

Elisabeth Kübler-Ross: La mujer que exorcizó de entre los seres humanos la sombra de la muerte

Dr. Félix E. F. Larocca

1. [Los pioneros](#)
2. [La vida y muerte de Elisabeth Kübler-Ross \(1926-2004\)](#)
3. [Sus teorías](#)
4. [Las tradiciones psiquiátricas](#)
5. [Cuando la muerte murió](#)
6. [Bibliografía](#)

'To be, or not to be: That is the question' Hamlet 3/1 William Shakespeare.

Desde que viviéramos en las noches tenebrosas del neolítico, la muerte y el sueño, su homólogo aparente, nos han cautivado, a la vez que nos han aterrorizado con sus inefables misterios.



Elisabeth Kübler-Ross (1926-2004)

Hoy nos parece oportuno examinar los enigmas psicológicos del morir, como sucede en nuestro género, en vista de la tragedia de Haití.

Aunque, no estamos solos...

Porque --- antes de proseguir --- no podemos ignorar el hecho de que otros animales tiene su propia relación especial con la muerte, como lo confirman algunos simios, cetáceos, paquidermos y animales domésticos, que aquí serán omitidos por razones de conveniencia.

La muerte y sus congojas

Cuando hablamos de la muerte, inevitablemente pensamos en el duelo, y, cuando lo hacemos, repentinamente realizamos que morir y la profunda angustia que deja en su estela, parece ser más restringida para su expresión retórica cuando lo hacemos en el idioma castellano.

¡Dios mío qué solos se quedan los muertos! Nos decía con elocuencia inmortal el famoso bardo Gustavo Adolfo Bécquer.

A veces, si sólo pensamos en el duelo, nos salta a la mente la imagen de dos personas batiéndose por el honor en el campo donde los entuertos se rectifican.

Pero, no siempre es así, porque el duelo que sigue la muerte significa una pérdida narcisista de gran importancia que se acompaña de un profundo impacto psicológico.

Muchos filósofos se alejan de reflexionar acerca de la muerte porque los confunde, otros porque los hacen sentir impotentes, y nosotros los médicos, porque nos entrenamos para aliviar y sanar, y no para admitir derrota o para asistir a morir como Jack Kevorkian se ha empeñado en hacer con sus métodos de eutanasia asistida.

LOS PIONEROS

La literatura acerca del proceso de morir en nuestro género debe mucho a Kübler-Ross y a Freud, aunque ambos pensadores han sido objeto de serias polémicas acerca de la validez de sus ideas.



Pérdida incomparable

Freud, siempre guiado por la idea de la libido instintiva, lo resume todo en su teoría del Tánatos --- como instinto de morir --- que elaborara cuando confrontaba su defunción cercana.

Pero fue el genio, a veces confuso, de la facultativa Elisabeth Kübler-Ross, quien lograría desmitificar el fenómeno único para el entendimiento humano del acto de morir.

LA VIDA Y MUERTE DE ELISABETH KÜBLER-ROSS (1926-2004)

Nació como una de hermanas trillizas en Suiza en el 1926 y luego de estudiar medicina emigró a los Estados Unidos donde enseñó psiquiatría en la Universidad de Colorado.

Nada extraordinario sucedía en la vida apacible y retraída de la joven médica hasta que un día las coincidencias de que su compatriota --- también psiquiatra y suizo --- Carl G. Jung tanto escribiera, llamaron a su puerta.

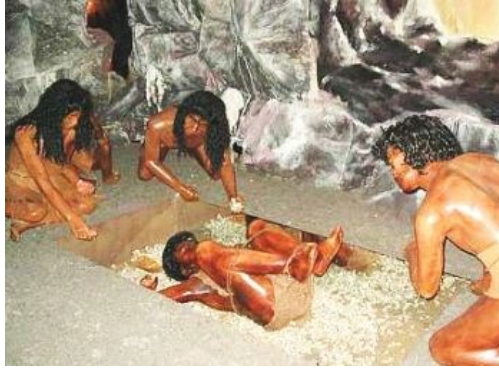
Veamos la historia

Kübler-Ross, siempre tímida, encontró su verdadera vocación por serendipia, cuando le pidieron, en el otoño del 1964, que hablara en cualquier tópico de su elección a un grupo de estudiantes de medicina.

