



## Planejamento do fim da vida

O que implica o planejamento para o resto da sua vida e para a sua morte?

A vida é a única condição com uma taxa de mortalidade de 100%, e o fato de você se envolver com isso é libertador. Quando começamos a superar os sentimentos naturais de negação e medo da morte, quando planejamos o fim e o resto do tempo que temos, isso ajuda não só a nós, mas também às pessoas próximas, a ter menos preocupações e uma vida melhor.

Muitas pessoas planejam assiduamente para criar oportunidades para os jovens quando eles se tornarem adultos. É nesse momento que a decisão sobre decisões avançadas ou um testamento vital é importante pela primeira vez, pois os registros médicos de uma pessoa normalmente se tornam privados a partir dos 18 anos.

A maioria das pessoas não toma a medida simples e fundamental de identificar uma pessoa de confiança que possa tomar decisões em seu nome e, em seguida, informar seus desejos.

Documentos como testamentos e procurações são geralmente simples de preparar. Eles podem ser armazenados em um arquivo “When I Die” (Quando eu morrer), atualizado ocasionalmente, que pode conter outras instruções formais e informais, como sobre doação de órgãos, instruções para não ressuscitar e detalhes administrativos mais amplos. Ter isso em mãos em um local centralizado é um cuidado básico e uma preparação para as pessoas próximas a você, o que lhes poupará um tempo valioso em caso de emergência e meses, até mesmo anos, de tempo e angústia para resolver as pendências.

Ao lidar com o excesso de “coisas no sótão”, tanto físicas quanto emocionais, antes de sua morte, você não apenas aliviará seu legado, mas também sua vida.

Você pode fazer um balanço da vida a qualquer momento. Educar-se e compreender as implicações e escolhas que você e as pessoas próximas a você enfrentarão à medida que envelhecerem ajudará a evitar decisões apressadas e mais caras de última hora.

Os serviços, a orientação e as estruturas legais de cada país variam consideravelmente. A Plenna está desenvolvendo pequenas indicações de países, projetadas para serem atualizadas regularmente, para fornecer uma visão geral e orientação sobre alguns dos links e informações mais úteis.



## **Veja abaixo**

[África do Sul](#)

[Austrália](#)

[Canadá](#)

[Estados Unidos da América](#)

[Estados Unidos da América](#)

[França](#)

[Índia](#)

[Japão](#)



[Quênia](#)

[Reino Unido](#)

[Suíça](#)

**Date:** 2025-07-01