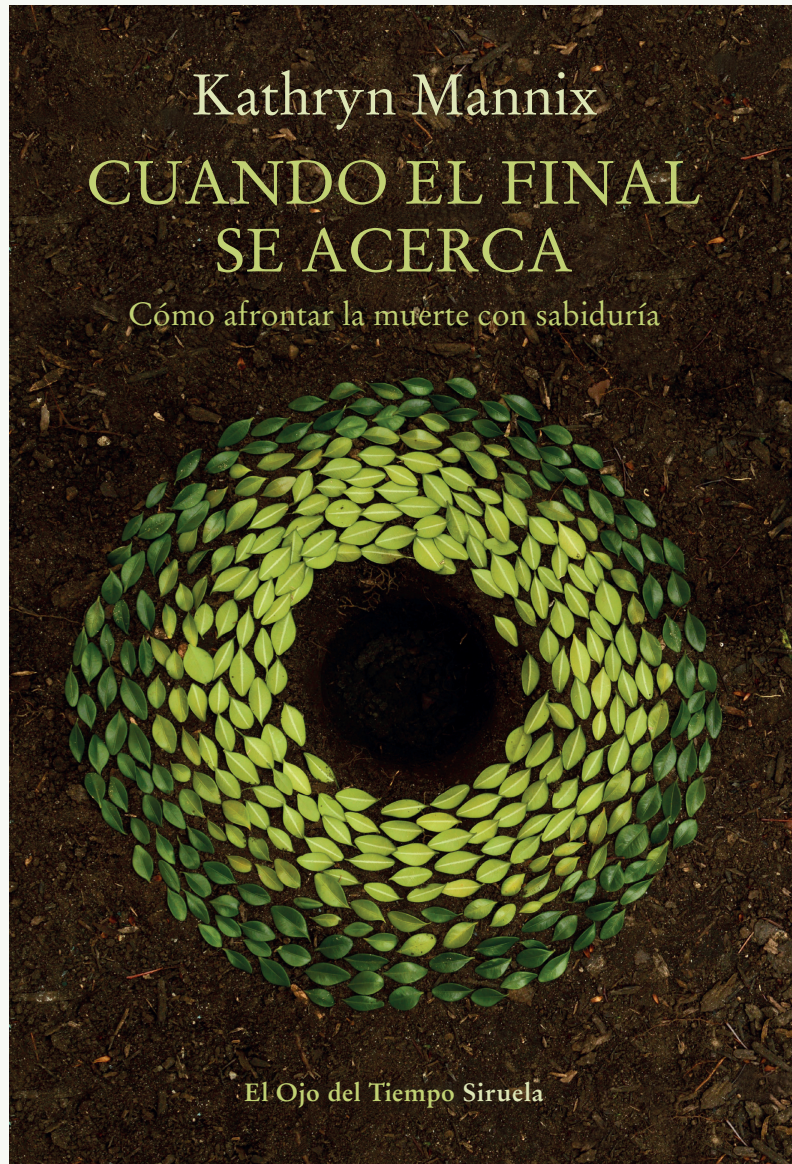


Dosier de prensa



Kathryn Mannix, doctora pionera y especialista en cuidados paliativos, explora a través de treinta casos reales tomados de su experiencia clínica el gran tabú de nuestra sociedad: la muerte.

La autora

La británica **KATHRYN MANNIX** ha dedicado la mayor parte de su carrera como médico a trabajar con personas que sufren enfermedades incurables o en fase terminal. Comenzó tratando a enfermos de cáncer para después dar un giro en su actividad profesional y convertirse en pionera de lo que era una nueva disciplina médica: la de los cuidados paliativos. Ha ejercido tanto en hospitales como en residencias, hospicios o en las propias casas de aquellos pacientes a los que había que prestar cuidados paliativos, siempre con un objetivo claro: mejorar la calidad de vida de los enfermos, incluso cuando se acerca a la muerte.



Calificada como terapeuta de Conducta Cognitiva en 1993, puso en marcha la primera clínica CBT (Cognitive Behavioral Therapy) del Reino Unido —y posiblemente del mundo— dedicada en exclusiva a cuidados paliativos a los pacientes, y desarrolló la que se conoce como capacitación CBT First Aid, para permitir a los colegas especializados en ese tipo de servicios que adquieran nuevas habilidades a su preparación en la ayuda a los pacientes.

