



para Todas las Etapas

La Luz Del Sol, Los Prados y Los Recuerdos: El Deseo de Bob Cody

De Jeff Drobish

Cuando una fría brisa movió el aire en un Sábado de otoño de Octubre pasado, Bob Cody se sintió en paz.

Se sentó rodeado del frondoso campo de la zona rural de Oregon, lejos del murmullo apagado de la ciudad y de una cama que él conocía demasiado bien. Cerca, Bob podía ver un antiguo granero, un caballo que pastoreaba y una bañera de cerámica rebosante de hierbas. Esa quietud solo se interrumpía con el canto de los pájaros y con un par de perros que se corrían unos a otros. Bob se volvió hacia su enfermera, Kate Shaver, y dijo: "Ojalá pudiera morirme ya mismo." Kate, que también era la Directora del Equipo en la oficina de Seasons de Portland, se conmovió. Había llegado a conocer a Bob como un hombre estoico y, por lo general, reservado. Ella sabía que su demostración de sentimientos de hoy era especial.

Bob sufría de una insuficiencia cardíaca congestiva (CHF, por sus siglas en inglés) así como de una neumonía por aspiración. Su deseo de morir en este lugar, en paz, no fue realizado ociosamente ni a la ligera. Al igual que sucede con muchos pacientes en Seasons, Bob supo que su muerte estaba cerca, aunque no cuán cerca. Esa inminencia había agregado una sensación de urgencia a la misión de llevarlo a este lugar.

Más tarde, Kate recordó cómo había llegado a ser el viaje. Bob, que había sido paciente de Seasons Hospice por algún tiempo, había comenzado a hablar acerca de la granja de su tío durante las visitas de Kate a su casa. Para Bob, la granja era un elemento central en algunos de sus más cálidos de la infancia. Ahora, casi 60 años después de su última visita, todo lo que Bob deseaba era verla otra vez. Hacer que eso sucediera no sería una tarea pequeña. La granja estaba en las afueras de Corvallis, Oregon, que estaba, al menos, a dos horas del hogar

(continúa en la página 2)

*las pequeñas cosas
que más importan*



(continuación de la pág. 1)

de Bob en Portland, y, para un hombre en las condiciones de Bob, el viaje podía ser complicado (y costoso). Pero cuando Bob dijo que sería la “pena de su vida” si él fallecía sin haber ido, y que estaba decidido a viajar, aunque “muriera en el camino,” el equipo de Seasons supo qué tenía que hacer.

Entonces se pusieron en contacto con la Seasons Hospice Foundation para solicitar ayuda. (La Seasons Hospice Foundation es una organización sin fines de lucro que financia experiencias relacionadas con el cumplimiento de deseos y otros actos de bondad especiales para pacientes del hospicio y para sus familias.) Para su deleite, el pedido se aprobó en el acto. Luego se pusieron en contacto con las dos hijas de Bob para ver cuándo podrían juntarse. El próximo día (sábado) estaría bien, dijeron. ¡Excelente! Las piezas se iban acomodando. El equipo de Seasons se contactó con Metro West, una empresa de ambulancias, a fin de arreglar el servicio de traslado. Cuando la empresa supo cuál era el motivo del pedido del servicio, se negaron a que se les pagara por su trabajo. Metro West donó una camioneta (con oxígeno) y un conductor/técnico de emergencias médicas por el día entero, sin ningún costo. “Tómense su tiempo,” les dijeron. Al conocer la

naturaleza del viaje de Bob, Metro West suministró también la única camioneta de su flota con ventanillas con visibilidad completa. Ahora todo estaba listo para hacer que el deseo de Bob se volviera realidad.

Al día siguiente, alborotados por la emoción, Bob y sus hijas, junto con Kate y con el técnico de Metro West, emprendieron la búsqueda. Estaban muy entusiasmados mientras recorrían la I-5 hacia su destino. Pero dado que a interestatal desembocó en autopistas locales, luego en calles secundarias y después en caminos



rurales sin pintar, en los alrededores rurales de Corvallis, Kate no pudo evitar ponerse un poco nerviosa. El hecho era que Bob, en realidad, no sabía la dirección de la granja. Él pensaba que sabía el nombre de una calle o dos, pero, realmente, el grupo solo dependía de la fuerza de la memoria de Bob y de su reconocimiento a medida que conducían.

Al tiempo que el grupo se internaba más profundamente en el bosque de pinos, Bob luchaba por orientarse en ese entorno. Para complicar las cosas, Bob había estado sufriendo de una hipoxia aguda últimamente, algo que Kate sabía que no favorecía en nada a sus recuerdos de más de 60 años. Milla tras milla, y vuelta tras vuelta, a Bob nada le parecía familiar.

