

el Periódico

# Univers Mémora

MONOGRÀFICS



## Voluntats anticipades

Decisions que donen tranquil·litat

### Entrevista

pàg.  
**3**

Eva Vázquez, gestora d'Electium,  
i M. Isabel Mena, usuària,  
expliquen la seva experiència

### Tema central

pàg.  
**4**

Josep Arimany detalla  
com planificar les voluntats  
anticipades

### Taller

pàg.  
**7**

José Luis Buenache  
fa pedagogia sobre el  
testament vital



## Editorial

# Planificar el nostre comiat ofereix tranquil·litat

Pensar com ens en volem anar significa respectar la nostra vida

**L**a mort és la nostra única certesa. Hi és. Cada dia ens avisa que en algun moment pot arribar. Per això, conviure amb la possibilitat que succeeixi ofereix més tranquil·litat i ens brinda la possibilitat de disfrutar més del present. En definitiva, pensar com ens en volem anar significa dir adeu respectant la manera com hem viscut. És l'oportunitat de deixar la nostra millor carta de comiat. Però planificar va més enllà: no només en la mort, sinó en els últims mo-

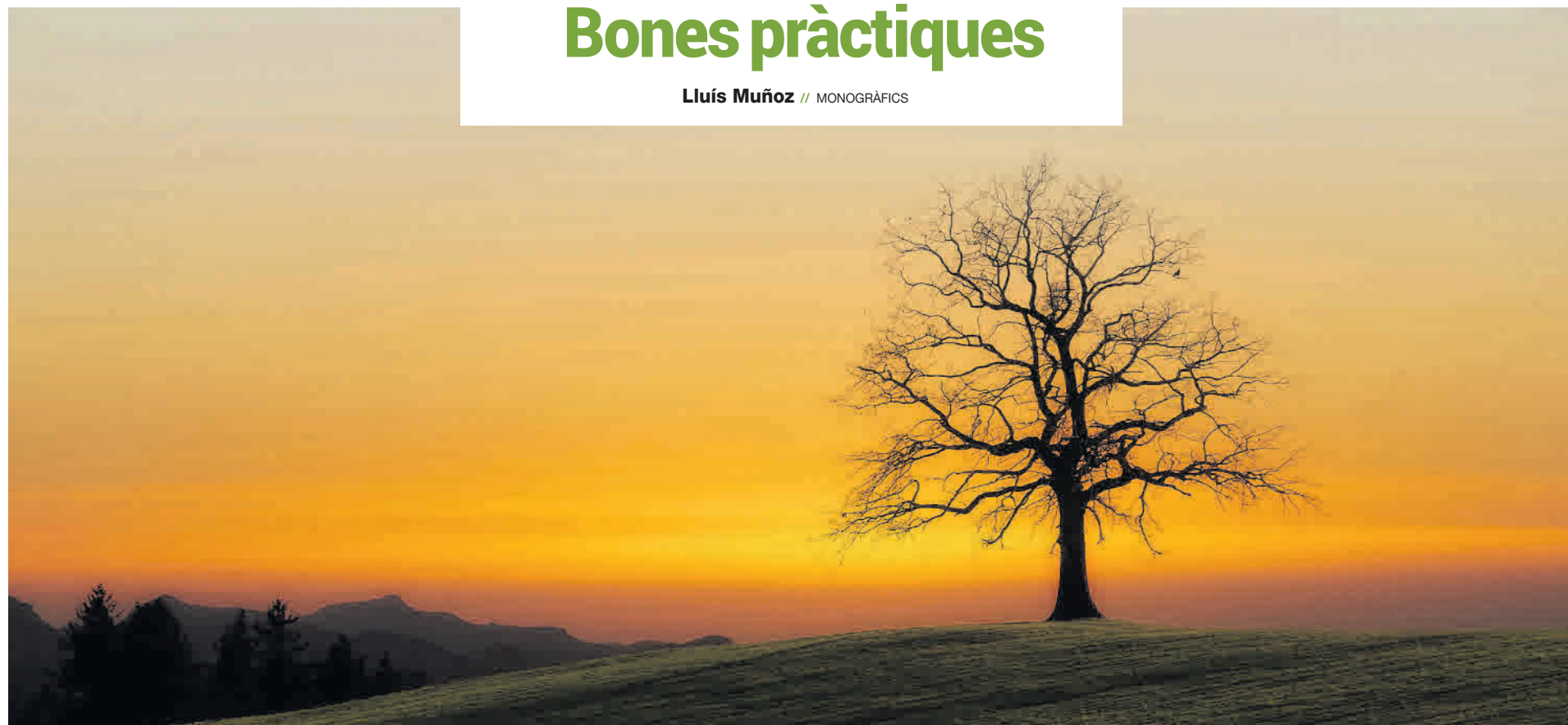
ments. Decidir com volem que siguin les nostres últimes voluntats evitarà que els altres pensin per nosaltres i significarà posar l'autocura al centre.

