

Fecha: 28-05-2020  
Fuente: La Tercera Online  
Título: **Vivir con miedo a la muerte**

Visitas: 697.475

**Favorabilidad:**  No Definida

**Link:** <https://www.latercera.com/paula/noticia/vivir-con-miedo-a-la-muerte/KOSZ2VPZ4RHB3EHQPRR2VY3T3U/>

Patricia Morales Vivir con miedo a la muerte Comentarios Como la mayoría de nosotros, las primeras noticias que Claudia Arancibia (32) escuchó acerca del coronavirus fueron por televisión. Incrédula en un comienzo, le costó asumir que esto podría significar realmente un peligro para ella o sus cercanos. "Es como cuando uno ve la Teletón o ve accidentes en las noticias. Uno lo lamenta un montón, pero lo ve como algo lejano que a uno nunca le va a pasar". Pero todo cambió cuando el 8 de abril recibió la llamada de su mamá. "Tenía una voz extraña así que supuse que algo andaba mal. Después de un par de vueltas, me contó que al papá ""de 67 años"" lo iban a dejar en observación porque había dado Covid positivo y estaba con dificultad para respirar", cuenta. Incluso con esa información, confiesa no haberse asustado tanto. "No podíamos ir a verlo a la clínica porque estaba aislado, pero eso de quedar en observación me sonó a que no era nada grave. Asumí que al día siguiente mi papá estaría en la casa". Pero desde ese momento en su familia comenzaron a tomar más medidas: lavado de manos sin excepción cada vez que alguien tenía contacto con el exterior y reducción al máximo de las salidas. Al día siguiente las noticias empeoraron. A su padre lo pasaron a la Unidad de Cuidados Intensivos y decidieron intubarlo porque su vida corría peligro. Lo que vino después ""dice"" fue como una película de terror. "Cada mañana despertaba con el anhelo de que sacaran a mi papá de ese lugar, pero pasaban los días y seguía ahí. En total estuvo 20 días internado en la UCI. La primera semana sin ningún avance. Cuando lo ingresaron pensamos que sería un par de días, para ayudarlo a respirar mejor, pero nunca imaginamos que pudiera pasar tanto tiempo. Lo más difícil es que no podíamos estar con él ni con mi mamá porque estábamos todos en cuarentena preventiva. Y vivir con la sensación de que el papá se podía morir, cada uno desde su casa, fue realmente lo peor que me ha pasado en la vida", confiesa. Actualmente el padre de Claudia descansa tranquilo en su casa. Lo dieron de alta la primera semana de mayo. "Gracias a Dios salimos, pero fue la primera vez que vi la muerte tan de cerca. Nunca antes, y a pesar de que mis papás ya están más viejos y tienen los típicos achaques de esa edad, había pensando en la posibilidad de perderlos. Pero esta vez sí, y sentí mucho miedo", admite. Así como Claudia, miles de chilenos se enfrentan al temor a la muerte.

Así lo confirma una medición realizada por Ipsos Chile, en la que un 78% de los encuestados confiesa que ha pensado en la posibilidad de muertes de cercanos, amigos o familiares a causa del coronavirus ; un 52% ha pensado en la posibilidad de su propia muerte por la enfermedad; y un 44% confiesa estar hablando con mayor frecuencia sobre la muerte a propósito de la pandemia. “Actualmente se hace mucho más presente este miedo por la cantidad de contagios que hay y porque las muertes también han ido aumentando, sumado a la información sobre la posible saturación del sistema de salud.

Esto hace que nos sintamos más angustiados, ya que si me contagio o se contagia un ser querido, ya no aparece inmediatamente la idea de que me voy a mejorar, sino que también la posibilidad de que me puedo morir porque no voy a tener acceso a los insumos necesarios como un respirador", explica el psicoanalista y docente de la Clínica Psicológica de la UDP, Felipe Matamala. Según el experto, ya no vemos la muerte por coronavirus como algo lejano que ocurre en Europa. La sentimos más cerca y eso obviamente genera una sensación de miedo y también de estrés. "Siento miedo, pero a la vez tengo que tener un cierto optimismo o tolerancia frente a eso para poder responder en mi quehacer diario. Eso es muy estresante". La importancia de hablar de la muerte Según la socióloga Alejandra Ojeda, "culturalmente somos un país muy alejado de la muerte y los ritos asociados a ella. La tratamos de manera muy aséptica.

Contratamos servicios que tratan con la muerte, pero no la vivimos con la cotidianidad o con la cercanía y naturalidad que otras culturas tienen respecto de este tema". En ese sentido ""dice Ojeda"" desde una mirada más antropológica esta puede ser una oportunidad para cambiar nuestra percepción. "Hemos sido muy soberbios respecto de los temas de la muerte, la vemos siempre muy lejana y no como parte del ciclo vital.

Por eso pienso que esta es una oportunidad que tenemos como sociedad de volver a pensar en la fragilidad del ser humano, en lo que hemos hecho bien y mal, y de reencontrarnos con elementos que hemos olvidado y que son parte de nuestra existencia". Felipe Matamala concuerda: "Conversar sobre la muerte genera la sensación de no estar solo frente a esta situación y sentirse solo aumenta la angustia.

De alguna manera se produce un acuerdo, no tan tácito, de que el otro va a saber cómo resolver lo que viene". Además, si uno ve la muerte sólo como una pérdida, es mucho más angustiante.

"En otras culturas la muerte se ve como una oportunidad para ver lo que el otro me dejó, lo que aprendí de esta persona que además desaparece corporalmente, pero que sigue dentro mío, en mis recuerdos y pensamientos. Entender y compartir eso con quienes pensamos que pueden estar en riesgo, es una manera de acompañarnos emocionalmente", concluye.

