

Mis inicios en las despedidas

Sara Pascual Soler. MIR4 MFYC



El primer adiós consciente y doloroso me pilló en plena adolescencia. Lejos de pensar en un futuro como médica y lejos de pensar en que la muerte podía suceder cerca de mí.

Comenzó con mucho dolor, sin comprender ninguna de las señales de mi alrededor y sin poder responderlas con la tranquilidad y la reflexión que me hubiese gustado.

Recuerdo esa noche, en que te apagabas y el dolor te agarraba a la vida. Recuerdo esas escaleras y tus gritos abajo, tu mirada perdida, tu mirada incomprensible más lejos que cerca, pero abrazando mi mano.

Esa mandíbula caída, como tu cama, en la planta baja. Y tu mirada hacia arriba, hacia donde yo también miraba, pensando en las posibilidades del futuro y del amor.

Idealizaba un amor que no existía, mientras perdía uno de los más reales de mi vida.

Despedir con calma, no supe hacerlo. Era adolescente y mi egocentrismo no me permitía orientarme sin nebulosas.

Ante tu silencio, tu calma, tu falta de fuerzas, tu tranquilidad y tu ausencia, no se me ocurrió otra cosa que preguntarte si me querías. Tu ausencia progresiva me hacía necesitar reafirmar tu amor. Ese que he buscado en los momentos que más me arrastraba al fondo y me hacía sentir a salvo.

Me contestaste que más que a tu vida.

Esa que se terminaba en esa cama, en ese cuarto con esa ventana hacia un árbol frondoso, donde se apoyaban las aves con sus trinos

mañaneros que te despertaron a ti y a tu madre, a ti y al abuelo, a ti y a tus hijos, a ti y a tus nietos. En esa casa en la que debiste sufrir en silencio y soledad. En la que nunca te vi, sufrir en silencio y soledad.

Te pensé a muchos km, mientras miraba la luz de la luna, sola. Sin atreverme a llorar con nadie, más que conmigo misma. El dolor de la muerte me produjo soledad. La luna tan sola, pero tan brillante, tan constante, mirándome solo a mí, me recordó a ti. Tenía que ubicarte en algún sitio, no nos habíamos dicho adiós. Te ubiqué en la luna.

Y te mandaba preguntas sobre la vida y la muerte: ¿Qué se siente cuando llega el final? ¿Salen lágrimas? ¿Salen suspiros? Te sentiste ¿bien? ¿Se espera como se esperan al resto de etapas de la vida?

En ese momento no lo sabía, pero fue la primera experiencia que después me serviría en situaciones similares en las que en vez de ser la que lloraba y se hacía preguntas, era la que acompañaba e intentaba resolver las dudas.

Aprendí sobre qué eran los cuidados paliativos a domicilio, sobre la importancia y la tranquilidad de mi abuela al ser su médica ¿de toda la vida? la que le acompañó y le resolvió las dudas.

Aprendí sobre la importancia del acompañamiento, aunque sea en silencio; la importancia de las despedidas y la de despedirse sin dolor. Supongo que en ocasiones lo académico se queda corto, y surgen nuestras experiencias (incluidas las de la infancia) para darnos herramientas que nos ayuden a acompañar y dar una mejor atención a nuestras pacientes.

Aquellas reflexiones al inicio de la adolescencia cargadas de emoción me siguen apareciendo en ocasiones. Se me plantean dudas similares, que sigo buscando dónde resolver.

Pero el tiempo y la práctica médica me están enseñando que la incertidumbre nunca abandona pero que la comunicación y la empatía muchas veces la diluyen.