En un punto, Bob llegó a preguntarle al grupo si podían regresar a Corvallis para desandar sus pasos en el campo. La perspectiva de éxito comenzó a desaparecer. En un momento, de una corazonada, Bob les indicó que la camioneta descendiera por el camino de grava. Mientras las hebillas y sujetadores en la camioneta caían ruidosamente y crujían, el rostro de Bob seguía sin registrar ningún signo de reconocimiento. Kate observó los tanques con el oxígeno restante con preocupación. ¿Cuánto tiempo más podía permitir ella que continuara la búsqueda antes de regresar? En una emergencia, por supuesto, ella podía contactarse con el departamento de bomberos local para solicitar una recarga de oxígeno, pero entonces ellos tendrían que... “¡Esta podría ser!” Bob exclamó de repente. Sus ojos se iluminaron, y estaba visiblemente emocionado. Para Kate, nada se veía fuera de lo común. No habían visto una casa en mucho tiempo. Estaban casi, literalmente, en medio de la nada. “Aquí,” dijo Bob confiado, “si es esta, entonces deberá haber una casa justo a la vuelta de esta curva.” Y, efectivamente, cuando doblaron la curva, apareció una casa, la primera que vieron en bastante tiempo, tal como Bob predijo. “Y les apuesto que hay un riachuelo detrás de esa casa.” Kate, estirando el cuello, pudo ver que, de verdad, había un riachuelo detrás de la casa. Bob parecía convencido. Era esta.

La camioneta se metió en el camino de grava de la propiedad y crujió hasta detenerse. Un hombre robusto y de mediana edad vestido de una camiseta blanca y de unos jeans se acercó. Cuando Kate saltó para hablar con él, se preocupó por lo que el hombre podría decir. ¿Qué sucedería si, después de todo el esfuerzo y expectativa, él los echaba? Con alivio, Kate se dio cuenta,



“Solo preguntamos, y en cuestión de una hora teníamos todo coordinado.”

Para obtener más información sobre cómo realizar una donación a la Seasons Hospice Foundation para ayudar a que los sueños se hagan realidad, por favor visite SeasonsFoundation.org/donate, envíe por correo electrónico foundation@seasons.org o llame al 847-692-1000.

– Kate Shaver
Directora de Equipo, Seasons Hospice & Palliative Care,
Oficina de Portland

rápidamente, de que no tenía nada que temer. “En realidad, recordó después, él estaba encantado, de verdad, por el hecho de que un hombre moribundo quisiera venir a ver su granja.” Los invitaron, afectuosamente, a pasar, a permanecer, a explorar y a hasta tomar fotografías.

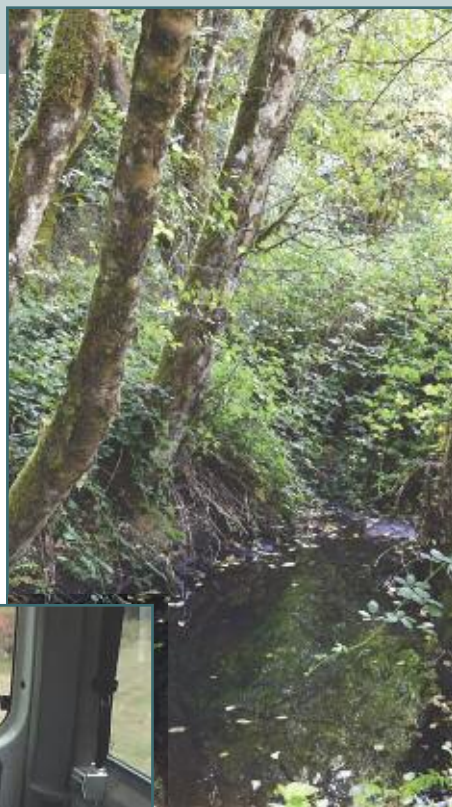
Y así fue, allí estaba: La última voluntad de Bob se hizo realidad.

Fatigado como estaba, Bob decidió quedarse en la camioneta, pero, desde el



claro en donde estaban estacionados, podía ver la propiedad bastante bien. Y Kate dejó las puertas abiertas para que Bob pudiera sentir el aire y oler la tierra.

