

# La muerte en tiempos del COVID - 19

Lic. Omar Olvera Cervantes

Páginas 6-7

*“Lo peor de la peste no es que mata a los cuerpos,  
sino que desnuda las almas y ese espectáculo suele ser horroroso”*  
Albert Camus

A medida que **la infección por coronavirus avanza** por el mundo, las autoridades sanitarias de cada país han propuesto una serie de medidas que invitan a la gente a que permanezca en su casa y que se protejan, en especial, a los adultos mayores.

Las calles y avenidas, antes saturadas, ahora están vacías y poco transitadas. Hay mucha información – tal vez una sobre información - que va y viene por el ciberespacio; algunos generan fake news y otros caen en el amarillismo; esto genera **un ambiente de incertidumbre sobre el futuro** próximo a nivel social, político y económico. Tenemos la sensación de haber perdido libertades: el encierro de la cuarentena va cobrando su cuota y no solo la económica, sino la psicológica y emocional.

La  **saturación informativa** podría generar que se minimicen los datos verdaderos o se diluyan entre otros datos que no ayudan a superar esta situación, además que se tiende a dar respuestas no profesionales y recomendaciones que generan más daño que beneficio, como ejemplo vemos a menudo en videos de youtube; existe el riesgo que la gente no tenga la educación que le permita discriminar adecuadamente el tipo y la calidad de los contenidos que observa en los medios de comunicación.

La medida de **aislar a los adultos mayores** puede reducir los riesgos de la transmisión de la enfermedad para un grupo muy vulnerable, pero también les impedirá el contacto social con su familia y amigos, por lo que serían necesarias acciones para mitigar las consecuencias del aislamiento en su salud física, mental y emocional. Y es que muchos, por las circunstancias de vida, desarrollan sus únicos contactos sociales en los centros comunitarios y las iglesias. Además, los que no tienen familiares o amigos cercanos y dependen de los servicios sociales estarían en un riesgo adicional, en especial los que viven definitivamente solos o en lugares apartados.

Toda crisis, además de sacudirnos, nos da oportunidades de **replantearnos muchas de las cosas de la vida cotidiana** que en realidad están sobrevaloradas; estamos invitados a reflexionar sobre la calidad de vida en general y la calidad de vida urbana y las consecuencias que tiene este ritmo de vida, que implica la sobreexplotación de los recursos de todo tipo en la naturaleza y un tipo de relaciones pragmáticas y utilitarias en las relaciones interpersonales.

Podemos descubrir lo que significa para muchas personas su **aislamiento** sobre todo para aquellas que ya vivían en cuarentena por su condición de salud mucho tiempo antes de esta situación.

Este contexto nuevo evidencia antes que nada **la vulnerabilidad humana**. En pocos meses las pretensiones humanas se acabaron delante de un microscópico *bicho*, incluso armas

tan poderosas como algunos portaaviones y submarinos nucleares están en puerto en cuarentena...; algo que no lograron las infinitas reuniones de paz, lo logró un virus...

El **temor a la enfermedad** genera una sensación de incertidumbre y angustia; el alejamiento social genera también una “justificada” disminución en las respuestas empáticas inmediatas. La respuesta a una situación de este tipo no puede ser **la deshumanización de las relaciones**.

Ante esto podemos hacer un ejercicio de reflexión sobre **lo que se ha perdido** y la necesidad de revalorar nuestro mundo natural, este espacio bello que nos permite la realización individual y colectiva; que debe ser cuidado y respetado ya que estamos viviendo las consecuencias de la imprudencia en nuestra capacidad de transformar la realidad.

Se empieza a **extrañar la normalidad de lo cotidiano**. Nuestra mente ha quedado cautiva en el bombardeo de un sinfín de imágenes e información muy diversa, que muchas veces ronda el amarillismo; no se trata de quitar la importancia a este suceso en el que estamos inmersos. Se trata de tener la oportunidad de acceder a fuentes informativas confiables que permitan la adecuada ponderación de la situación para la toma de decisiones.