Siendo por naturaleza, retraída, se sentía insegura con esta tarea, porque no sabía de qué hablar que pudiese serles de interés a los futuros jóvenes médicos.

Sin saber por qué, decidió que les hablaría de algo que casi todos evitan hacer cuando son médicos: Hablar de la muerte y del proceso de morir.

Su propio padre había fallecido apaciblemente tres años antes en Suiza y ella todavía sentía la tristeza dejada por su ausencia.



El hombre paleolítico entierra sus muertos

La ansiosa doctora preparó una charla en dos partes para los médicos en ciernes.

En la primera, describió los diversos estilos socioculturales de abordar el sujeto de la propia muerte o de la muerte de un ser querido. En la segunda, ella traería una persona que estaba próxima a morir para que hablara con los estudiantes.

La segunda charla fue la más interesante

La persona invitada para la sesión fue Linda, una joven de dieciséis años que sufría de una forma incurable de leucemia.

La mamá de la desdichada paciente recientemente había puesto anuncios en los periódicos locales para que todos se unieran en enviar a la hija tarjetas animándola en su recuperación y en la celebración de su próximo cumpleaños.

Linda estaba molesta con la idea improbable de que su salud iba a mejorar. No obstante, aceptó la invitación de la doctora y apareció frente a la clase donde hablaría con toda honestidad acerca de cómo se sentía.

Los estudiantes, al escucharla, estaban embelesados pero intranquilos y nerviosos.

Todos evadieron exponer las fuentes de sus ansiedades cuando estaban en la presencia de una joven, atractiva y muy expresiva mujer, ya al borde de su muerte. En lugar de preguntarle acerca de sus sentimientos, todos enfocaron en la enfermedad y en sus aspectos clínicos.

Como todos solemos hacer para paliar nuestros miedos y angustias.

Poco tiempo después --- y con la experiencia aun fresca en la mente --- Kübler-Ross aceptó una posición en la facultad de la Universidad de Chicago.

Allí encontró un grupo de estudiantes de un seminario teológico que estaban interesados en obtener su asistencia para estudiar las necesidades emocionales de personas en las etapas terminales de sus vidas.



Tótem

En el Billings Hospital de Chicago la joven idealista, comenzó a ofrecer una serie de talleres en los que entrevistaba pacientes para discutir cómo ellos se sentían estando al borde de la conclusión de sus días.

Las conferencias didácticas se llevaban a cabo frente a un espejo de una vía con los estudiantes observando desde el otro lado.

Lo harían de esa manera, para que las personas entrevistadas no tuvieran que confrontar el número creciente de estudiantes que asistían a las sesiones pedagógicas.

La fama de Kübler-Ross crecía, aunque ella no lo advirtiera...

Pero ya, la envidia profesional, desde las sombras, acechaba

Pronto las rivalidades y los celos profesionales hicieron su entrada esperada, resultando en que muchos de sus colegas comenzaran a ser críticos de la médica a quien acusaban de aprovecharse de los pacientes de manera inhumana.

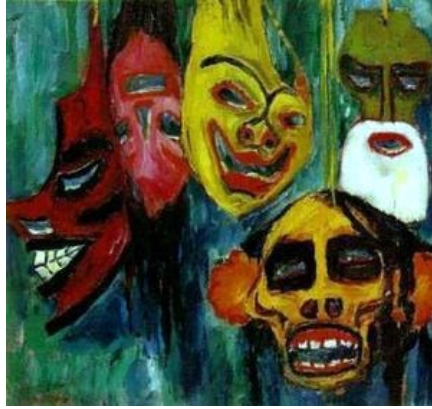
Los doctores estaban convencidos de que nadie deseaba saber la verdad acerca de la propia muerte o de cuán enfermos estaban.

Era como si la palabra 'muerte' había desertado el léxico de los galenos, pensaba Kübler-Ross.

Mientras tanto, la joven doctora preparaba la publicación de un libro basado en sus experiencias.

El libro apareció en el 1969 y muy poco después, la revista *Life* produjo una reseña acerca de los talleres.

