

CORONAVIRUS
Medicina en
primera línea

*Historias de
Esfuerzo Y Dedicación*

FECIM-ECUADOR

CORONAVIRUS
Medicina en
primera línea

Historias de
Esfuerzo y Dedicación

**FUNDACIÓN PARA LA EDUCACIÓN,
CALIDAD E INVESTIGACIÓN MÉDICA**

Coordinación y producción

Soluciones de Capacitación en Salud Cía. Ltda.
FACMED. – FACDENT
www.hts.com.ec

Editores

Jorge Ramadán Mahauad.
Diana Guevara Aguilera.
Samantha Mishell Tandazo Condolo
Esteban Renato Vivar Chica
Jorge Arnoldo Sanchez Vélez
Diana Giomara Cahueñas Moreno

Dirección Ejecutiva

Freddy Guevara Aguilera.

Coordinadora Editorial

Marivel Figueroa Ríos

Coordinadora Académica

Ana Núñez Villegas

Comercialización y Marketing

Lilibeth Castro Ramones
Johanna Criollo Suntaxi
Keneth Guevara Aguilera
Noely Viloría Gomez

Diagramación y portada

Adrián Macías Alcívar

Impreso por

Alpha púrpura.

Editorial

FECIM ECUADOR.

ISBN

978-9942-8842-2-0

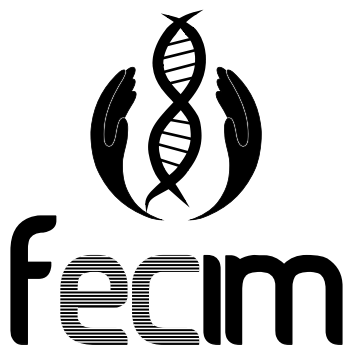
Derechos de Autor número

REG 059631

Febrero 2021

Página web

www.fecimecuador.org



Se prohíbe la reproducción total o parcial de la obra sin autorización de la editorial.



Coautores

Patricio Gregorio Ayora Hidalgo
Hugo Ricardo Espejo Cárdenas
Mayra Fernanda Beltrán Ortiz
Sonia Lorena Vilela Díaz
Yesenia Paola Armas Ortiz
Jeniffer Daniela López Quishpi
Katherine Gisselle Robalino Chipantiza
Lorena Alexandra Narváez Yépez
Ricardo Sebastián Pavón Burbano
Carla Alejandra Lara Saldaña
Natalia Elizabeth Amores Altamirano
Gabriela Esmeralda Jarrín Vallejo
Carlos Fernando Carchi Ramón
Hugo Eduardo Jara Sánchez
Jéssica Elizabeth Muñoz González
Byron Xavier Pacheco Llivisaca
Daniel Esteban Carrera Vásquez
Kristopher Alexander Santo Cepeda
Doméncia Isabel Campoverde Verdugo
Álvaro Fernando Villarruel Andrade
Rossana Marisel García Carrión
Rita Paulina Guanochangea Collaguazo
Luis Gustavo Ordóñez Mullo
Victor Daniel Mendieta Maza
Jordy Bolívar Pumarica Tipán
Andrea Gissel Acurio López
Pedro Fernando Acosta Fonseca
Luisa Carolina Maldonado Ávila
Arturo Alejandro Enríquez Mejía
Edison Andrés Orbea Jácome
María Augusta Basantes Orbea



Coautores

Gabriela Belén Quiroga Ortiz
Nathali Viviana Pacheco Mena
María Jose Fiallos Reinoso
Nataly Felicia Palacios Castro
Deysi Carolina Silva Pérez
Katty Magdalena Barahona Ochoa
Jimmy Gustavo Gia Estrada
Lisa Verónica Mejía Narváez
Solanghe Francisca Esquivel Pazmiño
Katty Magaly Ochoa Maldonado
Luis Felipe Ulloa Gutiérrez
Sandra Gabriela Coba Looor
Andrea Narcisa Mendieta Lara
Maite Carolina Ocaña Terán
Danny Daniel Gia Estrada
María José Arcos Jima
Cristian Patricio Muñoz Cevallos
Alex Xavier Sampetro Núñez
Daniela Michelle Quintuña Palate
Cristian Alfonso Galarza Sánchez
José Eliceo Encarnación Quinche
Sandra Elizabeth Díaz Tenezaca
Yesenia Maricela Fiallos Godoy
Carlos Andrés Freire Torres
Danilo Fernando Orellana Cobos
Salomón Proaño Ramón
José Refugio Luquin Pulido
Tammy Ibaham Oña Sarmiento
Mauro Antonio Falconí García
Estefanía Tamara Barreto Quisnancela
Paola Vanessa Borja Cepeda



Coautores

Nalany Victoria Franco Rugel
Daniel Antonio Chávez Tenesaca
Mayra Liseth Martínez Benalcázar
Michelle Alejandra Escobar Romero
Kristian Ramiro Estévez Guerrero
Henry Esteban Bueno Cabrera
Diego Geovanny Yáñez Monge
Hermes Adrian Herrera Alcívar
Freddy Orlando Guevara Aguilera

ÍNDICE

Prólogo.....	13
Bitácora de un paciente Covid	15
Una sociedad con el rostro sin sonrisa: la experiencia de un hospital	19
La batalla más difícil	25
El edicto del suplicio	29
Sentimientos encontrados	33
Pero la niña, quería ser médico	37
Trabajo con peligro a contagio	41
Luchando ante un enemigo invisible	45
Covid-19 y medicina ocupacional	47
¿Cómo actuar frente a una situación de crisis?	51
Sombras de incertidumbre	55
Creciendo en tiempos de Covid	59
Luchando frente a una enfermedad misteriosa	63
Triage respiratorio	67
La pandemia que marcó el siglo XXI	71
Un enemigo poco conocido	75
Tratamiento ancestral del coronavirus.....	79
Remembranzas de un encierro inevitable	81
Pandemia, salud en alerta	85
Pedacito de cielo	89
Puestos a prueba.... la verdadera vocación	93
Una carta a mi padre	97
¡Ánimo no todo está perdido!.....	103
Una historia inesperada	107
Temor versus convicción médica	111
Un internado diferente	115
De infusión continua a microgoteo	119
La máquina del tiempo	125
El bicho	129
Mi experiencia en tiempos de confinamiento	133
Para volvernos a encontrar	139
Cada cuarto día	145
El sorteo de la vida	151
Cantares desde el alma	155
Valentía	157

Pandemia en la amazonia	161
Vivir para contarlo	165
La familia y el Covid	169
Dolor de cabeza	173
Coronavirus oportunidad y amenaza	175
La medicina desde otra perspectiva	179
La pandemia contada por un médico rural	183
Daño colateral	187
Teletrabajo ¿realmente primera línea?	191
Gratitud en la tempestad	195
Amor en tiempos de Covid-19	199
Llegó el día	203
Un año atípico	207
Inicio de un mal sueño	211
Entrenamiento	215
Covid - 19 en la comunidad: ¿estamos listos para afrontarlo?	219
El día tan esperado	223
Un giro inesperado de 360°	227
El campo minado	231
Una guardia tranquila	235
Crónica de un inicio inesperado	239
“Coronavirus medicina en primera línea”	243
Un día más en urgencias	245
No todo es Covid	249
Un grupo olvidado	253
Sars-cov-2 en el sector rural	257
¡Una mirada!	261
Efectos secundarios de la pandemia	263
Mi experiencia en tiempos de pandemia	265
Crónicas de un forense	269
Un aislamiento no solicitado	273
En zapatos de paciente	279
Lo tradicional contra lo occidental	283
Un nuevo virus ha llegado	287
Las dos caras de la moneda	291

Dedicado a todos los que han hecho frente a esta batalla mundial contra el Coronavirus, en Primera Línea.

Nuestra Admiración, Honor y Respeto al Personal de la Salud.

PRÓLOGO

A lo largo de la historia, la humanidad siempre ha tenido que sortear dificultades, y seguirá sucediendo, es un hecho. Lo importante es el aprendizaje que queda, las lecciones recibidas, las mismas que se aplicarán en un siguiente escenario parecido, con el fin de evitar la repetición de lo vivido. Sin embargo, en esta ocasión, el mundo no estuvo preparado para enfrentar y derrotar a la inesperada amenaza que se apoderó del mismo, de la gente, de la vida, convirtiéndose en un interminable desafío, porque hasta el momento de la publicación de este libro, no se ha resuelto.

Mientras sigue creciendo la literatura científica relacionada, casi un año después, las historias continúan desarrollándose tal cual como cuando la pandemia empezó a inicio del año 2020. Miedo, aflicción, impotencia, entre otros, son los ingredientes comunes que los coautores de este libro han plasmado en los relatos que componen cada una de las páginas de esta publicación, a través de sus vivencias desde la primera línea de atención en las casas de salud del país. Claro, también hay momentos de júbilo y regocijo, pero todas las experiencias recopiladas invitan a la reflexión, en el contexto de la innata vocación de servicio a la comunidad.

Es un hecho que somos testigos de la construcción de una nueva humanidad, en el que valorar la vida se ha transformado en el eje principal de su evolución. La pandemia nos ha llevado a experimentar la susceptibilidad en la máxima expresión de indefensión ante un enemigo invisible. Todo aquello se recoge en los setenta relatos de este nuevo libro editado y publicado por FECIM Ecuador. Sin embargo, nos queda mucho por aprender.

Por: Dra. Ana Núñez.

BITACORA DE UN PACIENTE COVID



**Por: Dr. Patricio Gregorio
Ayora Hidalgo**

A la memoria del señor L.B

Recogiendo las cosas de mi padre, encontré una arrugada libreta, en cuyas páginas había registrado sus últimos momentos, sin que nos diéramos cuenta. Padeció una discapacidad, secuela de una enfermedad cerebrovascular, presentada tiempo atrás. Sí, también Covid-19, y en la espera de una cama de hospital, puesto que estaban llenos, había decidido plasmar para la posteridad sus sentimientos en aquellas hojas de papel, de puño y letra, ya que no podía hablar por lo comentado líneas atrás.

Día 1 - 8:30 am

“Han pasado ya treinta años de amarte con locura. Hace quince días empezaron los síntomas. Tengo algo de movilidad en una de mis manos, así que me permitiré escribirte mientras estoy en reposo. Te cuento que el único médico del pueblo, cuando viene, pone un aparto en mi dedo índice y a veces en el anular. Cada vez lo noto más preocupado, pero las secuelas del derrame me impiden preguntarle al respecto y comentarle mis dudas; sólo levanto mi mano y él me devuelve un modesto saludo. Amada mía, te veo en la cama de al lado, conectada a algo, me imagino que es un suero. Por descuido, esta gripe nos ha puesto en cama; me miras, te miro, y me das la bendición. Los niños, que ya están jóvenes, nos alimentan y acompañan al baño, pero cada vez que me levanto siento que me agito, me canso más. El ahogo también viene luego de comer, así como el hipo me acompaña después de beber agua. No es una gripe común, de eso estoy seguro”.

Día 2 – 5:30 pm

“El médico viene a visitarme dos veces al día. Su cara de preocupación, y el casco de astronauta, aumentan mi curiosidad y también el miedo. En la televisión todos hablan de un solo tema, anuncian toque de queda, a la espera de una vacuna que ojalá arribe pronto. Quisiera pararme y ver por la ventana, pero el doctor dice que debemos guardar reposo. Los días pasan, amada mía. Te sonrió con dificultad, me sonríes sin igual. Es mágico que ni las canas, ni las arrugas, han quitado la hermo-

sura de tu rostro. Con el pasar de los días pierdo el olfato y no saboreo la comida. Nuestros hijos han sido notificados al respecto, y también deben guardar cuarentena. Me pregunto: ¿Qué pasa allá afuera? ¿Cuál es la tensión y el miedo que al pueblo hace temblar? Suenan las sirenas de los autos, desconozco si son patrulleros, ambulancias, o ambos. El campanario también se manifiesta tres veces por semana; eso, no me parece normal”.

Día 3 - 7:00 pm

“El médico charla con los nuestros y aconseja pronta hospitalización, pero el miedo nos invade a todos, me lo dicen sus miradas de angustia. ¿Recuerdas que de jóvenes nos juramos estar juntos para siempre, pase lo que pase?, pues creo que a mis sesenta y siete años lo he cumplido, viviendo a cabalidad, y agradezco a Dios por haberlos pasado junto a ti. No me queda otra opción que el ingreso al hospital, aunque si me lo preguntaran, me negaría ya que a pocos de los que se los llevan a ese sitio les dan el alta. Otra vez me pone el aparato en el dedo y exclama que cada día que pasa mi saturación disminuye. No sé qué significa eso, pero apresurado conecta un tanque de oxígeno a mi nariz; me hace sentir mejor y mis fuerzas se levantan. Te veo a mi lado y eso me da seguridad. Esconderé la libreta, ya viene nuestro hijo, así que escribiré mañana y espero que dure la punta del lápiz, porque me cuesta escribir”.

Día 4- 6:00 am

“Otra vez el médico entra y sale preocupado. Llama a la casa de salud para averiguar si me pueden derivar, pero cuelga pronto y dice que sigue sin haber espacios disponibles, pues las únicas camas que había las ocuparon importantes políticos de la localidad y nosotros somos personas de escasos recursos. El facultativo me indica que me recueste boca abajo para que mejore mi respiración y eso me ayuda a no estar tan cansado y alcanzo a ver una gran cantidad de medicinas en el velador. Él todavía es joven, pero dicen los vecinos que denota experiencia. Pasan las horas y les comenta asustado a mis hijos que todo puede pasar, y la mayoría de las veces suena a despedida, al menos eso ha pasado con los conocidos que ya cursaron la enfermedad y los llevaron al hospital. Conectado al oxígeno, tomo la mano del médico, y con la mirada le pido que no me lleve de tu lado amor mío. ¡Ojalá el supiera que he vivido la mejor de las vidas a tu lado, y que ha sido la mejor decisión que tomé en mi existencia entera! Recibo llamadas de nuestros hijos, por video, quienes se reúnen a rezar”.

Día 5- 8:30 am

“Buenos días amor mío, te veo y te noto tan cansada. Hoy el médico madrugó a visitarnos. He notado que te van a llevar de mi lado, pues dice que necesitas cuidados intermedios, tal vez intensivos mientras que del hospital le avisan que solamente hay una cama disponible. Conversa con nuestro hijo y le informa sobre la situación ¡Amor mío quiero que seas tú, ve por favor! Hago fuerzas, las saco de donde sea, para demostrar que estoy mejor. El médico me ve, y con ojos llorosos le digo que a mí no. El me mira, sabe que mis principios de caballerosidad y amor hacia ti están por sobre mi vida, así que sonrío y hago como que la medicina me ha ayudado. Me entiende, lo piensa, y decide llevarte a ti. Ambos se quedan mirándome y el que tú te vayas de mi lado, amor mío, me dolerá más que la enfermedad. ¡Cuánto añoro las fuerzas que tenía de joven para levantarme a toda velocidad a abrazarte! Tu dedo marca sesenta y siete por ciento. Te vas de mi lado, se llevan al amor de mi vida conectada a un tanque de oxígeno, en una camioneta. Te van a ingresar al hospital y presiento que no te veré más, pero pase lo que pase buscaré la manera de encontrarte. Alzo mi mano e intento decirte adiós, y escribo con lágrimas en los ojos”.

Día 6- 10:30 am

“Hoy la pena me ahoga y en mi dedo marca 70 por ciento, con el oxígeno al máximo. ¡Hago mi mejor intento! Mi hijo pone en la vieja casetera mis canciones favoritas, esas que me recuerdan a ti. El médico llega y otra vez no le contestan del hospital, por lo que sale a fumar al patio, consternado. Deja el casco en el piso y se rocía medio galón de alcohol. ¡Pobre hombre, está preocupado! Creo que esto pronto terminará, estoy muriendo por lo que no sé nada de ti; mi vida se apaga. Gracias por la familia, los momentos bonitos, tus cuidados, y convertirme en el hombre más feliz del mundo. Amor, si vuelvo a escribir tal vez sea desde el cielo, donde te encontraré; allí, te abrazaré por toda la eternidad. Te amo con todo mi corazón y hubiera querido morir en tu regazo, pero en donde estés, recuérdame en tus plegarias”.

Lo enterramos a la madrugada en el cementerio local, sin misa ni funeral, conforme a las disposiciones de seguridad, mientras mi madre estaba en el hospital. Pasó el tiempo, le dieron el alta y al enterarse de que Dios llamó a papá se puso muy triste, mucho más al leer las notas que le dejó en su libreta. Jamás su gran amor se extinguió, aún en las horas más complicadas de su compartido caminar, compartiendo enfermedad en la misma casa hasta el último minuto que les fue posible.

¹Del videojuego “Valiant Hearts”, inspirado en eventos de la Primera Guerra Mundial.

“Aunque hace mucho que los cuerpos de los que fueron volvieron a ser polvo, sus sacrificios todavía perviven, debemos esforzarnos por preservar sus recuerdos y nunca olvidar’.”



UNA SOCIEDAD CON EL ROSTRO SIN SONRISA: La experiencia de un Hospital



Por: **Dr. Hugo Espejo
Cárdenas**

El primer caso en el hospital ingresó a mediados de marzo de 2020, aproximadamente a un mes de la llegada del caso cero del país, el mismo que fue importado desde Madrid, España, y fue una mujer de setenta y un años, cuyo estado fue revelado el 29 de febrero, pues fue año bisiesto. Parecía que ese día tan especial hubiera sido creado para dar la noticia del “*Primer Caso de Coronavirus confirmado en Ecuador*”.

Cinco días más tarde, eran diez casos los confirmados. Tal vez, para tranquilidad de la noticia, estaban dentro del círculo familiar de la primera, lo que daba una falsa sensación de seguridad. Tres días posteriores, ya eran quince, lo que posibilitaba, todavía, establecer el cerco epidemiológico, pues teníamos “control” de todo, ya que eran pocas personas, todas relacionadas. Luego dos casos más, nada nuevo. De golpe, a mediados de marzo, se suspendió todo evento masivo. ¡Momento! ¡Esto debía suceder antes! ¿Verdad?

El *Ídolo del Astillero*¹ jugaba un partido de fútbol crucial contra Independiente del Valle, equipo de la sierra que está en camino de la grandeza por haber ganado un torneo internacional. Era el cuatro de marzo, con gran afluencia de público en el Estadio Monumental, todos con absoluta tranquilidad. De hecho, como el cerco estaba controlado, teníamos amenazado al nuevo virus. Un lamentable cero a tres fue el marcador final; una derrota más, que anticipaba el sombrío futuro del *Ídolo* en la Copa Libertadores.

Al ritmo de “*Corazón Partío*”, el cinco de marzo en la Capital, disfrutamos del concierto del famoso cantautor español Alejandro Sanz. Igual que en el caso anterior, el público abarrotó el coliseo. En el “Puerto Principal” se suspendió por lo que estaba sucediendo, sin embargo, el concierto siguió su ruta por la “*Atenas del Ecuador*”; debido a que era parte de los festejos por el “*El Día de la Mujer*”.

¹Sobrenombre con el que se conoce a Barcelona Sporting Club, equipo de fútbol de Ecuador.

¡Caramba, muchos eventos en pocos días! Pero ¿Cuál era la angustia? El virus estaba domado, encerrado entre rejas invisibles epidemiológicas; era imposible que salga de esa cárcel, pues fue sentenciado a cadena perpetua.

Y la cuenta aumentó: diecinueve, es decir cuatro nuevos casos en un día. A finales del mes, el anuncio del fallecimiento del primer caso nacional, mientras ya sumaban veintiocho los casos.

Un jueves de la misma época, en un hospital particular capitalino, se recibió una llamada urgente, en la que se indicaba que necesitaban derivar a una paciente de la tercera edad, extranjera, con sintomatología respiratoria. La interrogante a todos nos recorrió el cuerpo entero por medio del torrente sanguíneo. ¿Covid-19? Cuya respuesta fue afirmativa. De inmediato esperábamos su llegada, pues el traslado fue aceptado.

Un área lista la esperaba, un “*box*” destinado con presión negativa, así como las primeras prendas de aislamiento estaban listas para ser utilizadas. De hecho, la condición de ella era estable, al menos eso decía el informe previo. Y claro, estabilidad termina siendo una palabra muy ambigua, pues de acuerdo con la terminología médica, significa que el paciente se encuentra enfermo, en observación, pero con pocas probabilidades de que el cuadro se agrave. Más claro, en términos coloquiales, “*A medias. Enfermo, pero no tanto*”. Esto es un riesgo, dado que el primer error que cometemos en medicina es no tener una comunicación clara y precisa.

Llegó la paciente, en el ocaso de la tarde, en muy malas condiciones respiratorias. Requería asistencia de vía aérea inmediata, es decir, la necesidad de un ventilador mecánico para mejorar su respiración. Por un momento, seamos empáticos con quién recibió a este primer caso: “*¡Qué orgullo! Es un honor estar aquí y ser parte de esta historia, es gratificante recibir este galardón, cuán bien me siento*”.

Pero la verdad, era una expectativa, más a veces el ser humano mira al problema como un daño y no como oportunidad. Creo que nuestra sociedad vive al ritmo del pasillo, no del merengue, entendiéndose como un lamento, como una queja. Medardo Ángel Silva², de la “*Generación Decapitada*”³, decía: “*...perdona si no tenga palabras con que pueda decirte la inefable pasión que me devora...*” y qué decir de Manuel Coello Nórítz⁴: “*...brilla tu frente cual lumbre, la mía es pálida y mustia...*”; esto es un ejemplo del sentir de nuestras raíces, en el ritmo en que vivimos.

²Escritor y Poeta ecuatoriano. (1898-1919)

³Nombre con el que se identificó a un grupo de poetas a quienes se considera los fundadores del Movimiento Modernista Ecuatoriano: Humberto Fierro, Arturo Borja Ernesto Noboa y el mencionado.

⁴Poeta y Doctor en Jurisprudencia ecuatoriano (1903-1977)

En fin, no fue ese el pensamiento. Al estar frente a un reto por primera vez, el miedo es normal, acompañado de la incertidumbre, y al vestir prendas nunca antes usadas, aumentaba la complejidad de colocar un tubo en la boca de la mujer y llevarlo hasta la tráquea, para que viva, mientras que el personal de enfermería realizaría procedimientos propios de la acostumbrada actividad. ¡Se logró!

Cinco días más tarde, el segundo paciente procedente desde otra casa de salud, esta vez de una institución pública. A doce días de la llegada de la primera, ya eran siete casos en terapia intensiva, y en un abrir y cerrar de ojos, dos salas llenas. De hecho, dos semanas después de su llegada, la primera paciente falleció. ¡Fue un duro golpe para el equipo! Sentimientos encontrados, frustración, tristeza. La antítesis de un caso que iba bien, aparentemente. “*Estable*”. Situación que me, y nos, hizo vernos al espejo, valorar lo que hacemos, para qué fuimos escogidos y por qué somos parte de esto. ¡Ah! Para esa fecha el escenario mostraba tres salas ocupadas para ser cubiertas por trece médicos especialistas, por lo que “*No puedo*” no era, ni es, parte del vocabulario, pero sin duda queríamos apoyo.

Afirma la historia de la medicina que los padres de la Terapia Intensiva son los anestesiólogos, es decir los fundamentos y las bases están en estos profesionales. Sin olvidar a Walter Dandy⁵ quien en 1920 diseñó el primer cuidado postoperatorio de pacientes críticos junto a su equipo; un ejemplo de proactividad, empoderamiento y visión. Sin embargo, como se la concibe hasta ahora a la Unidad de Terapia Intensiva viene del año 1953, gracias a Björn Ibsen⁶, y su UCI en el Hospital Comunitario de Copenhague. Es importante tener en cuenta otros grandes nombres como Peter Safar⁷ y Max Harry Weil⁸, quién estableció la “*Sala de Choque*”, y propuso términos como “*Cuidado Crítico*” y “*Críticamente Enfermo*”. Estaba destinado que los anestesiólogos serían un apoyo clave y fundamental.

La humanidad tiene en su ser incorporado el “*prohibido equivocarse*” pues desde temprana edad nos enseñan que la equivocación es un error; y, en consecuencia, es malo que eso suceda. Creemos con el miedo aplicado a todos los campos de la vida, mucho más al ser médicos, quienes buscamos la perfección a toda costa, olvidando que la muerte es parte de la vida, a la que todos, sin excepción, nos enfrentamos a diario. De hecho, siempre está acechándonos y en cualquier momento nos toca. Es una etapa más.

⁵Neurocirujano y Científico estadounidense (1886-1946)

⁶Anestesiista danés y fundador de la Medicina Intensiva (1915-2007)

⁷Médico austriaco creador del método de respiración boca a boca (1924-2003)

⁸Médico suizo, Doctor en Psicología, pionero de la medicina crítica (1927-2011)

El rostro es, a través de una mirada, la verdadera expresión facial. La Programación Neurolingüística habla de la lectura de la cara y del lenguaje no verbal por medio del triángulo formado entre la frente y la punta de la nariz. Al usar la mascarilla todo el tiempo, no vemos más que la mirada, y hemos aprendido a desarrollar su interpretación. Bien dice el refrán que “*Los ojos son el espejo del alma*” pues no engañan, de ahí que el “*¡Mírame a los ojos!*” de las madres o las autoridades es la herramienta más utilizada para extraer la verdad a quien se interroga. Así, se puede ver la felicidad verdadera en alguien porque sus ojos brillan al amar, o reflejan tristeza, llenos de lágrimas ante la pérdida o el dolor. Lo mismo con el asombro, la curiosidad y cualquier otro sentimiento. En la pandémica época donde sólo la mirada ha quedado expuesta, hemos descubierto inesperadas verdades de la gente.

Y entonces, con el virus, mientras corríamos atendiendo pacientes, las Unidades de Cuidados Intensivos llenas, confinamiento, restricciones, entre otras medidas, el simbolismo de lo purificado afloró: el aire y los mares descontaminados, las plantas han respirado, los animales salieron de sus escondites a las ciudades, el clima se ha regulado. ¡Somos parte de algo nuevo! La vida tiene otro sentido y somos protagonistas del cambio. Por lo tanto, entendimos varias cosas: Que, por difícil que fuere, era importante quedarse en casa y compartir con los propios, que el fútbol no ha sido del todo necesario y que sí se ha podido prescindir del cine o la fiesta; que se puede vivir la vida a plenitud, como es, impulsados por el raciocinio, la voluntad, la paciencia, más no por el dinero y los intereses. Comprendimos que la lengua hace daño, por eso es mejor tajarla, y que las orejas sirven para escuchar más que para oír. Que los ojos transmiten la esencia misma del ser, y que, si todos nos juntamos ante un objetivo común, de manera responsable, podemos transformar el mundo para que sea un lugar mejor para quienes vengan después. Cuánta razón tenía Ignacio de Loyola⁹ al manifestar que es fundamental “*Ser más para servir mejor*”

Es la historia de la pandemia. Más de trescientos cincuenta pacientes atendidos en UCI; treinta y cinco mil recibidos en las carpas de triaje para sintomáticos respiratorios, con áreas que pensamos que jamás se modificarían, y personas que se dieron cuenta de lo que pueden lograr con esfuerzo y perseverancia, ante el obligado momento de reinención. ¡Qué difícil enfrentar lo desconocido! Hubo que volver a las bases más de una vez: Semiología, Epidemiología, Estadística, Manejo Sintomático, Comunicación, Empatía, Bioseguridad, Higiene, puesto que durante una crisis, lo sencillo es lo más útil. ¡Tremenda lección!. Los médicos

⁹Militar y religioso español fundador de La Compañía de Jesús, líder de la Contrarreforma de la Iglesia Católica que proponía Martín Lutero. (1491-1556)

nos volvimos humanos y entendimos que palabras de aliento que salen del corazón mejoran el estado de ánimo de alguien y que, unas palmadas en la espalda nos acercan más al paciente que explicarle procedimientos llenos de jerga y terminología científica. Aprendimos la diferencia entre “*Estoy Contigo*” y “*Qué voy a hacer contigo*”.

¿Cómo interpretar el nerviosismo de una persona cuando se le diagnostica Covid-19 positivo que cuando se le informa que es obesa, hipertensa o diabética? ¡Curiosa es la sociedad y su comportamiento! En fin, lo importante será haber reflexionado sobre la experiencia vivida gracias al SARS-CoV-2 y todo lo que ha dejado a su paso, y que lo sigue haciendo mientras escribo estas líneas, rumbo a cumplirse el año de lo manifestado en el primer párrafo de este relato.

En lo personal, valiosísimas enseñanzas de solidaridad, entrega, compasión, amabilidad, comunión y servicio. A la hora de la hora, todos somos como piezas de ajedrez que al final del día se guardan juntas en la misma caja. La pregunta es: ¿Cómo quiero llegar a ese momento? ¡Piénselo!

LA BATALLA MÁS DIFÍCIL



**Por: Md. Mayra Fernanda
Beltrán Ortiz**

Apenas comenzaba el año 2020 cuando en las noticias del mundo se hablaba de una nueva enfermedad que se expandía rápidamente, y sin piedad, por todo el planeta. Aún recuerdo lo incrédula que estaba respecto a que llegaría al país; pero así tan rápido, en un abrir y cerrar de ojos, se confirmó el primer caso en estas latitudes.

De inmediato, se encendieron las alarmas en todo el sistema de salud, y al pasar de los días, recibíamos en el hospital varios pacientes sospechosos de Covid-19, provenientes de todos los rincones de la patria. Ante esto, recibimos capacitación sobre cómo atender a quienes eran sintomáticos respiratorios, casi sin tiempo para preguntar algo, y adelante, más allá del miedo natural en circunstancias como estas, donde el tiempo era vital. Sin temor a equivocarme, todos rogábamos en que no sea en el turno correspondiente.

Un día de ellos, en los que los primeros casos confirmados en la ciudad aparecieron, fuimos llamados a reunión en la que nos dejaron muy en claro que el hospital era referente nacional para la atención de los casos sospechosos y confirmados del nuevo coronavirus; en consecuencia, trabajaríamos con él, sin más opción. Sí sucedió que quienes eran vulnerables fueron retirados, lo que nos dejó a menos médicos para atención, sin saber a qué nos enfrentaríamos de verdad. Llegué a casa, conversé con mi familia sobre la situación y les planteé lo siguiente: Que mis padres salgan de la casa a otro lugar, con el fin de quedarme sola allí para eliminar el riesgo de contagiarlos. De mi hermana recibí apoyo, pero a ellos no les gustó la idea, pues era su casa y, obviamente, no tenían la más mínima razón para salir de ahí, desde su perspectiva. No hubo acuerdo.

Me correspondió asistir al nuevo turno, y al llegar, noté que el área de atención en emergencia había sido remodelada, pues ya se habían instalado ventiladores respiratorios; nos preparábamos para lo que yo llamaría “la guerra”. El trabajo jamás se detuvo, con la novedad de que el flujo de asistentes al servicio, por cualquier otra causa, disminuyó, producto del miedo a encontrarse con alguien que sí tuviere Covid-19. Más rápido que inmediatamente, tuvimos los primeros sospechosos hospitalizados,

lo que derivó en una nueva reunión en la que se nos explicó el procedimiento y uso de las distintas áreas acondicionadas para la nueva patología. “Esperemos ver cómo se va llenando esto, pero si la demanda sobrepasa estas cuarenta y cuatro camas disponibles, significará que el virus es incontrolable. Será un caos” remató la jefa del servicio. Ese es el día que más recuerdo, por el miedo, y en afán de superarlo lo comenté con todos mis allegados, quienes manifestaron que no se llegaría a ese nivel; yo mismo quería pensar aquello, pero era imposible.

Apenas nos dimos cuenta, pasamos de tres pacientes a tener una sala llena con posibles infectados; por lo tanto, el hospital cerró las puertas para la atención a otras enfermedades, ya que cualquier esfuerzo por separar a unos de otros no era viable, muchos menos posible. El virus se difundía y lo peor estaba por venir.

Finalmente, mis padres se fueron a vivir con mi hermana. Mi vida dio un giro impresionante en cuestión de días: sola en casa, teniendo que comportarme como el adulto que era, pero que aún me negaba a serlo, rodeada de silencio, pues la televisión estaba apagada, las risas y llantos de los sobrinos no estaban más, como tampoco la mesa llena a la hora de la cena. Sola y con miedo.

Pese a ello no estaba dispuesta a renunciar, quería estar en la primera línea y ayudar con todo lo que podía. Recuerdo a Nicolás, de aproximadamente sesenta años de edad, a quien atendí desde triaje hasta hospitalización. Era vendedor en el mercado quien, pese a las fuertes restricciones de movilidad de aquella época, tuvo que salir a trabajar para mantener a su familia, lo que lo expuso a otras personas, en las mismas condiciones. Se sintió resfriado, pero derivó en una complicada neumonía con necesidad de oxígeno. Así fue como lo recibí, cansado, pero evocando tranquilidad y humildad; le coloqué el oxígeno y se sintió mejor, pero la angustia en su mirada era notoria. Terminé de redactar la historia clínica y le dije: “Todo estará bien. Aquí le vamos a ayudar. Tiene una neumonía atípica con sospecha de coronavirus, por lo que necesitamos realizar más exámenes para confirmar, pero Usted requiere hospitalización porque necesita oxígeno”. Asintió con su cabeza y puso sus dos manos juntas sobre el pecho, en signo de agradecimiento.

