Padres de ayer y de hoy - Mediterráneo - 03/07/2016

La ventana de la UJI UNA COLABORACIÓN DE LA JAUME I

Padres de ayer y de hoy

DEBORA Garduño

Hace año y medio viví la muerte de mi padre en la cama de un hospital. Fue una experiencia indescriptible. Nadie te prepara para eso y por mucho que te hablen de lo que supone una pérdida tan importante en la vida de una persona, difícilmente se está preparado para gestionar semejante marea de emociones y recuerdos. Como el niño de *Cinema Paradiso*, me encontré en una sala de proyecciones absorta y maravillada por un sinfín de películas de la infancia que creía haber olvidado. Como muchas veces me contó mi madre, veía a mi padre saltando por los pasillos, alegre por haber tenido por fin a una niña, la cuarta después de dos chicos y una hermana fallecida al nacer. Lo veía enseñándome a jugar al tenis: "**Deboooretaaaa** ¡no tan fuerte!!", a esquiar: "**Deboretaaa** ¿adónde vas tan rápido?!", a tirarme de cabeza en la piscina: "**Deboretaaa** ¡tienes que saltar hacia abajo y hacia delante!". Veía a mi padre explicándome problemas de física como si fueran tan reales que pudiera tocar los ejemplos. Lo veía en Ibiza, paseando a sus anchas por el salón de nuestra casa cantando canciones, celebrando su cumpleaños, contando historietas de la montaña, leyendo, recitándome poesías infantiles. Toda mi infancia con él pasó por mi mente día y noche durante la primera semana después de su muerte y vuelve a mi mente como una ilusión de movimiento día sí y día también. Mi padre me enseñó que toda recompensa implica un esfuerzo y que con dedicación, más tarde o más temprano, todo lo podía conseguir.

Cuando murió mi padre estaba embarazada de **Marina**, mi segunda hija. Tres meses más tarde nació. **Marina** fue mi cómplice en ese momento de pérdida, sentí que una fuerza dentro de mí me empujaba hacia delante sin poder mirar atrás. Hablé con ella y le dije que ella tenía que nacer y honrar la muerte de su abuelo, porque de eso se trata la vida. Nació cumpliendo más expectativas, en un parto precioso, espontáneo, respetuoso con la naturaleza mamífera que tenemos las mujeres. **Marina** fue la fuerza interior que, junto a su hermana mayor, **Noelia**, en ese momento ayudó a dar sentido a mi vida.

Ya hace bastantes años que estoy implicada en el nacimiento respetuoso y yo misma he experimentado en primera persona el parto natural dos veces, pero la experiencia de la muerte es la que más me ha hecho reflexionar sobre la sociedad que estamos construyendo. Reflexiono sobre la necesidad de que todos los sanitarios que participamos en el cuidado de las mujeres tengamos presente de que detrás de cada persona hay una vida y así podamos entender que situaciones iguales pueden suponer distintas reacciones. Las vivencias de cada persona influyen en nuestra capacidad de reacción a factores que pueden ser estresantes. Reflexiono sobre si la sociedad está preparada para ser la protagonista de su proceso de salud. ¿Están las mujeres y sus parejas preparadas socialmente para sentirse seguras en el parto y la crianza? Quizá sea como en la muerte, te lo explican pero hay que vivirlo, hay que sentirlo y dependerá mucho de cómo estés conciliada con tu cuerpo, con tu pareja o del momento vital que estés atravesando. ¿Está la sociedad preparada para una educación consciente y centrada en el niño? Todavía no tengo respuesta a esa pregunta. Espero que mis hijas vivan una evolución en este sentido, aunque escuchando la letra del hit del verano habrá que hacer muchos esfuerzos desde la escuela y desde las familias. ¿Qué implicaciones va a tener vivir en una sociedad moderna, altamente tecnificada para ayudar a naturalizar el parto en España?

La muerte de mi padre fue respetuosa, no hubo intervención innecesaria, los cuidados paliativos fueron aplicados con humanidad. ¿Y no es eso lo que todos quisiéramos para nosotros mismos? Nacer y morir en paz, sin necesidad de luces intensas, de ruidos, de cháchara, rodeados de los que más te quieren y abrazando con suavidad la primera y la última respiración. Es evidente que en la vida, como en la muerte, suceden imprevistos, pero hay que estar preparados, hay que estar preparados para afrontarlos con dedicación, diligencia respeto y confianza. Para que los imprevistos sean tratados con la misma delicadeza que los procesos fisiológicos.

Mi padre no me vio nacer pero su recuerdo está en mi infancia. El gran y reconocido pediatra **Carlos González** me comentó, mientras preparábamos los temas de las ponencias que imparte en el curso de verano *Humanización en la asistencia a la mujer y la primera infancia*, que podía hablar sobre padres. Como un cinematógrafo, los padres implicados, conscientes, corresponsables que integran y dan relevancia en su vida a valores tradicionalmente relegados al plano femenino proyectan a la sociedad un modelo más justo donde no hay desigualdad de género, menosprecio o preponderancia alguna. Es simplemente fantástico y providencial poder clausurar el curso con una ponencia así.

Hace unas semanas murió mi tío y de nuevo volvieron al recuerdo oleadas de esa infancia en el camping jugando con mi prima, de comilonas navideñas que se alargan hasta el infinito y viendo pelis... disfrutando de las pequeñas cosas que te da la vida. Desde entonces he añadido algo nuevo a mi frase diaria, "**Deboreta** esfuérzate cada día, dedícate cada día a ti misma y a los demás, y disfruta de las pequeñas cosas". Todos tenemos algo que aprender de los demás, solo basta con estar atentos.

***Profesora de la Unidad Predepartamental de Enfermería UJI y matrona en el Hospital La Plana**

Nacer y morir en paz, sin necesidad de ruidos, de luces intensas, rodeados de los que más te quieren...