Pronto las cartas --- originando de todas partes del mundo --- llegarían en torrentes constantes, procedentes de personas pidiendo que Kübler-Ross les impartiera más conocimientos acerca del tema prohibido.



Combatiendo los miedos

Furiosos acerca de los artículos publicados sin su consentimiento, los administradores del hospital le cancelaron el contrato de trabajo a la joven médica.

Pero, ya era muy tarde, su libro *On Death and Dying* se había vuelto un bestseller (o superventas) y con ello Kübler-Ross estaría siendo huésped favorito de todas las estaciones de televisión y de todas las instituciones académicas norteamericanas.

SUS TEORÍAS

Su argumento era que los pacientes, a menudo, sabían que estaban muriendo y que asimismo preferían que otros reconocieran su situación sin ocultar la realidad, como la madre de Linda había hecho, resistiendo los deseos de la joven moribunda.

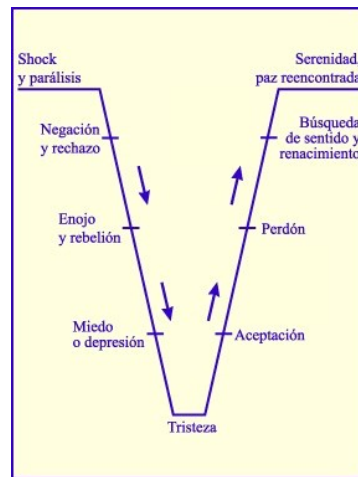
La, ahora experta en la materia, decía que de tal manera los pacientes podrían expresar su tristeza, encontrando nuevos modos de aceptar lo inevitable de su suerte.

En su libro Kübler-Ross postuló las famosas cinco etapas del proceso de la muerte y el duelo:

- Negación
- Ira
- Negociación
- Depresión
- Aceptación

'La teoría de las etapas' como se la reconocería más adelante, creó el paradigma de morir para los americanos. Más tarde, creó el prototipo del duelo ya que ella mantuvo que las mismas cinco etapas se atraviesan durante el período de congoja y luto que prosigue después de la hora final.

Todavía hoy, muchos consideran sus ideas como si fueran verdades inquebrantables.



Etapas

Pero, no es así

Cuando Kübler-Ross propuso que las mismas etapas de la muerte aplicaban al duelo, la aceptación pública fue fácil porque hizo que las pérdidas y su recuperación fueran más controlables.

El problema que existe es que estas etapas son ficcionales, siendo basadas más en observaciones anecdóticas que en la evidencia empírica.

A pesar de que Kübler-Ross logró entender todas las emociones que el desconsolado paciente, y después el doliente, experimentan, éstas no siguen una lista rigurosa de control, sino que proceden como un proceso complicado, imprevisible, tortuoso y equívoco.

Como si fuera un proceso que, a veces, nunca termina.

LAS TRADICIONES PSIQUIÁTRICAS

La idea tradicional entre los psiquiatras siempre ha sido que hay que dejar que la mente descarte todas las ideas dolorosas; mientras que las investigaciones demuestran que muchos que se aferran a la 'presencia' --- sin descartar la memoria --- de la persona perdida, lo hacen sin ningún problema resultante.

He ahí, dónde reside el problema

Al final de sus días, la investigadora misma realizó que sus ideas habían sido interpretadas erróneamente, tratando en su segundo libro *On Grief and Grieving*, de rectificar las equivocaciones resultantes. Lo que no pudo lograr.

Prosigamos

¿En qué consiste el duelo?



Duelo por Edvard Munch

El duelo es una reacción colateral de estrés al fenómeno de la muerte, acompañada por un complemento específico de manifestaciones psicosomáticas, en las que participan el sistema inmune y actividades humorales, con un incremento de los glucocorticoides, u hormonas del estrés, lo que, a veces, resulta en la pérdida del apetito, sentimientos de depresión, insomnio, palpitaciones y aún alucinaciones.

Hasta que Kübler-Ross lo descubriera, el duelo no había sido estudiado de manera sistemática

El primer estudio metódico de la congoja fue conducido por Erich Lindemann de la facultad psiquiátrica de Harvard.