Más tarde lo volví a ver, estaba mejor; sin embargo, al ver su radiografía, la afectación pulmonar era fatal, pues ese patrón algodonoso que había leído en las guías de atención a pacientes Covid-19, y que nos enseñaban a analizar en esta nueva normalidad de atención a pacientes sospechosos, confirmaba el diagnóstico, el cual además era reservado. Sabía que no estaba bien, pero mi humanidad me hacía sentir esperanza respecto a que pronto mejoraría.

Mi turno terminó y en tres días volvería. Cuando sucedió, fui a buscarlo donde lo dejé, sin encontrarlo. Luego me informaron que había sido trasladado al área crítica en condición grave. Me sentí muy triste pues de todo corazón esperaba su recuperación.

Durante mucho tiempo el cuadro no cambió, y siempre que podía pasaba a verlo, aunque sea de lejos, por obvias razones. Un día de ellos me comunicaron que presentaba signos de mejoría y que en los planes estaba retirarle los tubos, cosa que sí sucedió. La siguiente vez que lo vi, lucía desorientado, como consecuencia de los sedantes administrados, pero hablaba, respiraba por sí mismo y la mejoría clínica era notoria. Mi mensaje para él fue que tenga paciencia, pues ya había superado lo peor. Él se comunicó con su familia a través de una videollamada y se emocionó mucho, sin embargo pasarían unos dos días más y de manera inexplicable él falleció.

Por todo ello el personal de salud estaba agotado física y psicológicamente, con muchas ganas de renunciar, pero siempre he pensado que he estado en lugares apropiados, en los momentos precisos, y que lo que he vivido tiene un propósito para mi vida, así que me quedé.

Con la decisión ratificada, conocí a María, quien marcaría mi experiencia de vida y laboral con su presencia. Llevaba tres días de hospitalización y la intubación era el único camino a seguir; venía de otra área y no se le había dicho que este procedimiento era necesario. Como tantas otras veces, iniciamos la explicación, la misma que fue cortada por ella, negándose de manera rotunda a ser intubada; ni siquiera nos dejó terminar, no quería saber nada relacionado.

No entendía la situación, hasta que nos contó sus motivos para rechazar la propuesta: “Si me intuban puedo morir. Tengo cincuenta y dos años de edad, madre de seis hijos, mi esposo también está ingresado y no sé nada de él. No quiero dejar huérfanos a mis hijos”. Corrí a buscar información sobre su esposo en el sistema, pero no lo encontré, temiendo lo peor. Llamamos a la hija mayor por teléfono, y al preguntarle por su papá, ratificó que había muerto veinticuatro horas atrás. En el equipo caía la enorme responsabilidad de luchar por esa madre de familia a como dé lugar; por lo tanto, pedimos a la chica que hable con su madre y la convenciera de aceptar el procedimiento, porque de lo contrario fallecería ese día.

Le pidió de corazón que luche por su vida, ocultándole la muerte de su papá, para no preocuparla, y que por amor a ellos acepte la intubación. La respuesta de María se quedará para siempre guardada en mi memoria y en mi corazón: “Hijos, yo no sé si me vaya a despertar nuevamente; tampoco sé si sobreviva a esto.

No sé si su padre viva; sin embargo, yo me quiero despedir, pidiéndoles que, si llegan a quedarse huérfanos, luchen por salir adelante.

No se rindan y apóyense unos a otros. Yo los cuidaré desde donde sea que vaya. Recuerden que los amo y perdónenme si los abandono antes de tiempo” mientras las lágrimas recorrían su rostro; y el mío.

Al cerrar la llamada, un infinito silencio se apoderó de ella, de nosotros, del lugar. ¡Nos derrumbábamos! Yo me retiré un momento, pues necesitaba respirar. No hay palabras que describan esa tristeza tan grande que sentí, que era el mismo miedo de perder a mi madre. Lloré unos minutos sentada al lado de la jefa de guardia, sin que podamos decirnos nada. Hicimos todo lo que pudimos, pero el Covid-19 se llevó otra vida de nuestras manos.

Entra tantos momentos tristes, también tuve la dicha de ver sonrisas en quienes volvieron a despertar. Recibí palabras de agradecimiento de gente que pensé que no volvería a ver; momentos que llenaron mi alma de esperanza y de fe. Valoro cada día que vivo y a todos quienes me rodean; amo mi trabajo y agradezco a la vida por tan valioso aprendizaje recibido.

EL EDICTO DEL SUPPLICIO



Por: **Dra. Lorena Vilela Díaz**

¿Cómo describir la sensación más abrumadora, desesperante, agonizante y embellecedora de la profesión más honrosa e íntegra que existe? Es indescriptible en una sola oración, en un solo párrafo, en realidad para una sola vida. Empezamos un año mirando sin mirar, cambiándolo todo, descubriendo un nuevo relámpago para el que quizá fuimos creados; o, mejor dicho, como si disfrutásemos una cita con Dios y la muerte a la misma hora y en el mismo lugar, a ciegas, de esas que impactan, estremecen, en las que el amor, el odio y la frustración son un solo sentir.

En medio de un lugar majestuoso con volcanes y serpientes, con gente tan diversa como secreta, en el primer trimestre del 2020 lo observamos llegar, sin saber cómo leerlo o describirlo. Lo vimos cara a cara, lo lloremos por ser causante de tanto dolor, recordando las palabras de los profesores, colegas después, quienes en más de una ocasión insistieron en la dualidad belleza – dolor que esta honrosa profesión tiene.

No era común, ni usual. Todo cambió. En un despertar, después de atender a voces resonantes que se acercaban, fuimos destruidos como en las caricaturas, con ese rayo de poder que sale de las manos de alguien para destrozarlo todo. Los días iniciaban sombríos y terminaban en tinieblas, entendiendo por fin los motivos por los cuales quienes van a la guerra necesitan un traje especial, para aguantar un poco más. Parecía una película llena de efectos especiales, con una tétrica banda sonora que acompañaban al dolor y al caos, mientras las bombas caían por doquier, reduciéndolo todo a polvo. Se hizo llamar como un rey con corona, al que había que temer, del que correspondía esconderse, pues entraba a casa, como el *Caballo de Troya*, de manera sutil y amorosa entre besos y abrazos.

¿Era invisible o nosotros ciegos? Nos tomó por sorpresa para desarmanos. Lo conocido ya no era válido para combatirlo, la vista no era suficiente, y nos obligó a despertar los otros sentidos; estábamos turbados, descolocados, pero sentíamos, escuchábamos y percibíamos todo. Cada combatiente, paciente, era un campo minado; una *Caja de Pandora*. Nos convertimos en los únicos que podíamos abrazarlos, tocarlos, conver-

sarles y despedirlos, en medio de la soledad de la vida y la imposible compañía de quienes los amaban, sin olvidar el juicio crítico al que fueron sometidos como seres inmundos, despreciables, hasta desechables, tal cual como los leprosos descritos en La Biblia o como las brujas perseguidas por la Inquisición. Siendo humanos estaban incapacitados de estar junto a sus semejantes. Devastadora era la época de este rey que se tomó al mundo y lo partió en diminutos pedazos, sacando a flote lo peor de la humanidad.

En su reinado, consiguió lo que parecía imposible, es decir, que todos estén encerrados en casa, mientras se encargaba de ejecutar a varios otros que, con o sin motivo, habían osado enfrentársele, traducéndose en muerte a diestra y siniestra sin importar si eran niños, adultos, jóvenes, abuelos, madres, amigos. Nos dejó vacíos, con la mesa incompleta y el corazón abandonado. Era una despiadada batalla que nos hizo pedazos, los cuales todavía recogemos para armarnos de valor y firmeza, aunque el temor siga flotando en el ambiente, para enfrentarlo, cara a cara, con el rugir de nuestros volcanes, la majestuosidad de los ríos, sin poder ni deber detenernos; sin descanso, hasta las últimas consecuencias.

La muerte nos tocó de la forma más anárquica posible y aquel primer fallecido nos sacó del centro del tiempo y el espacio acostumbrados. Sin embargo, también en varios casos pudimos gritar “*¡Está vivo!*”, cuando alguien respiraba, volvía a hablar, se incorporaba; cuando el sol apenas aparecía en medio de la inagotable tormenta en cada nuevo amanecer. En uno de los enfrentamientos, en una pequeña casa, nos puso a batallar por la vida de un abuelo, quien nos saludó como que fuéramos sus nietos. Sonríó, bromeó sobre nuestras vestiduras, y en un repentino pestañeo dijo “*¡no puedo respirar!*”; sí, allí, en su sofá favorito, de la nada y sin avisar. Lo tomamos del brazo, sacándolo de su comodidad, para llevarlo a donde estuviese mejor, pero el rey se nos adelantó una vez más; ahora él nos acompaña desde el cielo, recordándonos su sonrisa, la magia de su abrazo, convirtiéndose esos elementos en nuestros poderes, así como la sabiduría de todos quienes partieron a lugares más cálidos, donde respirar no es complicado; aquellos que fueron despedidos por desconocidos, seres extraños vestidos de astronautas, a quienes nos dolió como si fuesen nuestra sangre, desgarrándonos la piel, y el alma, en cada derrota.

Pero había que seguir, soltando pensamientos y pesares, y dejar en nuestras oraciones el dolor, pues la muerte se convirtió en la inseparable compañera de camino, a quien teníamos que aprender a conocer, y por supuesto, a recibir. Entendimos que el verdadero logro de la carrera no era llenarse de títulos y reconocimientos, sino que cada suspiro cuenta, cada respiración es más importante de lo que imaginábamos. Descubrimos que beber un vaso de agua era un placer, así como comer era un lujo que se nos había arrebatado, y ver a los que amábamos era como un

espejismo al que nos aferrábamos para seguir en pie, como ese oasis en medio del caluroso desierto. Nos convertimos en amigos, en el hombro que necesitábamos para llorar, en las palabras que queríamos escuchar para recargar las fuerzas y continuar.

El aplauso diario de aquel hombre que con ímpetu salía a su balcón a la hora que terminábamos cada batalla, junto con el abrazo de Dios que nos permitía caminar y nos impedía derrumbarnos, nos hacía entender que cada día tenía un valor agregado, pues habíamos salido con vida, invictos, en pie; estábamos completos y le habíamos ganado. Caminábamos un paso adelante del aquel que había proclamado por edicto la muerte y el suplicio, pero que sin duda tenía frente a él, un ejército de batas blancas, listo para combatirlo y luchar hasta el final como si no hubiera mañana, llenos de duda y temor, pero con el corazón y las ganas llenas de alevosía, para hacer de esta página menos dolorosa.

SENTIMIENTOS ENCONTRADOS



Por: Md. Paola Armas Ortiz

Al escuchar que llegó un paciente probablemente infectado por el virus, brotaron en nosotros un sinnúmero de sentimientos encontrados, entre la vocación de servicio combinada con el sentimiento de miedo, fragilidad e incertidumbre. Presurosos nos vestíamos para cumplir con las actividades designadas sin saber qué es lo que nos esperaba a continuación; temor que hacía latir más rápido nuestros corazones con la colocación de cada una de las prendas de protección. La mente jamás se calma cuando el miedo es fuerte.

Él, joven sin comorbilidades, quien tenía dificultad respiratoria, refiriéndose a la misma de la siguiente manera: *“Siento que me falta el aire, lo demás está bien; no siento nada más”*, palabras que al escucharlas abrumaron nuestros sentidos. Eran notorias la falta de aire, como la desaturación y la afectación pulmonar, así que le informamos sobre su condición, lo que le preocupó sobremanera y no por sí mismo, sino por su familia, con quienes había mantenido contacto todo el tiempo. La impotencia se apoderó de su ser, acompañada de un toque de tristeza: *“Necesitaba trabajar para alimentarlos por eso no me pude quedar en casa”* expresó, lo que nos sumió en un horroroso vacío al escuchar las palabras que salieron de su boca. Intentamos confortarlo, al tiempo de que le brindamos la mejor atención con el tratamiento indicado. Su situación era crítica y se agravó de manera progresiva, tanto que no pudimos salvar su vida pese a todo el esfuerzo realizado por el equipo. Una mezcla de sensaciones nos invadió, lo que nos hizo dar cuenta sobre la realidad en la que estábamos inmiscuidos.

Jamás el miedo se convirtió en un obstáculo para realizar nuestra labor con dedicación, amor y empeño, día tras día. Sí, cada jornada iniciaba con recelo, el mismo que se transformaba en temor al terminarla después de largas horas de arduo esfuerzo y mucho cansancio.

Quitarse el equipo de protección personal era un proceso minucioso, para luego llegar a casa y caer en el más profundo de los sueños, los que en algunas ocasiones eran interrumpidos por sensaciones profundas, primero fluctuantes, luego recurrentes, con el pasar de los días. Sí, la angustia estaba presente todo el tiempo, era inevitable.

Pero más allá del esfuerzo y la dedicación entregada a las labores, había algo más profundo que nos invadía hasta el alma misma: la soledad. El estar lejos de los hogares, las familias, de todos quienes nos aman era una circunstancia difícil de manejar, aun cuando era para precautelar su salud y que no se contagien por nuestra intervención. Claro, para ellos también era motivo de sufrimiento el que estemos en primera línea de atención, es así que, en cada video llamada, las lágrimas invadían nuestros lejanos rostros, con la esperanza viva de volvernos a encontrar en algún momento, de manera presencial, para abrazarnos. La nostalgia se convirtió en inseparable compañera. Sonreíamos y asegurábamos que todo estaría bien.

Cuando el aliento desaparecía, pensar en quienes nos esperaban los hogares nos entusiasmaba a continuar a pesar de todas las dificultades que se nos presentaban, y esta era la común conversación entre quienes enfrentamos al virus, cumpliendo con la vocación. Era parte del común apoyo entre los miembros del equipo.

Mirarnos al espejo y encontrar los rostros marcados y lastimados también era motivo de tristeza, pero eran las señales, y pruebas irrefutables, que nos hacían sentir orgullosos de la labor cumplida, el empeño entregado, que ratificaban la decisión de habernos preparado para ejercer esta noble profesión. Sin imaginarlo, nos dimos cuenta de lo efímera que es la vida, lo perenne que es la medicina y lo sempiterno que es al amor al prójimo.

Luego de un largo tiempo las cosas tomaron otro rumbo, una nueva normalidad, la que era una oportunidad para volver a comenzar, pese al dolor de haber perdido a familiares, amigos, colegas, el mismo que se reconfortaba en la sonrisa de cada paciente recuperado y la felicidad que eso representaba para los suyos. De hecho, el volver a casa tras varios meses, se convirtió en el mágico momento de alegría desbordante y absoluto regocijo, tras la satisfacción del deber cumplido con amor, delicadeza, calidez, conjugando el conocimiento con la nobleza del ser humano al servicio de los demás. Inconmensurable emoción, imposible de plasmar en estas líneas, pues el diccionario no sería suficiente para tal efecto.

Escribo esta historia y aún el virus no ha sido derrotado, por lo que seguimos día a día con el mismo desempeño, confiando en que la vacuna llegue pronto a territorio nacional, mientras se habla de cepas,

mutaciones y nuevas olas de contagio. ¡Hasta el último, y cuando fuere, no descansaremos en la lucha para superarlo por completo!

Gratitud a nuestras madres, padres, hermanos, hijos, esposos y esposas que en silencio han estado ahí, siendo el pilar fundamental y brindando su apoyo para no desfallecer. Lo propio a todos los integrantes del equipo de trabajo, quienes siempre estuvieron en marcha, dispuestos a colaborar en beneficio de todos quienes requirieron nuestra ayuda, sin importar las circunstancias o condiciones que se presentaron.

La situación vivida permite entender que, en un solo instante, todo cambia de manera inesperada, por lo que es básico vivir el presente, disfrutarlo al máximo, porque el futuro es un misterio, y el pasado ya no existe. Esa es la gran lección que, en lo personal, me ha dejado la pandemia. Con el corazón lleno de regocijo, seguiré de pie, sirviendo, pase lo que pase, venga lo que venga, con el mismo entusiasmo de siempre.

PERO LA NIÑA, QUERÍA SER MÉDICO



Por: Est. Jeniffer López

Nunca antes pensé que podían suceder tantos cambios de un momento a otro, planes en familia, lugares por conocer y, sobre todo, después del esfuerzo y tiempo dedicado, el no saber si al fin podría terminar mi carrera.

Lo particular de la historia, es que toda mi vida soñé con ser una gran médico; siempre me preguntan el motivo por el cual he mostrado tanto empeño por esta carrera, y mi respuesta se centra en dos puntos fundamentales: los valores adquiridos en mi formación como persona así como el entorno en el que crecí. Pues sí, mi madre es enfermera y cuando era niña, siendo yo hija única, iba con ella a los turnos al Centro Obstétrico, pues no tenía con quien dejarme. La verdad, eso no estaba permitido, pero no teníamos más opciones. Es así que, en cada ocasión al entrar, me deslumbraba la manera en que el personal se movía para que un alumbramiento suceda. Tanta era mi emoción que olvidaba que tenía que ir a la escuela al siguiente día. Experiencias como la descrita, hicieron que nazca en mí, la pasión por la medicina.

Estaba a punto de entrar al último año de estudio, sí, al internado. Doce meses que he esperando toda mi vida para poner en práctica y a prueba los conocimientos, sobre todo mi valor para concluir el sueño anhelado; todo estaba dicho, pero de repente comenzaron las malas noticias.

Al comenzar el año, la información al alcance de nuestro país fue que había surgido un virus capaz de convertirse en una pandemia. Creo que no lo tomamos en serio, porque han existido muchas otras epidemias que no causaron gran impacto en nuestras vidas. Los días pasaban y cada vez se sentía más cerca la enorme tragedia que ningún poder humano podría controlar.

Se declaró el estado de emergencia y de excepción a nivel nacional por lo que había restricción vehicular; por consiguiente, el toque de queda y era imposible salir a trabajar. En ese momento caí en cuenta de que no todos estábamos en las mismas condiciones para enfrentarnos a algo tan trágico como lo que venía. La mayoría se gana la vida en las calles, por

lo que el comercio informal fue el más afectado, quienes de cualquier manera asumieron el riesgo de salir a conseguir algo de dinero para llevar un plato de comida a su mesa. *“Si no me mata el virus, me va a matar el hambre”* se escuchaba en todos lados, y sinceramente pienso que no estaban fuera de la razón.

Esa era la situación fuera de las casas de salud; sin embargo, el caos empezaba a consternar a la gente dentro de un hospital. Los casos aumentaban a velocidad ante la falta de conciencia de la población al no tomar en serio la gravedad del asunto. Ni el confinamiento evitó que se perdieran vidas. No existía equipo médico, por más sofisticado que sea, que logre detener la ola de contagiados que llegaban a emergencia en busca de ayuda. Al mismo tiempo, todo tipo de rumores circulaban, mientras que las fuentes confiables mencionaban que uno de los factores de riesgo que llevaba a la muerte a un paciente infectado, correspondía a la existencia de enfermedades crónicas, entre ellas la Diabetes tipo II.

De hecho, mi madre la padece. Para ese entonces, ella trabajaba en el servicio de Medicina Interna por lo que enfrentaba la situación en primera línea. Cuando todo empezó, la falta de experiencia ante este tipo de emergencia sanitaria, sumado a los antecedentes suscitados en los países europeos, generó que tanto el pánico como el miedo y la desesperación, se apoderen de la mayoría de empleados en el área de la salud.

Es imposible describir el sentimiento de impotencia y frustración que en ese momento había en casa; el saber que lo más valioso que se tiene en la vida, el pilar fundamental, la motivación para ser mejor persona y buen profesional, estaba junto a los pacientes contagiados. Sí, tuve mucho miedo porque, así como incrementaban los casos positivos afuera de un hospital, aparecieron los contagios, y muerte, de quienes los atendían: médicos, enfermeras, internos, etc.

Cuando llegó al servicio el primer caso sospechoso, mi mamá fue quien estuvo con el paciente, quien días después fue declarado positivo para Covid-19. Me sigue resultando ilógico que luego de varios días después de haber estado en contacto con él, recién al momento de la confirmación, la pusieron en aislamiento. No me importaba contagiarme, al estar a su lado, pues mi único, genuino y amoroso interés era que ella esté bien, que no tengamos inconvenientes que lamentar y juntas animarnos a salir adelante, en caso de que ella o yo lo tuviéramos. Jamás he dejado que me vea derrumbada o peor aún llorando, y en ese momento no teníamos tiempo para debilitarnos.

No lo niego, se me cruzaban por la cabeza todos los artículos científicos que leí acerca de los factores de riesgo, los estudios realizados con respecto a este virus y todo apuntaba a que mi mamá corría mucho peligro por su enfermedad. En su encierro yo la animaba, le solucionaba

todo para que no se preocupe, siempre brindándole aliento, mientras que en la soledad de mi cuarto me derrumbaba, pensando en que cabía la posibilidad de perderla para siempre y que era imposible ocupar su lugar.

Afortunadamente no presentó síntomas durante los días de aislamiento; y, superada esa fase, regresó a trabajar portando un certificado del mismo hospital, el mismo que ordenaba que no podía estar en contacto con pacientes contagiados de Covid-19, por su condición de salud. Cabe recalcar que le rogué que lo presente en talento humano, con el fin de que su jornada laboral sea más segura, aun cuando en circunstancias como ésta, el contagio podría suceder en cualquier lugar.

La reasignaron al área de Neonatología, lo cual fue como recibir una bocanada de oxígeno, maravillosa pero fugaz. Fue así porque ante el incremento desproporcionado de casos contagiados y aislados, en detrimento del personal que cambiaba su rol al de paciente, le indicaron que debía presentarse a la Unidad de Cuidados Intensivos. Un mes duró la tranquilidad, pero las posibilidades se habían agotado y otra vez tenía que ponerse frente a frente contra el gran virus. Hubiera hecho lo que sea con tal de que aquello no suceda, pero son situaciones que se escapan de las manos, siendo irrefutables.

Y es así como llegó el momento, pues los síntomas aparecieron. Ella siempre ha puesto su trabajo por sobre todas las cosas, y asistió al turno que le tocaba aquel día, sin hacer caso a mi recomendación de que pida permiso, pues yo sabía que era imposible que ella no saliera afectada de la situación. A mitad del turno, ante su evidente malestar, sus jefes inmediatos la enviaron a casa. Al llegar al hogar presentaba descompensación como consecuencia de alza térmica, cefalea, dolor muscular y tos. De la mano, el constante sufrimiento, con días en los que se mantenía en el estado descrito, empeorando en otros. Yo no veía mejora y el corazón se me salía del pecho y es más duro cuando se trata de la persona que más amo, por la que daría mi vida entera para que esté bien.

En esta ocasión no hubo aislamiento porque eso hubiera sido peor para ella, estoy segura de eso, así que decidí quedarme con ella adentro, utilizando mascarilla, alcohol y todo lo necesario para desinfección. De hecho, lo que ella más necesitaba era el contacto físico de madre e hija, así que la abrazaba, le daba mi mano para que se levante a caminar un momento aunque se fatigaba con rapidez. Nunca perdí la esperanza de que pronto saldríamos a caminar juntas, como antes de que toda esta pesadilla empezara.

Fueron semanas de mucho trabajo y tratamiento estricto para que se recupere de la enfermedad; no obstante, el otro lado de la moneda también era una realidad: El daño psicológico producto de la propia situación, alimentado porque varios de sus amigos y colegas fallecieron

por la misma causa, sin una merecida despedida, así como el maremoto de malas noticias que la televisión y el internet presentaban a en todo momento. Sé que también tenía miedo a fallecer, lo que aumentaba su frustración pero ahí estuve con palabras de motivación y consuelo para mejorar sus días.

¡Y lo logró! Aunque no está sana por completo, pero el amor a su familia y a su trabajo la hicieron ponerse de pie a seguir luchando contra la pandemia. La admiro porque, a pesar de no ser fuerte desde el punto de vista emocional, salió y lo hicimos juntas.

“Tu carrera es muy peligrosa. ¿Acaso has pensado en cambiar de profesión?, ¿No te da miedo contagiarte?” me dijo un amigo al inicio de esta crisis mundial. Sonreí y le contesté que estar en un hospital, vestida de bata blanca, ha sido el sueño de toda mi vida y que no descansaría hasta cumplirlo. Meses después le sumaría que no sólo es mi sueño, sino también ser el acompañamiento y soporte para la gente que lo necesita, que quizás yo sea la última persona que alguien vea antes de fallecer y que sepa que hice todo lo posible; de igual manera, el compartir el privilegio de la llegada de nuevas vidas, quienes quizás en algún momento estén el mismo lugar que yo, con la misma convicción y entrega para servir a quien lo requiera.

Sí, es muy trillada la frase *“elegí la carrera de medicina porque me gusta ayudar a la gente”*, pero de verdad es así. El verdadero propósito de quien quiera que conforme el personal de salud es ese: estar ahí, incluso poniendo en riesgo su propia integridad con tal de salvar vidas. Esa es la tarea, casi misión, por la cual todos los sacrificios son bienvenidos y aceptados, con el fin de sentir la satisfacción de salir de un turno con el deber cumplido.

La pandemia ha reflejado el corazón de la mayoría de la gente, algunos siendo egoístas o materialistas, otros demostrando que la amistad, el amor y el cariño desinteresado no tienen precio. Sin duda alguna me ha dejado más razones para amar la carrera y admirar a las personas que defienden sus mandiles junto con sus ideales, quienes jamás se rindieron y aún siguen de pie para enfrentar lo que venga.

Así que, aquí estoy, cumpliré mi sueño, y mi amor por la medicina hará que no desmaye en seguir escalando con esfuerzo y dedicación hasta llegar a la meta. Tengo miedo, pero más son las ganas. ¡Lo haré!

TRABAJO CON PELIGRO A CONTAGIO



Por: Est. Katherine Robalino

Es un virus mortal, invisible e intocable, cuya transmisión se da por vía respiratoria y a través del contacto directo con gotículas infectadas. Ha llevado al mundo entero a sufrir cambios tanto sociales como económicos, afectando la rutina diaria, la convivencia social, visibilizando varios problemas que parecían no existir más, o de los que no se quería hablar. Un día despertamos y ya nada era igual, enfrentando, o construyendo, el inevitable cambio de vida fuera de la costumbre y la zona de confort.

¿Tiene ventajas? Claro que sí, como compartir más tiempo en familia, entregando amor y cariño, el mismo que era limitado por la jornada laboral y las ocupaciones. Además, entender que el dinero no lo es todo en la vida, así como la reducción de los niveles de contaminación atmosférica. Entre las desventajas, la educación se vio afectada, puesto que no todos tienen acceso a la tecnología necesaria para continuar con su preparación. Es así, que se está construyendo la tan nombrada “nueva normalidad”.

A pesar del peligro latente, los padres de familia buscan la manera de sobresalir y llevar el sustento al hogar, tomando en cuenta las medidas necesarias para proteger a los suyos.

Como se sabe, el COVID-19 ha atacado la salud de muchas personas especialmente de adultos mayores de sesenta y cinco años, siendo la tasa de mortalidad más alta por esta causa, seguida por los adultos jóvenes a partir de treinta y cinco años. En cualquiera de los casos las comorbilidades han jugado un papel importante, de ahí que más que nunca antes es fundamental mejorar los hábitos de vida.

Si bien algunos han corrido con la suerte de que la sintomatología haya sido leve, también hubo historias devastadoras como la pérdida de un ser amado; de ahí que el curarse de esta nueva enfermedad, en los casos críticos, ha sido un auténtico renacimiento para quien la padeció.

Aún está en estudio y discusión el saber si la inmunología adquirida es temporal o permanente, así que las medidas de bioseguridad se extenderán, sin duda alguna, por muchos meses más.

De la costumbre se pasó al confinamiento extremo, el mismo que en el tiempo derivó en liberación con ciertas restricciones, siempre con el fin de evitar el contagio masivo, pero que la economía pueda reactivarse. El teletrabajo se convirtió en el eje de funcionamiento y a partir de él varias aristas aparecieron como trabajo presencial por horas, jornadas diferenciadas, de acuerdo a las disposiciones de las autoridades laborales del país.

Con estos antecedentes, a continuación, la historia de un hombre alegre, trabajador, dedicado a su familia, quien, pese a la aplicación de todas las medidas, se contagió de Covid-19 y lo trasladó a sus familiares. En una épica muestra de unidad, juntos salieron adelante y vencieron a la enfermedad.

Pedro decidió reanudar sus actividades, conduciendo su camioneta, como miembro de una cooperativa de transporte. En esa misma semana fue víctima del virus, pero creyó que era una gripe común y siguió trabajando, ya que necesitaba generar dinero para su casa. Uno de sus compañeros notó en él que la piel y los ojos le habían cambiado de color; presentaba ictericia. *“Debes visitar un centro de salud o asistir a un consultorio particular para que te evalúen porque eso no es normal”* le dijo, pero no le dio atención al comentario del amigo preocupado.

Al pasar los días, su estado de salud empeoró llegando al punto de presentar dolor de pecho acompañado de disnea, tos con eliminación de secreción hemoptoica y moderado dolor de cuerpo. Allí sí se preocupó, dado que su hija estaba en condiciones similares. Por lo tanto, llamó a su amigo, quien le recomendó un médico de confianza, al que visitaron de inmediato y le explicaron todo lo acontecido.

Los exámenes reflejaron crepitantes en bases pulmonares en ambos casos, lo pero en el caso de Pedro la complicación podía ser mayor dados sus antecedentes de hipertensión y neumonía. Por lo tanto, se lo envió al área de imagen, para que se les realice una tomografía axial computarizada de tórax, encontrándoseles infiltrado en vidrio deslustrado y retículo-acinar difuso, subpleural con tendencia a la consolidación, presencia de broncograma, engrosamiento de la trama bronco vascular difusa y columna dorsal con cambios degenerativos determinando así un diagnóstico de *“Neumonía viral en fase pico o avanzada - Datos sugestivos de Covid-19”*

A partir de este momento sus vidas cambiaron por completo, dado que, además del aislamiento, tuvieron que enfrentarse a episodios muy difíciles con un drástico tratamiento.

Pedro además necesitaba suministro adicional de oxígeno, al saturar al 80%, la misma que inició con dos litros del elemento por minuto, dosis que fue insuficiente, siendo aumentada a cuatro litros, en lo posterior. Las noches eran los momentos más complicados, presentando apnea en más de una ocasión; de hecho, en una de ellas falló el mecanismo, ante lo cual llamó al médico de forma urgente. Ante el evento, recibió la explicación sobre cómo utilizar alternativas terapéuticas para mejorar la oxigenación, por ejemplo, colocarse en decúbito prono para disminuir la gradiente gravitacional de presión pleural, cambiar la movilidad del diafragma y mejorar el drenaje de secreciones respiratorias, entre otras ventajas.

También se indicó el uso de la espirometría de incentivo, cuyo dispositivo se utiliza para la expansión de los pulmones y permite respirar de manera profunda, con quince repeticiones prescritas por el profesional, lo que fue un gran reto para Pedro, dado que sólo conseguía realizarlo en cinco ocasiones, al momento de iniciar esta terapia. Con el pasar de los días, y mucho esfuerzo, logró alcanzar la meta establecida, lo que se entendía como signos de progreso en la lucha contra el virus. Otro de los métodos señalados por el médico fue soplar a través de un sorbete en una botella con agua logrando así el movimiento de las secreciones que se encontraban en la parte más profunda de los pulmones y lograr su expulsión a través de la tos.

Semanas más tarde, conforme al tratamiento establecido, Pedro empezó a caminar, a moverse, con las limitaciones del caso, producto de la debilidad que presentaba. Casi le tocó empezar como un niño que aprende a realizar esos movimientos. Meses más adelante, el virus fue eliminado por completo de su cuerpo, el mismo que le dejó secuelas con las que debe convivir, como son dolor a nivel dorsal, disnea al caminar, además del trauma psicológico ante la posibilidad de volverse a contagiar, situación que, entre varias otras, aún está en estudio el en mundo científico.

En cuanto a su hija, el profesional le señaló el mismo tratamiento que a su padre, con la diferencia de que ella no necesitó de soporte de oxígeno, ya que en su caso la intensidad de la enfermedad fue moderada, lo que derivó en una recuperación favorable en tan solo tres semanas. Por último, su esposa y su otro hijo quienes les brindaron el apoyo y cuidado necesario para su recuperación decidieron realizarse las pruebas de detección de Covid-19, arrojando como resultados la evidencia de anticuerpos de Inmunoglobulina G; por fortuna, ellos pasaron la infección asintomáticos.

Cuando Pedro cuenta su historia, sus ojos se llenan de lágrimas que recorren sus mejillas.

Se encuentra agradecido primero con Dios, por recibir una oportunidad más de vida; en segundo lugar, con el médico tratante; y por supuesto, con su familia por estar en esos momentos tan difíciles que tuvo que pasar a consecuencia del virus que puso el mundo al revés.

