

# Modelo de TESTAMENTO VITAL

(texto creado por el grupo Potala Hospice, <http://asociacionpotala.org/index.html>)

*"Quiero pensar que cuando muera, me habré entregado como un árbol que deja caer sus semillas cada primavera y no repara en la pérdida, porque no hay tal pérdida, sino una continuidad a la vida futura. Es la naturaleza del árbol. Aunque sus raíces son fuertes, regala su tesoro al viento".*

A TODOS LOS PROFESIONALES DE LA SALUD, SERES QUERIDOS Y DEMÁS PERSONAS INVOLUCRADAS:

Escribo estas instrucciones en plena posesión de mis facultades mentales:

Deseo recibir toda la información sobre cualquier enfermedad que sufra, en cuanto a tratamientos posibles y alternativos, sus riesgos y consecuencias para tomarlo en cuenta en mis decisiones.

DECLARO que en el caso que presentara una de las siguientes circunstancias:

1. Enfermedad maligna diseminada.
2. Enfermedad degenerativa avanzada del sistema nervioso central.
3. Daños cerebrales graves e irreversibles debido a enfermedad, accidentes u otras causas.
4. Demencia senil con deterioro cognitivo severo
5. Cualquier otra enfermedad que ocasione mínima calidad de vida (condiciones físicas tan deterioradas sin posibilidad de recuperación y con severa restricción de mi capacidad para comunicarme con los demás).

En dichas circunstancias mis deseos son los siguientes:

- En caso de parada cardiorrespiratoria, no deseo ser sometida a maniobras de soporte vital, que no tendrían ningún beneficio e implicarían costes innecesarios. Esto incluye el no ser alimentada forzosamente en el caso de perder la vía oral; sí podrá dárseme agua si puedo recibirla.
- Que cualquier síntoma que afecte mi confort (dolor, disnea, vómitos, insomnio, etc.) se controle con los medicamentos apropiados u otros tratamientos ( me refiero a las medicinas y técnicas complementarias), en la medida justa y razonable, si mi estado lo permite, para permanecer consiente en el momento de mi muerte.
- Bajo ninguna circunstancia deseo recibir quimioterapia ni radioterapia paliativas, ni ningún otro tratamiento experimental de última moda.
- Desearía morir en mi casa, en mi cama, acompañada de mis seres queridos, y que en mi habitación se pongan fotos de mis maestros, ángeles, imágenes de Buda y se quemara incienso. En caso de que mi familia no pudiese encarar mis cuidados, no me importaría ser ingresada en una institución para enfermos terminales (hospicio, unidad de cuidados paliativos o residencia), pero no quisiera morir en un hospital.

- Después de mi muerte, es mi voluntad que se respete mi cuerpo y se le deje sin tocar durante tres días, antes de enterrarlo o de incinerar. En el momento y después de mi muerte dejo a voluntad de mis amigos de espiritualidad, la realización de las prácticas espirituales, que crean convenientes para ayudar a mi conciencia; lo que hagan será acertado y beneficioso para mí.

DOY MI CONSENTIMIENTO a cualquier medida que pueda tomarse u omitirse para realizar las instrucciones manifestadas, y eximo a los profesionales médicos de cualquier responsabilidad civil derivada de dichos actos u omisiones.

EN CASO de que me viera incapacitada para manifestar mis deseos o participar personalmente en las decisiones sobre mi atención médica, todas las decisiones con respecto a mi tratamiento y cesación de los mecanismos para prolongar artificialmente mi vida quedarán a cargo de la persona que he designado como mi apoderado legal:

FIRMA:

Me reservo el derecho de revocar esta declaración y de hacer los cambios que estime convenientes en el momento que lo considere necesario.

TESTIGOS:

NOMBRE y FIRMA

(Agradecimientos por el presente texto a Potala Hospice, <http://asociacionpotala.org/index.html>)

*Potala Hospice es una entidad sin ánimo de lucro, que conformada por un equipo multidisciplinario de voluntarios, ofrece apoyo y acompañamiento a enfermos al final de la vida y a sus familiares, en un clima de res-peto, cuidado y amor. La Asociación P.H., es miembro de la Fundación para la Preservación de la Tradición Mahayana (FPMT), una organización de Budismo Tibetano que cuenta con más de 100 centros alrededor del mundo. En su esfuerzo por trabajar en beneficio de otros, la FPMT sigue el ejemplo y enseñanzas de S.S el Dalai Lama con su compasivo servicio a la humanidad. Lama Zopa Rinpoché, director espiritual de la FPMT sugiere la creación de un quipo de voluntariado ante la trascendencia de esta etapa de nuestra vida y la gran demanda social. Así surge en 2003 la Asociación Potala Hospice.*