

Hablar de la muerte para vivir y morir mejor

DOI: [10.69105/BYCS.2023.11.2.2.1](https://doi.org/10.69105/BYCS.2023.11.2.2.1)

Si tuviéramos que decidir uno de los tabúes más extendidos en nuestra sociedad, la muerte ocuparía, sin duda, un lugar preeminente. Si bien hace unas décadas, ésta era considerada como algo inevitable y natural, actualmente los continuos avances médicos así como las mejoras en la tecnología sanitaria y el aumento considerable de la esperanza de vida, nos han hecho cambiar radicalmente nuestra visión de la misma. Ahora se percibe como algo distante que, o bien sólo les concierne a personas muy mayores, o bien es el resultado de un error médico fatal. Esta nueva perspectiva a la hora de concebir el final de la vida ofrece importantes implicaciones que afectan tanto a la práctica médica como a la manera en que el ser humano actual afronta el duelo y la pérdida. Porque, por mucho que avance el conocimiento y la ciencia, por mucho que filósofos de la talla de Yuval Noah Harari nos vaticinen un futuro cibernético en el que morir sea sólo un reducto del pasado, a día de hoy ese sueño se queda en una mera quimera.

La muerte sigue ahí presente, lo único que ha cambiado ha sido nuestra actitud frente a ella. Como es algo incómodo, la sociedad actual hace lo posible para mantenerla alejada. Pudiera parecerse a esos niños pequeños que, inocentemente, al taparse la cara, creen que están escondidos y nadie los puede ver. Si no hablas de algo, ese algo no existe. Sin embargo, no podemos estar ocultándonos de su presencia ya que lo que hacemos es un aplazamiento de la cuestión con la que tendremos que toparnos tarde o temprano. Todos estos temas son tratados con singular maestría por Montserrat Esquerda en su ensayo *Hablar de la muerte para vivir y morir mejor* (2022). El propio título esconde una paradoja: si hablamos de la muerte, viviremos mejor. No hace falta ser un reputado psicoanalista para reconocer que el acto de hablar nos libera de nuestros miedos más íntimos. Es una especie de racionalización en la que no solo sacamos a la luz nuestros sentimientos, experiencias e ideas, sino que mediante el habla damos forma a nuestro complejo mundo interior, lo hacemos comprensible, asequible y controlable. Con esta obra, al reflexionar sobre la muerte, Montse Esquerda rompe con convencionalismos, habla sin ambages sobre una de las cuestiones más espinosas para los individuos de hoy en día. Y lo más significativo es que lo hace desde un profundo conocimiento del asunto. Médica de profesión, nuestra autora catalana utiliza su dilatada experiencia clínica como base para su argumentación. A lo largo de su obra nos

Hablar de la muerte para vivir y morir mejor ofrece numerosos ejemplos y anécdotas de casos reales que tienen como finalidad mostrar al lector la cuestión del cese de la existencia como un hecho natural, muy lejos del dramatismo y la angustia con que se nos presenta en la actualidad. Ya era hora de que alguien se atreviera a poner sobre el tapete con sinceridad y honestidad este tema y nos abriera los ojos ante una realidad con la que nos vamos a encontrar antes o después.

Una de las peculiaridades de este pequeño ensayo es que, además de poseer un tono científico, es una obra profundamente humanística. Durante la primera parte de la misma, nuestra médica ilerdense hace alarde de un profuso conocimiento de historia, de literatura tanto española como extranjera así como de otras artes como la pintura y la música. Este hecho, lejos de ser baladí, es de vital importancia a la hora de interpretar el sentido que la muerte tiene para Esquerda. Pudiéramos pensar que, como se trata de una científica, necesariamente nos debiera explicar este último trance de forma objetiva, utilizando exclusivamente tecnicismos que lo describieran como un proceso de deterioro de órganos, tejidos y células. Sin embargo, Montse Esquerda pretende ir más allá. Esta autora, tras haber hecho un estudio pormenorizado del tema a lo largo de la historia, se da cuenta de que para el ser humano la muerte no es solo una mera degradación de un cuerpo físico, sino que en todas las culturas desde los albores de la civilización, el acto de morir ha estado rodeado de una serie de rituales y de creencias que tienen la misión de ayudarnos a asimilar mejor la idea de nuestra finitud. En este punto es donde entran en juego los saberes humanísticos y las artes. Si echamos una ojeada a la historia de la humanidad, la muerte siempre ha estado presente tanto en la filosofía como en la literatura, la pintura y la música. Todas estas manifestaciones han conformado un corpus de referencia, un sistema de valores común, una cultura que nos ha protegido de caer en el abismo de lo no conocido. El gran problema de nuestros días es que hemos **“desculturalizado”** la muerte, la hemos desterrado de nuestros pensamientos de tal modo que ante su presencia nos sentimos profundamente desvalidos, mucho más que nuestros congéneres de otras épocas.