La familia es lo más importante que existe en la vida. Son el pañuelo que seca las lágrimas, el abrazo que acaricia el alma, y las respuestas a todas las dificultades. Responsables de forjar los valores día a día y que sin importar las circunstancias que ocurren dentro del hogar, siempre estarán presentes, empujando a levantarnos luego de la caída, y motivando a ir siempre hacia adelante.

LUCHANDO ANTE UN ENEMIGO INVISIBLE



**Por: Md. Lorena Alexandra
Narváez Yépezo**

¿Cómo actuar ante algo que no conocemos?, ¿Cómo ocultar el miedo de enfrentarnos a un nuevo organismo que amenaza nuestras vidas?, ¿Cuidar y proteger a nuestras familias o salvar la vida de quienes más necesitan de nuestra ayuda?, estas son muchas de las interrogantes que pasaron por mi mente y sin duda alguna por la de muchos profesionales que trabajamos en el área de salud, sin imaginarnos que algún momento de nuestra vida y carrera tendríamos que enfrentarnos ante un enemigo invisible, desconocido, que tanto daño ha causado a la humanidad, sin tener las herramientas necesarias para combatirlo.

Tomar la decisión de empezar mi primer trabajo atendiendo a pacientes sospechosos de COVID-19 fue una de las resoluciones más difíciles a las que me tuve que enfrentar, no por miedo a contraer la enfermedad o a perder mi vida, sino por miedo a poner en peligro la vida de las personas quienes son todo para mí; pero considero que elegí lo correcto, llenándome de valentía y determinación para hacer lo que anhelé siempre, cumpliendo lo que juré ante la sociedad: consagrar mi existencia al servicio de la humanidad, poniendo primero la vida de los pacientes.

En un principio vi la posibilidad de vivir lejos de mi familia, sobre todo para proteger a mi abuelita y a mis padres; sabía que no sería fácil, sin embargo, ellos me brindaron todo su respaldo y apoyo, por lo que decidimos juntos que me quedaría en casa, tomando todas las medidas de protección para no ponerlos en riesgo. Era dejarlos solos y alejarme de ellos o aprender a convivir con un nuevo ser que sabíamos que no se iría pronto.

Regresar al hogar después de culminar la jornada laboral se ha convertido en un ritual, aunque suene gracioso: Inicio con la desinfección total de pies a cabeza, me retiro el calzado, y voy directo a mi habitación a tomar una ducha sin tocar absolutamente nada, siempre usando mascarilla y a la hora de alimentarme, hacerlo en un lugar alejado al resto de convivientes. No sé si son medidas extremas, pero mientras se trate de salvaguardar y proteger la vida de quienes más amo soy capaz de absolutamente todo. Cuando empezó la pandemia, en el hospital que laboro

se creó un área covid, la cual se fue ampliando según la demanda de pacientes, llegando a tener tres pisos de aislamiento. Era inexplicable la cantidad de personas que acudían por ayuda, adultos mayores en su gran mayoría, teniendo incluso que esperar sentados en una silla aguantando frío, hambre y sueño hasta tener la posibilidad de ser ingresados.

Cada que empiezo mi día y llego al área covid me encomiendo primero a Dios, le pido que me libre de todo mal y me olvido de que tengo miedo. Solamente pienso en los pacientes, en lo que puedo hacer para contribuir en algo con su mejoría, aunque sea solo en ese momento.

En un inicio fue muy complicado trabajar con el equipo de protección, cubierta de pies a cabeza, sin escucharnos unos a otros, sin reconocernos, sintiendo ahogo, sudoración, fatiga. Además, el dolor de cabeza provocado por la presión de la mascarilla y las gafas las mismas que se empañaban después de largas horas de trabajo, pero, sobre todo sin tener contacto visual directo ni poder tener un acercamiento con el paciente, por estar detrás de un traje.

Cada paciente ha dejado una huella en mí, sobre todo aquellos que no se dejan vencer, que lo dan todo por luchar aferrándose a la vida. Es el caso de un paciente al que llamaré Juan, un hombre de sesenta y cinco años el cual cursaba un cuadro de insuficiencia respiratoria grave y requería ventilación mecánica; sin embargo, por la falta de espacio físico en el área de cuidados intensivos del hospital, tuvimos que buscar otras casas de salud para que reciba la atención requerida. Lamentablemente no se consiguió el objetivo, dado que todos los hospitales pasaban por la misma situación ya que existía una gran demanda de pacientes graves. No obstante, sus familiares movieron cielo y tierra para que lo reciban en otro lugar, lo cual fue un motivo de enorme alegría cuando la esperanza se materializó en una oportunidad única, ya que Juan había luchado tanto para permanecer con vida hasta ese entonces. Minutos antes de ser trasladado sufrió un paro cardiorrespiratorio, y tras las medidas de reanimación avanzada, el paciente falleció. ¡Estuvimos tan cerca!

Es imposible no involucrar los sentimientos en cada uno de los pacientes a los que se atiende. Cada uno es una vida, tras la cual hay una familia, un esposo, una esposa, un padre, una madre, un hermano, un hijo, quienes esperan con ansias su pronta recuperación. Acompañar a quien lucha y se aferra por su vida es la satisfacción más grande que cualquier profesional de la salud puede experimentar. Pero a su vez ser testigo de la muerte, del dolor y del sufrimiento de familias enteras al perder un ser querido es algo que a cualquiera le desgarraría el corazón.

Mi objetivo no es ser un héroe, ni que me reconozcan como tal. Esto que vivo día a día es mi vocación, es para lo que me he preparado durante toda mi carrera. Esto simplemente es ser médico...de corazón.

COVID-19 Y MEDICINA OCUPACIONAL



**Por: Md. Ricardo Pavón
Burbano**

La vida como la conocemos ha dado un giro importante en su continuidad espacio – tiempo. Nadie hubiese pensado que pasaríamos por un momento histórico, que será recordado durante muchos años. El mundo se detuvo durante el año 2020, y se encuentra en proceso recuperación.

La lucha, no solo es contra ese enemigo invisible que ha causado tanto daño a la humanidad, sino también contra la desinformación que ha abarrotado las redes sociales, en donde se presentan fórmulas milagrosas con la premisa que un familiar, un vecino o un amigo “*se ha curado*” así como el uso de medicamentos que no tienen evidencia científica frente a esta enfermedad. La falta de información no solo llega al aspecto comunitario, sino también al mundo empresarial, influyendo en la toma de decisiones y es aquí donde inicia mi experiencia.

Trabajo en una empresa muy grande, con aproximadamente 2600 personas a nivel nacional, y somos dos médicos para todos ellos. Mi colega pasó el peor momento de la pandemia sola, sin nadie que pueda comprender la gravedad de la situación, puesto que yo llegué dos meses después iniciada la pandemia.

Al inicio existían pocos artículos que indicaban cómo tratar a un paciente con Covid-19. No había directrices sobre cómo establecer un cerco epidemiológico y tampoco respecto al alta de un paciente; por lo tanto, todo eso lo aprendimos sobre la marcha, con errores y aciertos. Fue entonces que me encomendaron la primera tarea como médico ocupacional, con el fin de redactar un protocolo para realizar el famoso cerco.

¡No fue sencillo! Leí guías y protocolos de algunas instituciones públicas, intentando rescatar varios puntos para cumplir con la misión recibida. Con celeridad, en cuestión de un día lo conseguí, iniciando así el primer choque entre el criterio médico y la decisión administrativa. Proviengo de una cosmovisión diferente, en la cual todas las personas entienden qué es anticuerpo, un antígeno, reacción en cadena de la polimerasa. Este no era el caso, por cada respuesta que yo daba lo único que generaba era muchísimas preguntas.

Fue entonces cuando comprendí que sería complicado salvaguardar la integridad de todos los trabajadores, y no por las autoridades de la institución, sino por la dificultad de que entiendan la importancia de la epidemiología. Para mí era sencillo indicar que se cierren las oficinas, sugerencia que evidentemente no podía efectuarse, puesto que se ponía en peligro la operatividad de la organización. Eso es lo que a mí me costó discernir.

La segunda tarea recibida correspondió a elaborar la justificación de la compra de equipos para la desinfección de trabajadores y clientes de la institución. Tuve que enfrentarme a autoridades de los más altos niveles, para que la inversión sea la adecuada, evitando el innecesario gasto en estructuras y instrumentos que no tenían efectividad para prevenir la infección por SARS-CoV-2. Mi mejor arma siempre será la medicina basada en evidencia.

Al encontrarme en la capital, inicialmente no tuve casos sospechosos ni confirmados, pero las circunstancias cambiaron de manera drástica cuando el confinamiento dejó de ser opción en pos de conseguir la reactivación económica. En ese momento mi temor se empezó a materializar. No olvidaré al primer paciente que diagnosticué con Covid-19; es una imagen imborrable porque el temor se apoderó de su ser, de la mano del inagotable contenido difundido por medios de comunicación tradicionales y digitales. En todo caso, su recuperación fue buena y al cabo de catorce días se encontraba mejor, gracias al tratamiento recibido, lo que no evitó que sea despedido de la institución. ¡Un golpe devastador para ambos, desde lo emocional!

Más adelante, los casos se multiplicaron en las diferentes áreas de la organización. Había llegado la hora de aplicar los protocolos basados en evidencia, sin duda, pero una nueva disputa con las autoridades empezó. Aquellos documentos que habían sido aprobados por ellos mismos en su momento, resulta que no tenían que aplicarse de manera rigurosa. ¡Inexplicable! Nuevo round, como en el boxeo, entre la salud y la operación empresarial; David contra Goliat.

Los médicos siempre decimos que la clínica es la que dirige a un diagnóstico, los exámenes de laboratorio son complementarios y para solicitarlos se requiere una presunción diagnóstica. Así, yo tomé decisiones basadas en el cuadro que presentaba el paciente, quien no podía costear el precio de una Prueba PCR; sin embargo, las autoridades no aceptaban mi criterio.

¡Estaba molesto! No entendía por qué no recibía el respaldo de los mandatarios si realizaba todo según los protocolos establecidos tanto por la autoridad sanitaria nacional y otros entes de control, así como el propio de la institución. Como era de esperar, la situación llegó a un punto crítico

de contagio puertas adentro, lo que se hubiera podido evitar si se seguía las indicaciones sobre el establecimiento del cerco epidemiológico. Pero no, no se podía detener la operación. Esa era la frase que más se repetía, mientras que para mí lo más importante era la salud de los compañeros contagiados, de sus familias y por supuesto la mía.

Y los casos seguían sin parar, uno tras otro. No iba a retroceder en lo que concernía a mi análisis clínico, pero ellos seguían pidiendo explicaciones sobre mi accionar, tanto que la información que sustentaba mis decisiones no fue suficiente y me convocaron a una reunión para que expliqué cómo era el manejo de la situación desde Medicina Ocupacional. Como resultado de ese diálogo, entendí que los contertulios no dudaban de mí, ni de mis acciones, pero se dejaban llevar por el miedo al contagio y a lo que todo eso traería como resultado. Tal vez necesitaba generar empatía con las autoridades, ya que manejar una empresa con semejante número de trabajadores no es fácil, mucho menos dentro de este escenario.

La comunicación clara y eficaz es el pilar fundamental para combatir la desinformación y el miedo que ha generado la pandemia. Este es solo un pequeño caso que pone de manifiesto cómo el miedo y la desinformación generan decisiones erradas; en algunos casos exagerando las reacciones, y en otros, subestimando lo que puede suceder. Es ahí cuando entramos los médicos, para compartir el conocimiento adquirido durante la larga jornada de preparación, siempre pensando en el beneficio de los pacientes como objetivo único.

Como médicos debemos tener la mente abierta, no solo para cambiar paradigmas que se han manejado durante años, sino para comprender la realidad de los pacientes y el entorno, en este particular caso, de la institución. Mi realidad es diferente a la de otros colegas, dado que yo no trabajo en una Unidad de Cuidados Intensivos o en una Sala de Emergencia, puesto que la Medicina Ocupacional está enfocada en salvaguardar la integridad de los trabajadores, además de velar por el cotidiano funcionamiento organizacional.

Todos los médicos tenemos el mismo objetivo, poner nuestra vida al servicio de la humanidad, mucho más en circunstancias tan extremas e inesperadas como la pandemia. La Declaración de Ginebra¹, siempre vigente. Con todo lo vivido, médico que no ha visto un paciente con Covid-19, es porque no los tiene.

¹Corresponde a la actualización del Juramento Hipocrático, aprobada en 1948 en la asamblea de la Asociación Médica Mundial que se desarrolló en dicha ciudad. Tuvo enmiendas posteriores en años siguientes, manteniendo su esencia.

¿CÓMO ACTUAR FRENTE A UNA SITUACIÓN DE CRISIS?



Por: Md. Carla Lara S.

Todos hemos pasado por momentos complicados, es un hecho. Hemos sido protagonistas y testigos de la más grande crisis mundial del Siglo XXI a causa del Covid-19, que en el caso ecuatoriano significó un gran golpe social y económico.

Se puede hacer un recuento desde varias perspectivas, y también es cierto que no a todos nos afectó por igual; algunas personas cerraron sus nuevos o viejos negocios porque ya no fueron sustentables, otras en cambio vieron la oportunidad para comenzar a emprender. Las dos caras de la moneda como siempre, y a quien la suerte le toque, que lo haga.

Entonces, ¿cómo actuar? Las distintas actitudes se repiten en las familias o personas, que van desde el descuido hasta la paranoia; y yo la viví desde los dos extremos. En el un lado, personas que no creían en esta, la que dicen que es “*una enfermedad de ricos*”, así como aquellos que viajan, convencidos de que “*no llega hasta aquí, por eso somos inmunes*”, o peor aún, porque son jóvenes, escépticos frente al tema. En el otro, quienes creían que todo lo dicho y escuchado tenía que aplicarse, sea verdad o no; quienes no salieron de casa sintiéndose seguros, los que comenzaron a generar manías de limpieza estricta, rayando en la locura. Por supuesto, los “*medias tintas*” en relación a quienes se cuidaban, pero no al extremo, conocedores de las normas, pero sin miedo a los demás.

Si se lo ve desde la perspectiva de la salud, pese a ser un gran abanico de posibilidades, afectó a todos los estratos sociales por igual, sin que importe el nivel económico, la edad, la forma de pensar, etc., provocando muertes masivas, dejando “*sin familia a la familia*”. Al personal de salud afectó tanto, igual o mucho más que a todos, lo dejo a criterio personal, puesto que al inicio de la crisis hubo que atender la gran demanda de pacientes de manera improvisada, sin materiales de protección, luchando contra la irresponsabilidad de la sociedad, trabajando con juicio del propio gobierno, incluso del propio gremio.

Para exponer dichos extremos, es necesario relatar la historia de sus protagonistas y el progreso de la enfermedad. Empezaré por el descuido y para tal efecto este el caso de Gazapo, residente de la comunidad rural, adulto mayor, a quien no se le nota el paso de los años, tanto que no tiene canas. Desde el inicio de la pandemia sus nietos le tenían prohibido salir; sin embargo, al ser propietario de una finca, se puso el sombrero, las botas y salió a montar su caballo para arrear a las vacas, y cumplir con esta rutina que repitió innumerables veces a lo largo de su vida. En un hermoso día soleado, sufrió un accidente al caerse del animal, sin poder levantarse del piso. Llegó a la emergencia de la casa de salud acompañado de sus familiares, en un carro de carga sobre un colchón.

En la atención refería mucho dolor de espalda, el mismo que no cedió frente a la analgesia, inclusive a las más potente que se disponía. Pese a las múltiples revisiones no se encontró origen o causa aparente de alteración, por lo cual se decidió referirlo a un nivel de atención de mayor complejidad. Sus signos vitales siempre fueron estables, no manifestó ninguna otra sintomatología de afección previa, todas sus respuestas fueron negativas frente al triaje respiratorio; pero ¡oh sorpresa!, en la otra institución, lo diagnosticaron como positivo para Covid, dado que la placa de tórax mostró una lesión compleja, compatible con la patología.

El otro extremo, Rosario, adulta joven, emprendedora, que apenas se dio reporte de la pandemia, decidió exiliarse en su casa junto a su familia. Apenas salía de manera quincenal a comprar lo necesario para la casa, siempre con la misma ropa, con mascarilla y guantes. Jamás se saltó un túnel de desinfección, no tocaba a nadie, llevaba alcohol en espray a todas partes, mojaba el dinero en él y al retornar al hogar desinfectaba todo en el lugar establecido para el efecto. Cumplido el procedimiento, la ducha era el siguiente inevitable paso, y sólo al haberlo cumplido, entraba en contacto con cualquier otro miembro de su linaje.

Su negocio pende de un hilo, y aunque su economía fue sustentable, ahora cuenta cada moneda y la administra, ya que tiene cuentas por pagar. Un día de cualquiera, extrañando a sus seres queridos, decidió reunirse de manera presencial con uno de ellos. Tiempo después se sintió mal, con fiebre y malestar general, sin aparentes síntomas respiratorios, por lo que decidió alejarse y realizarse la prueba respectiva. La ansiedad le recorría el cuerpo entero hasta que los resultados lleguen a su correo electrónico. Tal fue su reacción frente al resultado positivo para Covid-19, que se encerró en su cuarto, con sus propios utensilios, se separó de su pareja, de sus hijos, sin tomar en cuenta el contacto que tuvieron con ella. Perdió su trabajo y su familia, hoy se encuentra sola. Todo el esfuerzo por mantenerse a salvo fue infructuoso.

Que conclusión se extrae de estas dos historias, que pueden ser similares a las nuestras, acoplarse a nuestra realidad o complementarla, más allá de si el desenlace es el mismo o no. Pues que las consecuencias dependen de las decisiones tomadas, y para hacerlo es vital la información. La confianza es ciega, pero la ignorancia es abusiva.

Y aun así se mantiene la pregunta ¿cómo actuar?, pues, aunque me gustaría tener la respuesta, no la tengo, y tampoco poseo la receta específica para indicar la manera de estar a salvo. La pandemia demostró que el nivel de atención de salud es precario para cualquier potencia mundial, que las necesidades no fueron solventadas a tiempo, pero fundamentalmente que somos los grandes protagonistas para ayudar o empeorar una situación crítica. Con nuestro comportamiento contribuimos a lo uno o a lo otro, más allá de lo que diga el gobierno, los médicos, la familia, los amigos, los conocidos de los conocidos. La coherencia entre pensamiento y acción es lo único que nos puede salvar.

SOMBRAS DE INCERTIDUMBRE



**Por: Md. Natalia Elizabeth
Amores**

La historia a continuación es un relato infortunado pero que al final deja una apreciable lección. Hay ciertos momentos en los que nos encontramos en una encrucijada, sin saber qué camino tomar, qué pensar, cómo proceder. Al estar en esa instancia, lo importante es parar un momento y meditar sobre las posibilidades que se presentan por delante, apartando los sentimientos que, cual tormenta, nos pueden dominar y en consecuencia nos llevarán a escoger una mala decisión.

A la fecha de estas líneas, noviembre de 2020, los casos de coronavirus en el país han disminuido en cantidad, lo que no significa que la pandemia ha desaparecido y tampoco deberíamos descuidarnos sobre tal cuestión, menos dejar de lado las medidas de seguridad. ¡Sería inhumano olvidar todo lo sucedido desde que el Covid-19 se tomó al mundo! Hay que seguir contribuyendo con todo lo establecido en estos meses para que no existan más personas afectadas.

Era una noche oscura y la luna brillaba con toda su intensidad. El ajetreo que colmaba la sala de emergencia había cesado pues solo se observaban unas pocas personas que esperaban ser atendidas. De un segundo a otro llegó Dionisio al hospital, junto a su madre. Era un joven de diecinueve años que vivía a las afueras de la ciudad, cuyo rostro era imberbe y su proceder centrado para su edad; vestía pantalón de mezclilla y camisa, se notaba agitado e irritable.

Una vez recostado en la camilla iniciamos la atención. Antonia, al presenciar la condición de su hijo, estaba consternada y con justa razón. Una vez recopilada la información necesaria sobre el caso en cuestión, la señora comentaba que días atrás a su hijo le diagnosticaron Covid-19 durante una consulta médica particular y le indicaron que, como parte de su tratamiento, debía cumplir con aislamiento.

Él, preocupado por el bienestar de su madre y hermanos, siguió todas las instrucciones, mucho más dado que su hermana Frida, menor de edad, posee discapacidad intelectual, además de epilepsia, sin olvidar un detalle que no es menos relevante, y es que su madre hace poco tiempo atrás había culminado un tratamiento de cáncer de mama; por lo tanto, dos personas en condición de vulnerabilidad.

En principio llevó su aislamiento de forma correcta, sin ninguna molestia: no obstante, en lo posterior empezó a sentir leves molestias, entre las que destacaban odinofagia, cefalea y leve dolor del pecho. Las pasó por alto, creyendo que eran estragos propios de la evolución de la enfermedad, pero se intensificaron hasta que llegó el punto en que la dificultad para respirar era notoria, motivo por el cual se encontraban ante nuestra presencia. Ante lo sucedido, se decidió la hospitalización inmediata, la misma que derivó en traslado a establecimiento de tercer nivel e ingreso a la Unidad de Cuidados Intensivos. Lamentablemente días después falleció, ya que su condición no mejoró a pesar del tratamiento recibido, quedando su familia devastada ante la pérdida de un ser querido, al que además no podían ver por obvias razones.

En adelante, cada día que pasó, Antonia tenía que luchar contra el dolor natural del luto, al mismo tiempo que le correspondía velar por su propio bienestar y el de sus otros hijos, tanto por la condición clínica de la pequeña, así como por el estado de ánimo de Samuel, de dieciséis años de edad, para quien Dionisio no solo fue su hermano mayor, sino también su guía y ejemplo a seguir. En su timidez, es quien más afectado estaba porque con él compartían secretos, sueños, confidencias. En un abrir y cerrar de ojos perdió a su más grande camarada, dejando un vacío difícil de llenar en su alma.

Tan grande fue la desesperación del joven que intento cegar su vida, ingiriendo una mezcla de medicamentos, entre las que su madre usaba para su hija y para sí misma. Trece fueron las pastillas ingeridas en un momento de absoluta soledad en el hogar, puesto que su progenitora se encontraba en la terapia física de su hermana menor. Una de las vecinas, fraterna amiga de la casa, los visitaba con frecuencia y mucho más desde el triste evento acontecido, y fue quien noto que algo no estaba bien al percatarse que las puertas del domicilio se encontraban entreabiertas, sin movimiento ni ruido. Cruzó la calle a velocidad, tocó la puerta sin respuesta, por lo que ingresó a ver cómo estaba la situación, y encontró a Samuel acostado en el sillón, inconsciente, rodeado de los medicamentos. Una escena de película en la vida real. Tras varios intentos de reanimación, llamó a urgencias, quienes trasladaron al paciente al servicio de emergencia, donde volvimos a encontrarnos.

Notificamos a Antonia, quien, al llegar, encontró que la condición de salud de su hijo estaba controlada y fuera de peligro, ante la oportuna atención recibida. Bastaba esperar que recobre el conocimiento para que pueda ir a casa. Cuando lo hizo, expresó todos sus sentimientos los cuales se encontraban encerrados en lo más profundo de su ser, mismos que no había sido capaz de expresarlos por temor a causar más dolor a su madre. Mencionó que intentó suicidarse debido a que extrañaba a su hermano, sintiéndose solo y sin apoyo de su madre, dado que toda la atención estaba dirigida a su hermana menor. Dijo también que no le reprochaba nada, puesto que entendía la situación, pero que desde la partida de su hermano no encontraba su lugar y sentía que su presencia estaba demás.

Con estos antecedentes, decidimos derivar a toda la familia a valoración en el área de psicología, para que reciban toda la asistencia necesaria ante la sucesión de eventos vividos en tan corto tiempo, además de los complicados antecedentes médicos comentados en líneas anteriores. Lo más importante era que un especialista les brinde todo el soporte necesario para que puedan sanar, en conjunto, las heridas de sus almas, tanto las propias como las compartidas.

El coronavirus afecto a millones de familias en el mundo de distintas formas, dejando a su paso dolor, tristeza y preocupación entre otros sentimientos. La lección es que debemos aprender a enfrentar y superar las pruebas que se nos presentan, con valentía, a pesar del dolor que éstas nos causen.

CRECIENDO EN TIEMPOS DE COVID



Por: Md. Gabriela Jarrín

Cuando inicié el año de salud rural a mediados de 2019, jamás imaginé todo lo que viviría durante los siguientes doce meses de mi vida. Mis expectativas para ese período eran altas, pues significaban crecimiento tanto personal como profesional y, como varios, creí que ambas experiencias se desarrollarían en un ambiente esperado y característico para esa fase de la formación: atención en el centro de salud, visitas a domicilio en las comunidades, atención integral a unidades educativas y clubes de adultos mayores, etc. Lo que nunca pensé es que en la primera mitad de aquella etapa ocurriría un paro nacional, el cual me asustó al ser un evento nuevo para mí, con circunstancias nunca antes vividas a mis veintiséis años, en aquel momento. Superado aquello, las actividades volvieron a la normalidad, pero no por mucho tiempo.

¿Quién diría que una pandemia azotaría a inicios de año? Al ver las noticias, sabía que era cuestión de tiempo para que el coronavirus llegue a Ecuador; imposible escapar de aquello. Sin embargo, ninguno de nosotros imaginó la repercusión que tendría en lo personal, social y económico, dado que las cosas se salieron de las manos, por varias consideraciones, especialmente en la atención a los usuarios. Ante lo sucedido, fui trasladada del centro de salud en el que estaba trabajando, el mismo que está ubicado en el páramo, al hospital básico de la localidad, ubicado en el centro de la misma, dado que allí sería más rápido el contagio y, en consecuencia, se necesitarían más manos en dicha casa de salud. Cuando me dijeron que debía servir allí, me paralicé.

Me tocaría estar en el área de triaje respiratorio, a la que llegarían todos los pacientes con la sintomatología específica para Covid-19, motivo por el que era importante separar los casos de emergencia respiratoria, del resto. En consecuencia, me informaron que mi lugar de trabajo sería en una carpa, afuera del hospital, porque allí empezaba la clasificación de los pacientes, de acuerdo a los cuadros que presentaban. Recién comenzada la pandemia, estaba nerviosa al saber que podría haber pacientes asintomáticos, o con sintomatología semejante a la de un resfriado común, y que podía contagiarme, pero claro, la vocación primero.

Me ponía el equipo de protección personal y esperaba siempre por lo mejor. Encontrar signos de amigdalitis aguda era un alivio para mí, pues era más probable que la infección que cursaba un paciente fuera causada por una bacteria más que por un virus; por lo tanto, conforme los días pasaron, mi nivel de ansiedad y miedo disminuían, que no significa ningún momento que me ganaba la confianza. Atendía a la gente con calma, sin sentir presión dentro de mi cabeza y gané seguridad. Pero esa era la realidad del personal quienes atendíamos en la carpa.

El resto de compañeros, tenían recelo de nosotros, al ser los más expuestos a casos sospechosos, en dichas condiciones. Pues me acostumbré a aquello al mes de estar ahí, dejando de asombrarme por ello y tampoco me sentí ofendida por ese miedo natural de parte de los otros. Lo que sí me molestaba era que, en ocasiones, llegaron pacientes con fiebre y como era parte de la sintomatología nos lo trasladaban de inmediato, en lugar de indagar para tener más información y ver si correspondía o no que vengan a nuestro espacio de atención. Varios presentaron ardor al orinar, sensación de vaciamiento incompleto de la vejiga, lo que indicaba una posible infección a las vías urinarias, solo por poner un ejemplo entre varios casos de patologías que no estaban relacionadas con infecciones respiratorias. Era exponerlos a contagio el enviarlos a la carpa. Bueno, fue parte del aprendizaje al que todos estuvimos sometidos, dadas las condiciones.

En ese sentido, recuerdo a una paciente en período de parto expulsivo quien llegó una madrugada presentando dolores y disnea, siendo este último elemento motivo por el cual llegó a mis manos. Por el cuadro, evidentemente la saturación de oxígeno era baja, acompañada de cianosis en labios y dedos. Administramos lo necesario para compensarla y al escuchar sus pulmones no había evidencia de alguna presencia extraña que suponga coronavirus o cualquier otra patología respiratoria, al tiempo que aumentó la frecuencia cardíaca, sin congestión nasal ni fiebre. Un dato que me llamó la atención fue que sus uñas se encontraban sobre elevadas, más convexas de lo normal, lo que se conoce como “en palillo de tambor”, acropaxia, lo que me hizo pensar en una enfermedad cardíaca congénita. Todo esto, en cuestión de minutos, y mientras buscábamos las causas, ella dio a luz. ¡Así es esto! Pero sí, había que transferirla a un hospital general y me pidieron que la acompañe en la ambulancia, lo que puso en cuestionamiento personal la confianza que había ganado en los meses de la carpa y el miedo me rondaba. ¡Debía ser fuerte!

Sentía mareo y no se si era por efecto de la velocidad de la ambulancia o por los nervios que tenía. En todo caso, al llegar al hospital, los colegas ya nos esperaban, puesto que habían sido notificados. La recepción de la flamante madre tomó un momento, más de lo esperado, puesto que el área de recibimiento estaba en proceso de descontaminación ante la presencia

de un paciente positivo para coronavirus. Tenía al bebé en mis brazos ya que la madre no tenía fuerzas ni para mantenerse despierta, intentando mantenerlo lo más abrigado posible, mientras monitoreaba a su madre, en la espera. No soy una persona del todo religiosa, pero me concentré en emitir mis mejores energías para ella, y para que la reciban rápidamente. Minutos después salió la camilla para recibirla, junto a una termo cuna para el recién nacido. Cumplido el proceso, junto a los paramédicos nos desinfectamos y emprendimos camino de regreso al hospital básico.

Ya en el lugar, notifiqué el caso a los superiores de manera inmediata, ya que desde que llegó la paciente, el director de la unidad operativa estaba pendiente del caso y procedí a elaborar el informe pormenorizado de la sucesión de eventos relacionados, tanto para él, como para el centro de salud donde se encontraba. Aparentemente la paciente sí tenía una cardiopatía congénita, pero no se proveyeron datos acerca del seguimiento del mismo. Y en cuanto a su evolución, no supe más, puesto que lo comentado transcurrió en mi última guardia de triaje respiratorio. Espero que ese par de vidas se encuentren bien, con salud, y rodeados de mucho amor.

Cada experiencia vivida me ha dejado huella. Creo que mi año de salud rural es una marca que siempre estará fresca, como si hubiese ocurrido hace unos pocos segundos. Y no solo por los temas profesionales, que me permitieron crecer tanto en ese ámbito, sino también en lo personal, gracias a las personas que conocí en este caminar. ¡Me cambiaron la vida!

En un inicio, la rural me generaba diversos estados y emociones. Tenía miedo en sentir que fracasaba y que tal vez no era lo suficientemente buena para esto. Decidí tomar cada momento como un obstáculo que debía superar, exprimiendo todo el aprendizaje que me deje, sin que importe si era algo duro, triste, alegre o emotivo. Al atravesar una pandemia, todo se pone en perspectiva, y así comprendí que la vida me puso en el lugar que tenía que estar y para qué lo hizo. Si bien uno va por los caminos vinculados a la salud por vocación, y al atender en los distintos servicios de una unidad operativa, reafirmé la decisión de seguir la carrera. Una situación así me hizo dar cuenta que cada esfuerzo cuenta y es aporte para quien lo necesita.

Brindar tranquilidad a los pacientes que tenían sintomatología respiratoria, dar palabras de aliento y ánimo a quienes resultaban positivos para coronavirus, y recibir tras la atención un “*muchas gracias Doctorita*” lo compensaba todo, y con eso comprendí la magnitud de mis acciones por más minúsculas que creía que eran.

Hoy sé que debo aprovechar cada uno de los momentos que la vida me brinda, sin excepción, sean malos, buenos, los que quiebran o construyen. De igual manera, estoy clara que puedo superar todo lo que se me presente por delante, superando el temor natural de la condición humana. Esa es la diaria motivación para ser mejor desde todo punto de vista. Pedí con todo mi corazón que esos doce meses de medicatura rural me permitieran crecer en todos los ejes de mi vida posibles y el deseo se cumplió. ¡Qué dicha que el libro de mi trayectoria sobre este planeta se encuentre conformado de capítulos como estos, tan enriquecedores, llenos de historia, llenos de vida!

Si me permite aconsejarle a Usted que ha llegado hasta este punto, reinventese siempre. Sea luz en medio de la oscuridad, y aproveche cada una de las experiencias atemorizantes para transformarlas en etapa de crecimiento. No se deje absorber por miedos e inseguridades, sino que llénese de fortaleza para continuar. Viva, sueñe, crezca y conviértase a diario en su mejor versión. ¡Hasta una próxima!

LUCHANDO FRENTE A UNA ENFERMEDAD MISTERIOSA



Por: Md. Carlos Carchi

Mientras muchos buscan la experiencia de tratamientos para frenar la pandemia a nivel mundial, otros luchamos frente a esta enfermedad misteriosa y mortal. Me es grato plasmar y expresar en este documento mi historia como personal de salud de primera línea, que ha dado todo su esfuerzo y dedicación ante esta situación.