*Univers Mémora* es fa ressò de la necessitat d'oferir un tracte just a la gent gran i ofereix una sèrie de recomanacions de la SEEKG (Societat Espanyola d'Infermeria Geriàtrica i Gerontològica), dirigides a cuidadors amb el fi d'evitar situacions d'aïllament en les persones grans. També inclou una entrevista amb Eva Vázquez, gestora del

servei Electium, i amb Maria Isabel Mena, clienta d'Electium, en la qual expliquen la importància de deixar el funeral preparat; Josep Arimany, president de la Societat Catalana de Medicina Legal, parla de la necessitat de tenir un Document de Voluntats Anticipades; per la seva part, en els diàlegs de FiraGran es tracta el final de vida; i, per últim, José Luis Buenache ofereix les claus del taller de Voluntats Anticipades, que s'imparteix als Espais de Suport de Mémora.

## Bones pràctiques

Lluís Muñoz // MONOGRÀFICS



És important prevenir possibles situacions d'aïllament de la gent gran

# Consells per a un tracte just

L'envelliment de la població és un èxit de les polítiques sanitàries, econòmiques i socials d'un país. La tendència per a les pròximes dècades és que la proporció de

persones grans vagi en augment i tinguin una notable presència en la societat, si bé la seva visibilitat ja és una realitat. Independentment de si la vellesa és viscuda de forma positiva, o

des de situacions de vulnerabilitat, la persona gran sempre reivindicarà ser tractada com a persona adulta sense diferències derivades de l'edat ni de la seva condició.

## Consells



1

### Tolerància

La gent gran necessita ser tractada amb respecte, sense discriminació per edat, dependència o discapacitat

2

### Autonomia

La gent gran pot decidir sobre les coses quotidianes, les referents a la salut i la realització de voluntats anticipades

3

### Independència

Les persones grans elegeixen per si mateixes, porten les regnes de la seva vida i familiars i cuidadors no decideixen per elles

4

### Relacions

La gent gran participa de la vida social i familiar del seu entorn, vol sentir-se útil, activa i connectada amb la realitat

5

### Reivindicació

Les persones grans poden defensar el seu dret a ser ben tractats i buscar satisfacció i benestar en tots els camps

## Entrevista

Lluís Muñoz — MONOGRÀFICS

**EVA VÁZQUEZ**  
GESTORA SERVEI ELECTIUM

**M. ISABEL MENA**  
CLIENTA SERVEI ELECTIUM

### UN COMIAT A L'ALTURA DE TOTA UNA VIDA

► Organitzem naixements, aniversaris, casaments, jubilacions... Però moltes vegades ens oblidem de planejar el nostre adeu. Conscients que el nostre pas per la Terra és temporal, tenim tota una vida per imaginar com ens agradaria acomiadar-nos. Una forma d'honrar el que hem viscut i

d'exercir la llibertat de decisió. Electium és el servei de Mémora que permet planificar el funeral en vida als més grans de 70 anys que no disposen d'una assegurança de decessos. M. Isabel Mena té l'experiència del servei després de la mort del seu sogre. Ara la seva sogra també és Electium. En parlem.

# “El meu sogre estaria content amb el seu comiat”

“Vam poder celebrar un adeu a la seva manera, complint el seu desig de ser traslladat al seu poble natal”

**Què és Electium?**  
-E. V.: Electium significa deixar les coses solucionades perquè la família no es preocupi de res, i a més tens la possibilitat d'acomiar-te com vulguis.

**-¿Quins avantatges ofereix?**

-E. V.: Per un costat, ho decideixes tot sense presses, podent pensar què vols per a tu mateix o per al teu familiar. A més, estàs evitant que terceres persones prenguin una decisió tan important com una última voluntat. A causa del nostre llegat cultural, moltes vegades els que se'n van no han parlat mai de què volen. Però la veritat és que només tu pots organitzar el teu comiat i això significa tranquil·litat per a tu i per als que deixes aquí.

-M. M.: Comoditat, perquè és molt important saber que Electium s'ocuparà de gestionar tota la burocràcia en un moment tan delicat. Seguretat, al dipositar la teva confiança en professionals que s'ocuparan de tot, principalment d'atendre la família. Tranquil·litat, ja que deixes les coses resoltes i la família es pot centrar en les seves emocions més que a fer gestions.

També és important destacar que és gratificant poder prendre les teves decisions sobre com viure la vida i, per tant, elegir com acomiadar-te'n.

**-¿Què significa acomiadar-te'n?**

-M. M.: És un privilegi poder planificar el teu adeu d'una manera au-

tèntica i personal.