Todo esto tiene importantes consecuencias en el ámbito médico. Así, al ceñirnos a una definición de muerte estrictamente basada en lo biológico, corremos el riesgo de deshumanizar al enfermo, de tratarlo más como a un simple cuerpo que como a una persona. Según nuestra autora, este es el derrotero que ha tomado la medicina en los últimos tiempos. Ahora la ciencia está únicamente centrada en desarrollar nuevos e innovadores tratamientos de curación y deja de lado las necesidades psicológicas y espirituales de los pacientes en el último momento de sus vidas. De este modo, la medicina moderna ve la

Hablar de la muerte para vivir y morir mejor muerte como un fallo, una equivocación que debería haber sido subsanada correctamente y no se ha hecho. Esto nos causa una enorme frustración. Paradójicamente, a pesar de que nuestra sociedad ha ganado terreno a la muerte triplicando la esperanza de vida en las últimas décadas, **el ser humano posmoderno** se encuentra más indefenso que nunca cuando tiene que enfrentarse al término de su existencia.

Un dato curioso y que me merece la pena señalar es que al comienzo de cada capítulo, debajo del título, se reserve un espacio para una cita de una obra literaria y el nombre de una pieza musical. Por lo visto, como la propia autora explica en su libro, tanto la música como las referencias literarias son un anticipo de lo que a ella le gustaría que leyeran y tocaran en su sepelio. La sencillez con la que Montse Esquerda se refiere sin tapujos a su propia muerte es una muestra de que la autora no se limita a dar consejos sin más, sino que intenta vivir lo que predica. Este hecho suscita que su discurso se haga más convincente ya que el lector puede empatizar más fácilmente con ella.

A medida que va transcurriendo el libro, la reflexión filosófica va dando paso a temas más técnicos, estrechamente vinculados a la praxis médica en contextos determinados. De este modo, podemos distinguir una primera parte de la obra, más abstracta, teórica y humanística; y una segunda, mucho más práctica y específica en la que explica términos médicos. Así, en un epígrafe del capítulo 6 titulado: la nueva muerte incorpora un nuevo lenguaje, nos aporta un glosario actualizado y fácil de entender que nos es de gran utilidad ya que nos aclara conceptos que pudiéramos considerar algo abstrusos o ambiguos. De este modo, para un lector no especializado, nociones como “obstinación del esfuerzo terapéutico”, “futilidad”, “voluntades anticipadas” o “eutanasia” quedan perfectamente explicadas. La propia autora justifica así este apartado: “¿Demasiados términos? ¿Demasiado técnicos? ¿Demasiado confusos? Yo respondería, sí, sí y sí. Pero algún día tendréis que tomar decisiones sobre estos escenarios, sobre vosotros mismos o sobre vuestras familias.”[1]

Más adelante, continúa ofreciéndonos recomendaciones para afrontar diversas situaciones estresantes como por ejemplo la manera de sobrellevar la muerte de un ser querido o la forma de ayudar a un niño que está pasando por un proceso de duelo. En este punto, Esquerda se nos revela como una verdadera especialista y conocedora de la cuestión. Recordemos que nuestra escritora catalana, además de médico pediatra, es licenciada en psicología y cofundadora de la Asociación Grups d’Acompanyament al dol de Lleida, organismo erigido en 2004 con el objetivo de ayudar a personas que han sufrido la pérdida

Hablar de la muerte para vivir y morir mejor

de alguien cercano.

Un último aspecto que me gustaría resaltar es que Montse Esquerda ha realizado un intenso trabajo de documentación y de búsqueda de información. Como hemos apuntado más arriba, se ha servido de una nutrida bibliografía no solo de obras científicas, sino también del ámbito de las humanidades. Citas de artículos, informes y obras literarias se suceden en un todo entramado y bien constituido cuyo fin es mostrarnos la necesidad de “rehumanizar” la muerte para poder así dar sentido a nuestras vidas.

[1]Montserrat Esquerda, Hablar de la muerte para vivir y morir mejor, de. Alienta, Barcelona, 2022 (p. 109)



Esquerda, M. Hablar de la muerte para vivir y morir mejor. Ed. Alienta, 2022

Hablar de la muerte para vivir y morir mejor

Montse Esquerda es licenciada en Medicina y Cirugía, especialista en Pediatría, licenciada en Psicología, doctora en Medicina y máster en Bioética y Derecho. Además de su actividad como médico pediatra en salud infantil en Sant Joan de Déu, en Lleida, es directora general del Institut Borja de Bioética de la Universitat Ramon Llull y preside la Comisión de Deontología del Consell de Col·legis de Metges de Catalunya.

Beatriz López Pastor
IES Séneca, Córdoba

Actualizado: 7-08-2024