



**MU
TAN
TE**

ELEMENTOS ESENCIALES PARA UN BUEN MORIR

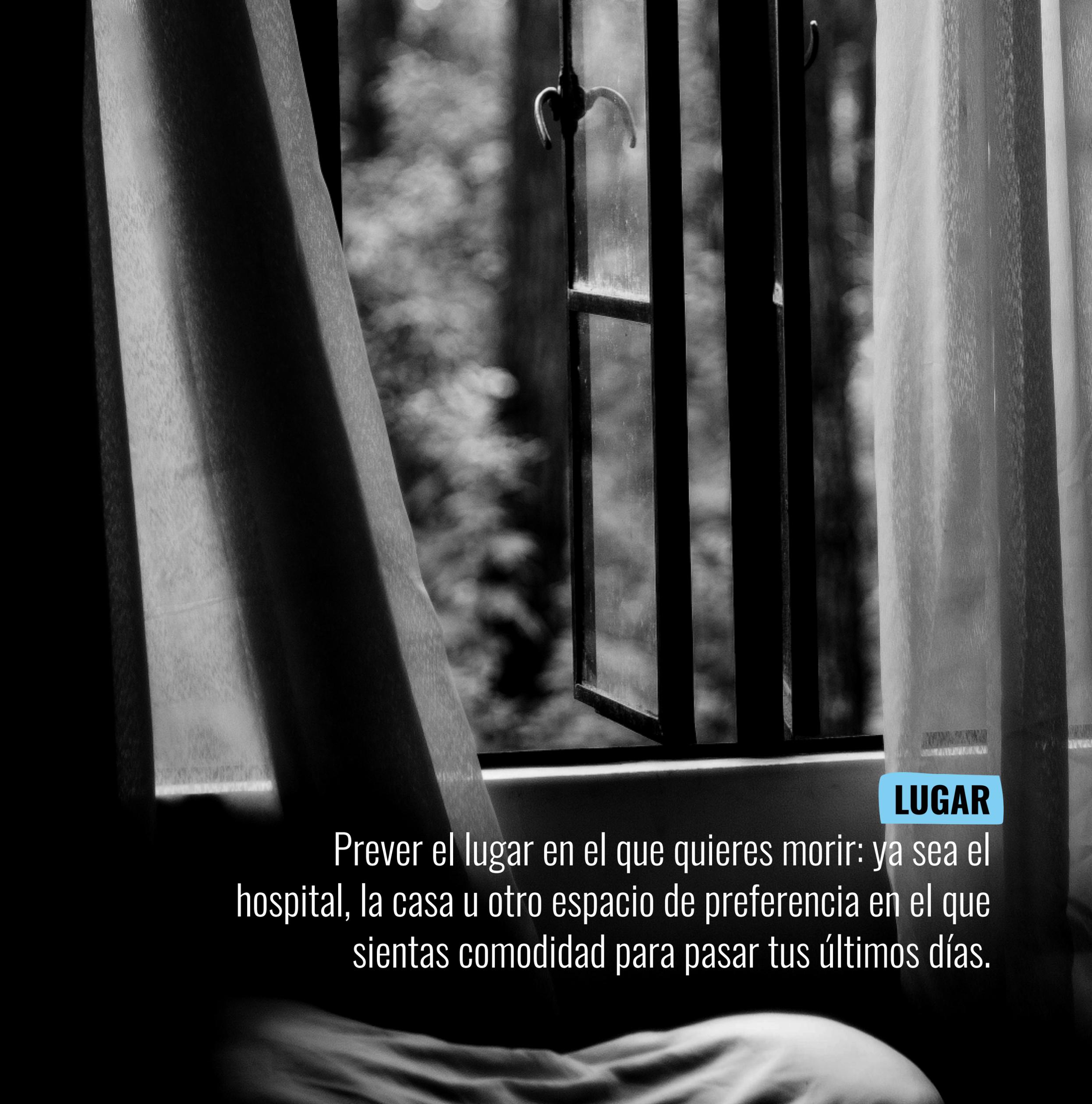
Apuntes de la conversación con Sandra Parra, presidenta de la Asociación Colombiana de Cuidados Paliativos.

#HABLEMOSDELAMUERTE

El “buen morir” es un concepto en permanente construcción que varía de acuerdo a las creencias y consideraciones personales.