Poder personalitzar les cerimònies fa que se senti una intimitat especial entre els familiars i els assistents al funeral. Tot això em recorda les capelles ardents d'abans, perquè moltes vegades les litúrgies no reflecteixen el verdader caràcter del difunt, són només convencionalismes.

**-¿Costa començar a pensar en el propi funeral?**

-E. V.: D'entrada, sí. Però quan comencen a pensar, i sobretot a verbalitzar, el que volen fer, s'alliberen i ja no els costa parlar del seu comiat. La meua experiència és que ho fan per les persones que estimen.

-M. M.: Moltíssim. La nostra cultura sol amagar converses sobre la mort. Nosaltres ens hi vam trobar per obligació al posar-se malalt el meu sogre i no tenir cap previsió de futur. Després de la seva experiència, la meua sogra, el meu marit i jo ens vam fer Electium.

**-¿Es queden més tranquils els usuaris al contractar el funeral?**

-E. V.: Després de contractar Electium tenen la sensació d'haver tancat un tema important, tant per a ells com per als seus familiars i amics. I, llavors, senten que poden continuar amb el seu dia a dia sense preocupar-se pel tema. A més, Electium suposa emoció en majúscules. La cerimònia marca una empremta en tots els assistents.

-M. M.: En fer-nos Electium, tenim l'oportunitat de dir als nostres fills:



MARTA JORDI

## ELECTIUM Deixar-ho tot ben lligat

El servei d'Electium de Mémora dona l'oportunitat d'elegir com viure la vida, al poder escollir com acomiadar-se'n. D'aquesta manera, s'allibera la família de prendre decisions en moments tan difícils, es pot personalitzar amb tot luxe de detalls i des del servei es donen facilitats en el pagament, perquè la família no l'assumeixi en el futur. Una forma de deixar-ho tot solucionat i disfrutar de la tranquil·litat.  
[www.electium.es](http://www.electium.es)

“Aquí teniu un telèfon i si mai passa alguna cosa, truqueu, i no us preocupeu per res més”, crec que això ho val tot. És important prendre decisions quan encara un està en condicions de fer-ho.

**-¿Vostè ho recomana?**

-M. M.: Quan surt el tema no deixo de fer-ho a totes les persones amb qui parlo. El meu sogre estaria orgullós de com va ser el seu comiat. El seu adeu va ser senzill, com era ell, que no li agradaven les cerimònies. Vam poder respectar els seus desitjos i la seva forma de veure la vida. L'únic que vam demanar especial es va complir: enterrar-lo al seu poble natal, on va ser traslladat. Tot va funcionar molt bé, coordinant Electium amb la funerària de la zona, que ens va rebre al cementiri tot just arribar. La puntualitat britànica és d'agrair.

**-¿Què sol demanar la gent per al seu funeral?**

-E. V.: És molt variable: hi ha tantes

preferències com persones i creences al món. Un senyor va voler ser enterrat amb el seu pijama, ja que pensava que era la millor manera de descansar. També custodiem cartes per ser entregades a familiars directes una vegada morin. Una vegada va ser molt emocionant veure com un net va cantar les cançons escollides pel difunt. Però sobretot deixen recordatoris especials amb frases i poesies especials.

**-Arribat el moment, ¿vostè què demanaria?**

-E. V.: Ho faré amb tot luxe de detalls. Serà l'oportunitat d'acomiar-me de la meua família a la meua manera.

-M. M.: És possible que deixi constància de la música que vull i fins i tot unes paraules de comiat per a la família. Però de moment... Només m'imagino una cosa estàndard. La veritat és que confesso que ja m'hi conformo. ★



## Una millor atenció

L'ésser humà no acostuma a pensar en la pèrdua de les seves capacitats i oblida la importància de deixar un document que reflecteixi la seva decisió davant certes circumstàncies mèdiques que poden aparèixer en el futur. L'existència d'un testament vital permet complir les voluntats i evitar problemes a la família.

# Un testament vital per respectar els propis desitjos

**E**l testament vital, també conegut com a instruccions prèvies o document de voluntats anticipades, té com a origen l'advocat de Chicago Louis Kutner que, des del 1967, va defensar la necessitat d'implantació d'un model de document per expressar la voluntat relativa a tractaments mèdics en casos de malaltia terminal.

Inicialment la seva repercussió i implantació va ser escassa a causa de l'absència de suport normatiu. No obstant, el 1976, als Estats Units, l'escenari va canviar arran del conflicte entre uns pares i un centre assistencial per la retirada de ventilació mecànica a la seva filla Karen Quinlan, amb dany cerebral irreversible. Després d'aquesta polèmica, es van constituir per primera vegada els comitès d'ètica hospitalaris i l'estat de Califòrnia va dictar la *Natural Death Act*, que va legalitzar els testaments vitals i va reconèixer el dret del pacient a rebutjar un tractament per evitar prolongar la vida de manera artificial.

