

Muerte lúcida: cómo cambian las personas que enfrentaron episodios críticos y vivieron para contarlos

Estudios científicos ratifican que la actividad cerebral en pacientes casi sin signos vitales genera cambios en el procesamiento de las emociones y en la sensación de tranquilidad.



El momento que cambió su vida: cuando cayó inconsciente en la cancha del estadio de Estudiantes de la Plata, en Argentina. Estuvo al borde de la muerte.

AP

FABIÁN LLANCA

En marzo del año pasado, el futbolista chileno Javier Altamirano sufrió una trombosis cerebral mientras jugaba con su equipo, en ese entonces Estudiantes de la Plata, de Argentina. Las convulsiones sobre el césped presagiaban un desenlace fatal, pero tras estabilización de emergencia en el mismo lugar y luego de un largo tratamiento, el oriundo de Talcahuano sobrevivió y pudo volver a las canchas; ahora es una de las principales figuras de Universidad de Chile, que el jueves clasificó a la semifinal de la Copa Sudamericana luego de vencer a Alianza Lima en Coquimbo.

Lleno de vida

Compenetrado con el juego colectivo, Altamirano se ve lleno de vida, se encarga de poner música en el camarín y asume con comodidad un liderazgo inesperado, como si el episodio cerca de la muerte lo hubiera cambiado. Estas transformaciones fisiológicas y psicológicas han sido estudiadas por la ciencia en su incesante búsqueda de explicaciones respecto de cómo es estar al borde de la muerte.

Muerte lúcida

En el ámbito científico se habla de “muerte lúcida” para aludir a estos episodios epifánicos. Un estudio dirigido por investigadores de la Escuela de Medicina Grossman de la Universidad de Nueva York reveló que alrededor del 20% de las personas que sobreviven a la reanimación cardiopulmonar después de un paro cardíaco pueden describir experiencias lúcidas de muerte que ocurrieron mientras estaban en estado crítico. “Nuestros resultados ofrecen evidencia de

que mientras se está al borde de la muerte y en coma, las personas experimentan una experiencia consciente interna única, que incluye la conciencia sin angustia”, puntualizó Sam Parnia, médico y autor principal del estudio (<https://acortar.link/uIHBUa>).

Muerte real

Agregó que “algunas personas usan el término experiencia cercana a la muerte para hablar de sueños. Otras para hablar de tomar drogas. Para nosotros se trata de experiencias de muerte real. Por un lado, porque los corazones han dejado de latir y, por otro, porque las personas se dan cuenta de que han muerto cuando regresan”.

Cerebro

La neurocientífica Jimo Borjigin, profesora de neurología de la Universidad de Michigan, ha dedicado parte de su carrera a estudiar qué pasa en el cerebro cuando estamos muriendo. En una investigación reciente coincide en que una de cuatro personas que sobrevivieron a un paro cardíaco reportó haber visto una luz, lo que significa que tenían activada la corteza visual (<https://acortar.link/YLyIRI>). Borjigin acentuó que “muchos pacientes que han sobrevivido a paros cardíacos y que tuvieron experiencias cercanas a la muerte dicen que esas experiencias los cambiaron para mejor, que sienten más empatía”.

Reflexiones

La siquiatria Cynthia Zavala, directora de la escuela de Medicina Unab, asevera que la muerte cercana “muchas veces genera reflexiones y las personas se cuestionan la manera en que están viviendo y las creencias previas”. Añade que “en ocasiones se



MARIELA GUERRERO

Altamirano juega con responsabilidad y entusiasmo, se divierte en la cancha cuando se hacen goles. Y hasta se permite emociones en públicos, como en la foto.

generan cambios en la forma en que viven y, entonces, toman decisiones como cambiar de trabajo, de vivienda, de lugar de residencia o afianzan decisiones ya tomadas. Estas experiencias replantean la manera en que desean vivir, si lo que realizan les hace feliz”.

Procesos psicológicos

Recalca que “probablemente más que procesos metabólicos, como hormonas que se liberan en los eventos agudos, lo que entran a jugar son cambios síquicos o procesos mentales. Estas experiencias mueven las estructuras que las personas tenían armadas y eso abre la posibilidad de cuestionar otras cosas. No es extraño que eso ocurra”.

Neuroplasticidad

Luis Pino, director de la carrera de Sico-

logía de la Universidad de las Américas, afirma que “existen modificaciones en la funcionalidad y la conectividad del cerebro asociadas a la neuroplasticidad. Podemos encontrar aprendizaje, consolidación de algunas estructuras, modificación de la expresión y manifestación emocional. Eso se expresa en la forma de vincularse”. Comenta que además “hay alteraciones funcionales en cómo el cerebro procesa las emociones y cómo valora la persona su entorno. Mejora la conexión entre el razonamiento y el sistema límbico donde se encuentran las emociones. Hay liberación de neurotransmisores, liberación de endorfinas en los eventos críticos, lo que produce un cambio químico en el cerebro y una sensación profunda de tranquilidad que provoca aprendizaje”.