Bob charló con el propietario, recordó y contó historias. Explicó cómo su tío había talado la granja para pagar los impuestos de su propiedad. Con sus manos extendidas, habló de las pieles de los castores que solía obtener del riachuelo que bajaba de la montaña, y de cómo repartió las ganancias con su tío una vez que se curtían y se vendían. Recordó, con mirada risueña, el tiempo cuando su tío mató a las cabras del vecino porque deambulaban demasiado cerca de la hermana de Bob. Con cada



relato, Bob resplandecía. Todo el lugar parecía llenarlo de vida y de recuerdos.

A medida que el día avanzaba, llegó la hora de irse. Se intercambiaron saludos, Bob se acomodó en su lugar para el viaje de regreso, y la camioneta se sacudía y serpenteaba en el camino hacia la interestatal. A medida que transcurrían las horas del largo viaje de regreso, el cuerpo de Bob comenzó a mostrar los signos de los efectos de la aventura de ese día. Pero, una vez que estuvo seguro en su casa, en su propia cama, Bob estaba animado y habló con cariño de los recuerdos que acababa de revivir y reavivar.

Tres días después, Bob sufrió un infarto y falleció al día siguiente. Si el viaje se hubiera programado para solo unos días más tarde (como, en realidad, se había considerado), habría sido demasiado tarde.

Al recordar el paseo, Kate se maravilló por lo rápido y fácil que había sido preparado el viaje. “Solo preguntamos,” recordó Kate, “y en cuestión de una hora teníamos todo coordinado.” Encontrar la granja fue un poco difícil, admitió, pero la búsqueda en sí misma se convirtió en una parte divertida de la aventura. Sin dudas, valió la pena. Aunque no hubiesen encontrado la granja, el solo hecho de sacarlo a Bob de su cama y llevarlo al campo de su infancia habría sido lo suficientemente gratificante. Por supuesto, con la ayuda de la Seasons Hospice Foundation y su personal, Bob lo pasó mucho mejor. Como un reflejo de todo lo que ello había significado, la voz de Kate se convirtió en un susurro. “Él estaba tan feliz,” dijo.



Regalos para las Personas Afligidas

Por Luisa Kcomt, Trabajadora Social Certificada (LMSW)

Han pasado varias semanas después del funeral, y todos han regresado a sus hogares a reanudar sus ajetreadas vidas. El teléfono dejó de sonar. Las tarjetas de salutación han dejado de llegar al buzón. La bandeja de entrada ya no está saturada con correos electrónicos que encierran palabras de condolencias. Para las personas que han perdido a un ser querido, este silencio, a veces, puede resultar ensordecedor. Muchas de estas personas se sienten perdidas y olvidadas mientras aprenden a manejarse por sí solas. La familia extendida, los amigos y los miembros de la comunidad quieren mostrar su apoyo, pero no están seguros cómo. A continuación encontrará algunas sugerencias para demostrar su amor y cariño para que las personas afligidas sepan que no están solas en su viaje.

La pérdida de apetito es un síntoma común del dolor. No saber cómo cocinar comidas nutritivas, la falta de interés para cocinar o la soledad de comer solo pueden ser factores que contribuyan. En consecuencia, muchas personas afligidas experimentan pérdida de peso después de la muerte de un ser querido. Ofrecerle comida casera puede ser un regalo para esa persona. Aun mejor, crear

“El duelo es un trabajo difícil. Es saludable tomarse un descanso del trabajo que implica un duelo y poder divertirse un poco ocasionalmente.”

ocasiones para cocinar o comer juntos puede ayudar a reducir el aislamiento social que las personas afligidas enfrentan a menudo.

A veces, los desafíos físicos de ir a comprar alimentos pueden ser una carga para algunas personas afligidas, especialmente si hay mal tiempo. Ofrecerles un medio de transporte para ir a comprar alimentos persona puede ser, en consecuencia, un gesto valioso. Levantar bolsas de alimentos y ponerlas en el auto o dentro de la casa parece menos arduo cuando hay una mano para ayudar. En algunas comunidades, las compras de alimentos en línea o hacer que entreguen la mercadería en el domicilio puede ser un recurso adicional.

A menudo, las personas afligidas y que han estado a cargo del cuidado principal de ese ser querido que ha fallecido han descuidado su propia salud, debido a que estaban demasiado ocupadas atendiendo las necesidades del difunto. Por lo general, las personas afligidas sufren enfermedades físicas durante el primer año después de la muerte de su ser querido. Recuérdeles, amablemente, que se realicen un chequeo anual con su médico. Si fuera posible, ofrézcase para acompañar a la persona que atraviesa un duelo a la consulta con el médico. Esta compañía de apoyo puede ayudar a disminuir el estrés de la visita al médico.