Este investigador estudió los sobrevivientes de las quinientas víctimas de un famoso y trágicamente memorable incendio que ocurrió en el año 1942.

Lo que Lindemann descubrió es compatible con presencia de la angustia emocional y la producción de numerosos síntomas de origen psicosomático.

Los trabajos de este investigador distinguen entre el duelo 'normal' y el duelo 'complicado' o 'prolongado'.

Las variaciones temporales son amplias ya que pueden durar entre seis meses y dos años.

Lo que sólo ratifica que estos sentimientos son diferentes para individuos distintos.

No hay fórmulas, etapas ni recetas. Es como sucede con cada situación clínica, la reacción varía para cada persona.

Muchas personas rebotan más fácilmente que otras por sus propias naturalezas y situación en la vida.



Misa por los muertos

En mi ponencia: *La Obesidad: Indefensión ¿Aprendida o Innata?* introduzco la metáfora de las tres muñecas como las describe el líder de la Medicina Ortomolecular Dr. Emanuel Cheraskin. Para el beneficio de quien desee verla sin encontrar el artículo referido, la repetimos en este lugar:

'Es como si tuviera delante de mí tres muñecas: una está hecha de acero, otra de celuloide, y la otra de cristal. Yo decido golpear las tres muñecas con un martillo usando la misma fuerza.

'¿Por qué es que la muñeca de acero emite una nota musical? ¿Por qué la de celuloide simplemente se deforma y la de cristal se vuelve añicos?

'Esta es una metáfora por la resistencia y la susceptibilidad en salud y enfermedad. El hecho inescapable es que algunas personas son hechas de acero (nunca cayendo enfermas) y otras son como el cristal (para siempre teniendo problemas).'

En los años 1970s del siglo pasado, Colin Murray Parkes, un psiquiatra británico e investigador de los fenómenos asociados con el duelo, arguyó que el elemento dominante en el desconsuelo que sigue una pérdida es el de 'una búsqueda ansiosa'.

La estimulación emocional del evento traumático, acompañada por la rabia, la tristeza y el dolor se asemeja a la ansiedad que los niños sufren cuando son separados de sus madres.

Parkes adaptando sus ideas a las de John Bowlby --- un teórico pionero en la manera cómo los seres humanos forman nexos afectivos --- notó que en ambas circunstancias --- duelo agudo y la ansiedad de la separación --- uno siente terror porque se ha perdido un soporte en el que se confiaba.

Parker asimismo especulaba que uno continúa 'buscando' ilógicamente (y con mucha angustia) por el ser amado ya ido, aún después de la muerte.

Luego de haber fallado repetidamente, en encontrar la persona ida, eventualmente la persona doliente crea un 'mundo supuesto' para invalidar el que fuera perdido.



Cementerio sin vida

En algo que todos los investigadores concurren es en el hecho de que la separación envuelve una pesquisa frenética para restituir la persona que falta.

Mientras tanto, para no quedar por detrás en sus esfuerzos a controlar todo lo que, de la mente se trate, los arquitectos de DSM-V están planeando una categoría diagnóstica en su próximo manual bajo el nombre de 'duelo complicado'.

¿De qué se tratará, y, mejor aún, con qué se tratará?

Prosigamos

CUANDO LA MUERTE MURIÓ

La realidad es que, no fue hasta el siglo XX cuando las pérdidas cesaron de ser compartidas con otros y la labor del duelo se tornó de ser una demostración pública de dolor, a ser un acto de serenidad privada.

Históricamente, en tiempos pasados, el duelo era exhibido sin problemas asociados

Muchas culturas adoptaban atuendos y rituales de luto que asignaban un lugar compartido al proceso del dolor.

Muchas religiones en muchos países todavía observan esos ritos, pero, a veces, lo hacen, de un modo restringido por culturas que no toleran las expresiones vehementes de tristeza, que a menudo los acompañan, con mucha simpatía.

Aquí la obra magistral para consultar es [*The Our of Our Death*](#) por Philippe Ariès.

¿Qué pudo haber causado esta transformación?

