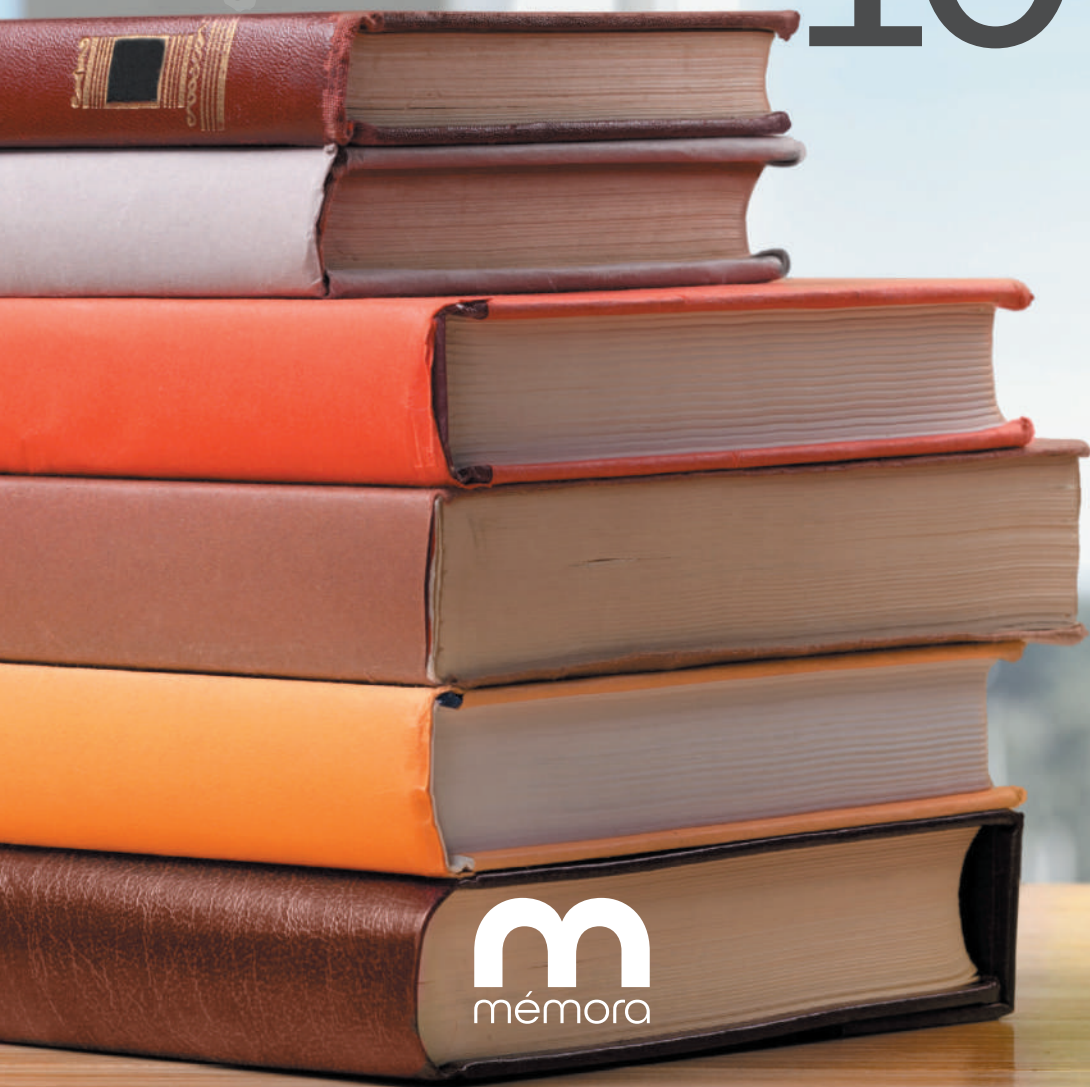


Recomendaciones de

lecturas para poder acompañar en el duelo

10



m
mémora



RECOMENDACIONES DE LECTURAS 10ª EDICIÓN

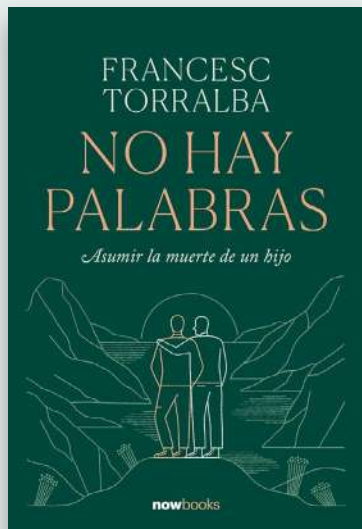
La lectura resulta un excelente recurso de acompañamiento cuando afrontamos un proceso de duelo por la pérdida de un ser querido. Desde la Fundación Mémora, hace años que recogemos una selección de libros para poner a vuestra disposición como herramienta de utilidad durante momentos emocionalmente difíciles, en las diferentes etapas vitales.

En esta 10ª edición de recomendaciones literarias, se recogen algunas de las novedades editoriales más significativas de los últimos meses en el ámbito del acompañamiento emocional en el duelo y el proceso final de vida. Esperamos que sea de vuestro agrado y le podáis sacar mucho provecho.

No hay palabras: asumir la muerte de un hijo

TORRALBA, Francesc

Ara Llibres, 2024



El 14 de agosto de 2023 será una fecha que quedará grabada para siempre en la vida de Francesc Torralba. Es el último día de la vida de su hijo Oriol, quien murió haciendo una excursión por la montaña.

“No hay palabras” es la obra de la vida del autor, por tema personal, pero también porque es un replanteamiento desde una perspectiva totalmente nueva de un tema que él ya había tratado como era la pérdida. Todo esto lo hace con una revisión profunda a partir de la experiencia, con un tono solemne y refugiándose en los filósofos y sus escritos.