A nivell europeu, la primera normativa que fa referència al testament vital és el conveni per a la protecció dels drets humans i la dignitat de l'ésser humà en relació amb les aplicacions de la biologia i la medicina, conegut com el conveni d'Oviedo, del 1997. Va ser ratificat per Espanya i té vigència des de l'1 de gener de l'any 2000. Com a conseqüència, diverses comunitats autònomes van regular individualment sobre la matèria.

**LEGISLACIÓ.** Però aquestes regulacions es van produir amb l'absència d'una deliberació comuna que assegurés una ètica de mínims, obligant a la promulgació d'una llei de caràcter bàsic a nivell estatal que fixés uns mínims. Així, la Llei 41/2002 va suposar la base legislativa per al desenvolupament dels documents de voluntats anticipades a Espanya. L'article 11 de l'esmentada llei defineix aquest document com "la manifestació anticipada de la voluntat d'una persona major d'edat, capaç i lliure, a fi

### LES CLAUS

➤ **A Espanya només 4,52 persones per cada 1.000 habitants han fet un testament vital**

➤ **Es recomana pensar en les voluntats anticipades al costat del metge de referència**

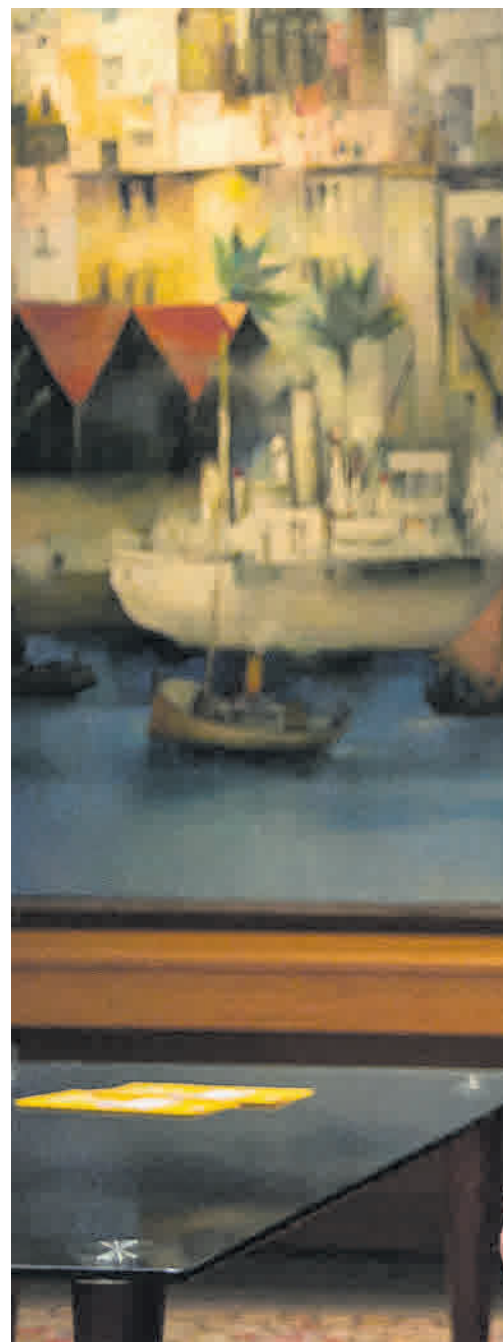
que es compleixi en el moment en què arribi a situacions en què no sigui capaç d'expressar-se personalment sobre les cures i el tractament de la seva salut o, una vegada arribada la mort, sobre el destí del seu cos o dels seus òrgans".

**CURES.** El fonament ètic del document de voluntats anticipades està basat en el respecte i la promoció de l'autonomia del pacient i s'ha d'entendre com una mostra d'interès i responsabilitat dels ciutadans en les decisions relatives a la seva salut. Implica el reconeixement dels desitjos i valors del pacient per influir en les decisions futures que l'afecten, assegurant el respecte per aquests principis quan la situació clínica no li permeti manifestar-los.

La seva elaboració exigeix competència ètica, és a dir, la capacitat de poder reflexionar lliurement i responsablement sobre com vol ser tractat el ciutadà quan es trobi en el procés de morir o bé en una situació de malaltia en la qual no pugui expressar

la seva voluntat. Aquesta competència ètica se li pressuposa a tota persona, mentre no hi hagi raons per dubtar-ne.