A principios de 2020 todos nos alarmamos a nivel mundial de una misteriosa enfermedad que se iba adueñando poco a poco de países aledaños, hasta que llegó a nuestro. Recuerdo que el primer día cuando se reportó el caso cero en nuestro País, fui llamado a capacitación mediante video conferencias, desde algunas entidades de salud, con la finalidad de tomar toda clase de medidas ante una mortal enfermedad que se nos venía encima.

Formamos equipos de trabajo donde temerosamente cada uno expresaba sus sentimientos, mientras otros decidieron hacerse a un lado ante esta batalla que había iniciado con fuerza. Sabía que sería abrumante desde el primer minuto que me comunicaron que me trasladarían de lugar de trabajo de primer nivel a uno con mayor complejidad, debido a los múltiples contagios que aparecieron de manera paulatina.

Recuerdo el día en que atendí al primer paciente confirmado durante la guardia hospitalaria. Jamás olvidaré las palabras que sonaron del otro lado de la llamada: *“Doctor tenemos un paciente en muy mal estado hemodinámico”*. Con miedo acudí y confirmé que era sospechoso con tan solo ver sus signos y síntomas. Di la alerta a mis compañeros y a usar todos los equipos de protección personal.

Ese día no descansamos hasta estabilizar al paciente y cada uno aportó con el conocimiento adquirido, así como con información relativa al nuevo virus, escasa a la época del inicio de la pandemia. Recuerdo las palabras de alegría de cada uno de los miembros del equipo, desde sus posturas y creencias: *“¡Lo logramos!”*, *“¡Gracias a Dios!”*, *“Protégenos Señor Mío, tengo mis hijos”*.

Y comenzaron a llegar, uno tras otro. Vi a muchos pacientes caer en las áreas de emergencia y a otros no salir de la Unidad de Cuidados Intensivos, dejando familias destrozadas, mientras nos multiplicábamos todos con el firme propósito de atender a la mayor cantidad de gente posible. ¡Fueron jornadas críticas!

Un día de esos, sonó el teléfono y mi madre estaba del otro lado. Con voz quebrantada, me dijo: *“Hijo mío tu Padre se encuentra muy mal, estamos en el hospital”*. Entré en angustia, depresión, no sabía cómo proceder; claro, al haber sido testigo de lo que esta enfermedad provocaba, me recorría un escalofrío por todo el cuerpo ante la noticia. Horas más tarde, recibí la noticia de que mi padre había pasado a cuidados intermedios. ¡Sentía que se me desmoronaba el mundo! Además, me era imposible ayudar, al estar sirviendo a los compatriotas en otra provincia.

Recordaba cada una de sus palabras de aliento, recibidas por video llamadas, en las que me decía lo orgulloso que se sentía de mí, al exponerme al virus para ayudar a quienes lo necesitaban, lo cual era admirable ante sus ojos. Esas palabras, que me sacaban lágrimas ante su padecimiento, se convertían en la motivación constante para seguir brindando mi ayuda en los servicios hospitalarios. Una semana después, una nueva llamada como tanta otras, pero el tono era diferente: Papá estaba fuera de riesgo y sería dado de alta. El llanto inmediato cubrió mi rostro y más cuando pude conversar con él. ¡Qué alegría!

Pensé que las situaciones más abrumantes habían pasado, pero no fue así, puesto que, en el devenir, ante mis ojos y los de mis colegas, los hospitales recorrían el camino del colapso, al tiempo que compañeros y maestros que nos inculcaron la profesión en las aulas, morían al contagiarse en el ejercicio de la profesión. No había respiro pues la muerte y el caos estaban por todos lados, haciéndonos olvidar los buenos momentos relacionados con las vidas que conseguíamos salvar. Además, estábamos metidos en un remolino de información de diversas fuentes, locales, internacionales, oficiales y de las otras, lo cual profundizaba la sensación de inseguridad mientras la atención no se detenía.

De cuenta propia, adquirí el equipo de bioseguridad, con la finalidad de aumentar mi protección, ante la avalancha incontenible de casos; situación que tantos meses después, mientras escribo estas líneas – diciembre de 2020 – no ha cambiado, solo que se habla menos de ella. Me mantengo invicto, pues no me he contagiado, y he superado una enorme prueba de desgaste físico y emocional, especialmente este último, dadas las condiciones descritas en líneas previas. Me mantengo incentivando la aplicación de las medidas de seguridad, a todo cuánto se me cruza por delante, ya que es la única manera de prevenir el contagio, y de que siga avanzando. No se trata de ser héroe sin capa, sino de ser un mensajero de esperanza y de conciencia para quienes no han pasado por esta situación.

Finalmente, como médico, el temor es el mismo desde el primer día, es la verdad. Los servidores de la salud estamos a la vanguardia para salvar la vida de cientos de personas que se encuentran en las diversas salas hospitalarias, superando inconvenientes laborales, burocráticos, emocionales, pero con la convicción de que el camino elegido se reafirma en cada momento. Estoy agradecido con las personas que han expresado su gratitud mediante aplausos, frases, carteles y oraciones. Como creyente, con respeto, espero que Dios me y nos siga bendiciendo ante esta enfermedad misteriosa. Gracias por llegar hasta aquí.

TRIAJE RESPIRATORIO



Por: Md. Hugo Eduardo Jara S.

Llevaba más de cien días trabajando, en jornadas diarias de doce horas, en uno de los principales hospitales designados para atención y referencia de pacientes sintomáticos respiratorios.

Mi consultorio era un cubículo pequeño detrás de una carpa plástica en la que se tomaba signos vitales a los usuarios. A mi lado, y de igual manera, veinte lugares más, en los que laborábamos médicos generales, médicos familiares, enfermeras y auxiliares de enfermería, todos con una sola consigna: Detener al Covid-19.

Era desalentador llegar al hospital y encontrar una larga, casi interminable, fila de pacientes que crecía conforme las horas transcurrían. De hecho, el estar asignado al área de Triage Respiratorio para atención inmediata en la puerta del hospital a pacientes con síntomas relacionados, casos sospechosos, confirmados, o en tratamiento, suponía un salvaje reto para mantener la fortaleza física y la entereza emocional tras la conexión creada con cada una de las personas que pasó por allí. Al mismo tiempo, otro equipo de profesionales realizaba visitas domiciliarias, tanto a quienes no requerían hospitalización por ser contagios con síntomas leves, así como a las personas que luego de la confirmación diagnóstica elegían la alternativa de tratamiento en el hogar.

Para tal efecto, iniciaba la jornada con estrictos pasos de desinfección, así como la colocación del equipo de protección personal, lleno de prendas, jamás suficientes, cuyo manejo era trascendental, y de manera especial al momento de retirarlo, puesto que un error podría significar caer en las manos del virus con un inminente contagio. Además, otro desafío correspondía al conseguir un poco de tiempo para alimentación o ir al baño. Todo era diferente.

Vi pasar por mi cubículo a conocidos, vecinos, amigos, familiares. Busqué estar siempre positivo, al ser la luz de esperanza para la gente, pero era difícil cuando quienes llegaban sin aliento, abotargados, nerviosos, con taquipnea, imploraban que les ayude a respirar mientras sus miradas reflejaban desesperación y en algunos casos, las manos azules

producto de la hipoxia. Estoy claro que la medicina no es exacta porque cada caso es distinto; sin embargo, al examinarlos, pedirles exámenes, ver sus rayos x o tomografías, el pronóstico se repetía en la mayoría.

Dentro del hospital la situación era aún peor, con intenso trabajo distribuido en tres pisos cuya capacidad era de cuarenta personas, pero había más ochenta, incluyendo pasillos, sin olvidar que en el mismo lugar estaban los cuerpos amordazados en bolsas plásticas, a la espera de ser llevados a congeladores móviles instalados cerca de la morgue, la misma que también estaba llena en todo momento. Un cuadro dantesco, difícil de explicar en palabras por su magnitud.

La sala de UCI que inicialmente era para diez personas, albergaba a más de cuarenta, varias en estado crítico. Serví dos meses en dicho lugar, cuyo ambiente era tétrico desde su ingreso, con un fuerte olor a alcohol, cloro y muerte, el mismo que atravesaba la máscara de gas. Allí, el traje de protección debía ser totalmente hermético, impermeable, grueso y aun así, varios colegas médicos y enfermeros se contagiaron de Covid-19. Un sitio en el que se vivía de cerca el dolor, el estrés, la angustia e impotencia ante un enemigo invisible al que lo enfrentábamos sin arma alguna; espacio en el que la vida de muchos dependía de una pronta intubación o ventilación asistida, las cuales no estaban al alcance de todos quienes lo requerían.

En el último mes de mi servicio, la atención ya estaba desbordada y no cabía un paciente más, en cuanto al ingreso se refería, por lo que nos vimos obligados como institución a referir a usuarios a hospitales cantonales, que estaban en similares circunstancias, pero no había más opciones. Solo quienes estuvimos ahí somos testigos auténticos de la crisis sanitaria nacional.

Triaje respiratorio fue mi última rotación, previo al reencuentro con mis familiares, luego de varios meses sin verlos, previo aislamiento obligatorio por seguridad de mis padres ya que son vulnerables debido a su avanzada edad y comorbilidades. Soñaba con que llegue ese día, ese momento único, luego de tantos meses al servicio de mis compatriotas y el último paso pendiente era la incómoda prueba PCR.

Debo confesar que tanto el sobrepeso, como los antecedentes de asma que tengo, entre otras comorbilidades, más de una vez me hicieron pensar en el peor escenario posible en caso de convertirme en portador del virus, por eso fui estricto en el cumplimiento de las medidas de bioseguridad personal. Las horas se convirtieron en siglos en la espera de los resultados de laboratorio luego de la prueba realizada, mucho más en el aislamiento obligatorio severo por decisión propia antes del encuentro, el mismo que ya llevaba siete días.

Viví largos episodios de ansiedad en la tensa calma, los mismos que se multiplicaron cuando recibí el correo electrónico: ¡Positivo!.

Lo leí más de diez veces, creyendo que sería un error de laboratorio. Siempre supe cómo proceder frente a un paciente enfermo, pero no sabía cómo hacerlo conmigo. Luego, cuando llegó la claridad, me acerqué al área en la que había servido hasta hace días atrás, donde mis colegas y amigos también consideraron que podría ser un falso resultado. Para confirmarlo, o desmentirlo, una de las enfermeras me colocó el pulsioxímetro; y se sorprendió. Luego, otro diferente, después el monitor. Los tres dispositivos indicaron saturación de oxígeno de ochenta y tres por ciento y las alarmas se encendieron. Auscultaron mis pulmones y de inmediato solicitaron una tomografía para corroborar el hallazgo, que derivó en ingreso al hospital.

Desde entonces el indicador siguió disminuyendo y mis pulmones empeorando, como consecuencia del antecedente asmático ya comentado. *“En casa me esperan todos, así que saldré pronto”* pensaba positivo, y ese fue mi mantra constante para superar esta situación, confiando en que UCI no sería mi próximo destino. ¡Sobreviví!. Cuando me reencontré con mis padres nos fundimos en un abrazo interminable. Estas líneas son el fiel testimonio de haber estado de los dos lados del mostrador, pese al cumplimiento de los protocolos de bioseguridad. Tengo una nueva oportunidad, no la desaprovecharé.

LA PANDEMIA QUE MARCÓ EL SIGLO XXI



Por: Md. Jéssica Muñoz

Me es grato redactar mi historia en relación a la pandemia a causa del Covid-19, la misma que al momento de la escritura de estas líneas, a final del 2020, lleva varios meses. Un día desperté con la noticia de que el nuevo y mortal virus ya estaba dentro de nuestro país, el mismo que se desplazó a toda velocidad, sin que nos demos cuenta y con el desconocimiento sobre cómo evitarlo. Pensaba en mi familia y todos los escenarios que podrían ocurrir si yo me contagiaba, o alguno de ellos, en su defecto.

Las medidas gubernamentales se establecieron, destacando el aislamiento y el toque de queda. Como obvia consecuencia, decidí quedarme en el lugar de trabajo para no exponer a mis seres queridos y cada día me despertaba pensando en que todo era una pesadilla, irreal en consecuencia, pero la realidad estaba escribiéndose de la manera ya por todos vivida y conocida. Empezaba con mucho miedo las jornadas laborales, ya que al estar en primera línea de atención, la exposición era una cotidiana realidad, cual ruleta rusa, que tenía que aprender a manejar. En aquel tiempo éramos los héroes al frente de la situación, sirviendo al prójimo y mi mantra para continuar decía así: *“Moriré haciendo lo que me gusta”*, pensamiento que me daba fuerza para continuar.

Mientras viví sola, de manera responsable para no exponer a mi familia, el temor y la angustia se convirtieron en mis convivientes, alimentados por todos los reportes de prensa que llenaban los medios de comunicación locales, mostrando la tragedia social: muerte en las calles, hospitales colapsados, estadísticas de contagio en aumento, confinamiento, crisis económica, paralización. En ese contexto, los pacientes que recibí me preguntaban: *¿Cuándo terminará?* Respuesta que, hasta el sol de hoy, no tengo, tanto tiempo después.

En la ciudad en la que trabajo, el virus estuvo ausente mucho tiempo, en comparación al avance en el resto del país; no obstante, el primer caso se presentó en el territorio, quien además falleció por esta causa. Con el peligro ya instaurado, fue corto el lapso transcurrido antes de que mi teléfono suene en relación a la enfermedad; contesté y del otro lado de la línea era mi jefe, quién me dijo: *“Necesito que cubra un turno en el*

hospital ya que el personal que normalmente labora ahí está aislado”. El cumplimiento del deber estaba por sobre el miedo natural, con la diferencia que desde ese momento mi punto de vista sobre mis compañeros cambió, pues ya no serían tales solamente, sino también seres humanos que también se jugaban su vida, física y emocionalmente, por el bienestar colectivo. El recurrente tema de conversación, cuando se podía, era respecto al miedo de contagiarse y que sus familias se conviertan en víctimas del nuevo e incontrolable virus; de hecho, varios llorando comentaban que al llegar a casa lo primero que hacían era quitarse la ropa, ducharse, y luego proceder a tener lejano contacto con sus amados, y que resultaba muy duro no poder abrazar a sus hijos. Es que todos enfrentábamos de manera diferente a esta realidad: algunos, como yo, nos alejamos de la familia; otros encargaron a sus hijos en otro sitio, y así varias alternativas. ¡Era duro y triste!

Durante un feriado decidí regresar a mi ciudad natal. Le comenté a mi madre que estaba cerca, quien no dudó en decirme que pase por la casa para vernos luego de mucho tiempo y de inmediato la paradoja se puso en funcionamiento: en nombre del amor, visitarlos o no hacerlo. Llegué a la puerta del hogar y volví a dudar, mientras que ella con un tono muy dulce me decía: *“Entra hija, no pasa nada”*. Elegí entrar, llena de nervios, mientras mi corazón saltaba de alegría por estar allí, lo que me provocó una mezcla de sentimientos tan profunda, que no sabía si reír o llorar. Ellos estaban bien, aplicaban las medidas de bioseguridad, y eso me dio un toque de tranquilidad, dentro de lo que cabía. Horas más tarde emprendí el camino de regreso, pues era momento de volver a trabajar, nos despedimos confiando en que pronto nos volveríamos a ver sanos y salvos. Le pedí a Dios que no se contagien, ni por mi reciente presencia, como tampoco por ninguna otra vía.

Cada vez estaba más cerca; de hecho, me correspondió establecer el cerco epidemiológico de un paciente, mediante visita domiciliaria, situación que me asustó, pero no tenía la posibilidad de no acudir. En ese hogar, lo más duro fue comentarles a los familiares que su ser querido estaba contagiado, quienes de inmediato se preocuparon y el llanto apareció en sus rostros, mientras a mí la garganta se me hacía un nudo en pos de seguir adelante con lo establecido. Respiré profundo, luego de ponerme en sus zapatos, y les dije que me correspondía valorarlos. En realidad, presentaban sintomatología relacionada por haber estado en contacto, situación que se confirmó mediante la aplicación de pruebas rápidas, que arrojaron resultado positivo. Les entregué las indicaciones correspondientes, y me retiré del lugar.

El punto crítico llegó al día siguiente, para variar, luego de otra llamada telefónica para cubrir un turno. La diferencia es que en esta ocasión me tocaría hacerlo en el área Covid, situación que era nueva para mí ya

que no se había presentado antes la posibilidad de hacerlo. Fue el momento de más miedo en mi vida, y no por temor a contagiarme, puesto que usaba el equipo de protección personal, sino por no saber cómo proceder con ellos. “*Dios ayúdame para que no se compliquen*” exclamé al momento de empezar el turno, y de la mano de mis colegas supe llevar la situación y ayudar, que es lo que me importaba.

Nos tocó una época difícil, en la que escuché de los pacientes, en más de una ocasión, una diversidad de comentarios respecto a lo que vivíamos; sin embargo, la otra gran interrogante era *¿Habrá solución algún día?* La esperanza de que se desarrolle una vacuna era el factor común como resultado de las conversaciones con ellos, pues ya fue suficientemente duro vivir una experiencia llena de aprensión, pesadillas, sueños rotos y familias destruidas.

Pasarán meses todavía, durante el año 2021, como para que el final esperado se haga realidad. Mientras tanto, hay que seguir en la lucha, día a día sin bajar la guardia, aplicando las medidas de seguridad y siendo responsables. Quizás esto sea lo más difícil, como sociedad, cuando otro tipo de urgencias están en juego.

UN ENEMIGO POCO CONOCIDO



**Por: Md. Byron Xavier
Pacheco Llivisaca**

Todo empezó a fin del 2019, muy lejos de este territorio, ante la aparición de una nueva enfermedad, causada por un virus desconocido que causaba muchas muertes. Lo poco que se conocía sobre esta patología era lo que reportaban los medios de comunicación y los escasos artículos científicos relacionados con el tema. El panorama era incierto, el miedo crecía y el escenario mundial sucumbía ante este agente que luego fue identificado como una nueva variedad de coronavirus, bautizado como Sars-Cov-2 cuya enfermedad se identificó como Covid-19.

Nos confiamos respecto a su llegada al continente, en primera instancia, al país en segunda, dado que la hecatombe sucedía al otro lado del mundo. Sin embargo, de manera agresiva y veloz se expandió al resto del planeta y por supuesto llegó a Ecuador, de la mano del “Paciente Cero”. A partir de ese momento, era cuestión de esperar a que lleguen a los hospitales los primeros pacientes contagiados. Fue inmediato.

Actuábamos de acuerdo a las necesidades de cada paciente y según las recomendaciones realizadas por médicos que se encontraban un paso adelante en la lucha contra esta enfermedad. Al inicio contábamos con protocolos para el tratamiento basados en ensayos clínicos sin resultados confiables, situación que derivó en que la mortalidad sea muy alta en las primeras semanas. Recuerdo la frustración de todo el equipo, médicos tratantes, residentes y enfermería, quienes entregábamos el mayor esfuerzo, pero las muertes no dejaban de suceder.

Fuera del hospital la situación era peor. Los casos confirmados aumentaron de una manera acelerada y todos quienes conformamos el personal de salud, recorrimos la senda del temor ante la posibilidad de contagiarnos y transmitirlo a nuestras familias. En mi caso, con miembros que pertenecen a grupos vulnerables, en los que este virus causaba mayor mortalidad, lo que me llevó a tomar la decisión de confinarme fuera de casa.

Aún recuerdo haber llegado de manera apresurada a casa, luego de un turno, y mi mamá me esperaba con el desayuno listo como fuente de

recarga de energía, previo al descanso; sin embargo, ella no se imaginaba que en aquella ocasión yo ya no podría sentarme a compartir la mesa. Temeroso y a distancia le expliqué que me iría a otro lugar con el fin de cuidarlos; un momento duro cuyas lágrimas significaron mucho dolor para mí. No obstante, me motivó a dar lo mejor de mí para contribuir con la causa de que menos familias sean las que se separen. De hecho, pensé que mi exilio no superaría el mes, pero al momento de escribir estas líneas, ya han pasado siete... añoro el cálido abrazo de mis padres.

En el hospital, es fundamental controlar las emociones para enfrentar los turnos de mejor manera, al tiempo de adquirir el hábito correspondiente al uso del equipo de protección personal, que también se transformó en una barrera para la relación médico-paciente. Mantener la calidez del servicio, la comunicación clara así como la empatía con los usuarios y sus familias, se transformó en un reto tras las nuevas prendas de vestir.

Pero el tiempo no se detiene, y había que cumplir turno tras turno en terapia intensiva, mientras más información fue revelándose en torno al virus, que tras varios meses no ha dejado de sorprender, en cuanto a su funcionamiento, mutaciones y efectos secundarios. Por las camas del hospital han pasado centenas de pacientes, cada uno con una historia diferente; recuerdo aquel abuelito que se quedó en casa por miedo a contagiarse, pero la visita de un familiar le terminó quitando la vida; o la de aquel joven que pensó que por su edad el virus no lo afectaría gravemente y terminó en un ventilador mecánico, hasta que no resistió más.

En las áreas críticas vivimos en constantes batallas contra las enfermedades; de éstas, unas se ganan y otras se pierden, pero hemos hecho todo lo humanamente posible con absoluta entrega, mucha fuerza e insuperable pasión con el objetivo de ganar la mayoría. Todos quienes hemos participado de esta guerra estamos en constante aprendizaje, actualizando conocimientos y mejorando el tratamiento día a tras día, superando el cansancio físico y mental que la situación ha traído de la mano. El afán por volver a juntar a los pacientes con sus familias es el combustible para continuar.

Perdí la cuenta de personas que llegaron al servicio, en el que la ocupación de las camas fue, y sin variar mientras escribo estas líneas, del cien por ciento y la rotación es instantánea, motivo por el que se acondicionó una sala de Unidad de Cuidados Intensivos UCI adicional, que se llenó en cuestión de horas. Se repitió el proceso, para una tercera adecuación, y el resultado fue el mismo. Insuficiente capacidad pese a todas las decisiones tomadas para recibir a la mayor cantidad posible de usuarios.

Además, y no sólo en mi caso sino en el de varios colegas también, es que el temor más grande se hizo realidad, pues el virus llegó a nuestras

familias. Recuerdo esa noche en la que sonó el teléfono, con uno de mis primos del otro lado de la línea, preguntándome sobre qué medicación le podría dar a su padre, mi tío, dada la presencia de una intensa cefalea que ya llevaba algunos días. Buscando las palabras adecuadas para con-testarle, sugerí que se le realice la prueba PCR para descartar Covid-19 y así tratar de la manera que corresponda. Cerré la llamada y el miedo recorrió todo mi ser.

Al día siguiente el resultado arrojó positivo para coronavirus. De inmediato prosiguió el aislamiento en su domicilio, pero los síntomas más graves no tardaron en aparecer, razón suficiente por la que debía ser trasladado al hospital; sin embargo, se negó a ello. En consecuencia, dentro de lo posible, adecué su dormitorio como la habitación de una casa de salud para que reciba la mejor atención. No obstante, la condición clínica no mejoraba.

Cuando no estaba de turno, lo acompañaba, vigilando su evolución y atento a cualquier descompensación. Fueron días muy largos, cansados, casi interminables. Lo bueno es que tres semanas después de la confirmación, la evolución fue favorable, ya no necesitó oxígeno suplementario y de a poco fue retomando sus actividades. El momento cumbre fue cuando por fin, libre de todo, pudo reunirse con su madre, mi abuela, quien al verlo llegar se puso a llorar de alegría; de amor. En ese instante supe que el esfuerzo y las noches sin dormir valieron la pena. Esta vivencia personal me permitió imaginar la historia de las muchas familias que se pudieron reencontrar con sus seres queridos luego de haber sido afectados por esta enfermedad, lo que también me sirvió de impulso para seguir adelante, como otra fuente de energía.

Desconocíamos su fuerza, al igual que no existe fecha en la que esta crisis sanitaria termine. ¿Será 2021?, ¿2022? Es imposible determinarlo. Lo cierto, es que junto a los colegas del mundo entero, estaremos en pie de lucha hasta que el último paciente la haya superado.

TRATAMIENTO ANCESTRAL DEL CORONAVIRUS



Por: Md. Daniel Carrera V.

A mitad del año 2020 trabajaba en una de las comunidades de la selva amazónica ecuatoriana. Sí, en ese lugar, hubo un brote de Covid-19, allá tan lejos, situación que no pensé que podría suceder; no obstante, la gran movilidad de los pueblos del sector favoreció la propagación y el hallazgo del primer caso importado desde otra provincia del territorio nacional.

Con este antecedente, relato la historia de Esteban, adulto mayor de ochenta y siete años, sin comorbilidades, nativo del lugar, motivo por el que sus familiares colaboraban con la traducción entre nosotros y él. Era un lunes en el que los nombrados se acercaron al centro de salud a comunicarnos al equipo de atención que el hombre no comía hace dos días, se cansaba con facilidad al realizar sus actividades cotidianas, como ir al río a tomar una ducha. Además, presentaba tos seca, alza térmica, malestar general y cefalea, situación que era ratificada por sus signos vitales, como por ejemplo, saturación de oxígeno del ochenta por ciento, entre otros.

Por su condición, decidimos que lo más adecuado era la referencia a un hospital de mayor nivel de atención para que reciba el tratamiento oportuno, pero dado el contexto sociocultural de la familia, sus hijos consideraron que lo mejor para su padre era quedarse en casa acompañado de los seres queridos, con el cuidado médico, pero complementado por un tratamiento natural, dada su milenaria tradición. Basados en la ética profesional, respetamos su decisión para trabajar en conjunto.

Responsables de su salud, realizamos visitas domiciliarias cada día para evaluar su estado y los pasos a seguir. Al principio, corroboramos que sus signos vitales habían empeorado, dado que dormía en una hamaca junto a un fogón, situación que obviamente complicaba la sintomatología respiratoria, por lo que solicitamos que reconsideren la opción de trasladarlo al hospital. Otra vez la respuesta fue negativa, además de la notificación sobre un nuevo tratamiento ancestral que le iban a aplicar.

¡Y vaya sorpresa! Pocos días después de la administración del nuevo procedimiento, sus signos vitales evidenciaban una milagrosa recuperación, con saturación de oxígeno al ochenta y nueve por ciento y fre-

cuencia cardíaca de ochenta latidos por minutos, para nombrar un par. En la auscultación presentaba murmullo vesicular ligeramente disminuido en ambos campos pulmonares acompañado de ligeros estertores bilaterales sin tiraje intercostal. ¡Nos costaba creerlo pero era real!

Por la impresionante recuperación del hombre, preguntamos a la comunidad en qué consistía dicho tratamiento. Celosos de su conocimiento, pero de manera educada, la respuesta que nos entregaron fue “*jarabe natural de una mezcla de plantas*”, basado en una de ellas que se puede encontrar en un sector que conocen como “*La Apestosa*”. De hecho, les dieron a todos quienes presentaron similar sintomatología respiratoria, repitiéndose los resultados como sucedió con Esteban. Al cabo de pocas semanas después, aquel anciano había retomado su vida normal, la vitalidad que lo caracterizaba, asintomático por completo y sin secuelas de la enfermedad.

Es por ello que, desde ese momento mi perspectiva sobre los tratamientos ancestrales o naturales es diferente. En lo personal, no tenía fe en dichas terapias, pero vivir la experiencia de su mejoría como testigo presencial de lo ocurrido, ha generado en mí un cambio de postura ante la medicina ancestral. En la actualidad, recomiendo como terapia complementaria el uso de medicina natural en los pacientes que me preguntan por ella, y con este relato quiero sembrar en cada uno de los lectores esa curiosidad por estas alternativas.

Si en algún momento un paciente, familiar o colega les menciona el uso de esta clase de terapias para el alivio de alguna patología en particular, denle una oportunidad, ya que al final nuestro objetivo como médicos es buscar el bienestar de los pacientes, y si contribuye para el efecto, bienvenido sea.

REMEMBRANZAS DE UN ENCIERRO INEVITABLE



**Por: Md. Kristopher Alexander
Santo Cepeda**

“Quien olvida su historia está condenado a repetirla”

Marco Tulio Cicerón

Era el inicio de un nuevo año, el famoso 2020, por la repetición de sus números y la mezcla de sentimientos y emociones por empezar una nueva etapa profesional estaba a flor de piel: metas, aspiraciones, y objetivos se forjaban en mi vida. En contraste, a nivel mundial retumbaba una noticia que provocaba estruendo en todas las latitudes, por lo que estaba provocando. Resultaba paradójico pensar que el modo de vida conocido hasta aquel momento no se vería perturbado por la enfermedad que había surgido en un lugar tan lejano y desconocido para muchos.

El sabernos tan apartados del lugar donde se desataba algo inimaginable, se reflejaba en cierta seguridad cotidiana, en cuanto a la costumbre, así como sensación de protección dada la lejanía, la cual fue interpretada como un problema local. Sin embargo, pocos días pasaron para entender que la dimensión sería descomunal y que trascendería fronteras, pues las alarmas sanitarias en otras locaciones también se encendieron. Estábamos frente a algo inusual e inesperado.

De golpe, los gobiernos empezaron a preparar acciones de prevención ante algo desconocido, pues su reciente y veloz aparición tomó por sorpresa a todos, sin excepción. El Covid-19, por el año de su descubrimiento, puso al mundo de cabeza y los únicos procesos efectivos a seguir correspondieron a sencillas medidas de protección, con énfasis en la higiene respiratoria y de manos. Quizá por la simplicidad de éstas es que muchos le restaban importancia y credibilidad.

¿Cómo no darle el lugar que se merecía si tanto el contagio como sus consecuencias eran evidentes? Era cuestión de tiempo para su presencia en el país, y sucedió más rápido de lo esperado. Con el primer caso, tanto el pánico como la preocupación colectiva se transformaron en los ingredientes cotidianos de la convivencia social, puesto que el miedo y el desconocimiento de saber cómo enfrentarlo eran el combustible que mantenía encendida la llama de la ansiedad.

Era devastador evidenciar sus primeros efectos en Ecuador dado el veloz incremento de los contagios, las noticias desalentadoras y las cifras de fallecidos; desmoralizaba el trabajo que realizábamos en territorio. Las acciones incesantes no detenían el curso del contagio, puesto que varios compatriotas se negaban a mantener las medidas de aislamiento, puesto que la necesidad y el hambre eran tan o más fuertes que la nueva enfermedad.

Se pensaba que llevaría poco tiempo y que en cuestión de un par de meses todo el problema estaría resuelto. No obstante, eran tan complicado el panorama que las únicas acciones firmes que podían implementarse, sucedieron: confinamiento, toque de queda, y estado de emergencia sanitaria, para los temas legales que empezaron a regir la nueva realidad. Calles desiertas, tiempo sin visitar a los seres queridos y a los amigos, teletrabajo, al son del uso de la mascarilla y el constante lavado de manos y desinfección de absolutamente todo. Bastaba un segundo de descuido para que el entorno familiar se destruyera, como pasó en muchísimos casos; inclusive, dentro del personal de salud que se encontraba atendiendo en primera línea dada la exposición constante en largos turnos de trabajo. Varios fallecieron ejerciendo la profesión.

Y también hubo otro gran problema: la desinformación que circulaba en todos los medios, tradicionales y digitales, que llevó a mucha gente a utilizar alternativas terapéuticas, tanto preventivas como curativas, basadas en supuestos sin ninguna evidencia científica. La automedicación se sumó al día a día, de la mano de sustancias que no son hechas para el consumo humano, por sí mismas. Como consecuencia de esta práctica *“porque a la hija del amigo de un vecino le hizo bien”* las cifras de pacientes hospitalizados y fallecidos también aumentaron. Igual pasó con el uso indiscriminado de antibióticos no prescritos; como siempre, los dos lados de la moneda.

La afectación emocional y psicológica del aislamiento causaba inestabilidad en la población, repercutiendo también de manera grave en su salud, tanto que hubo varios fallecimientos con problemas cardíacos, quizá relacionados con las profundas crisis de estrés que hubo que atravesar.

De vuelta al Covid-19, uno de sus grandes fenómenos correspondió a la gran cantidad de casos identificados, quienes cursaban el proceso viral de manera asintomática, sin presentar una sola evidencia de estar contagiados, quienes se convirtieron en agentes de contagio sin saberlo. En cambio en otros, la sintomatología fue leve o moderada entonces se los pudo tratar en el domicilio. Esta situación, puso de manifiesto otro inconveniente: La estigmatización a la que fueron sometidos, en cada uno de estos casos, siendo señalados y juzgados como responsables de la transmisión del virus. Por eso es que la mascarilla era la única he-

rramienta defensiva; sin embargo, ese conocimiento no fue suficiente, y persistieron las acciones de rechazo y hostilidad en contra de las personas diagnosticadas.

Reconozco que la lucha no fue únicamente en contra de una enfermedad, sino también contra la ideología, proceder y acciones de la población, quienes se empeñaron por conocer nombres y direcciones de los casos identificados, con la finalidad de evitar todo tipo de acercamiento hacia ellos o sus familiares. Nos mantuvimos firmes en la confidencialidad, que era nuestro amparo ante las autoridades que exigían información detallada. Velar no solo por la salud física de la persona sino también por su bienestar psicológico y mental, era nuestro mayor compromiso.