Con dos guerras mundiales vividas en el siglo XX, con las tragedias que todos los días se publican en la prensa sensacionalista, y con una profusión de actos terroristas --- de los que todas las partes son siempre culpables sean judíos, americanos o musulmanes --- donde lo menos que se respeta es el valor sacro de la vida, nuestras generaciones se han inmunizado a lo que significa el dolor ajeno o a las pérdidas experimentadas por otros.



Cementerio judío por Ruisdael

En un caso en particular, cuando viviéramos en la Ciudad de Victoria en la Columbia Británica, tuvimos que detenernos para dejar pasar los vehículos de emergencia que venían a auxiliar las víctimas de un horrendo accidente donde varias personas perdieron la vida.

Mientras lo hacían, familias con niños jóvenes tomaban fotos de las personas lastimadas o desfiguradas mientras consumían fast food y bebidas refrescantes.

Parecía ser como si estuvieran en el circo, o peor...

Un papá le comentó a su esposa: '¿viste ese hombre? está decapitado'.

Para pensadores como Ariès nuestra sociedad ha exilado el dolor de la muerte, que sólo 'se practica en privado como se hace con la masturbación', de acuerdo a sus propias palabras.

Las lágrimas de cocodrilo que muchos derramaran cuando la trágica muerte de la Princesa Diana, fueron resultado de una nueva ola de histeria colectiva donde se aspira a la identificación con la persona muerta --- si es que ésta es famosa --- haciendo de esa muerte la causa propia y del suyo el dolor propio.

Aunque muy poco se sepa acerca de quién es la muerte que lamentan.

Con el internet hoy existen páginas donde se pueden visitar cementerios virtuales de los famosos ya idos.

Una vez mientras estaba en búsqueda de información acerca de Phineas P. Gage para un artículo que escribía, encontré en el internet una página dedicada a su nombre, por alguien quien no sabía ni remotamente quién Gage fuera.

Cuando le pregunté la razón por la que le dio ese nombre a su portal, me respondió: 'Me pareció un nombre interesante, es todo...'



Toque de silencio

En sus labores Elisabeth Kübler-Ross enfatizó la necesidad de la participación medioambiental en el proceso de la muerte y del duelo, proceso que ella despertara sin la asistencia de nadie, cuando lo concibiera.

En el ocaso de su vida, la científica murió en la soledad, víctima de una hemiplejía que la rindió inválida hasta el fin de sus días.

Habiéndose separado de su esposo con quien dejara sus hijos, la famosa y muy honorificada pionera había dedicado sus días finales a la exploración de la reencarnación arguyendo que la metempsicosis después de la muerte era una transición a una etapa mejor de la existencia.

Cuando murió Kübler-Ross insistió en que su funeral --- como hacen los aldeanos haitianos --- fuera algo más que un rito de dolor, uno de celebración, y así fue.

En resumen

Elisabeth Kübler-Ross, removió el tabú de la muerte de la práctica de la medicina, introduciéndonos de nuevo a verdades --- que en nuestra 'omnipotencia' --- para poder vivir tan cerca de la muerte, como médicos, negamos.

Nos hace pensar en las estrofas tristes del tango *Uno*, que nos dicen:

'Déjame que lllore como aquél
'que sufre en vida la tortura
'de llorar su propia muerte'.

Elisabeth Kübler-Ross ha dejado una huella permanente en el campo de la psiquiatría y de las ciencias del comportamiento.

Esperemos que los 'genios' de DSM-V respeten su sagrada memoria.



R.I.P.

Fin de la lección.

BIBLIOGRAFÍA

- Larocca, F: (2007) *La Obesidad: Indefensión ¿Aprendida o Innata?* en monografias.com
- Larocca, F: (2007) *La vejez y el sexo* en monografias.com
- Larocca, F: (2007) *Depresión en niños y adolescentes* en monografias.com
- Larocca, F: (2007) *La serendipia revisitada* en psikis.cl y en monografias.com
- Larocca, F: (2007) *Adolescencia: Quo vadis?* en monografias.com
- Larocca, F: (2008) *La serendipia revisitada* en monografias.com
- Larocca, F: (2008) *La neurobiología de la psicoterapia* en monografias.com

Autor:

Dr. Félix E. F. Larocca

felix_larocca@yahoo.com