Desgraciadament, a aquestes altures, en el nostre context, i, a diferència del que passa en els països anglosaxons, en general, la implantació del document de voluntats anticipades a Espanya és molt baixa, amb una incidència global de 4,52 per 1.000 habitants, i s'observa una implantació creixent a mesura que augmenta l'edat. Pel que fa a l'ús, s'assenyala que únicament un percentatge mínim de la població ha formalitzat un document de voluntats anticipades, malgrat que gairebé la meitat de la població diu haver-ne sentit parlar.



## ¿Sabia que...

### ...Sancho de Ávila va ser el primer tanatori construït a Espanya?

Antigament, la vetlla es feia a les cases, i el cos era acompanyat per la família i els veïns. Amb la construcció del tanatori de Sancho de Ávila el 1968 van canviar els serveis funeraris a Espanya al poder tenir un lloc especial per vetllar els difunts.





Una atenció més gran als problemes psicosocials i emocionals és important per a la qualitat de les atencions al final de la vida, i això inclou la informació sobre el document de voluntats anticipades. Seria, per tant, de gran utilitat augmentar la informació al respecte, fonamentalment, però no de manera exclusiva, en l'àmbit de la medicina primària. També es constata la necessitat d'una implicació més gran dels professionals assistencials en l'ajuda a la planificació anticipada de l'atenció i l'elaboració del document de voluntats anticipades.

**INSTRUCCIONS.** Pel que fa al seu contingut, com d'altra banda sembla lògic, no es poden incloure

en el document de voluntats anticipades desitjos que siguin contraris a l'ordenament jurídic, tampoc aquells que no s'ajustin a la bona pràctica clínica (*lex artis*) ni tampoc els que no es corresponguin exactament amb el suposat fet que s'hagués previst a l'hora d'atorgar-los.

Finalment, és important saber que en qualsevol moment es pot revocar o modificar el document de voluntats anticipades. Si l'entendem com les instruccions que dona el ciutadà/pacient al seu metge o equip assistencial, en les quals fa constar quin tipus d'atenció mèdica desitja rebre al final de la vida i on pot designar la persona que el representarà en cas que no pugui expressar les decisions que l'afectin, els aspectes que ha de re-

flectir el document són: valors personals per ajudar a orientar els metges en el moment de prendre decisions clíniques, instruccions sobre les cures i tractaments que es volen o no es volen tenir, la decisió sobre la donació d'òrgans o del cos i el nomenament del seu representant, que actuarà com a interlocutor de l'equip assistencial. Així, seria convenient que en l'elaboració del document hi col·laborés el metge de referència del pacient o altres professionals de la salut.★

**Dr. Josep Arimany-Manso**  
*Metge especialista en Medicina Legal i Forense*  
*President de la Societat Catalana de Medicina Legal*

### ...Funèriaire Paris va presentar les novetats del sector?

Un dels esdeveniments més importants del sector va mostrar un taüt en forma de capoll, que recorda una crisàlide; la dispersió aèria de cendres amb drons, i una conscienciació més gran amb el reciclatge després de la cremació.

### ...l'herència més antiga coneguda va ser a Egipte?

Va ser a Lahunn el 1797 aC, i estava formada per una sèrie de documents escrits en paper, que corresponien a l'última voluntat d'Ankh-ren, on establia que totes les seves pertinences passarien al seu germà Uah.

### ...la tribu Yanomamö, de l'Amazones, fa una sopa amb els seus morts?

Aquesta tribu amenaçada considera que la mort té a veure amb els dimonis. Després d'un decés es desfan del cos, el cremen i en guarden les cendres. Un any després en cuinen una sopa i se la beuen.

## 'Tu apoyo en red'



## La gent gran i els seus dols

**E**stic acostumada a escoltar la gent gran i a lidiar amb les seves rareses, virtuts i les seves inquietuds, amb la seva forma de veure el món actual i d'afrontar l'última etapa de la seva vida. He conegut moltes persones grans en la meua feina, i si alguna cosa tinc clara és que aquest acostuma a ser el moment de recollir el fruit del que sembrem des de la nostra més tendra joventut.

Sempre m'han cridat l'atenció les diferències en l'elaboració dels processos de dol. En general, és la mort del cònjuge la que desperta més ansietat. Aquesta mort representa no només la pèrdua emocional i afectiva per la desaparició d'una persona a la qual s'ha estat profundament unit durant un llarg període de temps, sinó que també pot representar la pèrdua del seu únic rol en la vida i l'única forma d'identitat social que li quedava a l'individu.

Sempre recordaré el cas d'una dona que vivia immersa en el seu dolor per la pèrdua del seu marit, germà i filla, que havien mort amb pocs anys de diferència i l'havien deixat sola al món. Sempre repetia allò de "jo vaig morir el dia que va morir la meua filla, me'n vaig anar amb ella". Aquesta dona convivia amb el seu dol i no va deixar que res ni ningú canviés aquesta situació.