Las personas afligidas que son padres de hijos pequeños tratan de criar a su familia a la vez que se enfrentan con su propia reacción ante el dolor. Según las circunstancias, estas personas pueden estar involucradas en el manejo de la herencia de la persona fallecida o en organizar sus bienes. Ofrecerles el regalo del tiempo para cuidar de sus hijos puede ser un alivio para estas personas. De hecho, les puede suministrar el tiempo y el espacio para ocuparse de sus asuntos o para procesar las emociones relacionadas con el dolor.

El duelo es un trabajo difícil. Es saludable tomarse un descanso del trabajo que implica un duelo y poder divertirse un poco ocasionalmente. Invitar a una persona afligida a una salida social puede ser una buena forma de distracción. Algunas personas

pueden no sentirse preparadas para distraerse aún; es posible que se sientan culpables por divertirse o, tal vez, que tengan miedo que sus verdaderos sentimientos puedan causar molestia si las lágrimas fluyen de repente. Si es así, tenga paciencia. Encuentre otras oportunidades para realizar la invitación, nuevamente, en el futuro.

Experimentar las “primeras veces” después de la muerte de un ser querido puede ser difícil: el primer cumpleaños sin el ser querido, la primera Acción de Gracias, el primer aniversario de la muerte, etc. En estos casos, una gesto amable para con las personas afligidas sería hacerles saber que está pensando en ellos durante dicha ocasión, ya sea enviando una tarjeta, alguna flores de colores vivos o realizando una donación a una entidad de caridad en memoria de ese ser querido. Saber que no están solos es un regalo en sí mismo.

Su amabilidad, presencia y compasión son inestimables. Permitirles expresar sus sentimientos de dolor y escucharlos sin juzgarlos puede ser una experiencia sanadora para la persona afligida. El simple hecho del ofrecimiento le permite a esa persona saber que usted lo apoya y que no está sola en su viaje de dolor.

Trabajar con niños y adolescentes que han sufrido la pérdida de un ser querido lleva una combinación de empatía, compasión y una sensibilización para facilitar el proceso sanador en un lugar seguro. Las terapias de arte creativo permiten, a todo entorno cultural y etario, contener las emociones y expresar lo que, de otra manera, sería difícil poner en palabras. La experiencia de perder a un ser querido es un momento doloroso, pero también de vital importancia para reconstruir y reordenar el propio mundo y, a algunas personas, puede llevarles mucho tiempo dicho proceso, ya que cada persona experimenta el dolor de manera diferente.

Camp Kangaroo es un campamento de dolor para niños, cuyo programa utiliza psicoterapia y arte creativo para estimular experiencias, alternativas, y una síntesis de expresión mientras se avanza hacia la resolución y el renacimiento holístico. Por lo general, a los niños, les lleva más tiempo que a los adultos exhibir sus sentimientos de tristeza, lo que lleva a la suposición general, aunque incorrecta, de que ellos, en realidad, no necesitan ninguna intervención. Los niños requieren las mismas oportunidades que los adultos para desahogarse y trabajar a través de sus sentimientos. Sin embargo, la intervención para los niños es aún más seria porque este período determinará sus vidas durante los años por venir. Camp Kangaroo ofrece, exactamente, esas oportunidades.

Este año, Camp Kangaroo, en Miami, tuvo la oportunidad de ofrecer terapia del arte como modalidad terapéutica. En términos generales, la Terapia del Arte permite la expresión y la comunicación de los sentimientos, de los pensamientos y de las experiencias donde el proceso creativo se utiliza como un medio para transformar el dolor y el conflicto, mientras se fomenta el autoconocimiento y el crecimiento. La persona, el proceso y el producto son iguales en la experiencia del arte.

En Camp Kangaroo, las experiencias únicas de cada niño se integraron en la música, en llevar un diario y en el arte, y se los alentó a escribir, a actuar o a dibujar las experiencias más importantes y relevantes para ellos. A fin de integrar estas modalidades en un “producto” de terapia del arte originada en este proceso, los terapeutas del arte facilitaron una mesa cubierta con papel de estraza para que los niños dibujaran sus propias ideas e imágenes usando una variedad de materiales de dibujo. Una vez que les dieron forma en esta etapa, posteriormente, se los envió a una

Terapia del Arte



Por Lee Cohen,
REACE, Pasante de Terapia del Arte

carpa grande para que eligieran en forma colectiva donde debía ir cada imagen en la carpa “comunitaria.” Todas las ideas de los niños se sintetizaron en una forma de arte más grande con el apoyo y con la asistencia de los terapeutas del arte. Al permitir esta síntesis, los niños pudieron experimentar una propiedad cada vez mayor del “mural” creado por sus percepciones y expresiones individuales. Además, les brindó una sensación de comunidad y unidad.