A la vez es un libro necesario para romper con el tabú de la muerte y en especial del final de la vida de un ser querido. A través del lenguaje intenta plasmar un hecho que te deja vacío de palabras.

En los años que Xusa Serra ha ejercido de enfermera de paliativos ha tenido el privilegio de acompañar a cientos de personas en sus últimos minutos, y también a sus familias, y ha podido vivir en sus carnes momentos especiales que son lecciones de vida.

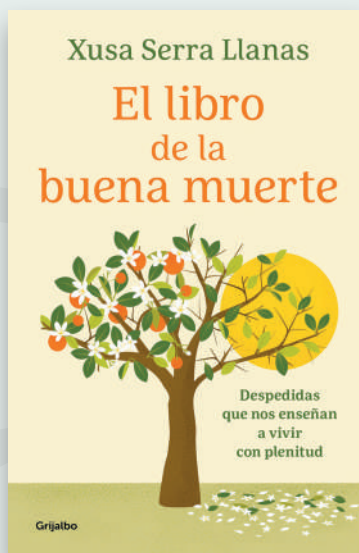
Entre estas páginas, descubriremos cómo la muerte nos enseña a vivir con plenitud, pasión y propósito. Conoceremos situaciones inexplicables pero reales, circunstancias que nos harán dudar de todo aquello que hemos aprendido y que nos abrirán la mente y el corazón.

Un viaje que nos ayuda a entender de forma cercana y con mucha tranquilidad el proceso de morir, el acto de despedirse y a construir el camino del duelo para incorporar la muerte de un ser querido desde el amor y la calma.

El libro de la buena muerte

SERRA, Xusa

Grijalbo, 2025



Cuando los volcanes envejecen

YANGUAS, Javier

Plataforma Editorial, SL - 2025



“Cuando los volcanes envejecen” aborda la intimidad, las necesidades, los problemas y las gratificaciones de las personas mayores que necesitan cuidados, así como de quienes los atienden. Javier Yanguas, experto en gerontología, comparte su experiencia personal cuidando a su madre durante nueve años, ofreciendo una visión profunda y humana sobre el envejecimiento y el cuidado.