No obstant, visito amb freqüència altres dones grans que també s'han quedat soles perquè han mort tots els seus éssers esti-

mats, fins i tot en circumstàncies més complicades, però que somriuen a la vida i obren les portes a noves experiències i busquen aprendre de tots i de tot. La diferència entre un cas i l'altre està en la resiliència, aquella capacitat de sobreposar-se i d'extreure un aprenentatge de les situacions més adverses que ens presenta la vida.

Evidentment no totes les persones tenen aquesta capacitat, i casos com el de la primera senyora són més habituals del que voldríem. És important respectar el ritme de cada persona. No pretenquem imposar la nostra alegria, perquè llavors provocarem un rebuig. No hi ha pressa ni terminis de temps establerts, acompanyem el que pateix el dol i respectem el seu desig si aquesta és l'opció de vida que han escollit. Al capdavall, cadascú és lliure de viure i conviure amb el seu dol si així ho desitja.

**Teresa Rutllán Civit**  
*Psicòloga especialitzada en tercera edat*

## Recerca

La resiliència permet treure aprenentatges de les situacions més adverses que ens porta la vida

Contingut extret de  
[tuapoyoenred.org/blog](http://tuapoyoenred.org/blog)



Comunidad de acompañamiento  
en el proceso de pérdida





## Diàlegs

# "Hauríem de promocionar el testament vital en els joves"

Durant el saló de la gent gran, FiraGran, celebrat del 12 al 15 de juny, Mémora va organitzar, a Fira de Barcelona, unes xerrades al voltant de l'envelliment actiu

**U**n dels diàlegs destacats del FiraGran passat, el saló de la gent gran, celebrat a Fira de Barcelona, entre el 12 i el 15 de juny, va estar emmarcat en la temàtica de final de vida.

Organitzat per Mémora, juntament amb Electium i la Fundació Mémora, en aquesta conversa hi van participar Llum Delàs, religiosa, presidenta de la Fundació Roure i directora de la Fundació de l'Esperança, juntament amb Mar Diéguez, treballadora social de l'Espai de Suport de Mémora a l'Hospitalet de Llobregat (foto). A continuació, un extracte de l'esdeveniment en el qual es tracten temes com el tabú a parlar sobre la mort, els documents de voluntats anticipades o l'acompanyament en el final de vida.

-L. D.: Nosaltres no escollim morir en la vida; escollim viure. La mort és l'única veritat que compartim tots els que estem al món. Cosa que vol dir que gaire capacitat de decisió sobre el nostre destí tampoc la tenim. Però sí que podem preparar les voluntats anticipades, amb l'objectiu d'expressar com desitjaríem que ens cuidessin en el moment del nostre comiat, quan toca dir adeu als éssers estimats i a la gent del nostre voltant.

-M. D.: Estic d'acord amb tu, Llum. Acostumem a parlar des del nostre desig de viure en plenitud fins al final, sempre plens de vida i de salut. Això significa que visualitzar-nos en un al-



tre moment vital ens costa. Per això, hauríem de fer un esforç entre tots per acostar eines com el document de voluntats anticipades, que ens dona una oportunitat per dir "preferiria que les coses anessin d'aquesta manera".

-L. D.: Sí. Per fortuna, tot això evoluciona a millor. Cada vegada hi ha més veus de persones que volen humanitzar el nostre món. Per tant,

### LES CLAUS

➤ **Acompanyar la gent gran és important, ja que cada cop moren més persones en soledat**

arriba un moment en el qual un expressa el seu desig de com han de ser les seves voluntats anticipades. És una cosa senzilla i humana que els altres tenen l'obligació de complir i respectar.

-M. D.: Hauríem de portar-lo més enllà. Fins a la gent jove. Perquè no sabem mai quan ens arribarà el moment de la mort. El document de voluntats anticipades no té una edat

mínima per preparar-lo. En qualsevol moment es pot deixar establert el que es vol per als moments finals. Hauria d'haver-hi pedagogia a les escoles, perquè existeix aquesta eina i la tenim al nostre abast.

-L. D.: És cert. Costa molt. No se n'acostuma a parlar i és l'únic que sabem que és cert. ¿Hem d'amagar aquests temes als que venen per darrere? En la meua opinió, no s'han d'amagar, s'han de socialitzar.

Però canviant una mica de tema, també defenso que s'ha d'acompanyar en el difícil moment en el qual s'esdevé una pèrdua. S'ha d'ajudar els que pateixen de prop una mort, perquè se'n va una persona estimada. En definitiva, considero essencial escoltar el dolor de l'altre, el nostre propi i expressar-lo amb naturalitat.