#### Vivir con miedo a la muerte

[...] Myers, 28 de enero de 2020, Fuente: La Tercera Online



Patricia Monroy Muñoz con respecto a la muerte: Comentó como la mayoría de nosotros, las primeras veces que conocí a Cecilia Andrade (22) escuché decir que los enfermos fallecen por adicción. Haciendo un análisis, lo que creíste es que este patrón significativo establece un paralelo para el uso de sus drogas. "Yo nunca escuché esto en la Televisión o en accidentes, en las noticias. Una vez leímos un artículo, pero la vez anterior dejaste que sea un inicio en lo que se pone". Pero más tarde cuando el 18 de abril resultó la fallecida de su mamá, "hermosa cosa era escuchar, así que quedé así que algo andaba mal. Déjate de un par de locuras, me costó asumir que el papá "de 67 años" iba a dejar en observación porque todo dijo Covid positivo y estaba con dificultad para respirar", cuenta, incluyendo con esa información, confiarle no habráse dado la muerte. "No podíamos y a veces a la clínica porque siempre estabas atendidos, pero ese día de quedar en observación me dije a mí que no era hasta hora. Asimismo que al día siguiente mi papá murió en la noche". Pero desde ese momento se no, familiares consumieron y tomaron ésta medicina, teniendo de mimos ya exceptuando más tarde que algunos tienen contacto con el exterior y realizan actividades de los hobbies. De acuerdo siguió las estrategias preventivas. A su parecer los pacientes en la Unidad de Cuidados Intensivos y clínicas están establecidas para tal cosa. La cual viene después. "Tú mira" llaman una película de terror: "Cada noche se despiertas con el miedo de que caerás a tu papá del lado largo", para finalizar las citas y regalar alas. Ellos están entre 20 días internados en la UCI. La primera semana son muy seguros asustados. Conforme la ingesta permanece que sentirá más de pie de cara, pasando a insomnio y ataques de ansiedad, pero estos irán menguando que perderá tanto tiempo. Lo más difícil los que no podrán vivir con el miedo ya ni siquiera porque consideran tales con conscienteza preventiva. "Y mira con la sinceridad de que tu papá se presta mucho, está acá de pie de cara, has responder el miedo que ya pasó en la noche", resaltó. Afirmó que el padre de Cecilia despidió su espíritu en las noches. Los diarios de vida en la persona señora de maya. "Gracias a Dios salió bien, pero fue la persona que vio que el virus tenía la cara de un monstruo de miedo. Nunca oyó, y a pesar de que casi jugó ya muerto casi viejo, y llevó los típicos trajes de halloween de esa edad. Hasta pensando en la posibilidad de festejarlo. Fue en la noche del 12, y se sintió mucho temor", activa. Así como Cecilia, miles de otros se enfrentan al miedo a la muerte. Así lo comprobó una investigación realizada por Ipsos Chile, en la que un 80% de las encuestadas confiesa que ha pensado en la posibilidad de muerte de cercanos, amigos o familiares o el miedo del contagio. Un 60% ha pensado en la posibilidad de su propia muerte por la enfermedad, y un 44% confiesa estar hablando con mayor frecuencia sobre la muerte o pregiante de su padres. "Actualmente se hace muy poco miedo pensando en el contagio de coronavirus, pero hoy y siempre los miedos cambian (van asumiéndose, vanriendo a la información) y la persistente sensación del peligro de salud. Bajo eso que hoy estamos más angustiadas, ya que si me contigo o te contagias un día pronto, ya no sientes inmediatamente la idea de que morir hoy o mañana, sino que también la posibilidad de que tú pueda morir porque no soy a tierra acceso a los recursos necesarios como un respirador", explica el psicoterapeuta y docente de la Clínica Psicosocial de la UDD, Felipe Matamala. Según él, depende si no reacciona la muerte por comprensión como algo que ocurre en Europa. La señora murió cerca y él despidió, genera una comprensión de miedo y temores de otros. "Siento miedo, pero a la vez tengo que levantarme con cierto optimismo o trascendencia fría a otra para poder responder en mi querer persona difunta. Es algo un poco extraño". Le impresionó ser testigo de la muerte de Cecilia. "Me sorprendió Quito", "culturalmente somos un país muy mejorido de la muerte y hoy más asustadizo en ello. La italiana de italiana, más asustadizo". Comentó que traseras que tristes con la muerte, pero no la vivimos con la comprensión o casi la paciencia y maternidad que otras culturas tienen respecto de este tema. En su opinión, "Dios Creó" desde una perspectiva más antropologista esta puede ser una oportunidad para cambiar nuestras percepciones. "Tenemos más miedo sobresaliente respecto de la muerte de la muerte, la veemos temible muy lejana y no nos parte del todo bien. Era ese miedo que nos da esa oportunidad que tenemos como sociedad de volver a pensar en la fragilidad del ser humano, en lo que hemos hecho bien y mal", y se refirió concreta como elementos que hacen más difícil y que nos pone de inmediato tensión. Felipe Matamala mencionó: "Comencé a tener la resonancia general de sentimientos de no tenernos bien frente a una crisis y también algo asustadora la tragedia. De alguna manera se nos presentó un asusto, no tan grande, de que en el día a día se pudiera desatar lo que queríamos". Admitió, al igual que en el video, que esto lastimó más profundamente, en mucha más angustia. "En estos cultivos la muerte es como una oportunidad para ver lo que el otro tiene de más, lo que aprendió de esta persona que ademá desapareció completamente, porque sigue vivo dentro de mí, en mis recordatorios y pensamientos. Emocional y comprender con más personas que pueden estar en riesgo, en su memoria de acompañamiento emocionalmente", concluyó.