“Contra el Silencio”, es un viaje por las etapas del duelo después del suicidio. Un libro conmovedor y necesario, escrito por Alberto Gómez, quien ha vivido en carne propia la pérdida de su hermano por suicidio. Este libro no solo narra la experiencia personal del autor, sino que también recoge los testimonios de otras personas que han atravesado situaciones similares. A través de estas páginas, el lector nos guía por las diferentes etapas del duelo, desde la culpa hasta la aceptación, con un enfoque claro en la recuperación emocional.

Contra el Silencio se propone romper con este aislamiento, ofreciendo un espacio de reflexión y apoyo donde se pueda hablar abiertamente sobre el tema. Este libro es un grito contra el silencio que suele rodear a esta pérdida, y una invitación a recordar a los que ya no están con amor y serenidad.

Contra el silencio

GÓMEZ, Alberto

Libros.com, 2024



El maravilloso libro de la muerte

**ROMERO, Soledad i
CABASSA, Mariona**
(Ilustraciones)

Litera libros, 2024



¿Por qué morimos? ¿Y qué nos pasa cuando morimos? ¿Cuál es el animal más letal para los seres humanos? ¿Y el último sentido que perdemos antes de morir? ¿Sabías que algunas medusas tienen la capacidad de volver a la infancia cuando son adultas y así empezar de nuevo su ciclo de la vida? ¿Y que hay perros que huelen la muerte? ¿O que hay especies que se reproducen una sola vez y después mueren? ¿Por qué no hablamos de la muerte? La muerte forma parte del ciclo de la vida. Es tan natural nacer como lo es morir. Cuando nacemos, todos los seres estamos destinados a morir. Es una de las leyes sagradas de la naturaleza.

María recibe un diagnóstico inesperado, incomprensible: una forma rara de cáncer combinaba con una alteración genética. Hay pocos casos registrados: incertidumbre, tratamientos experimentales, casi ninguna promesa. ¿Qué significa la muerte cuando recibimos una noticia así? ¿Qué significa estar preparados cuando la vida es todo lo que conocemos? María Bosser nos ofrece su magistral forma de entender aquello que parece una obviedad y muchas veces no apreciamos: la vida que vivimos, las vidas que nos prestan los demás y lo que hacemos con ellas.

Despojada de sentimentalismos, sin una pizca de autocompasión, nos comparte este relato crudo, pero lleno de vitalidad, y lo hace con dulzura, sabiduría y claridad. Porque esta es la historia de alguien que no solo está preparada para lo que vendrá, sino la de quien siempre ha estado preparada para vivir.

Preparada

BOSSER, María

Plataforma testimonio, 2024



Recomendaciones de lecturas
para poder acompañar en el duelo

El maestro

SAVIN, Javier i PIÑOL,
Joan

Editorial Kairós, 2024



Javier Savin y Joan Piñol nos deleitan con un precioso relato sobre la vida, la muerte, el duelo, la pareja, la familia... es decir, los grandes temas que desde siempre nos preocupan. El libro consiste en una inmersión en una mentoría realizada por un maestro que, sin dejar de ser un humano imperfecto y vulnerable, te acompañará con generosidad en el viaje de conocimiento de uno mismo y del sentido que otorgamos a la vida.

Una forma amena, didáctica y sencilla de conocer los secretos de la psicología aplicada, con un texto que combina la narración con los más avanzados saberes de la psicoterapia contemporánea

No acostumbramos a hablar de la muerte, pero a todos nos llega. Por eso hay que conocer cómo podemos lograr que el final sea plácido y el más respetuoso posible, de acuerdo con nuestros deseos. Por eso este libro ayuda a pensar y describe la ley de atención a la dependencia, la eutanasia, así como el protocolo a seguir si se quiere redactar un documento de voluntades anticipadas.