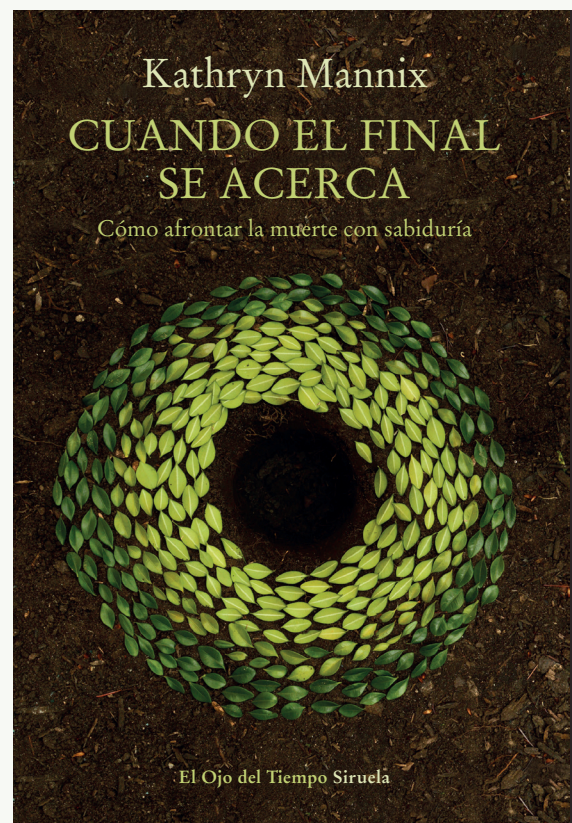
Mannix ha trabajado con miles de enfermos terminales, y posee una capacidad para lidiar con la enfermedad y la muerte fascinante e inspiradora. Considera que una mejor concienciación pública sobre lo que sucede a medida que nos morimos reduciría el miedo y permitiría a las personas afectadas expresar sus planes y posibles esperanzas con aquellas personas que les importan.

Cuando el final se acerca

«Lee este libro y estarás mejor preparado para la vida y la muerte».

La doctora Kathryn Mannix, pionera y especialista en medicina paliativa, ha escrito un libro sin precedentes donde explora uno de los mayores tabúes de nuestra sociedad y del que todos compartimos su auténtica certeza: la muerte. Sin saber cómo ni por qué —quizás por miedo al hecho mismo—, hemos dejado de usar palabras como *morir*, *muerte* o *deceso*... Y en lugar de comentar abiertamente que alguien se está muriendo, recurrimos a eufemismos o circunloquios como decir «está seriamente enfermo» o «la enfermedad le tiene consumido». Tristeza, desazón, falta de esperanza o ansiedad se esconden tras unas palabras que lo que hacen no es sino enmascarar una realidad que debería afrontarse con naturalidad, sabiduría y franqueza.

Basándose en experiencias reales, en muchos de los casos que ha tenido que afrontar a lo largo de sus cuarenta años de práctica médica, Mannix ha escrito un libro en el que nos relata algunas historias que, cuidadosamente tratadas —con honestidad y sensibilidad—,



CUANDO EL FINAL SE ACERCA
Cómo afrontar la muerte con sabiduría
KATHRYN MANNIX
El Ojo del Tiempo n° 105
326 págs.
ISBN: 978-84-17454-44-9
PVP: 21,11 / 21,95 €
PVP ebook: 9,91 / 11,99 €

buscan responder a aquellas inquietudes y cuestiones más íntimas ligadas al proceso de morir. Historias que, además de convincentes, resultan terapéuticas a la hora de acercarse al tema de la muerte, ya no tanto con desasosiego o temor, sino más bien con claridad, comprensión y familiaridad.

«La tasa de mortalidad continúa siendo del cien por cien, y el patrón de nuestros últimos días y del modo en que morimos no ha cambiado. Lo único distinto es que hemos perdido la familiaridad que tuvimos en su día con ese proceso, y también el vocabulario y el protocolo que tan buen servicio nos prestó en épocas pasadas, donde la muerte se entendía como algo inevitable».

Este es un libro que va dirigido a todos nosotros, porque todos, sin excepción, antes o después, pasaremos por fases de duelo y aflicción, de salud y enfermedad. Embarcarse en su lectura implica encontrarse con seres humanos que son como nosotros o como las personas que nos rodean, que conocemos y amamos. Muchas de las situaciones y circunstancias que se narran nos pueden resultar entonces muy familiares y, de hecho, aunque intentemos desviar la mirada, los paralelismos entre estos casos y nuestras experiencias personales se harán inevitables. Abrir las páginas de este libro nos permitirá tener una visión clara y contundente de cómo morimos y llegar a conocer, de primera mano, historias como la de Holly, que, el último día de su vida, se puso a bailar con euforia por toda la casa; la de Eric, un director de instituto que tras sufrir una enfermedad neurodegenerativa decidió, como siempre había hecho, seguir solucionando cosas...; o la de Sylvie, cuya leucemia le está dando una tregua para coser un cojín al que su madre pueda abrazar junto al fuego después de que ella muera.

