

LA DESPEDIDA -COVID-19

M. Lacasta, Y .López



Adaptación del tríptico del Equipo de la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital Universitario la Paz

*“A pesar de decir adiós,
le decimos hola cada vez que le recordamos o le sentimos en nuestro corazón.
Hola y Adiós siempre se encuentran”. Mariant Lacasta.*

LA DESPEDIDA DE LA FAMILIA EN SU DOMICILIO

- . La muerte del ser querido es uno de los acontecimientos vitales más dolorosos que ha de afrontar un ser humano. Cuando ocurre, la despedida es muy importante y tan diferente como personas o circunstancias que la vida te presenta.
- .La despedida es un proceso personal y propio de cada uno. Habla de lo afectivo, de la reconciliación, del agradecimiento y del adiós. Es una actitud que puede hacerse en cualquier lugar y en cualquier circunstancia.
- .En esta situación tan terrible como la pandemia por el covid-19, caracterizada por la emergencia, el aislamiento y la gravedad, podemos sentir que la situación nos impidió despedirnos, y que nuestra persona querida ha estado sólo/a. Sin embargo, tu ser querido no ha estado solo: para los equipos es muy importante el que no se haya sentido así. Su objetivo no es solo intentar curar y aliviar, sino acompañar, mostrar afecto, y ayudarle en sus necesidades.
- .En cuanto a la “despedida” la has hecho sin darte cuenta, ya que es una actitud de amor. En ti has estado creando un espacio, en el que no sólo ha habido dolor, sino también sentimientos y pensamientos que sólo sabes tú y tu ser querido, de cosas que habéis compartido. Puedes sentir que te han faltado cosas por hacer o decir. Eso siempre ocurre en las despedidas, por eso son tan dolorosas. Esta es la razón por la que se ofrecen algunas Pautas para poder llevarla a cabo en domicilio.

PAUTAS PARA “LA DESPEDIDA”

- Escoger llevarla a cabo de forma individual o familiar.
- Pensar el lugar.
- Seleccionar alguna música o canción.
- Poner alguna foto/s , objetos personales, velas...
- Decirle aquello que os gustaría, *Pedirle perdón y agradecerle.*
- Expresar pensamientos, sentimientos y emociones.
- Compartir cartas, fotos, cajas de recuerdos y dibujos de los pequeños.
- Aceptar y dar apoyo a los demás.
- *Preparar un ritual que a él /ella le pudiera gustar*