El ver un noticiero en el que el espacio informativo se ha reducido a un solo tema provoca que la mirada del mundo sea desde **un campo visual reducido**, hasta centrarse en un único fenómeno, que hace parecer que las otras situaciones complicadas de la vida individual o colectiva son menos importantes, de forma que se omiten o minusvaloran.

Ante este mar revuelto podemos **hacer pausas para evaluar** los aspectos personales desde nuestra posición de vulnerabilidad, pero también puede ser visto **desde el ámbito de la oportunidad**; es una oportunidad de valorar la vida individual y su devenir, de valorar a los cercanos, de reconciliar las fracturas en las relaciones afectivas, de resignificar lo verdaderamente importante y separarlo de lo accesorio o superfluo, de valorar la libertad de movilidad e, incluso, de pensamiento.

La **cuestión sobre muerte**, planteada en perspectiva personal nos ofrece hondas implicaciones, por lo que en ese sentido la hemos transformado en un tema tabú, pero la realidad actual nos impone y nos obliga a replantearnos la posibilidad real de, por lo menos, enfermar de esta nueva patología y quizás desafortunadamente morir; el hablar seriamente de este tema no es tan eludible, porque vemos como familiares, amigos, conocidos van experimentando las consecuencias de esta enfermedad.

Si **la muerte** tiene necesariamente que llegar, atrevámonos a verla de frente, a **normalizar su sentido y significado**, sin caer necesariamente en conductas patológicas. Hay muchos casos de histeria en los hospitales ante el bombardeo masivo de información que provocan que se genere un ambiente de temor patológico. Por otro lado, tenemos en la cultura mexicana una postura que genera lo opuesto a lo que las autoridades desearían: podemos tratar de burlarnos de las normas, no por las normas mismas, sino para evitar de pensar en lo que se teme.

En este sentido hay **un miedo o temor normal** ante la muerte y la enfermedad que tiene hasta una función biológica, y **otro que es patológico**, en el que cualquier alusión a la muerte o enfermedad produce auténtica desazón y terror en el individuo; este temor suma la inseguridad y los riesgos de vivir en este tiempo, ante la limitación de su propio ser, ya que estamos ante una realidad que ha desbordado todas las pretensiones de poder y control.

En nuestra sociedad y cultura actuales, que denominamos del confort y bienestar, no resulta extraño que la enfermedad y la muerte, que son en sí mismas generadoras de malestar, supongan una amenaza y algo que **no se quiere contemplar como posibilidades** propias del vivir. La condición para aceptar la enfermedad y la muerte es vivir la propia vida, reconociendo su fragilidad y también lo bello de la experiencia de estar vivos; en la medida en que he vivido, puedo permitirme morir.

El **duelo** que se vive en este momento no solo es **por la normalidad perdida o por la lejanía de los seres queridos**, por el temor a la enfermedad y a la muerte; es también **por el aislamiento y soledad** de las personas que han muerto a causa de esta enfermedad; sus muertes apenas son comunicadas mediante un correo electrónico o una llamada o quizás como parte de un informe oficial; no hay sepultura, no hay rituales públicos, los pésames se darán o recibirán mediante aplicaciones móviles o mediante las redes sociales.

Este **duelo** también se vive **de forma anticipada** ante la posibilidad de haber perdido la normalidad de forma definitiva. Sin embargo, **la libertad profunda de cada persona** es lo que no deberá perderse: estamos hablando de nuestra capacidad de empatía, de solidaridad, de responsabilidad y de compromiso. En resumen, todo ese conjunto de respuestas distintivamente humanas, son la oportunidad de hacer la diferencia.

Del mismo modo **la espiritualidad es un recurso y una oportunidad**: nos permite el desarrollo de la esperanza, establece una ruta o camino hacia la integración de los acontecimientos negativos y la construcción de un sentido trascendente. Es también es una oportunidad de conversión.