«La antigua sabiduría percibe la muerte como un componente necesario e incluso bienvenido de la condición humana: una terminación que concluye con la incertidumbre y la desesperación; una frontera temporal obligatoria que hace que el tiempo y las relaciones sean invaluable; una promesa de dejar atrás los problemas vitales y el fin de la lucha diaria repetida».

Historias que hacen pensar

«Tras encontrarme con la muerte miles de veces, he llegado a la conclusión de que tenemos poco que temer y mucho que preparar».

En primera persona, Mannix hace un repaso de las historias que más han marcado su carrera, integrando su propia experiencia vital y conformando una visión tan cercana y concluyente como reflexiva y sincera. Su propósito, además de abrir los ojos ante una realidad irrefutable, continúa siendo dar la oportunidad al lector para que se familiarice con la agonía —que, en el fondo, no es más que el proceso de morir—, su evolución y las diferentes formas en que las personas reaccionan ante ella. Con esa intención, la autora ordena el libro por temas que pueden leerse de manera independiente, pero que, en cierto modo, siguen una atinada y gradual progresión, desde los principios más concretos (cambios físicos, aparición de los síntomas o patrones de comportamiento) hasta aquellos puntos que más decisivos resultan y que, sin lugar a dudas, son los que más importan.

Más de treinta historias reales de humanos normales, «muriendo muertes humanas normales»... De personas que se abrazan a la vida no porque sean más valientes que otras, sino porque es lo que habitualmente hace el hombre. Narraciones que son modelo de inspiración, de acción y esperanza. A veces tiernas o divertidas y otras trágicas, pero siempre sabias y conmovedoras. Conoceremos los últimos días de Sabine, una luchadora octogenaria que desde la unidad de paliativos luce su propia medalla al valor para recordar que ella (como su marido, infatigable y audaz militar que luchó junto a la Resistencia durante la Segunda Guerra Mundial) también puede ser valiente en momentos como ese... Sin quererlo, guarda en secreto el miedo que le produce la posible llegada del dolor, uno que realmente no pueda soportar y que acabe con sus reservas de valor.

«Me fascina el enigma de la muerte: el cambio que se produce inefablemente cuando uno pasa de estar vivo a no estarlo; la dignidad con la que los enfermos más graves afrontan la muerte; el desafío que representa ser sincera y cariñosa al mismo tiempo cuando se habla de una enfermedad y de la posibilidad de no mejorar; los momentos de humanidad compartida junto al lecho de los moribundos».

Entre diálogos y reflexiones, también conoceremos la historia de la abuela de la autora que, tras serle diagnosticado un cáncer de colon, se debate entre el dolor y el retorno a su residencia, un espacio con capilla donde poder rezar y prepararse para la muerte...

La ansiedad familiar se torna tranquilidad ante la temblorosa calma de la anciana. Lecciones de responsabilidad, paciencia y generosidad que no hacen sino seguir el orden natural.

Analizar patrones se hace obligatorio en un libro que bucea en esos momentos de inevitable adiós... Habrá personas que encuentren paz interior desahogándose y otras que prefieran ser autosuficientes. Así, planificar los detalles o evitar pensar en lo que se acerca son posturas enfrentadas que pueden provocar estrés entre aquellos que comparten un mismo caso: «Hallar un punto de encuentro para trabajar juntos requiere sensibilidad, tacto y paciencia, y quizá la ayuda de un tercero de confianza». Las historias narradas aquí ofrecen la oportunidad de vestir la piel de otros, de conocer la amplia diversidad de estrategias que emplea la gente. Porque, en el fondo, todo el mundo prefiere hacer las cosas a su manera. Y «el final de la vida no es distinto».

«Solo hay dos días con menos de 24 horas en nuestra vida, que esperan como dos paréntesis abiertos que cierran nuestra existencia: uno de ellos lo celebramos cada año, aunque es el otro el que hace que atesoremos la vida».

Nombrar lo innombrable

«A veces el duelo de adaptarse a una muerte repentina es más duro que cuando se tiene la oportunidad de despedirse».

Buscar la empatía del lector se hace algo verdaderamente complicado cuando se habla de muerte, pero Mannix lo consigue. Hace que uno, ávido y tenso a un tiempo, pueda llegar a «experimentar» lo que sucede cuando se acerca el final de todo... Las dudas se suceden: cómo afrontar la situación; cómo asimilarla; cómo asumir la agonía y entender la reacción de los familiares; cómo apercibirse de que estamos ante un fenómeno que ocurre a diario... En palabras de la autora, acostumbrada a encontrarse con la muerte, tenemos poco que temer y mucho que preparar. Por desgracia muchos piensan lo contrario, que morir es algo triste... Y es entonces cuando surge el problema: no quieren hablar sobre el tema, ni se preparan para ello. Consideran que el hecho en sí ya es aterrador.

