

XUSA SERRA

Infermera. Especialista en processos de dol

Canvis Xusa Serra sap que la mort forma part de la vida, tot i que ens entestem a amagar-ho i no parlar-ne mai. Ella hi treballa diàriament i reclama deixar sortir totes les emocions, sense por ni vergonya, que aquest procés sempre comporta

“La persona que està a punt de morir és de les més sàvies del món”



THAÏS GUTIÉRREZ

Xusa Serra és infermera i fa anys que acompanya persones en el moment de la mort. Amb la seva veu dolça i calmada transmet tranquil·litat en un moment clau de la vida, el final, i ajuda els familiars a participar d'aquest procés i acomiadar-se. Acaba de publicar el llibre *Ijo, també em moriré?* (Columna), en què aborda el tema de com parlar de la mort amb els nens. Una qüestió que resol simplement: “Se'ls hi ha d'explicar amb tota naturalitat”.

Et dediques a acompanyar les persones en el moment de la mort.

Sí, jo treballo als hospitals d'IDC Salut i el que fem és donar suport a les persones que es preparen per morir i a les seves famílies.

Què necessita una persona en el moment de morir?

Bàsicament necessita no sentir dolor, tenir la seva família a prop i morir en pau. Això últim és molt ampli, però ens trobem amb molta gent que potser ha viscut enfadada, que tenen situacions pendents que volen resoldre abans de morir. Quan t'acostes a la mort t'adones de la verdadera importància de les coses. Crec que la persona que està a punt de morir és de les més sàvies del món. S'adona que moltes de les coses a què havia donat molta importància en realitat no en tenen.

Sembla una feina molt dura. Ho és?

No, jo tinc la feina més meravellosa del món. M'emporto a casa el millor de les persones perquè jo només conec gent que estima molt, i això és una sort.

¿Viure cada dia amb la mort et canvia molt?

T'ensenya molt. Sobretot t'ensenya que avui hi som i demà no sabem si hi serem. Si partim d'aquesta base haurem de treure tot el profit al dia d'avui, haurem d'assaborir tots els moments.

Com es fa un dol ben fet?

Ha de ser un dol actiu. Els rituals, per exemple, són molt importants perquè ens consolen i ens ajuden a afrontar aquell fet. Hem de tenir en compte que no hem de tancar les emocions, les hem de deixar sortir i expressar-les. Això és fer un dol actiu i és el que permet mirar endavant.

I també és un procés llarg, però aquesta societat sembla que no té gaire temps per processar el dolor.

Sí, perquè el dolor incomoda molt. Fixa't que quan veiem algú plorar diem: “Anima't, no ploris”. Però amb això li estem dient que el seu plor ens incomoda, que ens dona mal rotllo. Aquella persona, llavors, intentarà no incomodar-nos però no haurà pogut fer un procés natural que el seu cos li demanava. A la nostra societat hi ha un model de contenció molt important i ho hauríem de canviar, hauríem de comunicar molt més, sobretot les nostres emocions.

riem de canviar, hauríem de comunicar molt més, sobretot les nostres emocions.

Per què parlem tan poc de la mort si tots ens hem de morir?

Perquè és una cosa que ha deixat de ser natural. Abans ho era però ara ja no. Hem passat de cuidar els malalts a casa, de morir a casa, de preparar el cos un cop mort també a casa i de rebre-hi la família a no fer res a casa i deixar-ho tot en mans d'altres. Tot allò eren rituals molt importants perquè ajudaven a fer el dol. I ara això no es fa. Abans quan una persona estava de dol tenia tot el suport de la societat: no se'l feia esperar a les botigues, tenia prioritat en tot, perquè es reconeixia el dolor d'aquella persona i se l'acompanyava. Avui en dia no. Les emocions han quedat relegades a l'esfera íntima i no es veu bé mostrar-les en públic. En realitat les llàgrimes s'han de treure perquè a dins fan mal. I els rituals donen sortida a aquestes emocions. Jo sempre dic que no ens hauria d'importar plorar perquè només ho fem per les persones que estimem, i les llàgrimes són com petons que no podem donar.

I als nens, com els hem de parlar de la mort?

Els nens estan preparats per rebre qualsevol notícia, però no per a les mentides. Ells no entenen que els diguem mentides. Se'ls ha d'explicar la mort amb tota naturalitat. No cal esperar que passi alguna cosa a la vida del nen per parlar-li de la mort. Hem de respondre a totes les preguntes que facin. Per exemple, quan veuen un llangardaix mort o un ocell ferit pot ser un bon moment. Han d'entendre que tots els éssers vius tenim un cicle i no hem de viure com si el temps fos per sempre. Avui en dia ho sembla, els missatges que rebem des dels anuncis, la televisió... són com si la joventut durés per sempre, i ells han de saber que això no és així.

Per tant, no només hem de parlar-los de la mort, sinó explicar-los que ells també moriran.

Els es fan aquesta pregunta: “Jo també em moriré?” Jo no els responc mai directament. Els dic: “Tu què penses?”, perquè ells ja saben la resposta i a mi m'interessa veure com ho expliquen amb les seves paraules. Tots els nens saben que es moriran. Veuen que la vida és molt fràgil, i per tant la seva també ho és, encara que no se'n parli. Si no responem a les preguntes dels nens els generarem una angoixa que es poden emportar a la seva vida adulta. Nosaltres fem molts tallers en escoles amb nens des de P-3 fins a adolescents per parlar de la mort i ens adonem que en el 90% dels casos se'ls ha sobreprotegit molt de la mort, i per exemple no s'han pogut acomiadar dels seus éssers estimats. —

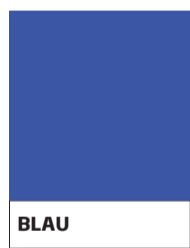


Xusa Serra és infermera i reivindica que la mort torni a ser una cosa natural, ja que “forma part de la vida”. PERE TORDERA

una cançó

'ILLES DINS UN RIU'

un color



un llibre

'MEMÒRIES D'UNA GEISHA'