



Sigamos siempre sumando habilidades y recursos

Let's keep adding skills and resources

Gabriela Roel de Simón*

Citar como: Roel de Simón G. Sigamos siempre sumando habilidades y recursos. Acta Med GA. 2025; 23 (4): 408-409. <https://dx.doi.org/10.35366/120516>

Abstract

We are happy to have been invited to participate in the 3rd International Congress of Oncology of Hospital Angeles Health System organizing a Symposium in Thanatology (by the way, congratulations to the organizing team, you did a great job) because health professionals have realized how thanatology can be useful not only for the patients and their families, but also for themselves. As a doctor's wife I had realized years ago that there was a gap in the support and emotional containment to patients and their families in those situations of adverse diagnoses or losses. All of them were in pain, as well as their health team itself. Thanatology is a discipline that accompanies a person in all the losses that can be lived, listening to the grieving person in an empathetic and active way, containing them emotionally and validating the management of emotions and feelings that they are managing to do. The persons are accompanied to find the best way to live their grief according to their own resources. The task continues, and if we all add up our own resources and skills in various fields, we will be able to help heal the body and soul of our patients.

Keywords: thanatology, accompaniment, grief, empathy, listener.

No cabe duda que “la vida te da sorpresas” (como dice la canción), y el haber sido invitadas el pasado abril a organizar el Simposio en Tanatología dentro del 3er Congreso Internacional de Oncología de Hospital Angeles Health System fue una sorpresa muy grata (por cierto, muchas felicidades a todo el equipo organizador, les quedó excelente)... y no fue sorpresa porque nos invitaran a organizarlo a nosotras, pues la tanatología ha estado en nuestra vida desde 1996, además de tener ya 18 años formando generaciones de tanatólogos (llevando *bajita la mano* aproximadamente más de 850 alumnos en el proceso, sólo de los puros diplomados, sin contar talleres, seminarios, etcétera), sino porque afortunadamente los profesionales en salud habían volteado sus ojos con mayor interés hacia la tanatología, considerándola de utilidad no sólo para el paciente, sino también para sus familias, e incluso para el mismo personal de salud.

Llevo involucrada en la vida de la salud en México más de 40 años al haberme casado con un médico, y años después, a raíz de haberme encontrado por azares del

destino (pues soy abogada de profesión) dentro del mundo de las pérdidas, de las crisis, de las enfermedades crónicas y terminales, de las hospitalizaciones, de los diagnósticos adversos, de las malformaciones, de los tratamientos, etcétera, que caí en la cuenta de que había ahí un gran vacío, pues existía un espacio que no se estaba cubriendo y que era necesario no pasarlo por alto, pues involucra precisamente no sólo a todos los pacientes, sino también a miles de madres, padres, hermanos, hijos, parejas, amigos, y como decía antes, al mismo personal de salud, pues aunque hay muchos “mitos urbanos” al respecto (me consta que ni son fríos, ni son indiferentes al sufrimiento de los demás), claro que afecta tanto a los médicos como al personal de enfermería y de salud en general los casos de dolor y de pérdidas diversas que ven a su alrededor día a día y en donde es el mismo dolor humano el que desgarrar.

La tanatología es una disciplina que acompaña todas las pérdidas que puede vivir una persona (siendo, por supuesto, la muerte la más difícil de afrontar), desde muchas

* Licenciatura en Derecho. Diplomado en tanatología. Maestría en orientación familiar y consejería.

Correspondencia:

Mtra. Gabriela Roel de Simón

Correo electrónico: garodesi@me.com



perspectivas como la ética, la espiritual, psicológica, médica, biológica, intelectual, sociológica, escuchando siempre de manera empática y activa al consultante y/o doliente, contendiéndolo emocionalmente, y asimismo validando la poca o mucha gestión de sus emociones y sentimientos que esté logrando hacer. Al acompañar a la persona, lo apoyamos en encontrar la manera de vivir su dolor y su pérdida, ayudándolo para que pueda fluir de la mejor manera posible de acuerdo con sus propios recursos, lo apoyamos en el caminar de su día a día, y en que pueda lograr poco a poco cambiar el tan socorrido “¿por qué?” por el “¿para qué?”.

Nosotros no somos terapeutas, pero sí somos aliados de los médicos, del personal de salud en general, de los paliativistas, intensivistas, de los trabajadores sociales, etcétera, acompañando a las personas, y a sus familias y amigos, desde que viven el problema, la crisis o el diagnóstico adverso (ya sea de una enfermedad crónica o terminal por ejemplo) a través de la enfermedad o de las vivencias complejas que están afrontando, hasta la pérdida de un ser querido y todavía aún después de ella, que es cuando les queda un gran vacío en su corazón, pudiendo detectar también cuando en algún caso específico debemos referir a esa persona a los profesionales de la salud mental, quienes los ayudarán a salir adelante. Lo importante para nosotros es poder estar acompañando a la persona en sus momentos de fragilidad o vulnerabilidad, pues es cuando necesitan un hombro o una mano amiga que los ayude a sostenerse, a resistir lo que les está tocando vivir.

Reflexionando que si en nuestro país hay más de 650,000 fallecimientos al año (según estadísticas del INEGI

de 2022), tenemos que el impacto de éstos cae en forma directa en por lo menos 1’950,000 personas. ¿Es ahí cuando los debemos soltar? Eso no sería correcto, pues es justo en esa época cuando una gran parte de estos deudos quedan a la deriva, viviendo cada uno su “proceso de duelo” y tratando de sanar su corazón como Dios les da a entender, basándose en los muchos o pocos recursos que cada uno de ellos posean. Son los momentos en los que cada uno de ellos enfrentan con su corazón roto, además de con muchos otros problemas extras (económicos, familiares, de pareja, laborales, etcétera), su vida, la cual necesita ser reestructurada, necesitan reinventarla. Les aseguro que no es nada fácil la tarea que tienen por delante.

En fin, todas estas reflexiones personales que hoy comparto con ustedes no son más que producto de la experiencia y de querer siempre hacer algo por sanar a los demás cuando están rotos, y estoy segura que los frutos que se dieron a partir de las pláticas que tuvimos en el Congreso, en donde la afluencia al Simposio fue de cerca de 400 personas, será una semilla que germinará y que podrá dar frutos en beneficio de las personas a los que todos tratamos de cuidar y ayudar.

La tarea sigue y seguirá, pero estoy segura de que, si todos sumamos nuestras habilidades y recursos, cada uno en su campo, en favor de los que nos necesitan, podremos hacer grandes cosas. ¡Vamos por todo!

Si desea consultar los datos complementarios de este artículo, favor de dirigirse a editorial.actamedica@saludangeles.mx