Sobre la muerte y el morir: Informados, pensados, hablados

GARCÍA AZNAR, Andreu
Edicions Parcir, 2024



Recomendaciones de lecturas
para poder acompañar en el duelo

730 Días: La enfermedad como espejo del tiempo

PERIS - MENCHETA,
Sergio

Editorial Planeta -2025



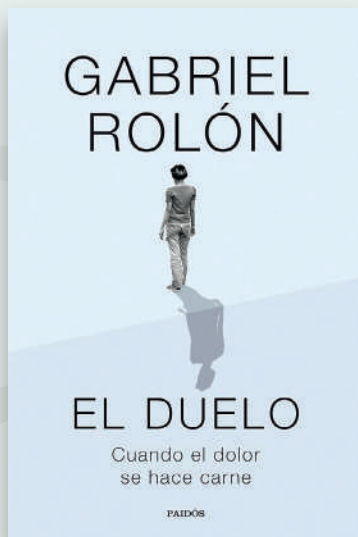
A Sergio Peris-Mencheta, con cuarenta y nueve años, le sorprendió una leucemia de diagnóstico incierto. Intentó volver a España desde Estados Unidos para tratarse, pero la fragilidad de su estado lo imposibilitó. Así comenzó un periplo de tratamientos, y sus proyectos quedaron en suspenso. Este libro es fruto de lo que pasa por la cabeza de su protagonista, pero también es la historia de todo lo que se mueve a su alrededor durante el proceso. De la importancia de las personas cercanas que nos cuidan y de lo imprescindibles que son las cosas más pequeñas. Un testimonio emotivo y transformador de un diagnóstico incierto de leucemia que permite reconstruir el pasado y afrontar el aquí y el ahora.

Gabriel Rolón nos invita a transitar el camino de la pérdida, a dialogar acerca de la muerte, la propia y, la de los que amamos, sin rodeos. Pero también nos pone cara a cara frente a la falta imprevista de aquello que nos sostiene anclados a la vida.

La pérdida de un trabajo, una pareja, un hogar, del reconocimiento de un otro y hasta de la juventud nos empujan al duelo. Y es ahí, en ese soplo en el que el dolor se hace carne y la pena se devora las palabras, donde el autor comparte su reflexión aguda, certera, siempre lúcida.

El duelo: Cuando el dolor se hace carne

ROLÓN, Gabriel
Ediciones Paidós - 2025



Recomendaciones de lecturas
para poder acompañar en el duelo

¡Ya estamos todos!

VALLS, Ester

Grupo editorial Circulo rojo,
2024



Berta es una niña de cinco años que por fin tendrá el hermanito que tanto había pedido; ¡Ya podrá ser la mayor, como otros compañeros de clase! Pero la pérdida inesperada de su hermanito, y cómo lo vive su entorno más cercano, hará que pasen muchas cosas por su cabeza, tenga conflictos que le resulten nuevos y, sobre todo, busque respuesta a una pregunta: ¿por qué nadie habla de su hermanito?

Un cuento bonito y delicado que trata sobre el paso por la vida. Joan Dausà nos abre la puerta a reflexionar sobre un momento complicado: la añoranza de alguien que ya no está. Es inevitable hacerse preguntas, muchas de las cuales no tienen respuesta, ni siquiera los padres las tienen, pero, a pesar de la dificultad de la situación, hay una brecha, un lugar donde se produce una conexión mágica con los que ya no están. El niño protagonista de esta historia, pasa por este proceso con sorpresa e incertidumbre y experimenta sensaciones que se transforman en esperanza, luz y serenidad. Un cuento que, aparte de acompañar a las familias que pasan por un momento de pérdida, nos enseña a mirar con los ojos del corazón.

¿Y si aquí no acaba todo?

DAUSÀ, Joan i FUST, Gisel
(Ilustraciones)
Molino, 2024