Como personal de salud representábamos la fortaleza más importante para detener y combatir el virus, pues nos preparábamos para luchar con cada persona que presentaba síntomas, con el fin de derrotar a este enemigo biológico, microscópico, al que los medicamentos conocidos poco afectaban. Para este acompañamiento, la armadura consistía en overol, mascarilla con filtro en lo posible, ya que también escaseaban ante la alta demanda, visor y guantes, quedando cubiertos de pies a cabeza. Era un holocausto que estábamos dispuestos a padecer, puesto que las altas temperaturas, la sofocación y el sudor que el atuendo provocaba, se convertían en incomodidad al momento de cumplir con el ejercicio de la profesión. ¡Era una odisea!

Era así como nos preparábamos para hacerle frente, en cada punto de control que revisábamos, en las visitas domiciliarias de seguimiento, así como en el área de triaje respiratorio en el servicio de emergencia. Ni qué decir, en lo doloroso que era, al responder un llamado telefónico que reportaba el fallecimiento de alguien en su casa y había que acudir a verificar el deceso y confirmar o desmentir si el Covid-19 fue la causa de tan duro desenlace. En cualquier caso debíamos velar porque se realizara la inhumación a la brevedad posible.

Era imposible abstraerse de la angustia que sentían las personas a las que brindábamos atención médica, y con la nueva vestimenta nos era imposible transmitirles confianza, tranquilidad y seguridad, elementos básicos de la relación entre médico y paciente desde tiempos inmemorables. En su defecto, se sentía como una muralla que nos separaba de alguien con una enfermedad similar a la lepra, o a algo más devastador como el ébola. Lo importante es que nuestro valor, en medio de esta situación, infundía esperanza en todo aquel que examinábamos. Paso a paso la seguridad fue ganando terreno al familiarizarnos con el comportamiento del virus, lo que de alguna arriesgada manera, permitió ver más de nosotros sin desestimar las medidas de bioseguridad; por lo tanto, se alivió el peso físico, emocional y psicológico que nos embargaba.

Fueron reiteradas ocasiones en las que mi mente me jugaba una mala pasada; lo atribuyo a la duda que tenía sobre si usaba correctamente las prendas, o si me las retiraba de forma adecuada, lo más cauteloso posible. Esa sensación era perturbadora en todo momento, mucho más luego de cada visita a algún paciente, lo que me llevó a acostumbrarme a contar los días que podía pasar asintomático desde ese momento; y, ante cualquier molestia, relacionaba a mi descuido con un posible contagio. Imposible olvidar las veces que mis compañeros de trabajo tuvieron que ser aislados, ante la posibilidad, y peor aún con quienes fueron diagnosticados positivos. El día a día era muy difícil entre el trabajo y la casa, motivo por el que me aislé de mis seres queridos.

Si bien es cierto que para todos nosotros lo acontecido era nuevo, insólito y desconocido, en la historia del mundo no es la primera vez que la humanidad se enfrenta a un acontecimiento de esta magnitud, siendo el más reciente, un siglo atrás, "*La Gripe Española*". Pese al avance de la tecnología y la medicina, el paso del Covid-19 se ha parecido al del último evento nombrado, cobrando vidas en grandes cantidades.

La ciencia evoluciona, la naturaleza lo hace más rápido, por sus características adaptativas a un entorno transformado; por lo tanto, es irrazonable creer que en el futuro no existan más pandemias. ¡Sin duda alguna sucederá!. Lo importante será que todas las lecciones que el Sars—Cov-2 ha dejado, se aprendan de verdad por la población para que en una próxima los efectos sean menores a los vividos durante toda la crisis sanitaria; de lo contrario, la historia se repetirá. Al momento de escribir estas líneas, las diferentes vacunas están en fase final de desarrollo y próxima aprobación, pese a la velocidad con la que se han desarrollado, respecto a los procesos establecidos para tal efecto. De cualquier manera, estoy seguro de que saldremos victoriosos.

Para finalizar, lo más importante que me ha dejado el crítico 2020, es el aprendizaje recibido de cada uno de los pacientes que he atendido, cumpliendo con mi vocación de servir a la gente; en consecuencia, me queda claro que el paciente necesita motivación siempre, el estrés mata más que una dolencia, las medidas de protección, y la prevención, son las armas más importantes para combatir a las enfermedades; y, lavarse las manos salva la vida.

También conocí a una mujer maravillosa, quien se ha convertido en lo más apreciado en mi vida, quien me dio el valor para escribir estas líneas y plasmar mis vivencias. A Dios agradezco por poner a mi lado a tan inigualable y valiente ser humano.

PANDEMIA, SALUD EN ALERTA



Por: Doménica Campoverde V.

Llegó el 2020 y estaba convencida de que éste sería mi año; me había planteado proyectos, metas, objetivos, consciente de que no sería fácil pero que lo lograría porque la motivación era más fuerte. Mientras empezaba a dar los primeros pasos para lograrlo, ya escuchaba en los noticieros sobre un nuevo virus que afectaba a la gente del viejo continente. ¡Qué lejos se sentía para mí en ese momento! pero tan cerca estuve de vivirlo.

Y así comienza esta historia, en los primeros meses del año, momento en que la gente salía a trabajar a paso acelerado, visitaba a la familia, conversaba con los vecinos, observaba a los niños en el parque, viajaba con libertad y respiraba aire fresco. Nunca imaginamos que esas actividades, por banales y rutinarias que parezcan, eran una muestra de lo felices y afortunados que éramos.

Un día de ellos, en la radio conversaban sobre una alarma que comprometía a todo el país, al tiempo que el gobierno comunicaba que el virus había arribado a la costa ecuatoriana y que, ante la imposibilidad de controlar su expansión, lo único que podía salvarnos era quedarnos en casa, confinados, además de la estricta aplicación de medidas higiénicas como lavado de manos, por ejemplo. Otra de las cosas rutinarias que son fundamentales y que sirve para prevenir cualquier enfermedad. El mundo se convirtió en un desierto, los seres humanos despoblaron sus selvas de concreto y asfalto, mientras a la par, la madre naturaleza respiraba; una realidad que costaba creer y nos cegaba las realidades instantáneas de varias personas en aquel tiempo.

Por otro lado, alrededor de hospitales y clínicas, ríos de gente pedían auxilio porque sus seres queridos o ellos mismos inclusive, al estar contagiados y luchando palmo a palmo contra la muerte y la desesperación; mientras que adentro de aquellos lugares, quienes estudiaron tantos años de medicina, trabajando sin descanso ni comida, se sentían impotentes al no saber cómo ayudar a todos, ante un virus agresivo, desconocido, sin evidencia clínica para combatirlo, etc.

De hecho, a diario se reducían las áreas hospitalarias y se tenía que improvisar espacios no aptos, para la lucha contra el Covid-19, con el fin de con el más grande objetivo: salvar vidas.

No tuve la oportunidad de estar desde el inicio de la pandemia en la atención a la gente, y me dolía ver cómo varios compatriotas, compañeros, vecinos, amigos, fallecían por esta causa. ¡El planeta lo estaba sintiendo! Así, cuando recibí la llamada de una casa de salud, no dudé en armar mis maletas y viajar a ese lugar para aportar con mi granito de arena, por difícil que fuese el traslado, dado que me quedaba a dos horas de casa, en otra ciudad y provincia, pero no podía ni quería permanecer más en casa, el deber me llamaba. ¿Miedo? Claro que lo sentía en mi corazón, no obstante, las ganas de apoyar a los compañeros médicos y enfermeras que necesitaban de nuevas manos era más fuerte, así que armada de valor, la decisión estaba tomada.

Me despedí de mamá con lágrimas en los ojos por dejarla, pero su bendición me dio la fortaleza para emprender este reto en el que el camino y la vida me pusieron. No solo fue difícil llegar a la gran ciudad por la falta de transporte, sino también por el alojamiento, dado que no muchos se arriesgaban a arrendar o dar posada a médicos, pensando que seríamos portadores del virus y en consecuencia fuentes de contagio. ¡Sí!, sentí impotencia, pues llegué a la ciudad sola, con el firme compromiso de contribuir con la población, pese a las dificultades descritas. Con el pasar de los días encontré la que sería mi casa, y para adelante.

Estar sola, en circunstancias tan adversas, se tradujo en que el encierro era la única alternativa; por lo tanto, el tiempo se tornaba eterno entre cuatro paredes, extrañando a mis padres y familia, con la soledad como compañera. Todo era complicado, pero la salud de la familia estaba primero, ante la posibilidad de contagiarme y transmitírselo. Sí, la ansiedad también apareció como consecuencia.

Al no tener movilización propia, el traslado al hospital me tomaba entre veinte y treinta minutos de caminata desde mi casa. En el recorrido las calles estaban desoladas, frías, vacías, con negocios cerrados y silencio; parecía abandonada y triste, diferente a su acostumbrado movimiento cotidiano que solía empezar temprano en la madrugada. En mi caso, aclaro que no me correspondía trabajar en la Unidad de Cuidados Intensivos, no tuve la oportunidad cara a cara de vivir la gravedad y desenlace de pacientes en estado más avanzados de la enfermedad o por el contrario, sentir la inmensa felicidad de la evolución favorable de los sobrevivientes que salían ya recuperados del área Covid; sin embargo, sé que existirán muchas historias contadas sobre aquellos valientes guerreros que estuvieron frente a esta dura labor, por esta razón creí conveniente relatar mi propia experiencia como médico de un hospital en medio de la pandemia, desde otro servicio, la emergencia, una área tan

importante y siendo ésta, el primer filtro de atención de primera línea, donde uno se tenía que tomar decisiones tan radicales sobre todo para estabilizar y salvaguardar la vida de las personas.

Más de una vez en el cambio de turno, vi a mis compañeros salir desgastados tanto física como emocionalmente, con rostros lastimados, pronunciadas ojeras, pálidos pero satisfechos por el deber cumplido, pues a pesar del trajín cada día era una nueva oportunidad de vida y de darlo todo, por más de veinticuatro horas, hasta el siguiente turno.

El protocolo a cumplir era estricto, pues teníamos que utilizar trajes desechables con doble protección, para entrar en acción. Fueron largas horas frente a pacientes, a veces sin almorzar o cenar, lo que me llevó a enfermarme en algunas ocasiones, y lo peor no era la dolencia física sino la emocional, ya que en emergencia se ve un sinnúmero de enfermedades polivalentes que a ciencia cierta, es difícil predecir si están relacionadas o no con el nuevo coronavirus, o si lo enmascaraban, lo que sí generaba un interminable conflicto mental respecto a la posibilidad de contagio, puesto que hay varios síntomas que no están ligados con la dificultad respiratoria, inclusive siendo hallazgos en pacientes asintomáticos. Claro que sentía miedo enfrentándome a lo desconocido, pero este es el trabajo elegido y había que cumplirlo con responsabilidad.

La angustia era, y sigue siendo, grande para los que trabajamos en primera línea, dada la agresividad del virus, especialmente para adultos mayores, que no significa que no afecte a otros rangos etarios. Ya ha afectado a jóvenes, a personas de mi edad, lo que me hace pensar qué tan violento es este padecimiento, en qué fallamos al tratar, porque cada quien reacciona diferente frente a la enfermedad. Aún queda mucho por aprender, de la mano de las investigaciones que están en desarrollo, así como de la experiencia cotidiana.

¿Cuándo terminará? No existe un pronóstico cierto, y cualquier predicción resulta infructuosa porque hay muchos factores en juego, empezando por la propia responsabilidad de la gente sobre no relajarse. ¿Hay esperanza?, ¿Algún momento superaremos esta calamidad?, ¿Venceremos la ansiedad? ¿Será que algún día iremos a trabajar sin el miedo de contagiarnos en el ejercicio profesional? Problemas como la falta de sueño ha sido una constante en este tiempo, no me imagino a aquellos compañeros que están dentro de la unidad de cuidados intensivos o que trabajan directamente en salas de hospitalización con pacientes Covid-19, realizando maniobras invasivas para preservar la vida de la gente, que a lo mejor es un familiar, un amigo, un vecino o un conocido de alguien y que al fallecer crearán heridas duras de cerrar, dejarán almas desechas inmersas de lágrimas y recuerdos.

Quiero extender mis respetos todos quienes día a día luchan de frente contra la pandemia, en cualquier área que se encuentren, haciendo hartos sacrificios de todo tipo. Es digno de admirar el cumplimiento de esta gran labor en una profesión tan linda como la medicina; además sé que somos afortunados, pues no habrá otra pandemia como esta, respecto al aprendizaje que nos está entregando en cada momento, por duro que sea, y al crecimiento tanto personal como profesional. Un honor que mis palabras se impriman en esta publicación, y que además quedará en la historia para contar a nuestros descendientes de todo lo que tuvimos que pasar y cómo logramos sobrevivir, y de eso estoy segura.

PEDACITO DE CIELO



**Por: Md. Álvaro Fernando
Villarruel Andrade**

Me llamo “Mercedes”, tengo veintiséis años y estoy titulada como médico general. La historia que viene a continuación se desarrolló en los días que realizaba consultas del tipo rural, a mediados del año 2020

En la sala de revisión esperaba al primer paciente del día, quien no tardó en llegar y se presentó tocando la puerta tres veces. Le pedí que ingrese y si bien parecía tranquilo, en su mirada noté cierto nerviosismo; de origen humilde él, y muy trabajador, llevaba una mascarilla roja manchada y un poco vieja. Comencé por tomar sus datos para la historia clínica y así proseguir con la evaluación.

“Miguel” con sesenta años edad prefería que le digan “Migue”, trabaja como albañil y es el sostén de su nieta, quien es su única familia, puesto que su hija murió en el parto y su esposa falleció hace un año atrás a causa de aterosclerosis, así que cría a la niña como que fuera su hija, situación que me provocó ternura y tristeza, a la vez. Sin embargo, me alegró escucharle decirme que se siente orgulloso de ella ya que es una jovencita muy aplicada, inteligente, y obtuvo sin problema un cupo en la universidad para estudiar arquitectura. Lo felicité por ello.

Ya en la revisión, constaté que la saturación de oxígeno era normal, más allá de una leve taquipnea, traducida en dificultad respiratoria, lo que me puso sobre alerta ante la coyuntura, y lo único que venía a mi mente era un nuevo caso de Covid-19, Él no podía creerlo, dado que mencionó que ha cumplido todo el tiempo con las medidas de bioseguridad, motivo por el que lo calmé y le comenté el procedimiento que debería cumplir en adelante, hasta que lleguen los resultados de las pruebas a las que sería sometido. De inmediato comuniqué a mi superior para realizarle la prueba de hisopado nasofaríngeo para salir de dudas, o confirmar el diagnóstico. Está claro que es una prueba incómoda, la misma que le produjo dolor e incomodidad, frunciendo el ceño mientras se ejecutaba la misma.

Tomada la muestra, fue enviada al laboratorio y se retiró a casa. El resto de la jornada transcurrió entre pacientes con leves dolencias, ninguno relativo a coronavirus. Sin embargo, su caso se quedó presente en mi mente.

Tres días después los resultados llegaron, entre ellos el de Miguel, confirmando su estatus positivo. Sin que pase más tiempo, me dirigí a su domicilio con el objetivo de comunicarle la noticia, verificar su estado de salud y ponerlos en cuarentena, porque lo más probable es que su nieta también estuviera enferma. Al llegar conocí a “Sol”, quien me informó que su abuelo no estaba en casa y, peor aún, que hace dos días no ha regresado desde su trabajo, preguntándome si yo conocía su paradero, puesto que no es común en él ese comportamiento de desaparecer sin comunicar al respecto. *“Es lo único que me queda”* me dijo llorando. Le contesté que no conocía al respecto y procedí a comentarle la noticia del contagio.

Quedé impactada por tal acontecimiento. Por teléfono notifiqué al líder de mi Unidad la desaparición de Miguel, motivo suficiente para armar un equipo de búsqueda para localizarlo. Con apuro me despedí de Sol, entregándole palabras de aliento, diciéndole que todo estaría bien, y que debía cumplir estricta cuarentena por el contacto con su abuelo. *“Confía en nosotros, lo encontraremos”* afirmé, y me fui.

En la mañana siguiente me dediqué a buscarlo, quería encontrarlo pues es un caso positivo para SARS-CoV-2, con todas las implicaciones que conlleva. Además, en casa su nieta lo esperaba ansiosa, y necesitábamos iniciar de urgencia el tratamiento con medicamentos disponibles en ese momento para aliviar su sintomatología y evitar que se agravara, pues su edad era otro elemento importante en el cuadro, y es sabido que los adultos mayores son propensos a desarrollar formas graves de esta enfermedad.

Al atardecer del mismo día cuando la esperanza flaqueaba, apareció. Pasaba frente a un parque de poca concurrencia y a la distancia alcancé a divisar la mascarilla roja con tonos oscuros por la suciedad; se encontraba recostado en una de las bancas, débil, con síntomas profundos, críticos, deterioro de su estado general y la ya nombrada insuficiencia respiratoria. Me acerqué, lo desperté, y con dificultad al abrir sus ojos, me reconoció. Llamé al 911 y a mi unidad de salud para informar sobre lo sucedido y solicitar una ambulancia, la misma que, menos mal, no tardó en llegar para trasladar a Don Miguel quien fue directo a terapia intensiva del hospital. Sol llegó minutos después, confirmado su resultado negativo post hisopado, culpándose de haberlo dejado salir.

En la conversación con ella, me contó que Migue le había dejado una nota que decía lo siguiente: *‘Hija quizás no me perdones por lo que voy a hacer, pero Tú eres el mayor regalo de mi mundo y no deseo contagiarte’*. ¿A qué niveles de angustia, desesperación o depresión, puede llegar un ser humano al recibir esta noticia? Me pregunté de manera reiterada, buscando una respuesta. Cuatro días más tarde, por mis colegas supe que él se había recuperado, pero debía mantenerse en el hospital varios días más o hasta que la situación lo permitiera.

Posterior al alta, me acerqué a su domicilio para realizar el respectivo seguimiento. Los encontré abrazados, llenos de cariño, derrochando amor. Don Miguel, en la emoción del momento, hizo una revelación que me dejó atónita: *“Lo único que quería era proteger a mi pedacito de cielo, puesto que cuando Usted me dijo que estaba contagiado y sin poder aislarme aquí mismo por ser una casa pequeña, decidí marcharme y salvarla”*.

Los tres nos fundimos en un mar de lágrimas de felicidad, un llanto incontenible. Antes de salir de la habitación, puesto que tenía visitas domiciliarias pendientes, Migue me agradeció infinitamente, ante lo cual le contesté felicitándolo por su solidaridad, pese a las circunstancias, dispuesto a sacrificarse para proteger a su adoración.

PUESTOS A PRUEBA.... LA VERDADERA VOCACIÓN



**Por: Md. Rossana M.
García Carrión**

A continuación, detallaré desde mi punto de vista y experiencias vividas, nuestro cambio rotundo de vida, desde aquel febrero de 2020 en que fue reportado el primer paciente con coronavirus en el Ecuador.

A inicio de año, salí de viaje, al exterior, ignorando lo que vendría. Seguía páginas de médicos españoles, los cuales suplicaban a la población que se mantenga en su hogar, encerrada, lo cual ya me provocaba susto, sin imaginar la magnitud de la desgracia que se aproximaba al país.

Retorné sin ninguna novedad, no necesité aislarme y tampoco presenté síntoma alguno, mientras que las imágenes del caos que se vivía en otros países mostraban que todo cambiaría. Mi corazón me decía que sería el fin de nuestra paz.

Estaba en el centro comercial al momento que se reportó el primer caso en el país. ¡Se congeló el tiempo! Sentí mi caminar más lento, los pasos muy pesados, meditando que no volvería a recorrer esos caminos en mucho tiempo, lo mismo que el parque donde entreno las mañanas, entre otros sitios. En mi creencia personal agradecí a Dios por su infinita bondad al otorgarme todo, especialmente al abrazar a mis padres muy fuerte, con lágrimas en los ojos, sin saber qué pasaría en el futuro. Creo que, en aquel entonces, se activó mi sexto sentido.

Cuando hablaba con mis compañeras, las alertaba, me exaltaba, y angustiada les decía que debíamos prepararnos de manera intelectual, que en Europa mueren a diario, que se pierden familias enteras. La respuesta recibida, palabras más, palabras menos, era: *“Estás mentalmente conmovida”*, tanto que inclusive me reportaron como alarmista ante las autoridades, lo que provocó un memorándum administrativo a mi nombre. ¡Qué indignación! Escogí el silencio y ver lo que sucedería y cómo se cumpliría todo lo que les dije. El tiempo me dio la razón.

Trabajo en un área de atención de primer nivel, y fui la primera en reportar un caso sospechoso, a partir de la paciente cero en la provincia, y se trataba de un miembro del personal de limpieza del hospital, mismo en el que teníamos en atención a la primera de las nombradas, quien supe-

raba los noventa años de edad. Le revise la orofaringe, portando como mi única protección una mascarilla quirúrgica, ya que aún no se establecían, en las unidades, los equipos de protección o estos no llegaban.

Sobre la marcha, le comenté a mi esposo. Al llegar a la casa luego de la jornada laboral, me pidió que no me baje del vehículo. Instantes después vi cómo salían de casa él y mi bebé, con maletas, con el único fin de salvaguardar sus vidas. Aquella noche lloré hasta el cansancio, volví a agradecer a Dios por la vida que me dio hasta ese día, he hice un pacto con Él, en medio de tanto dolor que sentía. Creí fielmente que *“ninguna plaga tocará mi morada”*. Y fue así como se inició nuestro viacrucis.

Amaneció, y esa sensación de soledad es indescriptible. Acudí al trabajo y las autoridades habían solicitado el listado de las personas vulnerables. Oh sorpresa, más de la mitad de los trabajadores del hospital tenían enfermedades crónicas. En consecuencia, al redistribuir a la gente para enfrentar la emergencia, no se podía sostener la atención en todos los servicios, motivo por el que se cerraron o conjugaron unidades, para solventar en algo el funcionamiento del lugar, ante la demanda del público. A los más jóvenes nos asignaron exclusivamente a las áreas de casos sospechosos respiratorios, área Covid-19.

Desesperada, escribí a la página del municipio de mi ciudad, pidiendo desde mi punto de vista, un lugar en el que se pueda aislar a los enfermos para que no retornen a sus casas y evitar el contagio a sus familiares, dado que es imposible saber a quiénes les iría bien, mal o peor. Dos meses después de la solicitud, el requerimiento fue escuchado y se anunció la apertura.

Los médicos de primer nivel éramos los llamados a ser el apoyo fundamental y todos debíamos rotar; sin embargo, al ser la menor de mis compañeras, me repitieron las rotaciones y los turnos. Vi mucho egoísmo y poca empatía, pues a ninguno le importaba el miedo, el cansancio, etc; lo único que les interesaba era salvarse, sin que importen los demás que estábamos hombro a hombro.

Mientras tanto, el proyecto de tener un lugar específico para aislamiento, no dio los resultados esperados. Impresionante logística, miles de dólares invertidos, pero sobraban espacios para enfermos. Tanto esfuerzo para atender a cuatro personas en un lugar que tenía capacidad para cincuenta, y evitar que el hospital colapse. El ecuatoriano no aprendió nada, pues prefería en su egoísmo, estar en casa junto a sus familiares, aunque se contaminen por alguno que esté enfermo.

Renunciar nunca fue una opción. Entre tantas historias de dolor que veía, pensaba: *“¿Y si me voy quién les ayuda?”* Oraba profundamente, pedía sabiduría al cielo para que me gué en los tratamientos, y su sabiduría me alcanzó, pues recibí muchos mensajes de agradecimientos de

los pacientes; palabras que alimentaban mi alma. Y sí, también la relación con el resto de compañeras se transformó para bien, con el transcurso de las interminables horas compartidas atendiendo a los usuarios. ¡Llegamos a conocernos muy bien! El corazón de todas se fue moldeando.

Los reportes de fallecimientos eran pan de todos los días, con niveles nunca antes vistos. De verdad creí que era el fin del mundo, así que me pregunté: “¿Si mañana fuera mi muerte, cómo viviría mi último día?” Pues, disfrutarlo al máximo, así que extendí tantos perdones por todas las ofensas realizadas, pedí salud por la salud de quienes no podía escribirles un mensaje de texto o llamarlos a decirles cuánto lo sentía. Entendí, de verdad, que cada día es una nueva oportunidad para hacerlo diferente, para bien.

En el devenir, me cuestioné tantas veces: “¿De qué sirven casa, carros, piscina, gimnasio, lujos, si mi hogar está incompleto con mi esposo e hijo lejos? Salvar la vida de mi bebé fue nuestra prioridad, y estuvimos separados cuatro meses. Con la firme creencia de que todo iría bien, pasé por la casa de mi hermana retirando a mi hijo, donde estuvo muy bien cuidado. Sí, yo era una perfecta extraña para él, pero los seres humanos somos adaptación pura y volvimos a ser el hogar feliz que siempre fuimos.

¿Qué aprendí? Que es trascendental ser buena persona y que la bondad es la virtud más importante del ser humano. Experimentar el sufrimiento ajeno nos hace más sensibles y despierta la compasión por ayudarlos; ya lo dijo alguna vez Martin Luther King: “No me preocupa tanto la gente mala, sino el espantoso silencio de la gente buena”.

Esto es lo que me motiva a seguir en la lucha, en la espera de que el milagro llegue a nuestras vidas, mientras ayudo a la gente y sigo en mi conversión a una mejor persona, sin perder la alegría, haciendo que lo positivo pese más que lo negativo, quejándome menos, ya que las circunstancias siguen siendo las mismas. Hoy entiendo aquella frase que dice que hay que hacer extraordinarias las pequeñas cosas ordinarias. Pues sí, la alegría es siempre una elección.

Claro que hay, y siempre habrá, días difíciles, sin embargo, gracias al virus aprendí a valorar la vida y comprendí que hoy estoy, quizás mañana sea sólo un recuerdo para la gente que me ama; por lo tanto, vivo como si hoy fuera mi último día en la Tierra.

UNA CARTA A MI PADRE



Por: Md. Rita Guanochanga

Por lo general los días de mi vida son difícil de describir, este relato es lento y doloroso, de hecho, no parto de un evento, pues el evento me encontró a mí, es más si entendiera lo que voy a escribir, no lo escribiría, pero intento con esto disminuir el dolor de lo vivido, en este año, el año que detuvo el tiempo!.

Me gradué de médico, y al poco tiempo realicé mi especialidad en Medicina Familiar y Comunitaria, hoy laboro en el sector público. Mi trabajo siempre ha sido fuente de fortaleza y humanidad, pues la asistencia en la atención primaria de salud, es lo más cercano que existe en la relación médico paciente, pues crea vínculos que nos llevan a ser más empáticos y solidarios.

Me casé, tengo 36 años y junto a mi esposo procreamos dos hijas hermosas, que son el pilar de todo lo que he hecho hasta hoy.

A principios de 2020 llegó el virus a nuestro país, y no tardó en diseminarse a las diferentes ciudades. Muchos pensaron que era algo pasajero, pero ha pasado ya mucho tiempo, y aún nos sigue haciendo daño. Aunque pocos nos conocen, los médicos familiares fuimos entes principales en la pandemia, llamados a realizar exámenes y seguimiento de pacientes Covid-19. La gran exposición fue el reto a vencer.

Recuerdo a los primeros casos: dos militares tan asustados como yo por esta situación. Aquel día no quería llegar a mi hogar, el temor se apoderó de mí tanto que, de regreso, lloré mucho, sintiéndome contaminada. “¿Cómo era posible llegar sin el virus?” pensaba. “¿Y si contagio a mi familia?” me repetía, pero no tenía opción.

Pasaron casi tres meses, y con ellos el mismo ritual de desinfección. Al llegar a casa, comentaba las novedades, siempre enfatizando en las medidas de bioseguridad y todo lo que implicaba el contagio, desde los síntomas leves hasta la unidad de cuidados intensivos, que en su mayoría terminaba en muerte. En lo posterior, el virus llegó a mi ciudad de origen; mi familia, amigos y conocidos, me llamaban por síntomas, así diagnosticué y traté a muchas personas; y a pesar que la atención no fue directa,

todas las personas que ayudé, salieron triunfantes de esta enfermedad, sanaron, ¡menos una!

Las jornadas de trabajo se hicieron interminables, matrices, informes, historias clínicas físicas y digitales, no había transporte, equipos de bioseguridad escasos, fueron momentos muy críticos. ¡Era tiempo de estrés al máximo!

A inicios de junio, presenté síntomas de COVID, sin embargo, asumí que fue un cuadro gripal muy fuerte, por el temporal. Los síntomas fueron fuertes, y no cedieron. El lunes me dirigí al trabajo, y a medio día empezó un dolor súbito de espalda y cadera, tan fuerte que lo comparo con el “dolor de parto”. ¡No podía caminar!. Una de mis compañeras médica me examinó y no encontró el punto de dolor, motivo por el que me tomé un analgésico y volví a casa. Al llegar me percaté que mi esposo tenía el mismo cuadro, lo evalué y al descartar otras patologías, empezamos el tratamiento para COVID, que hasta el momento se conocía.

Notifiqué al trabajo, y me autoaislé, busqué ayuda en otra casa de salud, pero se habían terminado las pruebas de hisopado, entonces me sugirieron seguir con el tratamiento iniciado, a pesar de la desaturación y afectación pulmonar que se encontró en el examen físico. Cumplido el décimo quinto día de mis síntomas, empeoraba, la saturación seguía bajando, fiebre, falta de aire, cefalea, pérdida del sentido del gusto, etc. ¿Qué más debía presentar para que me diagnosticaran Covid-19?, a buena hora mi esposo mejoraba, pero yo iba decayendo cada día. Fui citada de nuevo a la casa de salud, nueva valoración y aunque los resultados ya se veían alterados, me volvieron a enviar a casa. No dije nada, me sentía tan mal que sólo quería llegar y ver a los míos.

Al siguiente día -un sábado- amanecí descompensada, y la saturación de oxígeno llegaba al sesenta y cinco por ciento en las noches. Inicé tratamiento intravenoso, yo misma me inyecté, lo que me produjo una leve mejoría. Pedí asistir por última vez a una casa de salud pública, pero el proceso fue igual que en las anteriores ocasiones, con el mismo resultado, me enviaron a casa.

Se estarán preguntando por qué, yo como médico, no hice nada. Pues no sé si el virus, las consecuencias de su afectación, la hipoxemia, la preocupación, la fatiga, el estrés o cualquier otro factor, hacían que yo no sugiera otro tipo de tratamiento u hospitalización. Todo lo recuerdo como un sueño. Lo único que tengo claro es que siempre pensaba en mi familia, que yo era la única que podía hacerles seguimiento médico y velar por su salud.

Los últimos días en casa ya no me movía, necesitaba ayuda para ir al baño, comía con asistencia. ¡Respirar era un esfuerzo muy grande! Mi esposo, mis padres y mis hijas tenían los ojos llenos de lágrimas todo el

tiempo, desesperados, quedándose al filo de mi cama usando sus mascarillas y yo sin poder decirles “*salgan no se expongan*”. Buscaron por todo lado, una casa de salud privada, pero estaban saturadas, y yo no quería siquiera ir al baño, peor viajar en carro buscando ayuda médica particular. ¿Y en el trabajo? Algún momento lo contaré, prefiero el silencio en ese tema.

En la tarde del lunes me confirmaron hisopado positivo, me lo realizaron en una de las tantas idas y vueltas, así que llamé a mi esposo y de vuelta a buscar hospital. ¿Sería la vencida? Además, esa misma tarde todos los que estuvieron cerca de mí también fueron diagnosticados para Covid-19, excepto mis hijas. Salí de casa sin despedirme, sin abrazarlos ni darles un beso, lloré todo el camino y le dije a mi esposo Diego: “*Todo va a estar bien, cuida a mis hijas, a mis papis y a mis suegros*”.

Me ingresaron de inmediato, para este tiempo ya estaba en estado crítico, era un panorama que nadie habría querido experimentar. Me realizaron exámenes, todos alterados, ¡no podía creerlo!, el cincuenta y ocho por ciento de mis pulmones estaban afectados (imagen en vidrio deslustrado), saturación de hasta ochenta por ciento con oxígeno a diez litros, leucocitosis, entre otras alteraciones. Con estos resultados, pedí al cielo que no llegaran a intubarme, no quería ingresar a UCI, tampoco había disponibilidad, sin embargo, al tercer día mi saturación empezó a mejorar.

Mientras estaba ingresada, mi madre y mi hermana se descompensaron y también fueron hospitalizadas. No quiero acordarme de lo que sentía en esos momentos, sin poder hacer algo por ellas. “*¡Soy médico y no puedo hacer nada!*” me repetía, al tiempo que derramaba lágrimas sin esfuerzo, sin ganas de comer, llena de impotencia. Afortunadamente recibieron el alta a los pocos días, y no presentaron mayor complicación.

En lo personal seguía mejorando, siempre con la preocupación de recaer, o de recibir malas noticias de salud de mis cercanos. Fueron quince días de larga espera, dentro de una mezcla interminable de angustia y desesperación; no obstante, nunca compartí estos sentimientos con mi familia, pues ellos debían estar bien en casa y así fue mejor. En resumen, mi padre no tuvo síntomas, mi esposo los tuvo moderados, mi madre y mi hermana ya lo comenté, se recuperaron en casa y mis hijas no se contagiaron.

