto espiritual).

Un escenario actual, bien contrastante, podría ser la terapia intensiva de un hospital donde los protagonistas son otros muy distintos : médicos, enfermeras y una serie de alta tecnología. El Lic. Schwarcz no plantea estos escenarios tan distintos en términos valorativos, sino para marcar símbolos de culturas y épocas distintas.

Estamos habituados a una enorme cuota de intervención de la Medicina y de la Tecnología que nos puede salvar o ayudar a vivir más, pero que muchas veces interfiere en el necesario hecho de la muerte ( de algo nos tenemos que morir...). Cuando nos obturan la posibilidad de morir, interviniendo acá y allá...hace pensar que **INTERFERIR no es lo mismo que INTERVENIR**, y esto vale para muchas situaciones en el campo de la salud.

**Voluntario:** *Uno muere como eligió vivir. Si acepté la tecnología, ya sé que puedo morir rodeada de aparatos. Si no, puedo elegir no hacerlo, salvo que sobrevenga un accidente o algo intempestivo..*

**Voluntario:** *A veces interfiere la familia. Está lo que yo quisiera, pero también lo que la familia hace al momento de decidir.*

**Schwarcz:** Existe hoy una instancia donde se manifiesta, a la manera de un testamento, cómo la persona desea morir.

**Voluntario:** *Comenta una situación en que la familia tuvo que “negociar” con los médicos para evitar que la persona muriera en el ámbito de una terapia intensiva.*

**Schwarcz:** Hay algo de negociación en este proceso que va de la negación hacia la aceptación. Todos deben transitarlo: el que muere, los familiares y también el equipo que está interviniendo.

Sentirnos contenidos (tanto para el que muere como para los familiares) es muy importante. Lo que va a definir cuál es el mejor lugar para que alguien muera tiene que ver con el lugar que sea más contenedor. La

imagen idílica de una persona muriendo en su casa rodeada de su familia, no siempre es posible. Un grupo familiar muy desbordado no es contenedor.

Vivimos en una cultura que “contiene” muy poco. El dicho “No tiene dónde caerse muerto” es muy revelador. Hay que tener, hay que sentir que uno tiene un lugar “donde caerse muerto”. Un hospital bien atendido puede ser mejor que un hogar caótico. Cuando hablamos de contención, apuntamos a la cualidad del contexto.

**Voluntario:** Menciona la tranquilidad que da al que muere saber que hay alguien que “se ocupa”. Relata el caso de una amiga que, al momento de morir, se sentía retenida por sus hijos adolescentes. Sólo pudo permitirse morir en paz cuando alguien le dijo que se haría cargo de la situación de los hijos.

**Schwarcz:** Retenemos al que está muriendo, como que no podemos, como que no queremos soltarlo. También puede ser que el que está muriendo no quiere soltar, y retiene, retiene...

## SOSTENER SIN RETENER

### SOLTAR SIN EMPUJAR

marcan criterios de intervención.

Es muy difícil morir. Uno se resiste a ser el primero en irse de la fiesta. Si alguien decretara que la fiesta se terminó y que nos vamos todos juntos, probablemente no sería tan problemático.

**A veces hay un último deseo del moribundo de contar algo o resolver algo inconcluso.** Debe haber un espacio para esto.

**La pena** forma parte de esta situación de morir y del duelo, y también debe haber un espacio para esto.

**Voluntario:** Nos cuenta que ella coordina un grupo donde una de las integrantes tiene un cáncer terminal. Es una persona que transmite optimismo, pero hace poco tiempo ha dejado de concurrir al grupo. Otra persona trae un mensaje de ella donde manifiesta que está empezando a ver las dificultades de su condición. La voluntaria pregunta al Lic. Schwarcz cómo tratar este tema en el grupo.

**Schwarcz:** Le preocupa la etiqueta de enfermo terminal con que la voluntaria presenta a esta integrante del grupo que ella coordina. Nadie tiene firmada la sentencia. El Lic. prefiere hablar de una persona que está atravesando una situación muy difícil y la está peleando. Hay que despojarse de ciertos rótulos y preconceptos que nos condicionan.

**Voluntario:** Tenemos en S.O.S. una compañera con sarcoma de páncreas y columna. Ella se resignó, sólo le apena dejar a la familia.

**Schwarcz:** desea marcar la diferencia entre resignación (que refiere a algo como “tirar la toalla”) y aceptación. Hay un proceso, un trabajo que hacer para pasar de la resignación a la aceptación.