«¿Cómo deberíamos responder los profesionales cuando no queda tiempo para acostumbrarnos? Ceder a la negación, ¿es mentir o es respetar la elección de la persona?».

Podríamos considerar *Cuando el final se acerca* como una excelente y cercana guía de preparación para la muerte. Su realidad y franqueza se alejan del más gris pesimismo. La intervención de los pacientes, con sus atinados diálogos, permiten comprender aún mejor las fases de un proceso así... Disminución de la energía, cambios en la respiración y el ritmo del sueño, evitar el sufrimiento. Son parámetros que, explicados convenientemente por la autora (al comienzo y final de cada capítulo), se prestan a interpretación y análisis, como si de un manual del familiar enfermo se tratase. La doctora Mannix, gracias a su experiencia, presenta al lector un espejo donde contemplar la compleja gama de emociones y actitudes que suponen el proceso, desde la negación y el miedo, hasta el remordimiento y la inevitable ira.

*«— Entonces, ¿cuánto tiempo le queda?
«Odio esta pregunta». Es casi imposible responderla, pero la gente espera una cifra, como quien pregunta a cuánto está la libra. No hay cifra: es una dirección en un viaje, un movimiento en el tiempo, un trayecto de puntillas hacia un punto de no retorno. Le respondo con la mayor sinceridad y de la manera más directa posible: no lo sé con exactitud. Pero puedo decirle cómo valorarlo y luego podemos hacer nuestra propia estimación».*

Incluso sabiendo de la tristeza común que supone cada capítulo —cada desenlace ligado a una pérdida, la de un ser querido—, el encontrarse cara a cara con unas realidades tan profundas, más que a las lágrimas conducen al necesario consuelo, a la iluminación de un camino delicado que casi nunca queremos ni sabemos afrontar. La comunicación se convierte entonces en pieza clave para llegar a usar las palabras —y hacer las cuestiones— de manera adecuada, para ver la muerte como parte intrínseca de la vida y saber acompañarla de la mejor manera posible. Si tiene dudas sobre la muerte, o quizás ni siquiera se lo haya planteado, déjese llevar por la Dra. Mannix, por sus acertados consejos y sugerencias.

«En la vida y en la muerte, tenemos el privilegio de acompañar a las personas en momentos tremendamente significativos y poderosos, momentos que recordarán y que volverán a contar como leyendas familiares y, si los atendemos adecuadamente, para tranquilizar y alentar a futuras generaciones cuando ellos mismos se enfrenten a estos grandes eventos».

Cuando el final se acerca es una lectura ágil, impactante, poderosa, conmovedora (mucho) e interesante, pero sobre todo honesta. Una ventana abierta a la sabiduría y a la comprensión.

Han dicho de su trabajo

«Extraordinario y profundamente conmovedor. No es frecuente elogiar un libro porque se intuya simplemente que su autor sea una buena persona, sin embargo este es uno de esos casos. Cualquier lector acabará cautivado por el deseo de que, llegado el final, sea atendido por alguien con la empatía imaginativa de Mannix y la generosidad de su percepción práctica».

ROWAN WILLIAMS, *New Statesman*

«Es un libro increíblemente conmovedor, y sí, ya sé que trata sobre la muerte, pero también sobre la alegría. En realidad, no hay muchos libros que nos hagan cambiar nuestra forma de ver el mundo. Y este ensayo podría hacerlo. Te hará esforzarte a la hora de amar y de vivir. Te hará desear ser más amable. Y hará que quieras apreciar cada precioso momento de tu preciosa vida».

Sunday Times

«En los últimos años, han aparecido una gran cantidad de estudios de científicos de doctores y escritores que nos han mostrado diferentes maneras de terminar nuestros días: Atul Gawande, Oliver Sacks, Henry Marsh... La lista es larga. Ahora Kathryn Mannix se une a este distinguido grupo. El objetivo de la doctora Mannix es arrojar luz sobre un tema que con demasiada frecuencia se evita, y lo hace en un libro tierno y conciliador. Me gustaría que ella fuese mi compasiva y sabia doctora cuando llegase la hora».

Observer

«Iluminador y hermoso volumen. Mannix tiene buen ojo para la anécdota interesante y un oído magnífico con sentido del ritmo. No es para nada un libro sombrío. He derramado algunas lágrimas, pero no llega a ser un texto desgarrador porque Mannix trata con gran delicadeza tanto las partes más luminosas como las más sombrías de su experiencia. Es una lectura esencial para cualquiera que vaya al encuentro de la muerte, y por tanto, eso significa que para todos nosotros».

CATHY RENTZENBRINK, *The Times*

Si necesitas más información, puedes contactar con:

ELENA PALACIOS

epalacios@siruela.com

Tel.: 91 355 57 20