Cuando recibí el alta fue un momento maravilloso. Llegué a casa y todos dormían, así que también descansé. Al siguiente día, me comentaron que mi papá tenía gripe, y llegó el susto. Lo examiné todo el tiempo, sin parar, sus signos fueron normales y para ese tiempo el estaría pasando el día veintidós del contagio. En la madrugada fui a verlo a su cuarto y me senté junto a él en su cama; en ese momento la angustia me

recorrió de pies a cabeza, ahora se que fue un mal presentimiento. No quería pensar en el virus, pero por seguridad le sugerí que el día siguiente tenía que ser valorado, con exámenes, para estar seguros de que se trataba de gripe. Quise quedarme junto a él, pero no me dejó, temía por mi estado convaleciente y me envió a mi cuarto, lo abrazó muy fuerte, y me retiré.

A la primera hora de la mañana estuvo listo para irse, no se despidió para evitar cualquier contacto, porque eso yo le había enseñado. Sí lo hizo de mi madre, con un pequeño discurso pidiéndole disculpas y diciéndole que se cuide mucho; salió con su overol y su bolsito, por la puerta principal, momento grabado para siempre en mi memoria. Tenía ganas de salir corriendo a abrazarlo, pero no pude, salió y se fue sin mirar atrás. Se iba a una evaluación y volvería, eso es lo que creímos.

Llegó al hospital sin presentar alteración física, pero por protocolo lo ingresaron para exámenes, los cuales indicaron que el sesenta y ocho por ciento de sus pulmones estaban comprometidos, y valores alterados en los exámenes de laboratorio. Entré en shock, sin saber cómo explicar a mi familia, el estado de salud de mi padre, estaba muy grave. Así de traicionero es este virus. Aquel hombre fornido, de carácter fuerte, trabajador, quien nunca se enfermaba, no fumaba, aunque se tomaba unas copas el fin de semana, se alimentaba bien, inteligente; aquel que formó un hogar y una empresa sólida, que jamás se dio por vencido, estaba siendo derrotado en silencio.

Al cuarto día de hospitalización, el compromiso de sus pulmones se incrementó a ochenta y dos por ciento, requiriendo unidad de cuidados intensivos, que no había en ninguna casa asistencial, y su condición ya ni siquiera podíamos movilizarlo a otro lado. A buena hora hubo un alta y se pudo realizar el intercambio de servicios. UCI, el lugar más temido de la pandemia, si entras lo más probable es que no salgas. Cada reporte recibido, se transformaba en una puñalada en mi corazón, en todo el tiempo no hubo mejoría. En varios pasajes quise jamás haber sido médico para no saber todo lo que pasaba. Tras cada llamada me encerraba en el baño a llorar y gritar, esperando que nadie me escuchara, pues delante de todos siempre me mantuve cuerda. Mi esposo fue el único que soportó mi agonía, siendo mi soporte, quien me consoló con sus palabras de aliento y toleró todos los episodios de ansiedad y depresión que cursé durante este tiempo y posterior. Qué difícil habrá sido para él, pasar por todo esto, pues nunca me había visto así, ya que siempre he demostrado que soy fuerte.

A inicios de julio, una tarde llegó el día que no nos imaginamos, era muy pronto para aquel hombre que tenía una vida larga, un hombre que dio todo por su familia, un hombre al que su corazón dejó de latir y partió al mas allá. Esta es mi historia, y la termino con una carta dirigida para él, quien siempre vivirá en mi corazón:

Carta a mi padre:

“Papi Cholo, como te decía mi hija, hace algún tiempo partiste de este mundo. Todo lo que aconteció, fue tan rápido, que aún no lo puedo entender; lamentablemente este virus es así, nos ha dejado con muchas dudas en todo aspecto. No quiero dejar de pensar que aún estás en el hospital y que pronto regresarás, entrarás por la puerta principal, con tu sonrisa o tu seriedad, que tanto te caracterizaba, con esa voz tan fuerte y ese quejido que siempre hacías cuando te enojabas, y el solo escucharte todos corríamos a cada cuarto. Tu sabes cuánto te quise y te amé, tuviste muchas fallas, pero así mismo tuviste toda la



capacidad de enseñarme a ser lo que soy, a conseguir mis sueños, a luchar por ellos ante toda adversidad, así como lo hiciste con tu familia y tu empresa, ¡a tu manera!. A veces siento que fuiste duro conmigo solo tú lo sabes, pero me ha ayudado a llegar muy alto, a esforzarme más y no esperar nada de nadie. Todo este tiempo me he preguntado que pensabas durante tu hospitalización, me quebranta la idea de que dentro de tus pensamientos me hayas recriminado por no poder hacer hecho nada como médico, como la persona a la que formaste, ¡hay padre mío, cuántas personas he salvado, y no pude hacer nada por ti!, ¿pensaste que soy una mala hija?, ¿querías que te saquemos de allí?, tal vez si te quedabas en casa ¿hubiera sido otra historia? -tal vez con el mismo final- ¿pediste ayuda? ¿querías o no intubarte? ¿fingías estar bien para no preocuparnos?, ¿tenías frío?, ¿sentías miedo?, ¿te dolió morir? Papi, como quisiera que por un instante nada más regresaras y me dijeras que todo lo que pienso no es verdad y quedar con mi alma en paz. Perdóname papi, te fallé, perdóname porque no pude hacer nada más, que esperar tu deceso. Quisiera borrar todo de mi mente, pero te olvidaría a ti, y no quiero eso. Te amo y nunca te olvidaré, siempre estarás en mi corazón, porque ahora eres parte de mi otro gran sueño”.

¡ÁNIMO NO TODO ESTA PERDIDO!



**Por: Md. Luis Gustavo
Ordóñez Mullo**

Es imposible saber lo que depara el futuro, máximo se puede proyectar los objetivos a corto o largo plazo, y sobre eso, trabajar a diario para conseguirlo, superando obstáculos y las cotidianas circunstancias. Hace algunos días conversaba con mi familia, mediante video llamada, lo difícil que se nos ha hecho afrontar la pandemia, por las dificultades que se han presentado en todos los ámbitos.

Coincidíamos sobre los beneficios tecnológicos que se han puesto al servicio de la sociedad, a los que, también es cierto, no todos tienen acceso al no tener un ingreso económico estable, siendo el sector rural del país uno de los más vulnerables y afectados en ese sentido. Aún queda mucho trabajo por realizar, aportando cada quien con su esfuerzo y responsabilidad desde su campo de acción: los agricultores se preocuparon por seguir cultivando sus sembríos para abastecer de alimentos a las ciudades; los maestros que desde sus hogares continuaron formándose y preparando el material necesario para seguir con la formación de estas generaciones; los policías brindando seguridad en cada uno de los rincones del país; etc. También charlamos sobre hechos similares del pasado como la Gripe Española, así como sobre los acontecimientos que de una u otra forma han puesto en peligro la supervivencia del ser humano en el planeta Tierra.

A estas altura de la pandemia, finales del 2020, todos tenemos un familiar, amigo, conocido que, independientemente de su clase social, ha sido golpeado por el coronavirus. En mi caso, varios familiares que padecieron la enfermedad, y pudieron superarla; no obstante, varios otros no corrieron con la misma suerte y es lamentable. Recuerdo que, a inicio de esta situación mundial, mi abuela comentó que su generación también tuvo problemas con algunas enfermedades prevalentes en el siglo anterior, como Sarampión, Varicela, Poliomiélitis. “*Esperemos que pase pronto*” decía, al ver como inclusive los países del primer mundo no podían controlar ni solucionar la crisis sanitaria.

Y claro, también nos puso a prueba a cada uno de nosotros, llevándose personas, sueños, proyectos, puestos de trabajo, todo. Gente que ha formado parte integral del desarrollo personal de cada quien, amigos incondicionales, familiares que eran el soporte con sus palabras de aliento hoy no están más.

En la misma charla, una prima hacía alusión respecto a que esta podría ser una buena oportunidad para rescatar valores sociales que parecían perdidos, con el fin de reconstruir una sociedad mejor, que se tienda la mano, trabaje en equipo, sea solidaria, tolerante, sin etiquetas ni prejuicios; sin rencores. Sería un sueño por cumplir, quizá una válida aspiración, pero conforme los casos de enfermos por Covid-19 aumentaron de manera desproporcionada, quedó claro que el instinto de supervivencia prevaleció, así como se estigmatizó a varios quienes contrajeron el virus.

Por mi parte, mencioné que algunos amigos colegas la estaban pasando mal, desde esa misma perspectiva social, inclusive dentro de sus hogares, lo que los llevó a buscar otros lugares para vivir, al ser vistos como un peligro para quienes los rodean, ante el ejercicio de la profesión en los hospitales. Claro, no tienen, ni tenemos la responsabilidad de lo que sucede, y el hecho de estar en primera línea de atención, con el tiempo se ha transformado en discriminación sin sentido, pasando de ser los héroes de la jornada a las posibles fuentes directas de contagio.

Otro, en cambio, recordó los buenos momentos que habíamos disfrutado todos juntos, incluyendo las celebraciones de fin de año 2019, meses antes de que esto se desate. Resultará complicado, casi imposible, repetir lo mismo en este 2020, puesto que la situación está lejos de arreglarse. Además, está pendiente el viaje para visitar a la abuelita, aunque realmente somos un peligro hasta que la realidad sea diferente; de hecho, soy el menos indicado para concretar esa visita, por mi exposición al virus.

Otro primo, y de los más pequeños, quien cumplió cuatro años meses atrás, y por supuesto no tuvo la celebración acostumbrada, sino que fue en línea, dijo estar feliz porque le habían regalado un traje de Superman el mismo que, según él, le otorga súper poderes para enfrentarse a la pandemia, al virus y a todo lo negativo que se cruce en su camino. Es un niño inquieto y travieso quien gusta de que le lean cuentos para dormir, pero que se encuentra aburrido en casa por no poder jugar con sus amigos. En un momento de la charla, de manera ocurrida me preguntó: *“¿Cómo es estar con el traje de astronauta todo el día, también te da poderes?”*

Nos reímos ante su inocente, pero válida pregunta, lo cual de inmediato me trasladó al cauteloso escenario de elegir bien las palabras para responder de manera adecuada, y con sencillez, explicar lo complejo que el tema resulta. En ese sentido, mencioné de manera general ante los asistentes, que resulta fastidioso usarlo porque me hace transpirar más de

lo normal y que me costó acostumbrarme a su uso como tal, así como a la tediosa colocación de todas las prendas que conforman el equipo de protección personal; pero que, sin ello, la situación sería mucho peor, así que es necesario y obligatorio utilizarlo para evadir al novedoso coronavirus. Continué con la disertación indicando que en la ida al baño, así como en los momentos para comer, es fundamental seguir el protocolo establecido para removerlo; de lo contrario tanto esfuerzo para no contagiarse puede acabarse en un instante. Para finalizar, sobre el tema, informé que, al principio, a quienes usan lentes, se les empañaban, dificultando las labores pero que hoy por hoy ya son expertos en que eso no les suceda.

La verdad es que el día a día presentaba varias dificultades de todo tipo, no sólo con el traje. La más difícil de superar es la del estado de ánimo propio, así como de los familiares de los pacientes, cuando éstos necesitaban ser trasladados a casas de salud de mayor nivel de atención, lo que sin duda desemboca en desesperación, impotencia, angustia, al ver cómo el virus complicaba los cuadros diagnosticados; ni qué decir cuando no había espacio en otros lugares. El motor era la esperanza compartida de que superarían la enfermedad y regresarían con sus seres queridos en algún momento.

Escuchar a los pacientes rezar a Dios suplicando por su vida, para de manera inmediata decirnos que no los dejemos morir era, y seguirá siendo, un escenario desgarrador. Ver en sus ojos y rostros correr lágrimas partía el corazón, más aún cuando alguno de ellos presentaba otras enfermedades que empeoraban el pronóstico como tal de superación de la enfermedad y posterior recuperación y salida del hospital.

Es igualmente desolador ver a los familiares, afuera o lejos, pedir información sobre sus seres queridos hospitalizados, siempre preguntando cuándo serán dados de alta; escuchar sus voces quebradas por el desaliento, sin perder la fe de que en unos días la salud mejorará, y podrán tenerlos de regreso en casa, es conmovedor, y en más de una vez me puse en los zapatos de todos ellos. Unos lo logran, otros no, y esa es la parte más dura de esta profesión, siempre lo ha sido: el informar que aquel ser humano ha partido de esta dimensión. Claro, en el caso de quienes se recuperan, el escenario es diferente, sonrisas, abrazos, brillo en los ojos, como si hubieran ganado el premio más grande del mundo, y no me cabe duda de que así es. En este caso, todos agradecen al personal que los cuidó y monitoreó a cada momento, lo cual es gratificante e invita a seguir en pie de lucha contra esta enfermedad.

Comentar la evolución de los pacientes con los compañeros y mencionar que hoy o mañana habrá un egreso de alguien más que se salva de las garras del Covid-19 es reconfortante, porque entonces significa que no todo está perdido.

La charla familiar siguió su rumbo, y al despedirse cada uno me alentó a seguir adelante, a no desanimarme. Y aunque jamás tendré esos famosos súper poderes, la misión más grande que me ha dado esta profesión es velar por la salud de los enfermos y cumplir en excelencia con ese compromiso. Recibir el apoyo de la familia es trascendental, ya que son el pilar fundamental de todos y cada uno de nosotros, de la sociedad misma, así que les agradezco desde el corazón por todo el apoyo recibido; agradecimiento que extiendo a mis amigos y colegas y a todas las personas que de una u otra forma han aportado durante esta pandemia para que todo sea más llevadero. ¡Mil gracias!

UNA HISTORIA INESPERADA



**Por: Md. Victor Daniel
Mendieta Maza**

Comenzó al final de febrero de 2020 cuando decidí traer de vacaciones a mi hermana menor, a la ciudad en la que cumplía con la residencia médica, con el fin de que cambie de aire, puesto que aún vive con mis padres; es la única de los nueve hijos que somos que mantiene dicha condición. De hecho, en el libro “*Medicina 24/7*”, también publicado por FECIM ECUADOR, expliqué a profundidad ese punto de mi historia, así que lo invito a conseguirlo y leerlo para que el contexto sea comprendido de mejor manera.

Es que la capital tiene su encanto, con muchos lugares para conocer, y ese era el objetivo de la misión que me había propuesto; sin embargo, las condiciones cambiaron en el instante mismo en que se reportó, a través de los medios de comunicación, la presencia del nuevo virus en Ecuador, el cual ya había causado incontables problemas en otros países del planeta. Casi de inmediato se cerraron aeropuertos y pronto pasaría lo mismo con los terminales terrestres, lo que complicaría las cotidianas condiciones de movilidad. Para ese momento, cuatro de los nueve estábamos juntos, y la decisión tomada en conjunto fue que regresen a nuestra ciudad de origen antes de que suceda lo descrito.

Me quedaba la incertidumbre, como profesional, respecto a cómo sería el trabajo en el hospital en este nuevo contexto. Trabajaba en el servicio de ginecología, lo cual me tranquilizaba en algo; no obstante, no tardó en llegar la disposición de la autoridad respecto las nuevas condiciones que normarían el funcionamiento del lugar, las mismas que indicaban que conforme haya aumento de casos confirmados de Covid-19, se adecuarían nuevas áreas de manera proporcional, y el personal apoyaría en dicha atención, según disponibilidad.

De manera responsable, sin afán de alarma, comuniqué a la familia lo que tendría por delante, lo que les entristeció en la generalidad, aun cuando cada uno señaló su criterio:

“Cuidate mucho”, “¡Renuncia!”, “Regresas cuando pase todo”, “Es innecesario que te expongas”. Y claro que eran válidas posturas, pues reflejaban su amor, pero yo estaba claro que era el momento de poner en práctica todo lo aprendido y de demostrar que había nacido para esto, con el fin de apoyar a la gente que lo necesite...y a los míos.

La batalla in situ inició con quince camas disponibles, las mismas que fueron insuficientes en un abrir y cerrar de ojos. Tan rápido fue el incremento que el hospital llegó a tener ocho áreas de atención para pacientes Covid-19, cada una con treinta y cinco camas. No hace falta multiplicar para decir que aun así no fue suficiente, siendo los más afectados los adultos mayores y todos quienes presentaron comorbilidades, sin importar el rango etario.

Afuera, el contraste: calles desoladas, ciudad desierta. Parecía una película de terror en la cual, en mi condición, tenía que llegar al trabajo de cualquier manera, por cualquier medio. Encontrar un taxi era un milagro, cuya carrera podía resultar costosa; o en su defecto, utilizar el transporte público que estaba exclusivamente destinado para movilización del personal autorizado con salvoconducto, lo que me significaba caminar veinte cuadras desde mi casa, para acceder al servicio mencionado. Esta alternativa no era de mayor agrado para mí, puesto que en la parada me tocaba esperar dos o tres turnos hasta poder acceder a un bus. Claro, al ser una gran ciudad, mucha gente requería movilización.

Se volvió una necesidad personal el tener un medio de transporte propio, así que luego del análisis financiero, adquirí una motocicleta, la misma que no sabía conducir. Sí, parece broma, pero esa era la situación, y dentro de la responsabilidad, así como de la supervivencia, era la mejor alternativa para el efecto. Influyó en la decisión un gran amigo de la infancia, quien además se convirtió en mi profesor de manejo, a quien agradezco por ello, ya que así pude ahorrar tiempo, dinero, y cumplir a tiempo con la responsabilidad de la profesión.

De vuelta al ámbito hospitalario, la costumbre se modificó, pues la mascarilla se convirtió en un elemento obligatorio de uso constante, para evitar el contagio. Además, me tocó ver a mucha gente fallecer, tanto en la unidad de cuidados intensivos, así como en la lista de espera en pos de conseguir un espacio en dicho lugar, dado que siempre estaba saturada. Un cuadro que no se lo deseo a nadie, porque es doloroso ver cómo las vidas se extinguen por problemas respiratorios. ¡Era angustiante! Pero sí, es la verdad, era imposible recibir e internar a tanta gente, considerando que el tratamiento, incipiente o en desarrollo, requería larga estancia en las dependencias. Crítico, por decir lo menos.

Mi primer turno fue el más complicado, desde lo anímico, pues el miedo no era un buen compañero y duró veinticuatro horas. Al termi-

narlo, agotado, me llevé la sorpresa de que mi compañera era asintomática, razón por la que fui puesto en aislamiento domiciliario por quince días. Ese tiempo me sirvió mucho para convertirme en experto en colocarme el equipo de protección personal, puesto que la mínima falla podría significar el cambio de rol de médico a paciente. Además, estudié cada día toda la información recibida relacionada al Covid-19 conforme se iba publicando, y parecía no ser suficiente. Por supuesto, atento a ver si alguno de los síntomas aparecía en mi cuerpo.

En esos días, recibí soporte integral de grandes y buenos amigos, que a su vez son mis compadres, quienes me ayudaron con las compras en el supermercado y temas relacionados, así como con comida preparada por ellos, la misma que luego de recibirla, compartíamos por video llamada. Gracias a ellos no me sentí solo. Cabe recalcar que a mi familia no le comenté la situación, sino hasta que terminé el periodo de aislamiento, sin evidencia de haber estado contagiado. Procedí de esa manera para evitarles más preocupación de la que ya tenían por la condición general de ser médico, comentada al inicio de este relato.

Al retornar, el escenario no había cambiado: áreas llenas, ingresos diarios, alta demanda de cuidados intensivos sin espacio, salas de espera, llanto, dolor, desesperación. En resumen, una caótica montaña rusa de sucesos y emociones que fue un absoluto reto a superar; una ruleta rusa interminable, turno tras turno en “La Covidiza”, nombre que en común acuerdo con los compañeros asignamos a nuestra área.

Sí, también había buenos momentos respecto a pacientes que superaron el virus y recibieron el alta. Esos fueron los puntos cumbre que me, y nos, permitieron mantener el ánimo arriba, sintiendo la satisfacción del deber cumplido. Así es difícil olvidar todas y cada una de las palabras de agradecimiento recibidas, puesto que llegaron directo al alma. Recuerdo una carta recibida en el servicio, de parte de la familia de un paciente victorioso, que decía:

“Quiero expresar nuestro sentimiento de agradecimiento a los profesionales que laboran en esta prestigiosa institución en las áreas de emergencia y de Covid 3, ya que por su labor en el tiempo de emergencia sanitaria y gracias a su pronto actuar, a su profesionalismo y calidez humana, permitieron que mi padre diagnosticado de Neumonía por SARS-COV2 severa, supere su patología.”

Era la siempre necesaria bocanada de oxígeno para continuar.

Han pasado meses desde que el mundo se puso de cabeza. Mientras escribo estas líneas, a fin del año 2020, el pico de contagio ha disminuido significativamente, tanto que se redujo a dos el número de áreas específicas en el hospital, y varios colegas han retornado a los servicios a los que pertenecían antes de la crisis.

Por supuesto, no es ni será sinónimo de que el Covid-19 haya sido derrotado, dado que el proceso de desarrollo de la vacuna se encuentra en momento de aprobación en las más altas esferas de la medicina mundial, así que el cuidado sigue. Ojalá el 2021 sea el año de la solución definitiva a esta inesperada pandemia, de la cual su origen sigue siendo oscuro, y quizás nunca se sepa por qué se desarrolló.

Finalizo compartiendo una foto en la que visto de médico con mucho orgullo, con la moto que se convirtió en mi compañera inseparable de viaje y aventura.



TEMOR VERSUS CONVICCIÓN MÉDICA



Por: Md. Jordy Pumarica T.

No pensé que, en algún momento de mi vida, mi profesión me llevaría a enfrentar temores inimaginables y sucesos inesperados, a través del enfrentamiento con una enfermedad que, como las de siglos pasados, causó conmoción social, crisis sanitaria mundial y un desplome financiero único. Tampoco creí que una carpa de triaje de atención médica se convertiría en mi consultorio y que un equipo de protección personal, de pies a cabeza, reemplazaría al mandil. ¡Es que estar en primera línea era cosa seria, sin margen de error! Dándolo todo, junto a los compañeros, con la esperanza de que algún momento la situación llegue a su fin, cosa que todavía no ha sucedido mientras escribo estas líneas a finales del año 2020.

Será imposible olvidar el inicio de aquel año, puesto que al momento en que se declaró la pandemia a causa del Covid-19, me encontraba desempleado, dado que había terminado el año de medicatura rural. Tres meses después del inicio de la emergencia, sonó mi teléfono y del otro lado una voz, correspondiente al gobierno local, me trasladó una propuesta laboral de inmediato comienzo. Acepté, así que correspondía entregar los documentos de rigor y empezar. Se acabó el contacto telefónico y el mar de dudas le sucedió de inmediato: “¿Y si mi familia se contagia a través de mí?”, “¿Y yo mismo?”, “¿Puede ser peor?” Al final la decisión estaba ratificada, pues para eso me formé; para contribuir con el bienestar de la sociedad, cumpliendo el Juramento Hipocrático: “...Consagrar vuestra vida al servicio de la humanidad...”.

Llegué a la mañana siguiente al lugar donde recibiría la capacitación ¡Vaya sorpresa! Varios compañeros de la universidad estaban allí, así como otros colegas que llegaron desde la costa ecuatoriana, donde la nueva enfermedad dejó mucha muerte. Las dudas que yo tuve, eran las de todos; lo propio la misma convicción para compartir horas y esfuerzos en el cumplimiento del deber. Luego de la jornada de enseñanza nos asignaron los lugares en los que trabajaríamos desde el día siguiente.

Me correspondió un coliseo deportivo, como parte de la sui generis coyuntura nacional, replicada en otros países, ante el veloz avance del virus, superando cualquier capacidad hospitalaria. Jamás imaginé que mi primer empleo sería en esas condiciones, pero con el pasar de los años esa será una anécdota que me llenará de orgullo, sin duda alguna. Recibí los implementos de bioseguridad y el auténtico “a la cancha” a trabajar. Los cubículos de consulta estaban separados con la distancia recomendada, mientras que los usuarios esperaban su turno en los graderíos. Caso tras caso, me di cuenta de que la situación era muchísimo más grave de lo que parecía, o se decía, con diferentes consideraciones: unos asistieron porque tenían síntomas, preocupados por su salud, mientras que otras escucharon “que era gratis” aún sin creer que la enfermedad era real, creyendo que era un negocio de la industria farmacéutica.

Esa diversidad de pensamientos nos tenían preocupados, ya que el consecuente resultado sería el aumento desproporcionado de casos sospechosos y confirmados. Por lo tanto, el reto no era solamente médico, sino de creación de conciencia social también, pues a cada uno de quienes recibí les expliqué sobre la enfermedad, todas las complicaciones relacionadas, medidas de bioseguridad y aislamiento, con el fin de transformar aquellos criterios en el mayor número posible de personas.

La crisis continuó con la escasez de pruebas, por lo que la disposición recibida fue que sólo podría hacerse una por familia, a quien presentara síntomas muy sugestivos o con enfermedades crónicas. ¡Fue un tiempo difícil! Dimos todo para lograr disminuir los casos, soportando todas las incomodidades que el traje traía consigo como el sudor, las marcas que dejaba en la piel; inclusive el no tener tiempo para comer o ir al baño, al mismo que podíamos asistir al terminar la jornada. Luego, al llegar a casa, cumplir con el riguroso proceso de desinfección, la ducha de rigor, y el estudio profundo de cada publicación científica relacionada, las mismas que tampoco eran abundantes.

Tiempo después, ya con disponibilidad de pruebas cuantitativas y PCR recuperamos algo de tiempo en el proceso de atención a los pacientes, para diagnosticar y entregar las indicaciones correspondientes. Un día de ellos, recibí la notificación de que debía sumarme al equipo de triaje móvil; es decir, en los barrios, ofreciendo atención médica, así como realización de hisopado nasofaríngeo. Esta nueva modalidad me presentaba una nueva complicación: la movilización, dado que no poseía vehículo para el efecto, y el traslado desde casa hasta los lugares indicados me tomaba una hora en transporte público habilitado para cumplir con las funciones.

Era un trabajo intenso de inicio a fin, puesto que podía ser en edificios, escuelas, jardines o carpas en un parque, puesto que primero había que verificar si el lugar cumplía con importantes condiciones para atención y

que no se convierta en punto de contagio. En esta modalidad, atendimos innumerables pacientes con síntomas relativos a Covid-19, entonces la realidad superaba a cualquier caótica película de ciencia ficción, con la constante preocupación sobre si nos convertiríamos en transportadores o víctimas del virus. Hubo ocasiones en las que cumplí el rol de coordinador de la brigada, ante lo cual tuve que hablar con los presidentes de las juntas parroquiales o dirigentes de los barrios, así como revisar que la coordinación logística se cumpla en excelencia y que nada falte. El cansancio me pasaba factura, pero la convicción de que cumplía con la vocación, era el diario motor para continuar.

Al tiempo en el que escribo este relato, fin del 2020, cumplo funciones en la carpa de la brigada móvil de rastreo de casos de la unidad de salud del gobierno local, ya sin tener que cumplir con largos traslados. Me acompaña una Licenciada en Enfermería, gran amiga y compañera, quien prepara a los pacientes para la atención.

Sigo reflexionando sobre lo que, a los colegas, enfermeras, y personal de salud en general, en todos los lugares donde se cumpla con la profesión, nos ha tocado vivir, convirtiéndose en una cotidiana prueba para superar al miedo y al cansancio, así como para doblegar esfuerzos por el bien de toda la gente, aunque varios no tomen en cuenta las medidas de bioseguridad. Algún momento terminará, mientras tanto, a seguir dándolo todo, como que recién hubiera empezado.

UN INTERNADO DIFERENTE



**Por: Md. Andrea Acurio
López**

Transcurría el mes de marzo de 2020, y en el hospital donde vivía la etapa del Internado Rotativo fue una locura. Médicos, residentes, enfermeras y todo el personal empezó a llenarse de miedo e incertidumbre ante esta situación que en aquel momento era nueva para todos.

Tuve un difícil año, dentro del proceso de formación académica, pues tuve que salir de mi ciudad natal para terminar la carrera en un lugar que se encontraba a dos horas de distancia, en el que me quedaría a vivir por todo ese período, y con el inconveniente de que no conocía nada ni a nadie; todo era nuevo, la ciudad, el hospital, su personal y su administración, dado que allí había personas de diferentes lugares, tanto nacionales como extranjeros; en fin, con el pasar del tiempo fui aprendiendo lo necesario para cumplir con las actividades y obligaciones.

Uno de los acontecimientos que hubo al inicio del año de práctica fue el paro nacional de octubre de 2019, lo que impidió que me pueda mover de allí, puesto que todo se suspendió: trabajo, actividades comerciales y de servicios, transporte, además del acostumbrado cierre de las calles, quedando incomunicadas las ciudades.

Llegó diciembre y apareció en los noticieros una nueva enfermedad, la misma que cubrió todos los espacios de prensa del mundo, dado que mataba a mucha gente, pero como ocurría en una ciudad al otro lado del mundo, la gente no le prestó la atención debida y continuó con su vida. Cuando febrero de 2020 terminaba, la situación se tornó intensa debido a que apareció el primer caso de Covid-19 en el país; y circularon rumores sobre el hallazgo de casos en varias localidades del territorio nacional, lo que obligó a las autoridades a tomar decisiones inmediatas, a la par de lo que pasaba ya en el resto del planeta. La sociedad desesperó y se volcó a los supermercados con el fin de abastecer sus despensas, tanto de alimentos y bebidas como de otros artículos necesarios, puesto que la cuarentena era inminente para evitar, de alguna manera, la veloz propagación del virus, sin saber qué tiempo tomaría la misma.

La operativa del hospital se transformó, en general, aunque en aquel momento cumplía funciones en un servicio que requería estar alejado de este tipo de enfermedades. Sin conocer la magnitud del evento al que nos enfrentaríamos en lo posterior, habíamos empezado a utilizar más elementos de protección como batas, gorros, guantes, zapatos, mascarillas, pues el miedo a lo desconocido era muy fuerte.

Fue así que pasaba el tiempo y dos meses después, recibí una llamada durante la jornada laboral; era mi madre, asustada, llorando de manera desconsolada, lo que dificultaba la comunicación, para contarme que un primo muy cercano a la familia, como un hermano para ella, acababa de fallecer. ¡Qué dolor recibir aquella inesperada noticia! Deseaba viajar a consolarla, lo cual era imposible por las restricciones y el confinamiento, así que alcancé a pedirle que se tranquilice y que le mandaba un beso enorme, un abrazo lleno de amor, los mismos que se convertirían en realidad cuando la circunstancia lo amerite; de ahí, prometí llamarla al finalizar el turno.

El semáforo rojo, en el método que instauró el gobierno nacional para prevenir el contagio masivo, tenía severas condiciones que impedían salir de casa, con excepciones, el cual estuvo vigente durante un gran período de tiempo, en el que resultaba curioso ver a alguien en la calle, ajeno a las actividades permitidas como salud, alimentación, entre otras. ¡Desolador e imborrable panorama! Para ese tiempo, tres meses en esta extrema condición, me correspondió cambiar de rotación, motivo por el que me tocaba trasladarme a un pueblo ubicado a veinte minutos de la ciudad; y, como es obvio, llegar hasta allá se convirtió en una odisea. Por lo tanto, quienes estábamos cumpliendo ese trabajo, establecimos un punto de encuentro para viajar juntos, por cualquier cosa que se pudiera presentar en el trayecto. Ahora que lo escribo, entre risas recuerdo que un día soleado llegué a la locación designada, pero mis compañeros se habían adelantado, así que no tenía más remedio que esperar al siguiente taxi que pasare por allí, pero se me hacía tarde. De golpe, un motociclista se ofreció a llevarme y accedí para recuperar el tiempo, sintiendo mucho miedo ante la posibilidad de caerme, porque el camino parecía una serpiente con curvas muy cerradas; de hecho, casi sucedió, y cuando llegamos a destino el amable chofer me dijo que jamás olvidará mi rostro y las muecas que hice en ese momento. Le agradecí y juré nunca más volverme a subir a una de ellas.

Así pasó el tiempo, dos meses más, momento en que me tocó regresar al hospital, el mismo que encontré cambiado, con varios compañeros nuevos a quienes debía enseñar cómo funcionaba el sistema, ya que me faltaba poco para terminar el año de práctica. Para ese momento, la situación había mejorado, pues habíamos pasado de semáforo rojo a amarillo, lo que se traducía en más gente en la calle, actividades relativamente nor-

males, pero con restricciones y el tráfico afluente. En el contexto, la mitad de la casa de salud estaba destinada a atención de pacientes Covid-19, en la que los médicos, entre tratantes y residentes, compartían turnos y actividades, entonces estaba más que claro que nada volvería a ser como alguna vez fue. Los internos, en cambio, nos multiplicábamos para llevar la medicación a los pacientes, y la documentación a los doctores, puesto que éstos últimos no podían salir de sus servicios, sino hasta el final de la guardia, retirándose el equipo de protección personal y siguiendo todo el proceso de desinfección. Sí, a nosotros nos tocaba algo parecido al llegar a casa a descansar.