### RESIGNACION no es lo mismo que ACEPTACION.

**Voluntario:** En el proceso de aceptación de la muerte, uno va pasando por distintas etapas. Que el moribundo pueda hablar y ser escuchado sin miedo, ayuda en este proceso. Pero yo, como alguien que ayudo a que el otro acepte, simultáneamente quiero que luche y que no baje los brazos.

**Schwarcz:** Es una ambivalencia. Discriminemos entre la lucha que tiene sentido (la batalla) y la otra lucha desesperada plagada de situaciones casi grotescas y sin sentido.

La pregunta sería: ¿Tiene o no tiene sentido seguir con la lucha?

Por otra parte, el factor esperanza es importante que esté presente. Que el moribundo pueda esperar con confianza lo que va a venir (aunque lo que venga sea la muerte). Pero: **ESPERANZA no es lo mismo que**

### ILUSION

- a) la lucha por vivir puede ir de la mano de
- b) la aceptación (a y b no necesariamente se contraponen).

Acompañó en estas dos dimensiones: cuando se presenta a): acompañó y cuando se presenta b), también. Lo que no debo hacer es obturar haciendo intervenir a la ilusión con eso de:- No dále, no hables de eso que no va a pasar, etc. etc. etc.-

Lo que pasa es que tenemos más tendencia a engancharnos con “la lucha” porque la muerte la vivimos como un fracaso ( esto está muy instalado en el mundo de la Medicina).

Según las creencias, la muerte significa cosas distintas para distintas personas.

Todos sabemos que vamos a morir, pero de allí a ¿cuándo?, ¿dónde?, hay un largo trecho.

Con todos los avances científicos y tecnológicos, el hombre está como trasgrediendo cada vez más límites. Esto plantea cuestiones filosóficas y éticas.

Los logros en el camino de una longevidad cada vez más avanzada van instalando peligrosamente una fantasía omnipotente de "Triunfo sobre la muerte".

En nuestra cultura hemos perdido la conexión con un tiempo más abarcativo y nos movemos dentro de la inmediatez. El anhelo de inmortalidad (referido a la persona concreta) proviene de la concepción individualista de nuestra cultura. Una visión más comunitaria permitiría concebir a la inmortalidad en otro sentido (como cada uno formando parte de un grupo, de la naturaleza, de la historia, del tiempo...)

**Voluntario:** *Empezamos la charla con la idea de que debemos trabajar con nuestra propia muerte y sacarnos los miedos.*

**Voluntario:** *Con la edad, vamos cambiando nuestra visión de las cosas, vamos elaborando otras concepciones, pero igual uno nunca sabe como llegará a ese momento, entonces: ¿cómo prepararse?.*

**Voluntario:** *Prepararse... en qué términos?*

**Shwarcz:** La preparación viene por distintos lugares, por ejemplo cómo aprendemos a desprendernos de las cosas, considerando que durante la vida vamos perdiendo cosas todo el tiempo.

La experiencia no la podemos anticipar totalmente, pero no es lo mismo sentarse a esperar la muerte que vivir plenamente entendiendo que la muerte forma parte de la vida. No es lo mismo vivir en lo inmediato y con una concepción muy individualista que vivir conectado con una corriente que trasciende lo individual. Tiene que ver con la manera en que uno está en la vida.

**Voluntario:** *En la experiencia con la creatividad ( en la pintura, en la literatura, en la música), en los momentos en que el artista se encuentra con el hecho creativo, se vivencia claramente esa sensación de formar parte de una corriente que trasciende lo individual .*

**Voluntario:** *Tiene que ver con cómo uno vive: si se disfruta y se siente la vida, la muerte no se sufre tanto. Nos comenta que cuando el papá murió, el hecho de sentir que no quedaron cosas pendientes entre ellos ayudó mucho a mitigar el dolor de la pérdida.*

**Shwarcz:** Cuando la muerte del otro adquiere un sentido integrador para mí, tiene que ver con mi crecimiento. Otras muertes tienen efecto conflictivo. Además, no toda la familia vive la muerte de un familiar de la misma manera.

Hay otro aspecto que tiene que ver con la aceptación de la muerte, y es la renuncia (nos tenemos que correr para que otros ocupen espacios).

#### **RENUNCIA no es lo mismo que FRACASO**

El Lic. Shwarcz se refiere a la renuncia como algo generoso: soltar para que otro tome la posta. Es común que en nuestra cultura se asocie la renuncia al fracaso.