Los miembros de una familia afligida pueden colaborar para crear un dibujo o pintura de gran tamaño, como la que crearon los acampantes en Camp Kangaroo. Esta actividad les permitirá a los miembros de la familia experimentar esa misma unidad o la sensación de estar en “el mismo bote” mientras transitan a través de su dolor hacia la esperanza y la sanación. A continuación se detallan algunas sugerencias útiles para aquellas personas que desean crear su propio material de colaboración como método para llevar adelante el dolor y la pérdida:

- Disponer de una amplia variedad de materiales, incluyendo hojas en blanco de papel de dibujo o papel para pintar con acuarelas (lo suficiente como para incluir las ideas e imágenes

de todos), tijeras, materiales diversos para dibujar y pintar, tales como acuarelas, pinturas al óleo, pinturas de colores pasteles suaves, crayones,



Este mural fue un proyecto conjunto creado por 37 niños que asistieron a Camp Kangaroo en Shake-A-Leg, en Miami, Florida.



lápices de colores, pinceles para pintar, agua, revistas para hacer collages.

- Darle tiempo a cada miembro de la familia para que exprese un recuerdo o emoción que estén sintiendo en ese momento (pueden escribir o dibujar) y permitirles mucho tiempo para compartir.
- Fomentar la colaboración e integración del trabajo y de las ideas de todos, especialmente cuando van a plasmarlas en el papel o en la tela utilizada para dicho trabajo. Se debe alentar el compartir las emociones y los recuerdos mientras se crea la obra.
- Encontrar un lugar especial para exhibir el trabajo una vez terminado donde todos puedan visitarlo y hablar sobre él. **El arte es para mirar, disfrutar y reflexionar.**
- **No existe lo correcto o incorrecto cuando se habla de crear arte.**

Ayudar a Otros a Través de la SEASONS HOSPICE FOUNDATION

Un regalo para Seasons Hospice Foundation marca el amor y la alegría que alguien trajo a nuestras vidas, al mismo tiempo que se ayuda a otros pacientes y a sus familias.

Tenga confianza de que su regalo generoso se usará para enriquecer vidas. Su regalo permanece cerca de su hogar y tiene un impacto en pacientes y familias en las comunidades donde la persona homenajeada fue atendida por Seasons Hospice & Palliative Care.



Para honrar a su ser querido a través de un regalo o para conocer más acerca de la Seasons Hospice Foundation, visite **seasonsfoundation.org** o llame al **847-692-1000**.



6400 Shafer Ct., Suite 700
Rosemont, IL 60018

DIRECCIÓN SERVICIO SOLICITADO

SeasonsFoundation.org



para Todas las Etapas

Si tiene que actualizar sus datos de correo, o si desea recibir este boletín informativo en forma electrónica, póngase en contacto con Seasons Hospice Foundation al 847-692-1000, interno 4.

¿Sabía Usted?

La Seasons Hospice Foundation se esfuerza para tener un impacto al tocar las vidas de la gente en las comunidades que servimos. Durante 2016:

- Cumplimos 161 deseos finales.
- Atendimos a 291 niños y adolescentes a través de nuestros programas de campamentos del dolor en 6 localidades de todo el país.



- Brindamos experiencias de pasantías excepcionales para 78 estudiantes a través de nuestras clínicas.
- Les agradecemos por su apoyo continuo y generosidad que nos ayudan a cumplir con nuestra misión.

Gisèle D. Crowe

Directora Ejecutiva de la Seasons Hospice Foundation

APOYO



Seasons Hospice
& Palliative Care
606 Potter Rd.
Des Plaines, Illinois 60016
847-759-9449
Línea gratuita: 800-570-8809

“No puede morir de dolor, aunque sienta que es posible. De hecho, un corazón no se rompe, aunque, a veces, le duela el pecho como si se estuviera rompiendo. El dolor se atenúa con el tiempo. Así son las cosas. Llegará el día en que volverá a sonreír y se sienta un traidor. Cómo me atrevo a sentirme feliz. Cómo me atrevo a estar contento en un mundo en el que ya no está mi padre. Y luego llora lágrimas nuevas porque ya no lo extraña tanto como antes, y abandonar el dolor es otra clase de muerte.”

– Laurell K. Hamilton