Es así como mi rotación terminó después de cinco meses de cuarentena y un año lleno de aprendizaje. Me despedí de todos con quienes compartí muchas experiencias y conocimiento, que me servirán durante toda la vida profesional. Debía volver a mi ciudad natal, invadida de nostalgia y recuerdos en mi corazón, los mismos que hicieron de mí una gran profesional. Sí, pese a todo, fue interesante, gratificante y coincido con mis antecesores cuando mencionan que es “la mejor etapa de un médico”, más allá de que ese año de duración estuvo fuera de lo común, por todo lo descrito. La pandemia nos cambió la forma de ver la vida y gracias a ella hoy somos lo que somos, valorando cada instante. Llegué a casa y tras el período de aislamiento, le cumplí la promesa a mi madre: el beso enorme y el abrazo interminable.

DE INFUSIÓN CONTINUA A MICROGOTEO



**Por: Md. Pedro Fernando
Acosta Fonseca**

Paciente: Masculino. Estado civil: Soltero. Profesión: Parche humano.

Lugar de residencia: Aislamiento social.

Motivo de consulta: Visión borrosa. Fecha de inicio de síntomas: Año 2020.

Antecedentes:

Personales. - Soñador empedernido.

Familiares. - Un corazón en otro punto geográfico del país.

Clínicos. - Insomnio intermitente.

Quirúrgicos. - Cicatriz en mano izquierda.

Enfermedad actual:

1.- Negación:

El calendario se transformó de un lunes a domingo a días de trabajo y descanso, amaneceres y atardeceres. Las cicatrices son una extensión natural del cuerpo, los guantes se convierten en arrugas de las manos, el traje carrasposo y la bata lacerante en ropaje cotidiano de vida; las gafas opacas en souvenir indispensable y una mascarilla que es objeto de uso para una amnesia selectiva. La nueva familia son desconocidos envueltos en uniformes donde la única manera en determinar su estado emocional es a través de su mirada, las mismas que esconden siluetas fuera del hospital con historias desconocidas silenciadas por el ajeteo del servir a los recién llegados.

Los días previos al turno están llenos de ataques de ansiedad y parálisis del sueño; ya son parte de la rutina y los pacientes son parte de la vida, como el caso de Don Rogelio de la cama seis, cuya nieta pregunta por él todos los días con la firme esperanza de que pronto será dado de alta de la unidad de cuidados intensivos. También Doña Martha de la cama nueve, que a pesar de su estado de sedación ha logrado, luego de

cuarenta años, reunir nuevamente a sus siete hijos; o Don Manuel de la cama uno, que, en estado de coma, recibe visitas cual confesionario, a diario, de todos sus eternos amores de la juventud, pues había sido un auténtico Don Juan.

Son semanas de conocer a personas que solo duermen mientras la fiebre se vaya, entre despedidas y asombro del cotidiano vivir. La cuarentena ha sido levantada, el virus aún persiste, al tiempo que el miedo se ha convertido en una decisión individual y erróneamente en una cuestión de creencia, con argumentos empíricos, sobre haberlo superado o ser inmunes al respirar. Yo, con la firme convicción de volver a abrazar a mi familia.

2.- Ira

Un nuevo día de convivencia inicia con el conteo del número de camas que se encuentran ocupadas. Minutos previos para recibir el turno tenemos la ausencia de una enfermera; las dudas empiezan y solo se desbordan rumores sonoros: *“No llegará”*. Al parecer, hace dos días ha presentado cansancio, alza térmica, anosmia y disnea, y hoy no se pudo levantar a este caminar diario, parafraseando llamadas telefónicas del fondo del salón. No podemos detenernos a meditar, pues por delante hay un interminable pase de visita, con personas que aguardan ser atendidas y compañeros que deben descansar.

Los pendientes se resumen entre radiografías de control, toma de muestras de sangre, cambio de medicación y análisis evolutivos con profesionales de otras áreas. Un equipo multifacético con estrategias para un fin común. La tarde cae y suena el teléfono del área, se escucha una voz a punto de romperse al otro lado de la línea: *“Bajen de inmediato al área de emergencia”*. Sin evaluación previa ni información adicional, se apresura el médico con mayor experiencia a la convocatoria. Pasan unos minutos y suenan las puertas con un nuevo visitante, encamado, adherido a una mascarilla de oxígeno. Esta vez, un ataque más personal casi impredecible, a quien requería bocanadas de sed de aire en un estado somnoliento, letárgico, con la mirada perdida mientras buscaba entre las borrosas sombras la mano de su esposa. Era el padre de un compañero de turno, diabético de antecedente, sabio en su historial y médico de profesión. Las preguntas saltaron: *“¿Cómo?” “¿Cuándo?” “¿Por qué?”*, pues el cuidado en casa fue absoluto y toda explicación fue filtrada. Esta vez no hubo reparo ni inmunidad. Ya en la cama asignada, listos para el invasivo procedimiento, se escucha entre susurros y una mirada al averno, la frase antes de cerrar los ojos, los mismos que están cobijados de líquido excretado por sus conductos lagrimales: *“En tus manos encomiendo mi vida”*. Claudicó ante los brazos de Morfeo, con un tubo orofaríngeo número ocho, que atravesaba las mucosidades espesas, desde su boca, para alentar a los pulmones a no desvanecerse en esta pelea.

Nos invade una lucha interna, con cuestionamientos, pues el perfume a miedo atravesó las mascarillas. Los recuerdos invaden el espacio, convirtiéndonos en un grupo vulnerable que se comunica en el silencio por medio de las bombas de infusión que son dueñas de nuestros movimientos.

3.- Negociación

Los minutos pasan a la velocidad de un caracol, la atmósfera se vuelve tensa, pesada y el piso como arena movediza intenta ahogarnos al minúsculo movimiento, pues las hombreras de hierro pesan más a cada segundo. De pronto todo se convirtió en tinieblas, un manto de oscuridad llena nuestros poros de penumbra, y el terror nos empujó a un límite imperceptible de su existencia.

Dos minutos de tiempo se podría desperdiciar en un pensamiento vago, en una discusión, en un suspiro o en dos sorbos de una taza de café por la mañana, pero fue precisamente el lapso en que el frío de una daga atravesó mi alma cuando los respiradores dejaron de trabajar, los monitores oscurecieron su información y las bombas de infusión enmudecieron.

Con una calma difícil de digerir, el terremoto de emociones empezaba. Sin comunicación con el exterior las estrategias debían ser rápidas pues el número de cama dejó de existir hace mucho tiempo, y ahora se trataba de Don Rogelio, Doña Martha y el contra-reloj nuevamente oprimía nuestras cabezas sin excusa alguna, sin culpables y solo con un manojito de soluciones. Los cálculos empezaron a darse con fórmulas estudiadas para actuar y dar inicio al microgoteo.

El tiempo se calcula en gotas y los recuerdos en microgotas, rápidos y pequeños, lo que nos enseña que en toda guerra existen bajas. La luz de un nuevo día violentaba su paso por la ventana y las noticias tenían que ser pronunciadas, la explicación científica no bastaba: “¿*Su corazón?*” “¿*Sus pulmones?*” “¿*Su diabetes?*” “¿*Sus ganas de vivir?*”

Uno de los principios del juramento hipocrático menciona consagrar nuestras vidas al servicio de la humanidad y la salud de los pacientes será el objetivo prioritario, más allá de las tablas de mediciones y predicciones que ayudan en la evaluación diaria; cálculos que miden la efectividad de un medicamento, pero no nos aleja del sentir humano y el olor a derrota luego de la obsesión por la vida.

Personas que salen frágiles del área de cuidados intensivos, tras meses de distansia a microgoteo, dejando de ser seres humanos para convertirse en entes que respiran por un traqueostomo, atados a un tanque de oxígeno y que mueven los ojos tambaleantes en zigzag con una musculatura cadavérica.

4.- Depresión

De vuelta en mis aposentos, en compañía de Márquez, Saramago, Harrison, Moore las ideas de King o una anécdota de Guevara, una llamada familiar suelta la rienda a los demonios de mi cabeza. Los síntomas de una guerra que me parecería lejana han invadido los territorios sanguíneos; el cansancio huyó entre la brisa de la angustia, enclaustrado por decisión propia, atado de pies y manos en busca del equilibrio por escoger de los males, el menor.

El reloj de la pared no obedece a las órdenes del tiempo, pues pasea lento, a su antojo, presumiendo su descanso en momentos interminables, mientras la angustia se apodera de mi cabeza, llenándola de ideas conspirativas en las que hasta el mismo cielo se convierte en sospechoso. Un calvario de cuatro paredes y la convivencia de una pesadilla, con pies que no tienen a dónde caminar, ni hombro donde reposar, flagelan las decisiones en el universo de posibilidades.

El conocimiento vivido atemoriza al saber la evolución de la enfermedad y predice un multiverso de razones, que van desde soleados veranos por el campo, a un cruento vivir, sin percibir el abrazo cálido de a quienes sobornaste su afecto con un pedazo de tu corazón.

Con los pies nuevamente en el suelo y cadenas que liberan el alma, doy principio a la evaluación de los recursos que me envuelven, la cuantificación de las personas, observando la escala de grises del momento en curso.

5.- Aceptación

“Muere lentamente quien se transforma en esclavo del hábito, repitiendo todos los días el mismo trayecto, quien no cambia de marca. No arriesga a vestir un nuevo color y no habla a quien no conoce”¹. El tiempo varía según la calidad del sentimiento que nos llene, una sonrisa amarilla, una verde alegría, una azul esperanza.

Pernoctar en un camino entre la espuma durante el atardecer cálido, entre personas con una visión diferente, alejado de las centellantes luces de una pandemia, con una sonrisa complaciente, titubeando con el uso de una mascarilla, en la calle sonora llena de bohemia para bailar mientras los niños juegan sin miedo alguno, donde no existe dolor, no hay reglas y el caos existe en la perfección para entender la enseñanza.

¹Martha Medeiros, “Non – Stop, Crónicas do Cotidiano”, “A Morte Devagar”, 1 noviembre, 2000

Si marcamos un legado fáctico a quienes observan la huella de nuestro andar, sabremos que hay esperanza, que durante la noche también existen animales nocturnos que resaltan la belleza de lo natural, pues no debemos temer a los tiempos de transición, pero sí aprender mucho de ellos.

Los cambios son necesarios para ver florecer a los nuevos actores y pensadores, que antes de ser mezquinos a un sentimiento de nobleza, serán promotores de las nuevas sendas que al momento nublan nuestros ojos. *“Evitemos la muerte en suaves cuotas, recordando siempre que estar vivo exige un esfuerzo mucho mayor que el simple hecho de respirar. Solamente la ardiente paciencia hará que conquistemos una espléndida felicidad”*²

²Ídem.

LA MÁQUINA DEL TIEMPO



**Por: Md. Luisa Carolina
Maldonado Ávila**

“Si tuviera una máquina del tiempo, ¿cuál es la experiencia que me gustaría revivir?” es la pregunta que más veces me he hecho durante el año. Día a día recuerdo anécdotas y momentos maravillosos guardados en la mente y en el corazón que me han sacado unas cuantas lágrimas de nostalgia.

Pensaré que en mi cabeza rondan ideas de arrepentimiento, o que pretendo cambiar aquellos “*errores*” o malas decisiones tomadas a lo largo de mi vida, por otras mejores o más placenteras. Déjeme decirle que eso ha pasado de moda, pues si tuviese tal artefacto, volvería atrás con el exclusivo fin de disfrutar al máximo las reuniones familiares, particularmente mi fiesta de graduación, entre otros momentos, pues durante la pandemia aprendí a valorar a la tranquilidad, así como a la felicidad, que pensaba serían eternas. ¿Le sucede igual que a mí?

De niña soñaba con ser médico para ayudar a los demás, pero no imaginaba que además del ámbito profesional, me convertiría en mamá y debería aprender también sobre ese maravilloso rol, pues por los hijos se hace lo imposible para que no les pase nada malo, a costa del propio bienestar. Sí, aún no he recorrido ese camino, sin embargo, los acontecimientos vividos me han hecho sentir, pensar y actuar como que lo fuera. A mi criterio, el amor de madre es lo que solemos llamar vocación.

Es curioso darse cuenta que en la escuela o en la universidad, no existe una materia que nos prepare para enfrentar una pandemia. Aquella cátedra llamada “Emergencias y Desastres” involucra mayormente a eventos naturales. ¿Quién se iba a imaginar que la ficción que se ve en las películas se combinaría con la realidad? Sobre todo, cuando no estamos preparados para manejar problemas de tal magnitud.

A inicios del 2020 empecé a ejercer mi profesión. Me sentí feliz, orgullosa de lo que había alcanzado y a la vez con temor dada la poca experiencia. No obstante, siempre me he sido empática, y tratando a cada paciente tal como me gustaría que lo hagan conmigo en esa circunstancia. Este sin duda es un consejo muy importante, pues es el filtro y control de calidad que cada uno hace a su trabajo.

Pasaron algunos meses y se rumoraba que en otro continente se detectó una enfermedad viral, desconocida, peligrosa, poco manejable y de rápida propagación. Nunca imaginamos que este virus sería causante de una crisis sanitaria mundial y mucho menos que afectaría a nuestro lindo país.

Varios, y no pocos, desconocían lo que acontecía en torno a la nueva enfermedad, reflejando el mal uso del internet y las redes sociales, así como el poco o nulo acceso a información calificada; por lo tanto, la primera falla fue el no saber alistar la “*maleta anti pandemia*” a tiempo. Entonces, el COVID-19 llegó más pronto de lo esperado, trayendo consigo, entre otras cosas, la dificultad para adquirir una simple mascarilla, tanto que en lo posterior se convirtió en una misión imposible, dada la escasez y los sobreprecios. Menos mal en mi trabajo, al principio, sí contábamos con estas prendas de protección. Me atrevo a decir que, si bien es cierto no nos sobraba el material, no supimos utilizar de una manera ahorradora tanto por la ignorancia como por el miedo al contagio. Desde lo personal, invertí mucho dinero adquiriendo mascarillas, overoles, visores, gafas, batas, etc.

Recuerdo que en todas las unidades de salud se destinó un espacio apropiado para atender a pacientes sintomáticos respiratorios. Mi unidad fue la pionera en la zona en la que se ubica, debido a la cantidad de usuarios que nos frecuentaban. A pesar de ello, ya había pasado un mes en el que las consultas externas se atendían a todos los usuarios por igual, lo que nos llevó a vivir en la diaria incertidumbre respecto a haber estado en contacto con algún portador del virus. No pasó mucho tiempo para que llegara el momento de visitar a un paciente confirmado con la patología y pues todo tipo de excusas surgieron para evitar ese enfrentamiento, ya que nadie quería ir, mientras que otros renunciaron. Yo soy de los médicos que llevo en la mente el cumplir con el juramento.

Es difícil describir la disputa interna entre el miedo y las ganas de ayudar al enfermo, quien era un hombre joven, físicamente estable, pero que vivía con la permanente sensación de que iba a morir, sintiéndose culpable de haber contagiado a su esposa, llamada a cuidar de él y de sus hijos. Siempre repetía “*Doctorita, Usted me da fuerza y esperanza, solamente viéndole yo me siento mejor, no se vaya*”.

Me cuesta poner en palabras lo que él estaba sintiendo, así como me es complicado plasmar en estas líneas lo que yo sentía respecto a su cuadro, en contraste con las cosas que me decía. A partir de ello, todo en mi rutina diaria cambió.

Cada que salía a visitar un contagiado, me sentía famosa y perseguida por las cámaras de televisión, manifestada con mayor intensidad mientras me vestía “de astronauta” para cumplir con las funciones diarias. Eso me llevaba a enfrentar cada caso con optimismo, más allá de la espantosa sensación de asfixia provocada por todas las prendas del equipo de protección personal. Al tiempo que escribo estas líneas, finales del 2020, ya me he acostumbrado, y lo hago con absoluta responsabilidad pensando en mí y en mi familia. Desgraciadamente, también me tocó ser testigo de incómodos momentos en algunas viviendas, al ver cómo allegados a los enfermos, los trataban con discriminación por el hecho de “tener la peste”. El miedo los sumergía en el territorio de la incoherencia y la ignorancia, lo que me llevó a comprender que, más que la misma enfermedad, lo que dañaba a cada paciente era la falta de sensibilidad y apoyo de los suyos.

En la generalidad, todos quienes conformamos el personal de salud debíamos estar dispuestos a encarar lo que sea que fuere que se nos presentara al frente, como contraer la enfermedad e incluso morir. En tal virtud, como creyente, siempre recé, y lo sigo haciendo, para cumplir la gran meta de esta coyuntura: no enfermaré y tampoco a los míos; por lo tanto, para minimizar el riesgo, me aislé de mi familia, mascarilla puesta todo el tiempo, comprando lo que esté a mi alcance para que ninguno de ellos se exponga por salir, así como insistí en la capacitación relacionada al virus, sus maneras de contagio y las medidas de protección, para que cuando alguno de ellos tenga que acudir a trabajar se cuide con mucha responsabilidad. Sigue siendo el recordatorio diario para nosotros que, si uno se enferma, nos enfermamos todos, algo desafortunadamente muy común entre todas las familias que he atendido.

El tiempo avanzó y el virus capturó a más víctimas, aumentando los casos de manera exponencial, mientras los equipos de protección se agotaban; de hecho, fue desalentador presenciar que muchos amigos y colegas, a pesar de ser conocidos en el medio por su brillante trayectoria, así como personas con importante capacidad adquisitiva, morían día a día, debido a que las unidades médicas estaban saturadas en su capacidad de recepción. El pico de la crisis significó decepción, desasosiego, resentimiento y horas de trabajo incalculables para atender, en muchas ocasiones, a personas irresponsables, incapaces de hacer algo tan sencillo como usar una mascarilla, lavarse las manos o conservar la distancia de los demás. No guardo resentimiento, solamente noto que el trabajo al que nos enfrentamos no fue, ni es, valorado como debería ser.

Las alertas se encendieron aún más cuando varios compañeros se contagiaron, siendo una inevitable consecuencia laboral, que me obligó a mí misma a ser más rigurosa de lo que ya había elegido ser. En ese instante me sometí al procedimiento de hisopado nasofaríngeo para confirmar o desmentir si yo me habría convertido en portadora; de hecho, me habría gustado que la persona que me tomó la muestra se comporte con la misma delicadeza con la que yo atendía a la gente; pero entendí que somos diferentes y estábamos comprometidos con varias circunstancias de estrés. La espera por el resultado fue eterna, angustiante, pero me sirvió para elevar los niveles de empatía con los enfermos, que de por sí ya los tenía bien arriba. Cuando llegó el veredicto, la tranquilidad regresó con él, pues las medidas aplicadas habían cumplido su función; por lo tanto, si alguien se cuida como corresponde, las posibilidades de enfermarse son mínimas.

Mientras muchas familias estuvieron en el confinamiento una época de reencuentro, yo me separé de la mía, con el único objetivo de mantenerlos a salvo y dejar de sentir que si les daba un beso o un abrazo les haría daño. Esta es una de las situaciones más complicadas y difíciles que he vivido durante la pandemia, por eso es que me gusta subirme a la máquina del tiempo de la imaginación para revivir mi fiesta de graduación y amortiguar el dolor de la distancia. En ella disfruté al máximo con mis seres queridos, y tengo presentes sus sonrisas, ocurrencias y sobre todo su cariño que son mi fuerza del día a día.

Conciencia, solidaridad, coherencia, rigurosidad y ponerme en los zapatos del otro son las grandes lecciones que la pandemia me entregó, más allá de si pronto llegaría o no la vacuna, en cualquiera de sus alternativas, pues mi bienestar y el de mi familia no tienen precio alguno ni se negocian en las acciones cotidianas. Sí, mantener el ánimo arriba, y una sonrisa, son el complemento perfecto, pues siempre habrá alguien que necesite contagiarse de buena vibra. ¿Coincide conmigo?

EL BICHO



**Por: Arturo Alejandro
Enríquez Mejía**

A un año del primer caso reportado de la Covid-19 en el mundo, y a casi nueve meses de la pandemia en el país, diciembre 2020, hay quienes fallecieron, están los que se recuperaron de un cuadro severo, aquellos que esperan una vacuna eficaz, los que nos seguimos cuidando, y los que creen que la infección por el nuevo coronavirus es una “*simple gripecita*”.

Es curioso que en poblados de las regiones tropicales del sector rural o de comunidades alejadas del norte del país, ubicadas a cientos de kilómetros y varias horas de las grandes ciudades, a las que sólo se puede acceder por carreteras de segundo orden, sus moradores me vean con misterio en unas ocasiones, o burlándose en otras, cada vez que utilizo la mascarilla y exijo que se respete el distanciamiento social. “*¿Está nervioso que está puesto ese bozal? No se asuste que el bicho ya pasó hace tiempo por aquí*” es la compuesta frase que resume su comportamiento, y manera de pensar, ante mi presencia.

“*El bicho*”. ¿Cómo explicarles que no es un ser de tal condición, y que en realidad es un virus que entra al cuerpo por vías específicas para interactuar con él, aprovechándose de otras células para vivir, y que por eso se llama coronavirus? ¿Valdría el esfuerzo?, si resulta que están convencidos que de allí ya se fue y por lo tanto se reúnen en celebraciones familiares, asisten a eventos sociales, no cumplen con la más mínima medida de bioseguridad recomendada, entre otras cosas. Y lo afirman, pues insisten en que meses atrás sufrieron el desarrollo de enfermedades poco frecuentes; en unas comunidades tuvieron fiebre, dolor de cabeza, fatiga y un fuerte dolor en el pecho que les privaba del aire, mientras que en otras fueron cuadros de diarrea, vomito, malestar general, pérdida de los sentidos de olfato y gusto. Coinciden en que los síntomas son fuertes, pero también en que es fácilmente superable: “*Duro, duro es, parece que se va uno a morir, pero sí se le aguanta*”. Dichas manifestaciones duraron entre cuatro y quince días para luego desaparecer y lo notable es que se enfermaron familias enteras, desde adultos mayores hasta niños, sin excepción.

Analizo la situación sobre lo escuchado y me nace la interrogante: *¿Será que alcanzaron la controversial inmunidad de grupo o rebaño que tanto mencionan los epidemiólogos?* Difícil saberlo porque testimonio no es evidencia, pese a que jamás alguno de ellos accedió a una prueba serológica de anticuerpos, menos a un hisopado nasofaríngeo para diagnóstico. Sí, aquí vale recordar la saturación del sistema público de salud, los antecedentes trágicos de meses pasados en otras provincias, y sobre todo la estigmatización para el que es sospechoso o positivo para Covid-19, elementos que han impedido un manejo técnico a la pandemia.

Sigo con muchas dudas y con el interrogatorio. Pregunto: “¿Por qué no acudieron a una unidad de salud o a un médico al sentirse así?” y su respuesta otra vez me deja atónito: “Hay la idea de que coronavirus es sinónimo de muerte. ¿Para qué salir a la ciudad si allá moriremos y regresaremos en una casa al cementerio? Mejor nos quedamos en la casa, utilizando nuestros remedios de siempre”, en relación a la acostumbrada práctica de medicina natural desde tiempo ancestrales, fundamentada en plantas endémicas como cascarilla, verbena, entre otras, que se complementan bien con las infusiones de hierbas que preparan con el licor extraído de la caña, que ellos mismo cultivan, al cual le han puesto varios nombres: “*Wanchaca*”, “*Chancuco*” o “*Puntas*”, que además debe tomarse de manera amarga “*para matar al bicho*”. Sí, lo acompañan con unas cuantas dosis de ivermectina de uso veterinario, vía subcutánea.

“*¿Será cierta tanta maravilla?*” cuestiono, pues tengo la sospecha que semejante mezcla tiene como consecuencias a las siguientes: irritación de la mucosa oral, el esófago (esofagitis), afectación del riñón (nefropatías), y hasta pérdida de la visión (oftalmopatías); sin embargo, ellos están convencidos de que este tratamiento no sólo los ha sanado, sino que también ha evitado el desarrollo de cuadros graves que implique el traslado a una casa de salud para ser intubados.

Me cuesta creerlo; en realidad estoy seguro de que su sistema inmunológico es muy fuerte, su genética es vigorosa, su alimentación adecuada y el entorno natural que los protege, conforman los cuatro elementos de esta receta mágica para vencer al Covid-19. “*¿Cómo hacen?*” consulto, y sin temor me cuentan que “*Cuando hay un sospechoso de infección en una familia o en el pueblo, lo aislamos en el trapiche* (lugar donde, mediante un aparato se extrae el jugo de la caña para elaborar el licor), y le hacemos que se acueste sobre la fibra de caña exprimida durante los días que presente los síntomas, mientras le damos la bebida de hierbas con ivermectina. Ya cuando está mejor, le damos caldo de gallina para que recupere la energía”.

“*¿Y los asintomáticos?*” la pienso, aunque prefiero el silencio, pues no es una pregunta importante, dado que el tratamiento referido es cuando los síntomas aparecieron, así que da lo mismo. Por eso expresan

con absoluta certeza que no hay que temerle, así como que ya se curaron todos “*hace tiempo*”. De hecho, ya llega la celebración de fin de año y están organizando un gran festejo con baile y comida, el mismo que tendrá “*Hervido de Cascarilla para los nerviosos o los que se sientan ofendidos*” que es la palabra que utilizan para denominar a quienes tienen la sospecha de estar enfermos. “*Ofendidos*” ¡Me encantó!

Por lo pronto, yo seguiré con las medidas de seguridad conocidas, bien puesto la mascarilla, evitando reuniones, basándome en la evidencia que ha surgido en la lucha contra el Sars-Cov-2, confiando en que el 2021 llegará la solución definitiva por medio de la vacuna.

¿Y si tuvieran razón? Pienso. En otro libro le contaré la respuesta.

MI EXPERIENCIA EN TIEMPOS DE CONFINAMIENTO



Por: Andrés Orbea Jácome

A inicio de 2020 cursaba la pasantía en el hospital. En ese momento, los grupos de mensajería móvil, así como las redes sociales, empezaban a llenarse de videos, imágenes, noticias, sobre la nueva enfermedad producida por el virus bautizado como SARS-Cov-2, pues su veloz avance ponía en apuros a la sociedad mundial. Los temas relacionados hacían referencia a la afectación del sistema respiratorio y sus secuelas, la inexistencia de tratamiento, los grupos etarios más sensibles, y la muerte que cobraba innumerables víctimas, ante la poca posibilidad de reacción ante el fenómeno. Sin embargo, como se desarrollaba lejos no se le puso mucha atención, por omisión y desconocimiento, así como por un exceso de confianza que llevaba a pensar que, con todos los avances clínicos y tecnológicos, pronto sería controlada.

Los días tenían su normal desarrollo, aun cuando se informó del primer caso de Covid-19 en Ecuador. No obstante, sabía que todos quienes conformamos el personal de salud debíamos enfocarnos mucho más en las acciones a cumplir durante los turnos, elevando los niveles de responsabilidad y minuciosidad en el desempeño de las mismas; al menos yo así lo hice. No olvido aquella mañana en la que mi compañero de guardia no asistió, motivo por el cual tuve que acompañar a una paciente a otro hospital con el fin de que se le realice un examen. La sorpresa fue que, al llegar, todo era diferente: empleados fumigando todas las áreas, recibimos mascarillas, y tendíamos que esperar al menos dos horas para entrar a la sala donde sucedería el procedimiento, ante la sospechosa presencia de una persona con posible contagio de la nueva enfermedad.

Ante dicha circunstancia, asumiendo que yo también me contagiaría en el ejercicio profesional, llamé por teléfono a mi hermano menor a decirle que él y mi mamá, quien padece diabetes, debían salir del departamento de inmediato, puesto que no podríamos seguir viviendo juntos. Pensar en las posibles consecuencias, me aterraba y no estaba dispuesta a cargar con esa triste responsabilidad.

Más adelante, el Gobierno Nacional decretó estado de excepción y confinamiento, con el fin de enlentecer la propagación del virus, así como de evitar la saturación del sistema de salud, lo cual de todas maneras fue imposible.

Allí empezó la paradoja emocional: la responsabilidad absoluta ante, y con, los pacientes, durante larguísimas jornadas acompañadas de tristeza, soledad, inseguridad, versus la ansiedad, producto del miedo, ante la posibilidad de que mis familiares se contagien y sean los ocupantes de esas camas de hospital, o yo misma, más allá de estar separados. Caminaba desde mi departamento al trabajo, vestida de uniforme, mandil, fondoscopio, mascarilla, y más elementos de bioseguridad pensando en estos temas, cruzando miradas con otros transeúntes en similares condiciones, unos más protegidos que otros. Un día de ellos, en el trayecto de regreso a casa, se cruzó en el camino un hombre en ropa ligera, la misma que parecía haber sido utilizada por varios días, quien decía: *“Necesito comer , tengo hambre y no quiero robar y tampoco matar a alguien”*. Aceleré el paso, sólo quería llegar a casa y no salir más. ¡Qué mezcla de dolor e impotencia sentí!

Los casos positivos para Covid-19 crecieron a pasos agigantados, y los servicios de emergencia no daban el abasto suficiente y necesario para atender a todos los casos, tanto que fue necesario acondicionar otras áreas del hospital para recibirlos, al tiempo que las unidades de cuidados intensivos también estaban llenas. Afuera el drama y el dolor de las familias se vivía a cada instante, cuyo único objetivo era recibir noticias de sus parientes ingresados, así como palabras de aliento y esperanza; también de consuelo en otros casos. Insisto, el manejo emocional, individual, fue un enorme desafío cotidiano a superar, ante la incertidumbre general del devenir.

Pandemia, sinónimo de confinamiento, con poca gente en la calle, salvo quienes por nuestras funciones estábamos habilitados para hacerlo. En otro de esos días, en el recorrido desde el hospital a casa, diez de la mañana, fui abordado por dos personas, hombre y mujer, quienes me arrinconaron con pistola y cuchillo en mano; me amedrentaron y arrancharon la mochila, pensando que encontrarían cosas de alto valor monetario, topándose con un estetoscopio y el mandil. En los bolsillos algo de dinero y mi teléfono celular, los mismos que me quitaron.

El miedo se apoderó de mí y nubló mi mente. Vagamente recuerdo haber clamado por mi estado físico, entregándoles todo lo que traía en la talega; sin embargo, las amenazas siguieron, tanto que llegaron a quitarse las mascarillas para indicarme sus tatuajes que los ataban a un grupo específico, según dijeron, mientras amenazaban dispararme si no les daba más, que tampoco tenía.

En firme signo de fragilidad y rendición me retiré la mascarilla, esperando el fatal desenlace. Desesperados me pidieron la clave de desbloqueo del teléfono, me empujaron y me dijeron que siga caminando sin regresar a ver.

Ya en el hogar, angustia y sudoración. Tras tomar un vaso de agua, me comuniqué con la familia para contarles lo sucedido, y de manera especial, advertirles sobre posibles llamadas que pudieran recibir en los próximos minutos o días desde mi número registrado, con el fin de que estén alerta y no caigan en ningún tipo de provocación, engaño, estafa. Mi padre, con evidente preocupación, decidió viajar para acompañarme, rompiendo el protocolo de distanciamiento que como familia nos impusimos, comentado al inicio de esta historia. Cuando llegó, además de transmitirme apoyo, seguridad, fortaleza, me dijo: “*¡Ven conmigo! Estamos a una hora de tu sitio de trabajo, entonces te entregaré mi vehículo para que así de movílices, estés seguro, y nosotros tranquilos respecto a que no te vuelva a ocurrir*”. No dudé, acepté la propuesta, y nos fuimos a casa, en una ciudad cercana. Ya en el destino, parecía que todo fue un sueño y que quedaría como un mal recuerdo; sin embargo, lo más difícil vendría después.

Al día siguiente, dentro del enorme placer de volver a estar juntos, mi madre no estaba. Pregunté por ella, y papá me contestó que “pasará unos días con tus tíos, pues como sabes por su diabetes debemos proteger su salud de manera prioritaria. ¡Quédate tranquilo!”. Estuve de acuerdo. Sobre la marcha me propuso hacer ejercicio y practicar juntos los deportes favoritos, en los días que no me tocaba trabajar, lo cual despertó una parte de mí que había olvidado que existía, lo cual me llenó de optimismo y fuerza para continuar. Fueron dos días de absoluto júbilo, bicicleta, naturaleza, paz, aire puro y riachuelo; todos los elementos necesarios para volver al trabajo junto a los pacientes, luego de tan maravillosa jornada.

Esa noche ya no fue como las dos anteriores, pues me llené de temor y duda, y no por el asalto sufrido, sino porque ante mi presencia mamá tuvo que irse de casa, pero no así mis abuelos, quienes han estado a cargo de mi padre por muchos años. *¿Qué pasaría ante mi llegada?* Pensaba. Pregunté a mi padre al respecto, quien siempre con su tono optimista manifestó: “*No temas, pues he preparado un hogar diferente, transitorio, para ellos, en el que recibirán todos los cuidados que les brindo. Por lo tanto, quiero que estés tranquilo, cuidando de ti mismo y al servicio de quienes te necesitan*”. Aquella noche pase en vigilia, dado que había leído muchísimo sobre el comportamiento del virus, sus formas de contagio, el tiempo que permanecía en el aire, las mejores medidas de bioseguridad y demás. En búsqueda de la paz, con la certeza de que yo me estaba cuidando en excelencia para no exponerlos, me quedé dormido.