Otro aspecto que tiene que ver con la aceptación de la muerte es el tema de los límites. En nuestra cultura se ve al límite como algo negativo y no como algo ordenador y que ayuda a poner las cosas en su lugar. Aceptamos la muerte como límite en la medida que aceptamos los límites en la vida.

En términos de especie humana, lanzados en un vértigo, corremos con la idea de que acumulamos más y más conocimientos y que viviremos más y más tiempo mientras que al mismo tiempo transitamos el filo del precipicio destruyendo nuestro planeta.

Desde la Ecología estamos empezando a tomar conciencia de que tenemos que ser responsables y cuidar la casa compartida , conciencia que nos conecta con el tema del límite no visto como enemigo sino como algo ordenador. **La muerte es también un límite que ordena la vida.**

**Voluntario:** *Nos habla de un familiar que está muriendo y sufre dolor. La compañera se ha propuesto ayudar de dos maneras: mantener ocupada a la persona pidiéndole que le cuente historias de la familia ( como que su vida aún tan precaria adquiere otra dimensión por lo valioso de eso que sólo ella puede transmitir) y buscar todos los medios posibles para mitigar el dolor físico.*

**Shwarcz:** Mitigar el dolor físico es muy importante, y se puede. Pero el dolor es un concepto más abarcativo, más global (es una mezcla de dolor físico, psíquico y del alma).

Hay cierta dimensión del dolor que no podemos sacar: podemos acompañar, no siempre podemos curar, a veces podemos aliviar, pero siempre podemos acompañar.

Uno contiene desde el afecto, pero el afecto tiene diferentes modalidades y estilos. Hay personas muy operativas (el afecto les sale así) y otras que ponen más el cuerpo.

Se puede armar una red de contención en una tarea de equipo con personas en las que el afecto toma esas distintas modalidades.

**Voluntario:** pide una referencia a la eutanasia.

**Shwarcz:** La eutanasia es ilegal en todo el mundo, salvo en algunos lugares como Holanda (un país que está en la delantera), en Australia y en el Estado de Oregon en USA. Es un tema muy complejo y muy discutido. Además la palabra en sí está cargada de muchos contenidos asociados al exterminio. Etimológicamente Eutanasia significa Buen Morir.

### **LEGAL no es lo mismo que LEGITIMO**

La sociedad va legitimando y aceptando más allá de las leyes (que tienen otros tiempos).

Tampoco perdamos de vista que las herramientas mal utilizadas pueden hacer mucho daño.

Hay muchos movimientos que apoyan y trabajan a favor de este criterio de que el ser humano tiene derecho a decidir sobre su propia muerte. Muchas concepciones religiosas discuten esta postura.

Los Derechos Humanos incluyen el derecho a una muerte digna.

Analicemos con sinceridad qué entendemos por “una muerte digna”:

Cuando acompañamos a un moribundo, quizás creamos que lo digno es que la persona muera en silencio y sin molestar mucho. ¿No confundiremos lo que es digno con una necesidad personal?.

### **MUERTE DIGNA ó BUENA MUERTE**

Al Lic. Shwarcz no le queda muy claro qué significa una muerte digna, pero sí puede diferenciar una buena muerte de una mala muerte. Una muerte sin mucho sufrimiento, aceptada en muchos niveles, donde el moribundo puede expresar sus emociones, una muerte que deja un mensaje integrador en los deudos... se diferencia claramente de otra muy sufrida, donde no hay espacio para manifestar emociones y que trae y deja conflictos entre los deudos.

El ser humano construye herramientas para ayudarse en estos momentos de transición. Una de estas herramientas es **El Ritual**, distintos rituales que en ciertos momentos de la vida adquieren mayor dimensión. Las religiones construyeron rituales que para algunas personas tienen efectos de contención. En el caso de la muerte, no sólo contienen al que muere sino también a los deudos (que tienen que “recontratar” con la vida). Hay que ser muy respetuosos con los rituales aunque no los compartamos.

Hay rituales también fuera del ámbito de las religiones: en las instituciones, en las familias...

Otro tema es ¿Dónde ponemos al muerto? También en esto hay que acompañar. También en esto los rituales ayudan mucho. Para la continuidad de la comunidad es importante poder enterrar a los muertos (no importa cómo, si en la tierra o quemando el cuerpo, o como sea la costumbre del grupo).

Así como el buen acompañamiento en el nacimiento de una persona se hace desde una concepción Perinatal del hecho, el acompañamiento a la muerte debe ser hecho desde una concepción Perimortal, teniendo en cuenta el antes, el durante y el después y a todos los protagonistas que intervienen en cada momento.