

No olvidaré
aquel día



Susana Martín Alabarces

Law

No olvidaré aquel día

Susana Martín Alabarces

Il·lustració de la portada: Laura Capitán Moyano

No olvidaré aquel día

Susana Martín Alabarces

Il·lustració de la portada: Laura Capitán Moyano

Primer premi

II Concurs “Fomentar l’Empatia mitjançant el Relat com a Recurs Didàctic”



Universitat
de les Illes Balears

Facultat
d’Infermeria
i Fisioteràpia



G CONSELLERIA
O AFERS SOCIALS
I ESPORTS
B DIRECCIÓ GENERAL
/ COOPERACIÓ



Universitat
de les Illes Balears

Oficina
de Cooperació al Desenvolupament
i Solidaritat OCDS

Títol: No olvidaré aquel día
© 2022 Susana Martín Alabarces
© D'aquesta edició Universitat de les Illes Balears

© Il·lustració de la portada: Laura Capitán Moyano

Editat per Digitalització i Preservació Digital. Servei de Documentació i Arxiu. Universitat de les Illes Balears

Tots els drets reservats. Excepte excepció prevista per la llei, no es permet la reproducció total o parcial d'aquesta obra, ni la seva incorporació a un sistema informàtic, ni la seva transmissió en qualsevol forma o per qualsevol mitjà (electrònic, mecànic, fotocòpia, enregistrament o altres) sense autorització prèvia i per escrit dels titulars del copyright. La infracció dels drets esmentats comporta sancions legals i pot constituir un delictes contra la propietat intel·lectual.

Adreceu-vos a CEDRO (Centre Espanyol de Drets Reprogràfics) si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47).

NO OLVIDARÉ AQUEL DÍA

Aquel día era un frío día de otoño, estábamos en noviembre, lloviznaba en las calles desiertas de la ciudad. Tenía frío. Las sensaciones son tan vívidas, que parece que fuese ayer.

Era muy temprano, no había podido dormir de los nervios. El primer día siempre es importante. No sabes qué compañeros te encontrarás. El ambiente. Si causarás buena impresión. Si serás capaz de hacer lo que te piden. En resumidas cuentas, si estarás a la altura de lo que se espera de una alumna de 3º de enfermería.

Tomé un café con leche caliente en mi taza favorita, no me entraba nada más, y decidí ir muy temprano en mi coche de segunda mano, rojo y destartado, hacia el destino de mis prácticas. El hospital no estaba demasiado lejos, pero aquella zona no era de fácil aparcamiento. Encontré parking a la primera. La espera se hizo eterna. El rotatorio era en la Unidad de Cuidados Paliativos, y aunque lo percibí como un reto, tenía mis reservas, ¿estaba preparada para enfrentarme a lo que iba a vivir? Creo que no era muy consciente... Trabajar con la sombra de la muerte nunca es fácil. Notar su presencia. A mis 21 años, la palabra muerte sonaba a algo muy lejano, incluso de manera asombrosa irreal. Fue la primera vez que sentí la muerte tan cerca.

Me presenté a las compañeras enfermeras que estaban dando el parte del turno anterior. Al parecer, había sido una noche tranquila. Yo quería causar buena impresión, y aunque estaba algo nerviosa, trataba de mostrar actitud abierta e iniciativa. Tranquila -me dijo la enfermera con la que

iba a compartir la mañana. El ritmo lo marcaban los propios pacientes, lo principal era proporcionar medidas y cuidados de confort, y manejar el dolor. La morfina era una gran aliada.

Me presenté a los pacientes en cada habitación. Sólo sabía nombres, no sabía quién iba a estar detrás de la puerta, pero lo que sí sabía era que esa persona tenía una historia de vida y estaba viviendo su final allí. Había en los pasillos barra libre de emociones intensas, abrazos y dolor. Qué triste deben ser las despedidas de vida - pensé. No imagino qué dolor tan grande debe experimentarse al sentir que se va para siempre esa madre, ese hijo, esa hermana, ese amigo, el amor de tu vida...Alguien con quién han vivido experiencias y coleccionado recuerdos.

Conversé con Dña. Matilde y su hija Asun. Con el Sr. Taylor y su enorme bigote. También con Dña. Juana y Don Juan, toda una vida juntos, y con Dña. Dora Maldonado:

-Aceptar lo que no podemos cambiar-me dijo.

No había prisas, trabajamos con personas, nuestra labor como futuros profesionales sanitarios no era sólo poseer habilidades técnicas, que habitualmente se adquieren con la práctica, también era aprender a escuchar con atención, estar presentes para nuestros pacientes, acompañarlos emocionalmente también en esos momentos. El valor de estar por y para la persona, y por supuesto, sus familias.