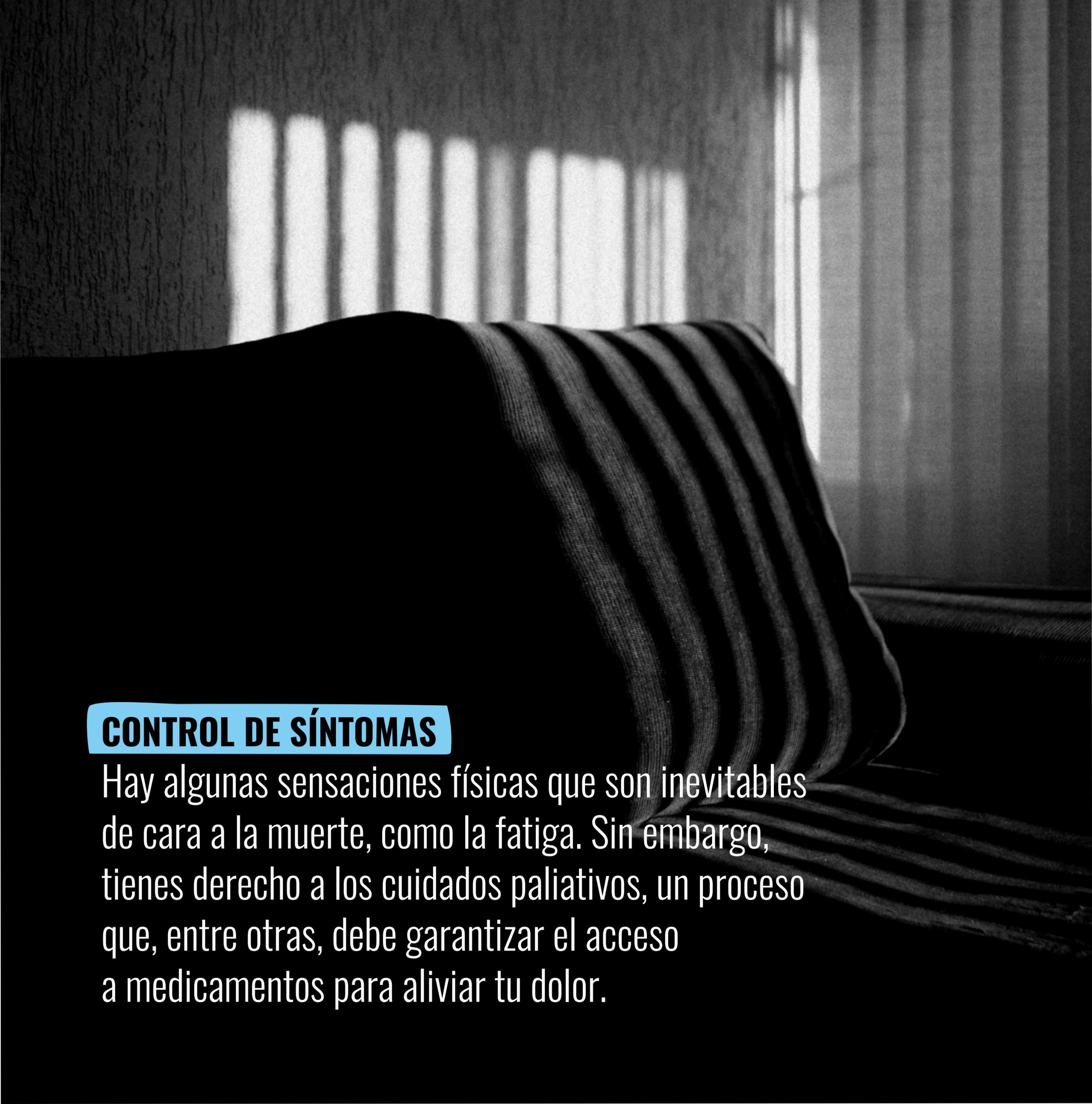
Sin embargo, estos son algunos elementos generales y prácticos que deberías poder elegir para facilitar un fin de vida digno.





LUGAR

Prever el lugar en el que quieres morir: ya sea el hospital, la casa u otro espacio de preferencia en el que sientas comodidad para pasar tus últimos días.



CONTROL DE SÍNTOMAS

Hay algunas sensaciones físicas que son inevitables de cara a la muerte, como la fatiga. Sin embargo, tienes derecho a los cuidados paliativos, un proceso que, entre otras, debe garantizar el acceso a medicamentos para aliviar tu dolor.

LA PAZ

Para tener un mejor fin de vida, podrías generar espacios de reconciliación con tus seres queridos y tramitar asuntos pendientes, de tipo económico, emocional o espiritual.





COMPAÑÍA

Así como el lugar, también es importante tener la posibilidad de elegir cuáles son los seres junto a quienes deseas compartir los últimos días de vida.

MÍNIMOS VITALES

Es necesario que se garantice el acceso a los servicios de salud hasta el fin de la vida. Esto implica la garantía de mínimos vitales (alimentación, vivienda, acceso a servicios públicos domiciliarios y sanitarios) y atención en cuidados paliativos.



**MU
TAN
TE**



**¿QUÉ OTRA NECESIDAD
CREES QUE DEBA CUBRIRSE
A LA HORA DE MORIR?**



#HABLEMOSDELAMUERTE