-M. D.: Totalment. És molt important donar visibilitat a aquesta realitat. L'acompanyament és necessari ja que hi ha molta gent que viu sola i, en conseqüència, quan mor, també ho fa sola. Hem de fer una reflexió sobre com podem combatre aquest fenomen que, com a societat, tenim com a repte per al present i el futur.

-L. D.: En aquest pla, precisament, en el d'acompanyar, he realitzat la meua vida. Sento com a vocació cuidar la gent. I per això sempre em plantejaré com puc cuidar millor els altres. Sobretot cuidar perquè el final de vida sigui pacífic, serè, en definitiva, bonic. ★

## Recomanacions

PER LL. M.



**'Envejecer bien'**

Miquel Vilardell  
Plataforma Editorial (2013)  
16,00€

### Literatura

#### Disfrutar de la bona vida

➤ Envel·lir no té per què ser un obstacle per disfrutar d'una bona qualitat de vida. Encara que el procés natural d'envelliment no pugui evitar-se, aquest llibre té per objecte preparar les persones per encarar la vellesa de la manera més convenient, en les millors condicions possibles.



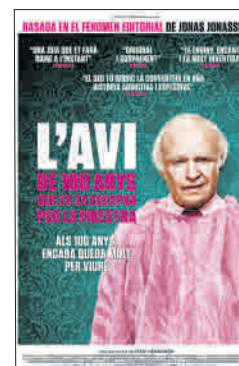
**'L'hora de la veritat'**

Rosa Regàs  
Ara Llibres (2010). 16,90 €

### Literatura

#### Un cant a la vida

➤ Una mirada als ulls de la vellesa, sense por ni apriorismes, amb valentia i il·lusió pel present. Un cant a la vida que no defuig la proximitat de la mort, una incitació a donar ales a les nostres vocacions ocultes, les que hem mantingut amagades durant tants anys.



**'L'avi de 100 anys que es...'**

Felix Hemgren  
Suècia, 2013 (114 minuts)

### Cine

#### Mai és tard per viure

➤ Allan Karlsson, un avi de cent anys, vestit amb el seu millor vestit i unes sabatilles, s'escapa de la residència per una finestra i deixa plantats l'alcalde i la premsa local. No està disposat a renunciar al plaer de viure i, encara que no sap on anar, es llança a l'aventura.

## Taller

# Un testament vital adequat per a les persones grans

El DVA permet establir el que un desitja per quan no es pot decidir per un mateix

Es tracta d'un document que pot evitar la presència de maltractament en la tercera edat

Lluís Muñoz || MONOGRÀFICS

**E**l pas del temps va deteriorant les facultats físiques, però també mentals. Es tracta d'un procés que, amb l'augment de l'esperança de vida, es va endarrerint més. No obstant, això no evita que pugui arribar un moment en el qual un no pugui valer-se per si mateix i la decisió de com es viuen els últims dies quedi en mans de tercers.

Amb l'objectiu que tothom pugui escollir de forma totalment autònoma el seu final existeix el Document de Voluntats Anticipades (DVA), també conegut com a Testament Vital. Unes instruccions que en plenes facultats mentals permeten establir el que un desitja que succeeixi en el moment en el qual no ho pugui decidir: des de no allargar la vida de forma artificial, poder morir a casa, o fins a donar els òrgans. Els testaments consisteixen en un document que té vigència judicial i, llavors, quan la persona no està en facultat de decidir, ningú, ni els fills, pot canviar els desitjos escrits, sempre que no vagin en contra de les bones pràctiques. També, si ho preferixen, els afectats poden escollir un representant per a quan no estiguin en condicions.

**CONSCIÈNCIA.** Mémora, en el seu compromís amb la societat, fa pedagogia en tot tipus de temes de salut amb els seus tallers. En els seus espais de suport han organitzat el taller *Voluntats anticipades*, amb José Luis Buenache, CEO en Serveis Integrals per a l'Envel·liment Actiu (Siena), associació que es preocupa especialment pel col·lectiu de persones grans.

A partir de la seva experiència, José Luis Buenache recomana el testament vital per a totes les franges d'edat. Encara que això sí, considera que el document de voluntats anticipades s'emmarca en una sèrie de mesures que tracten de facilitar la vida a les persones més grans: **"La majoria de la població no som conscients dels nostres drets i, en moltes ocasions no els exercim. En aquest sentit, ens encantaria que es promoguessin sindicatures o defensors de les persones grans, perquè els informin i assisteixin sobre els seus**



Compromís. José Luis Buenache imparteix un taller.

drets i com defensar-los, tant a la ciutat, com també a l'entorn rural. És la manifestació d'un dret que tenim i el seu exercici obliga èticament i legalment els professionals sanitaris".