Qué difícil y qué triste - pensé.

Algunos pacientes estaban solos. Nadie debería morir solo.

Lo pensé entonces...Y lo pienso ahora. Todos vamos a transitar por esto de una u otra forma...Vamos a perder seres queridos a lo largo de nuestra vida, y vamos a tener que afrontar

nuestro propio final de vida. La situación de final de vida también es vida, como decía la profesora ¿Por qué entonces no se normaliza hablar de ello? La muerte sigue siendo un tema tabú en nuestra sociedad. Vivimos en un mundo de postureo e inmediatez, sumergidos en multitud de aplicaciones y redes sociales que nos sirven para estar más conectados con otros, pero más desconectados con nosotros mismos. Evitamos el dolor a toda costa...el dolor no es guay. No nos gusta mirar de cara lo que nos incomoda, lo que nos hace sentir mal; las guerras, la pobreza, la desigualdad social, las injusticias, la muerte...Mejor correr un tupido velo y seguir en nuestro mundo de Mr. Wonderful ajenos a los problemas que afectan a la humanidad y a nuestro planeta.

Recuerdo al acabar mi jornada de prácticas salir del hospital y respirar, sentir el valor del oxígeno entrando en mis pulmones y notar cómo el tímido sol que pareció asomar entre las nubes acariciaba mi rostro. Alguna lágrima afloró por la intensidad de lo vivido. Me detuve a apreciar la vida y el valor de convertirme en enfermera. La profesión más bonita y dura del mundo.

Aquel día, era similar al de hoy, un frío día de noviembre. La diferencia eran los años, habían pasado 40 años desde aquel día, y estoy enferma. Ahora soy yo la paciente. Desde este lado, y con la madurez que dan los años, las cosas se ven de otra forma, la perspectiva cambia. Mi biografía ha sido intensa, he tenido la oportunidad de trabajar como enfermera en distintos países, he vivido experiencias duras y también maravillosas, pero está llegando a su fin. Me muero, lo noto. La luz se apaga. Situación de final de vida lo llaman, pero es mi vida. Vuelvo a sentir la muerte cerca, pero es mi muerte. Siento rabia, miedo, estoy asustada, sola ante lo desconocido...Me surgen preguntas, ¿qué sentido tiene la vida?, dudas existenciales. Divago. Amo mi vida, no quiero estar en esta habitación...quiero ver a mi hijo crecer, caerse y levantarse, estar ahí para él. Quiero estar todos sus inviernos, primaveras, veranos y otoños. Me necesita, le necesito, pero no. El destino, Dios o los malditos planetas no tienen ese plan para mí, estoy enfadada. También estoy triste, quería hacer tantas cosas todavía; entre ellas, amar más y pensar menos...La vida se me

escapa sin poder evitarlo...No habrá más puestas de sol, ni lunas llenas, ni estrellas fugaces a las que pedirles deseos que sé que no se cumplirán, ni veré más sus ojos verdes...Me faltan fuerzas, lo noto. Cuanto más lucho contra lo que siento, más me enfado, mi corazón se acelera. No hay salida, pero quiero darle un sentido, divago...Calma...Respira, mientras tengas aliento -me digo. Es normal que sienta esa mezcla de emociones, son pasajeras, es un proceso, lo estoy asumiendo. "Aceptar lo que no podemos cambiar" es la clave como decía Dña. Dora Maldonado. No olvidaré aquel día, que hoy ha venido a mi memoria. La palabra resignación no me gusta. Yo acepto, yo decido cómo afrontarlo, y elijo mirar a la muerte de frente y con la cabeza alta, sin miedo. Ha salido el sol, se ha abierto paso frente a la oscuridad del día, de mis pensamientos, y además me ha regalado un arco iris. Maravilla de la naturaleza. Sonríó.

Recordando aquel día, reflexioné sobre lo difícil que es ponerse en la piel del otro, cuando tienes poca experiencia y madurez en la vida, cuando tienes toda la vida por delante y ves la muerte como algo ajeno, que les pasa a otros, muy lejano...

La muerte existe, es real e inevitable. Visibilicémosla, hablemos de ello, y de la importancia de saber acompañar también estos últimos días. Detrás de la muerte hay personas con una historia de vida única como pueda ser la mía, que sienten la despedida cerca.

No olvidaré aquel día, donde quiera que vayan mis recuerdos cuando ya no esté...

CONCURS II

Fomentar l' Empatia
mitjançant el Relat
com a Recurs Didàctic
2022



IP del projecte: Maria del Carme Alorda Terrasa
Professora Titular d'Escola Universitària
Departament d'Infermeria i Fisioteràpia
Universitat de les Illes Balears

400