De fet, segons dades del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya no s'arriba als 100.000 testaments vitals; només el 30% correspon a menors de 60 anys, i és la franja entre els 60 i els 70 anys la que més l'utilitza; mentre que en qüestió de gènere, el 62,4 % estan realitzats per dones. Aquestes dades contrasten amb països com Alemanya, en el qual el 9% de la població té un document de voluntats anticipades, o els Estats Units, on en alguns estats, el percentatge arriba fins al 45%.

Per a Buenache, campanyes informatives com per exemple *La teva decisió fins al final*, impulsada per la Fundació Edat i Vida, en col·laboració amb Fundació Mémora, així com el treball realitzat a Siena, són essencials per aconseguir més bons percentatges: **"Fa anys que treballem per poder millorar l'autonomia i la qualitat de vida de les persones grans. També amb el testament vital, que suposa una manifestació de la planificació de vida i una oportunitat per posar en pràctica el nostre dret a decidir en el camp de la salut i les cures. Per això hem de seguir conscienciant la població i els professionals"**.

**DIFUSIÓ.** El DVA és important tenint en compte que la tercera edat és una franja en risc, en la qual s'incorre en molts maltractaments que queden ocults. D'aquí ve la necessitat de conscienciar i lluitar pels drets de la gent gran. **"Les voluntats anticipades són un instrument que pot arribar a evitar alguna tipologia de maltractament com podria ser el denominat maltractament institucional en centres socials o sanitaris"**, explica Buenache, que porta aquesta conscienciació a Siena, participant en la iniciativa *El bon tracte ens fa grans*, en la qual 70 entitats estan treballant en l'actualitat per donar visibilitat al problema, així com per trobar possibles solucions tant des del punt de vista legal, com comunicatiu i també de sensibilització a la població.★

## EN COMPANYIA DE MÉMORA

### Pedagogia sobre el final de vida

Segons les últimes dades que es recullen del Registre Nacional d'Instruccions Prèvies del Ministeri de Sanitat, Consum i Benestar Social, només 305.290 persones han registrat de forma oficial el document de voluntats anticipades.

Per donar a conèixer el testament vital, des de la Fundació Edat&Vida, han posat en marxa la campanya *Ordena i protegeix el teu futur* amb l'objectiu d'informar sobre els instruments que existeixen a disposició del ciutadà perquè planifiqui com vol viure els seus últims anys i què vol que passi quan ja no

pugui expressar els seus desitjos. Per a l'associació suposa una manera de facilitar les resolucions dels familiars i així evitar possibles conflictes que es puguin presentar en la presa de decisions.

En aquesta campanya es fa pedagogia sobre la forma de fer el testament vital. Existeixen dues maneres, a través d'un notari o per mitjà de les administracions públiques, que, en aquest cas, és gratuïta.

També, gràcies a aquesta iniciativa es donaran a conèixer els instruments necessaris perquè la ciutadania pugui planifi-

car la fase final de la vida. Per fer-ho possible s'ha elaborat un vídeo divulgatiu i una guia en línia juntament amb la Fundació Mémora i Electium, en la qual s'explica què és el testament vital, el seu contingut, els drets que ens assisteixen i s'indica com s'elabora i es registra el document en funció de la zona d'Espanya on es resideixi.

Pàgina web i guia per a l'elaboració i registre del document de voluntats anticipades: <https://www.edad-vida.org/guia-para-la-elaboracion-y-registro-del-documento-de-voluntades-anticipadas>.



# Vols rebre *Compromesas*?

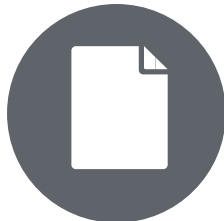
la newsletter de Mémora per professionals

Entrevistes a professionals de l'àmbit de la salut i els serveis socials vinculats amb el final de vida, articles en profunditat, els nostres projectes de responsabilitat social, un racó per lectures recomanades, blogs destacats i una agenda amb una selecció d'esdeveniments.



## Notícies

Informa't de les últimes notícies relacionades amb el final de vida.



## Articles

Consulta articles científics, anàlisis d'experts i fes-nos arribar les teves publicacions pròpies.



## Esdeveniments

Accedeix al calendari d'activitats proposades per Mémora i col·laboradors.



## Entrevistes

Coneix els nostres entrevistats, referents en el seu àmbit i vinculats amb la mort.

Además, también encontrarás un listado de lecturas y películas recomendadas sobre la pérdida y el duelo.

*Envia'ns un correu a* [professionals@memora.es](mailto:professionals@memora.es)



Pots accedir i descarregar les anteriors edicions d'Univers Mémora a:

Àrea professional de [www.memora.es](http://www.memora.es)

## Compromesos amb els professionals

**1.400**  
professionals

**138**  
tanatoris

**34**  
crematoris

**23**  
cementiris

24 hores, 365 dies



900 231 132

[www.memora.es](http://www.memora.es)