De golpe, pesadilla. Reviví el ataque del cual fue víctima, especialmente el momento que descuidé el uso estricto de la mascarilla al retirármela ante los malhechores. Mi corazón se agitó, sudaba, suplicaba en silencio por la salud de todos los míos, pues era un hecho que el haber llegado, más allá del amor, ponía en absoluto riesgo a sus vidas.

Bueno, acudí temprano y al pasar por emergencia había muchos pacientes infectados con coronavirus, tanto que se había habilitado un piso más, de los que ya había, para los pacientes positivos. En el cumplimiento de las actividades, las horas pasaron a toda velocidad, tanto que el retorno a casa sucedería pronto; sin embargo, al amanecer sentí dolor en las piernas y en la garganta, acompañados de espaciados estornudos, lo mismos que atribuí a la larga jornada. Probablemente con el reposo la condición cambiaría para horas de la tarde, entonces decidí que sí volvería a casa, como habíamos acordado. No obstante, mi mente se inquietaba ante la posibilidad de ser portador.

A la tarde llegó mi padre de su trabajo, sin inconvenientes, al igual que mis hermanos en sus clases virtuales. “*¡Qué gusto verte!*” le dije para sobre la marcha preguntar por su estado de salud. Me respondió que estaba muy bien. Sí, es verdad, hice mucho esfuerzo para callar mi condición puesto que no había mejorado, entonces comenté que no deseaba cenar por el cansancio y me retiré a la habitación. La noche se convirtió en cómplice de mi tortura, al sentirme culpable, desde ya, por lo que podría ocurrir, sensación que no se la deseo a nadie, pues venía acompañada de desfavorables presagios, energía negativa, porque las molestias continuaban deteriorando mi estado de salud. Estaba claro que me había contagiado.

En la mañana, salí de la habitación para analizar las condiciones de cada uno, por supuesto, usando mascarilla. Mi madre, ya de vuelta, bien, a la distancia, al igual que mis hermanos. Por su parte, papá comentó que le dolía la cabeza y que sentía algo de molestia en su garganta, mientras se sorprendía al verme caminar lento y débil; sentí su angustia inmediata en mi alma. Sin perder tiempo, se comunicó con un laboratorio para que me realicen la prueba necesaria, y habría que esperar cuatro eternos días, casi siglos, para recibir el resultado y confirmar el diagnóstico. Por lo tanto, empecé con el tratamiento, sin estar seguro de que funcionaría, pero no podía perder más tiempo propio, ni exponerlos más.

En aislamiento, cada hora que el reloj marcaba era una puñalada en lo más profundo de mi ser, dudando de que la medicación ayude, pero confiando en que sí lo haga. Días después, tanto en él como en mí, la condición general empezó a mejorar, pues no hubo compromiso respiratorio, tampoco pérdida de los sentidos, aunque los resultados recibidos efectivamente confirmaron que los dos lo teníamos.

Posteriormente, contando el tiempo establecido en que se afirma haberlo superado, nos hicimos tomografías de tórax, cuyos informes, ratificaron que lo habíamos superado. Era el momento de retornar a casa.

Llegamos, y el teléfono sonaba sin parar. Con la felicidad de la buena noticia, mi padre contestó la llamada, pero su rostro palideció de inmediato, al escuchar del otro lado de la línea a mi abuelo decirle que se sentía mal y tenía fiebre. El puñal volvió a clavarse, esta vez en mi corazón, mientras nos dirigíamos a verlo, haciendo memoria de lo trascendental que era su presencia en nuestra vida, con sus palabras y sabios consejos, desde que tengo uso de memoria. Lo encontramos acostado en su cama, sudando, agitado y con interminable tos y de inmediato las lágrimas recorrieron nuestros rostros, pues era evidente que estaba contagiado de Covid-19.

Recorrimos clínicas, hospitales, casas de salud, y en ninguna quisieron recibirlo, por su edad y condición, recordando que las directrices estaban dadas para hacerlo con quienes más posibilidades de salvarse presentaban. En pocas horas empeoró, y la única puerta abierta que sí pudo pasar, fue la del cielo para el viaje eterno

PARA VOLVERNOS A ENCONTRAR



**Por: Md. María Augusta
Basantes**

Extraño aquellos días, cuando éramos tan afortunados y no lo sabíamos, el aire era libre y nosotros libres de respirarlo. Hoy al parecer fue mi cumpleaños y lo he olvidado por completo, quizá por el trabajo o el estrés, tal vez por la angustia o el miedo; quién sabe, hay muchas razones. Ha sido otro largo día en el consultorio, me he despedido de algunos pacientes para volverlos a ver, y de otros, para dejarlos ir para siempre.

Sentada aquí, recuerdo a todos ellos, desde el inicio del internado hasta esta fecha. Sin duda, hay personas que dejan una huella permanente en nuestras vidas; para mí fue una pareja quienes me hacen recordar cuan infinito es el amor.

Fue en los primeros días del año que recibí una llamada del centro médico donde laboro, en la que me informaron que había una consulta y que los pacientes solicitaban mi presencia. Salí de inmediato, despeinada y revestida con el primer uniforme que encontré sobre la cómoda.

Al llegar los reconocí de inmediato. Era una pareja a quienes atendía desde hace algunos años cuando empecé a trabajar, eran Mariana y José. Aliviada de saber que el motivo de consulta era un chequeo general porque planeaban salir de viaje, los invité a pasar y a conversar un rato. Aunque conocía su historia, me gustaba escucharla una y otra vez.

Ellos se conocieron en la secundaria de su ciudad, decían que esa fue la primera vez que se sintieron distintos y plenamente felices. Fueron novios durante mucho tiempo y al finalizar la universidad ya habían decidido casarse; Mariana se había graduado de profesora y José como un flamante abogado. Lo planearon todo de principio a fin, después de que firmasen el acta de matrimonio, iniciarían una larga luna de miel. Anhelaban visitar París, la ciudad del amor y las luces; también dar un paseo en canoa en los canales de la clásica, pero romántica, Venecia y de esa forma recorrer juntos cada exquisito lugar de la vieja Europa.

No tardaron mucho en completar sus estudios y cuando por fin se casaron, se dieron cuenta de que habían olvidado el detalle más importante. Eran recién casados y no tenían más que el alquiler del mes entrante para su apartamento, aunque les causó tristeza, mantuvieron en mente que así es como los mejores viajes empiezan.

La pareja comenzó con trabajos de medio tiempo, para cubrir sus gastos esenciales, puesto que no hallaban oficios estables. Pasaron los años hasta que un día José regresó hilarante de la felicidad a casa y le contó con mucha emoción a su esposa, que había sido contratado en un aclamado bufete de abogados. Así mismo, meses después, Mariana consiguió un mejor empleo en una reconocida escuela; parecía que todo tomaba su lugar y al fin la pareja sentía completa tranquilidad.

Algún tiempo más tarde decidieron iniciar una familia, ya tenían un hogar propio y él había firmado como socio en su bufete. Sin embargo, a pesar de sus intentos Mariana no lograba quedar embarazada, así que visitó a su ginecólogo para descubrir cuál era el motivo; días después, recibió una llamada de su médico, quien citó a la pareja. Al sentarse lo supieron por la expresión en el rostro del galeno, que no eran buenas noticias, solo se tomaron de la mano y escucharon cada dolorosa palabra: Mariana fue diagnosticada de cáncer de mama, y dada su edad, se trataba de un cáncer de alto riesgo.

Inició el tratamiento, dejó su empleo pues la depresión la había encarcelado y aislado. José por su lado trataba de ser optimista, brindándole una sonrisa y un abrazo en cada amanecer y anochecer a “*su viejita*” como él le decía. Durante un año, abandonaron aquellos sueños de juventud, los sentían tan lejanos como la vida misma, y aún conservaban una pequeña libreta donde habían anotado las cosas que deseaban hacer y los lugares que deseaban conocer.

Cualquier pareja puede quebrarse, pues el agotamiento y el estrés emocional no suelen ser la mejor compañía. Lo increíble es que esta pareja es recordada en el hospital por aquella mirada translúcida y llena de esperanza de dos jóvenes enamorados.

Fue así que, juntos superaron aquella difícil prueba y se levantaron tomados de la mano, para iniciar de nuevo. Ya eran bastante adultos, así que optaron por no tener hijos, pues decían que el amor que sentía el uno por el otro era suficiente para toda la vida.

Muchos años más tarde fue que los conocí, y finalmente comprendí por qué decidí estudiar medicina: la sensación que me deja el escuchar cada una de las historias que hay detrás de cada paciente y la satisfacción que me causa el ayudar para que continúen viviendo cada una de ellas.

Mariana tenía diabetes y problemas cardiovasculares, mientras que José era un hombre completamente sano y muy bien conservado para su edad; llevaban muchos años de casados y una historia tan larga, que era casi imposible resumirla en una hoja de papel, la misma que se actualizaba cada trimestre con su visita para chequeo y control médico. Sin embargo, esta vez era diferente, pues me explicaron que después de largos años de espera, finalmente realizarían su ansiado viaje a Europa y tendrían aquella luna de miel que tanto habían pospuesto. No pude estar más feliz por ellos, aunque debo decir que me causaba cierta molestia el saber que la situación no era tan favorable, pues iniciaban los casos por tan temido virus en varios países, y el contagio podía darse en cualquier momento. De todas formas, realicé el chequeo e indiqué los exámenes correspondientes, pues tan solo faltaban unos días para su viaje y estaban extasiados.

Cuando llegaron los resultados, no hubo mayor complicación, todo parecía estar en orden, pero sin dudar les comenté acerca de mi preocupación de un posible contagio por este virus, recomendándoles que no era lo ideal salir de viaje. Ambos me dijeron que el tiempo no siempre es favorable, pues habían pasado por mucho antes de llegar hasta este punto, y confiaban en que todo iría bien. Lo único que pude hacer fue desearles un buen viaje.

Tiempo después supe que regresaron, pero no vinieron a visitarme pues ya se rumoraba de posibles casos del nuevo virus, entonces asumí que se encontraban en buen estado de salud. Unos días más tarde, recibí noticias de esta pareja, de la mano de José quien me visitaba, aunque su cara estaba cubierta por una mascarilla y un visor. Lo quise saludar, pero él no me dio tiempo de pronunciar ni una sola palabra.

Comenzó diciendo que Mariana estaba enferma, y al inicio él no había estado seguro si se trataba de aquel virus o de una infección; dijo que hace poco más de una semana, su esposa empezó a sentirse muy cansada, también tenía malestar corporal general, desembocando con alza térmica muy elevada que no cedía, motivo por el que fue trasladada al servicio de emergencia, y un par de días más tarde le diagnosticaron Covid-19. Quedé estupefacta, no sabía qué decir o cómo tranquilizar al hombre, pues parecía estar al borde del desmayo.

Así pasaron largas semanas, en las que se desvivió por cuidarla día y noche. Claro que usaba todas las protecciones y en un punto llegué a pensar que lo hacía solo por ella, dado que en algún momento me dijo: *“No tengo miedo de morir o contagiarme, sí de verla morir. Yo soy fuerte y sano, sé que estaré bien aun si llegase a enfermarme”*.

Mariana logró recuperarse, a pesar de sus factores de riesgo; sin duda su esposo fue el principal merecedor de este reconocimiento. No importaba cuál fuese la tarea, él siempre quería hacerlo personalmente, incluso pedía que le enseñaran cómo hacerlo para no cometer equivocaciones.

José me visitaba muy seguido y leía mucho acerca del virus; estaba atento a los cuidados que se necesitaban para no contraerlo, los síntomas que podían presentarse y cómo cuidarse en el caso de contagio. Así, uno de esos días, los dos me visitaron, y las pruebas de Mariana indicaron que estaba sana, al igual que su esposo y al fin habían regresado a su hogar. Una vez más, me despedí de ambos y los vi alejarse juntos tomados de la mano; esa fue una escena amable de la situación que me gusta recordar.

Pero la realidad me atacaba cada vez que entraba al centro médico, ya que la situación empeoraba con el devenir. Cada vez llegaban más y más pacientes padeciendo el mismo virus. Los contagios eran incontrolables, las muertes aumentaban día a día, y sentía que no había más escenas como la del párrafo anterior. En consecuencia, los días se volvieron repetitivos, sintiendo que me hundía en la tristeza, buscando esperanza en medio de la nada. De pronto, otra vez timbró el celular, era Mariana, quien muy desconsolada me comentaba que su esposo había contraído el virus y estaba en cuidados intensivos, debatiéndose entre la vida y la muerte.

Esa misma tarde, fui al hospital y la busqué. Al encontrarla solo vi su cara demacrada por la falta de sueño y presencia de abundantes lágrimas. Me senté junto a ella e intenté consolarla. Me dijo que sentía culpa y rabia de no obligarlo a ir al hospital antes, puesto que apenas después de recibir el alta, él empezó a sufrir fuertes dolores de cabeza que lo dejaban agotado, dormía largas horas y por lapsos de tiempo se recuperaba.

Derramó algunas lágrimas y continuó: *“Un día se marchó a la habitación, toqué la puerta por mucho tiempo hasta que me respondió que estaba enfermo y que debía estar aislado quince días”*. Se quedó callada unos minutos y agregó: *“Debí llevarlo al hospital ese momento”*.

De golpe, la charla fue interrumpida ante la presencia de un colega, quien informó a Mariana que su esposo había entrado en paro y no pudieron hacer más. Tenía un nudo en la garganta, mis manos se helaron, me quedé en blanco al escucharlo; José había muerto.

Treinta minutos me quedé sentada en el piso recordando a aquel hombre a quien le tenía mucho cariño, que hasta hace unos meses me visitaba con frecuencia y ahora ya no lo vería más. Pensaba en todos los refranes y reflexiones que me dio, en la cálida mirada que tenía al decirme: *“Gracias por salvar vidas”* aun sabiendo que era apenas una médica recién egresada.

Mi rostro estaba lleno de lágrimas y mi corazón en mil pedazos. Sentí una ligera palmada en la espalda y al voltear era ella, Mariana, con una pequeña sonrisa. Nos abrazamos y lloramos juntas por otro largo rato.

El tiempo pasó, desde la muerte de aquel gran amigo. Una tarde decidí ir a visitar a Mariana, pues ya hace tiempo ella no lo hacía. Me sirvió una taza de té y nos sentamos a charlar, agradeció mi compañía y me habló de muchos recuerdos junto a José. Hizo una leve pausa, me tomo de las manos, y entonces me dijo: *“Sé cómo te sientes. Yo sentí el mismo pesar durante los primeros meses. Tal vez piensas en que pudo ser diferente o que haberse evitado, pero al igual que yo, debes entender que estas cosas pasan todos los días”*.

Respiró profundamente y continuó: *“Sabes, él estaba sano, pero su alma siempre estaba acongojada. Aunque en todo momento le mostraba una sonrisa, sé que sufría aún más que yo, pero cuando comenzamos a visitarte, él tenía un poco de alegría, disfrutaba que alguien escuchará aquellas palabras que hubiese querido compartir con un hijo o hija”*.

Cuando terminó de hablar, rodaron por mi mejilla lágrimas de dolor y de alegría, mientras ella mantenía esa cálida sonrisa acompañada de un silencio reconfortante. Llegó la noche y me despedí, preguntándole si estaría bien sola. Solo sonrió, asintió con la cabeza y dijo: *“No siento soledad, él prometió que siempre estaría conmigo, y sé bien que esto no es un adiós, sino un hasta pronto”*.

Esas últimas palabras me devolvieron la paz que hace meses creí perdida, fueron el aliento que buscaba. El alma me volvía al cuerpo y recordé todo aquello que había olvidado a causa de la pandemia.

En días como hoy recuerdo esa sensación, retomo la razón y me repito a mí misma el motivo por el que sigo aquí, pese a la adversidad. Días como hoy, son los que me hacen amar la medicina, sintiéndome una heroína de carne y hueso. Entendí que, con aciertos y errores, he dado lo mejor de mí y que de alguna forma ha significado un granito de esperanza. Por ello recuerdo que los días malos me hacen más humano y mejor profesional.

CADA CUARTO DÍA



Por: Md. Gabriela Quiroga Ortiz

El miedo es la básica respuesta humana ante lo incierto, en búsqueda de protección. En este caso, y muchos más, es totalmente justificado.

Trabajaba arduamente en el hospital, como cada cuarto día. Ese lunes llevaba puesto su uniforme azul marino, con cómodas zapatillas, listo para enfrentar lo que las próximas veinticuatro horas le hayan preparado. Más de dos años laboraba en dicho lugar, motivo por el que contaba con la suficiente experiencia para mantener un estado de ánimo tranquilo y positivo; en realidad, confiado con respecto a los percances que pudiesen ocurrir. Sin embargo, es obvio que la medicina es un juego de infinitas probabilidades que se sortean en un azar de situaciones inesperadas e irónicas.

En sus primeras atenciones del día, anotadas en el libro diario que es llevado por las agenciosas licenciadas de enfermería, se reportaba una diarrea aguda de un niño, quien había debutado con fiebre hace dos días, luego de la ingesta de conchas asadas. Convencido en su conocimiento, supo determinar un buen diagnóstico con el correspondiente tratamiento para el bienestar del menor y su familia. El siguiente paciente en la lista, fue una mujer de aproximadamente veinticinco años de edad, quien presentaba dolor abdominal a nivel de estómago, acompañado de náusea y vómito, desde hace dos días.

El primer escenario que cruzó por su cabeza fue gastritis, ya que el cuadro clínico era evidente, además de ser muy común en Ecuador, como todas las enfermedades gastrointestinales, tanto en consulta diarias como en emergencias hospitalarias.

Perspicaz en su criterio, desarrolló el interrogatorio para la historia clínica encaminado a su impresión diagnóstica. Al momento de topar los antecedentes ginecológicos, donde se aborda preguntas generales del ciclo menstrual femenino, emergió de las entrañas de la paciente un dato que lo llevó a reconsiderar el diagnóstico original: la irregularidad de la menstruación, de la mano de su estado civil. De repente, la absoluta certeza con la que se conducía en este abordaje parecía oscurecerse y era

prudente solicitar un diferencial para descartar o confirmar las sospechas que estaban sobre la mesa.

Amable como es, explicó a la mujer el cuadro general en el que se enmarcaban las probabilidades de alojar un ser microscópico no deseado; o, en su defecto, no planificado pero deseado. En fin, todo dentro de lo cotidiano.

En un momento de pausa, se puso a pensar sobre lo efímero y el paso del tiempo; también sobre los cambios que se venían sucediendo en torno a la nueva realidad mundial impuesta por un virus, lo que le generaba preocupación ante el estado de alarma internacional; sin embargo, aún concebía la realidad como un estado subjetivo y fortuito de la vida.

La mortalidad es inherente a la vida, lo tenía claro, y más dentro del ejercicio de la profesión. De hecho, había tenido varios espacios donde la adrenalina ligada a un nacimiento, podía ser la misma como cuando se intenta desligar a las personas de la fría muerte. El índice de mortalidad de este nuevo coronavirus era relativamente bajo, siendo más alta en personas de la tercera edad o con alguna enfermedad crónica.

De nuevo se sumergió en su rutina de atención a los usuarios, dentro de una tranquila guardia que no ha presentado graves emergencias, que lo hagan suplicar clemencia y perdón por su dionisiaco fin de semana.

Continuó divagando en sus pensamientos volátiles, anclados a sus espacios de desidia y procrastinación permanecen los recuerdos que pecaron en la línea de las inseguridades propias y compartidas, mismos que dolían menos, mucho menos que aquel en el que la doctora de ojos cálidos decidió probar suerte con el psicólogo, abandonando el mutuo acuerdo tácito de exclusividad. Situación que se traspapeló como expediente en desuso en el que ni él, menos ella, hicieron el intento de recuperar.

Regresó del almuerzo, y miró a la sala de emergencia, dispuesto a obtener unos ansiados momentos de contemplación post prandrial; sin embargo, una mujer joven, con una luminosa mirada y de larga cabellera lo esperaba impaciente, sin despegar la mirada de su teléfono celular. Sigiloso, con el afán de causar una buena impresión, se le acercó y con su ansiolítica sonrisa, la saludó para iniciar la conversación y preguntarle en qué la podía servir.

Ella, nerviosa, manifestó que hace tres días siente que su temperatura corporal se ha elevado, con malestar general que le impide realizar con normalidad sus diarias actividades; entre ellas, impartir clases de aeróbicos en un gimnasio cercano al hospital. También recalcó que lo veía pasar todas las mañanas rumbo a la casa de salud.

Intentando no mostrarse interesado en la plática, él procedió a investigar más datos clínicos para proceder al ritual de examinación y posterior diagnóstico.

Al finalizar su pesquisa, se incomodó al no poder establecer causas ciertas, por lo que decidió que la única manera de resolver el misterio sería mediante exámenes de laboratorio. En este punto de la atención médica, la relación médico paciente fluía muy bien, ambos mostrándose más amables de lo normal, disfrutando del común interrogatorio entorno a la enfermedad, así como a la naturaleza del primer acercamiento, tanto que la mujer le solicitó el número telefónico, con el objetivo de enviarle vía mensajería instantánea, los resultados que afloran de la solicitud.

El joven no solía entregar información personal; sin embargo, la muchacha se le hacía diferente, y sentía que era un caso especial, que sin duda alguna requeriría seguimiento. Tímido y avergonzado, por no haber sido él el de la iniciativa, se lo dictó para que lo guarde en su dispositivo, dentro de un escenario marcado por la incertidumbre y la peculiaridad del momento, inusual en sí mismo. Sí, le pareció una mujer atractiva e inteligente, trabajadora y optimista. Ella se retiró a la dependencia indicada, mientras él se quedó pensando en si fue una cita médica o romántica.

Esa misma noche recibió en su teléfono los resultados esperados; alcanzó a ver de reojo la notificación, pues se encontraba ingresando a una paciente que estaba en labor de parto. No ha dejado de sorprenderse sobre lo fuertes que resultan las mujeres al pasar por este proceso cruento y sanguinario. Cumpliendo sus labores, ayudó a la futura madre a mantener respiraciones profundas, brindándole confianza y seguridad absolutas, cosa que irónicamente no lo aplica a sus relaciones interpersonales.

Amaneció para todos y él estaba muy orgulloso de su desempeño laboral, pero nota las consecuencias físicas de ese ritmo de vida. Un agudo dolor en la región estomacal le recordó varios temas; entre ellos, que su casa lo esperaba para descansar, el hambre que tenía, y que debía entregar el turno a los siguientes responsables, detallando lo sucedido en las últimas veinticuatro horas de estancia en el hospital. Trámite cumplido, emprendió camino al hogar, a morir lentamente, para renacer post guardia siendo un hombre nuevo. ¡El mensaje! Era momento de responder.

En el transcurso de los días, ella se ha convertido en una constante, pues dejó de ser la paciente para convertirse en la mujer que mostraba formalidades más exigentes, como la pseudo amistad, cargada de interés de ambas partes, por supuesto. El tratamiento sintomático prescrito, mitigó el malestar de la muchacha, trayendo como consecuencia, el incentivo por conocerse a profundidad.

Pese a que los análisis de laboratorio no arrojaron los datos esperados, parecía que los síntomas habían disminuido, aún sin llegar a desaparecer, entonces el seguimiento era obligatorio.

Establaron una relación amena, de interés mutuo y casual. Tomaron confianza rápidamente, platicaban a diario, y ya conocían los detalles básicos como edad, dirección de domicilio, trabajo, comida favorita y pasatiempo preferido. Acordaron el reencuentro durante el próximo turno, a los cuatro días, para entregarle el pedido de exámenes de control, así como revisar la evolución del cuadro clínico, pero la respuesta no fue inmediata, como había sido hasta ese momento.

Y esperó, esperó, esperó. Se preguntó a sí mismo si había hecho algo que la moleste, o quizás ella ya no quería hablar. Todas las posibilidades le hacían sentir incómodo, y raudo en su cabeza quería enlazar los hechos, revisar la historia, pues la dinámica entre los dos fluía de forma espontánea y consideraba que no era el momento de desaparecer del mapa sin tener la delicadeza de comunicarlo. Ya antes había pasado por momentos así, conocía a la perfección esa sensación de angustia a causa de un asunto inconcluso, y no se permitiría vivir otra vez ese ciclo, pues comprendía mucho más acerca del autocuidado.

Su comprensión no alcanzaba a controlar las aristas de la situación actual; entonces, se armó de valor y la llamó. Sentía cómo lentamente se desgarraba su corazón con cada timbre del tono de espera, esas lúgubres campanadas que alimentaban su ansiedad, mientras aquella voz poco compasiva, inquisidora en realidad, le gritaba: *“te lo dije”*. Tenía miedo a perder la partida y por abultado marcador a favor de alguien más

Distinto a otras ocasiones, esta vez había reaccionado diferente, con paciencia, sin evidenciar cambios significativos en su realidad. *“Otro día, otro dólar”* se dijo a sí mismo al ingresar al nuevo turno, en el que ya le tocaría cumplir el rol de *“héroe sin capa”* y lo descubriría minutos después de haber llegado, pues sus compañeros lucían alterados, vestían blancos trajes de bioseguridad que incluían visores y mascarillas con grandes filtros, corriendo de un lado a otro, como que estuvieran sin rumbo. Absorto preguntó a su colega quién le entregaría las novedades, resultando complicado escuchar la respuesta bajo tal nivel de protección.

“Tienes que vestirse” le sugirió su compañero. Entendió que se refería a esos enormes trajes que habían llamado su atención desde el primer momento. Preguntó acerca de lo que sucedía y como respuesta recibió *“¡Es Covid! Tenemos el primer caso de coronavirus en el país”*.

Esas palabras retumbaron en su existencia hasta sacudirlo. No esperó que aquella misteriosa enfermedad que se tomaba vidas en China y Europa haya llegado al Ecuador, y más aún a su trabajo. Le parecía ilógico, fuera de sentido, que justo en ese momento de su vida, suceda esto; cual-

quier afirmación le era carente de raciocinio. “*No paso de una para caer en otra*” se repetía; estaba en negación. Uno de los compañeros lo llevó a la sala de cuidados intensivos, dentro del proceso de entrega-recepción del turno, para reportarle el caso de una joven que llegó con antecedentes de dificultad respiratoria, descompensada, con síntomas compatibles para coronavirus, motivo por el que fue aislada y se halla estable bajo el efecto de la medicación.

Vaya sorpresa se llevó, al reconocerla. La mujer que había dejado de contestar sus mensajes, de manera abrupta, era sospechosa de ser el primer caso de Covid-19 en el país. La mirada luminosa se había ido y la risa estaba en pausa por los aparatos de monitorización, mientras a él le recorría por el torrente sanguíneo una brutal mezcla de emociones, entre el alivio de saber que la falta de comunicación no había sido por algo que él dijo, y la impotencia de no poder hacer más al respecto.

En todo caso, ella estuvo ahí puntualmente esperándolo, al cuarto día.

EL SORTEO DE LA VIDA



**Por: Md. Nathali V.
Pacheco Mena**

Al tomarse unos minutos para entrar en esta historia, me doy cuenta del carácter de empatía que tiene por el gremio y la vida; gracias. En consecuencia, querido Lector, espero estar a la altura de la circunstancia, y retribuir su confianza mientras comparto conmigo estas líneas en las que le contaré sobre mi experiencia en tiempo de pandemia, para que la viva como que Usted fuera el protagonista; inclusive, tal vez se sienta identificado, pues probablemente le tocó vivir algo parecido, y si no, bienvenido al maravilloso mundo de la medicina. Lo animo a sumergirse en esta historia, así como a imaginar cada párrafo de mi día a día, con lo que le voy a contar, pues es una montaña rusa de emociones, vivencias y experiencia adquirida, cuya línea transversal era *“Esfuézate y sé valiente”*.

Era una tarde soleada del 2020, en cuarentena. Recargada sobre el almohadón, en un sillón anaranjado, disfrutaba de la lectura de un libro, del cual por ahora me reservaré el nombre, pero trataba sobre el tiempo. *“Haz que tu vida sea memorable”* recitaba el nombre de uno de sus capítulos, y esa era la manera en la que mantenía mi atención en él; seguro sería la preparación para lo que vendría después. Como hábito adquirido, marcaba con un lapicero, lo que más llamaba mi atención en cada una de sus páginas

Al continuar con la lectura, resaltaba con un lapicero lo que más me impactaba en el recorrido de sus páginas. Lo que decía en la página veintitrés fue como recibir una descarga eléctrica que me revolucionó entera, por lo que pegué un brinco y corrí a compartirlo con mi hermana. Le señalé el párrafo, y con voz de trueno manifesté: *“¡Mira lo que dice! ¡Experimentar el dolor con otros unifica a la gente!* Situación que ha sido vivida por el mundo entero en determinados pasajes de su existencia, así como todavía sucede hoy por hoy en algunos lugares donde la gente sufre hambre, frío y enfermedad, de manera colectiva. *“El hecho de que este sufrimiento compartido una a las personas en lugar de hacerlas pelear entre sí, tal vez sea la razón por la que la raza humana ha sobrevivido”*, decía líneas después.

Claramente explicaba lo que ocurre en una pandemia, lo que no estaba lejos de la realidad local; mensaje que me llevó a pensar en que todo lo que ocurre tiene un propósito, sea lo que fuere; en este caso, la crisis general y el libro en mi poder. Era un presagio de lo que sucedería después.

Aquí le pregunto algo: ¿Le gustan los sorteos? No sabré su respuesta, pero yo le digo la mía: los detestaba, evadía, y cuando era inevitable, jamás me gané premio alguno. No les tenía fe, hasta el momento en el que supe que, como resultado de uno de ellos, me tocaría cumplir una pequeña, pero grandiosa, misión. No entendí lo que estaba pasando, mucho menos la razón, pues mi vida daría un giro inesperado, al pasar de estar en servicio de prematuritos, rodeada de cunas de calor radiante, máquinas de ventilación mecánica que no paraban de sonar haciendo eco en la constante lucha por sobrevivir, entre otros elementos, a un nuevo escenario: las madres. “¿Cómo será pasar del caótico pero feliz mundo de la neonatología, al fascinante, pero poco conocido por mí, campo de la Ginecología?” pensé, pues parecía que iba en sentido contrario al ciclo de la vida; del nacimiento a la concepción. Sorteo que me sacó de mi zona de seguridad, llevándome a recordar a William Osler y su famosa frase: “*La medicina es la ciencia de la incertidumbre y el arte de la probabilidad*”. Estaba convencida.

Con ese resultado, se me develó la secreta oportunidad para crecer y trascender, pues me hice acreedora del mejor premio jamás esperado, del cual ni yo misma tuve un atisbo de lo enriquecedor que sería. Sin visión de lo que sucedería, de mis ojos brotaron dos lágrimas cargadas de profundo sentimiento por emprender un nuevo viaje en cuidado de las pacientes. Terminó la fase en la que lucía coloridos y alegres uniformes, realizando pedidos al banco de leche, y empezó esa en la que haría monitoreo fetal, entre varias funciones más. ¡Los cuidaría desde antes de nacer! Junto a la salud de las futuras madres en constante evaluación. Conocer mujeres jóvenes y condiciones médicas inusuales eran mi nueva vida.

Durante el período de adaptación, conocí a quien llamaré Luz, cuya particularidad era que carecía del don del habla. Al verla en la cama del hospital, reflexionaba sobre cómo es que con palabras los seres humanos herimos tanto a los demás, cuando podríamos utilizar, con ellos mismos, esa facultad para sanarlos y engrandecerlos. Una noche fría, mientras redactaba su evolución médica, me le acerqué, y sentí que ella tenía algo para mí, pues con sus manos me expresó su gratitud por la salud. De brillantes ojos color café claro, cabello recogido, y vistiendo bata, esperaba el alta de su pequeño hijo. Se comunicó conmigo mediante lenguaje de señas, y de manera clara me dejó saber que todo estaría bien, en medio de colocación de implantes, correr con las camillas, cesáreas de emergencia. Me mostró el verdadero significado de tener, experimentar y sentir paz.

Sí, también me enseñó a dar las gracias en su lenguaje, demostrándome que, pese a que no podía hablar, su corazón estaba lleno de gratitud y de fe. ¡Tremenda lección de vida! Cuyo momento atesoraré por siempre en mi corazón. Del bolsillo saqué la libreta de apuntes en la que registraba lo que necesitaba aprender en esta nueva etapa y se la entregué con un esferográfico. De su puño y letra escribió “*Mañana / ojalá / bien / Ok*” y, más abajo, “*Yo ayudar aprender señas de lenguaje*”. Había asistido a mi primera clase, entre risas y miradas de esperanza, e iba entendiendo el propósito del haberme ganado ese sorteo.

En tiempo de pandemia todo era complicado, pero el encuentro con Luz me sacó de la durísima y caótica realidad que estábamos viviendo. El transporte era un problema, así que más de una ocasión me movilicé en una patrulla de policía, pues nada me impediría llegar a mi segundo hogar. Muy temprano un día de esos, en la parada del bus, el vehículo oficial tampoco llegó, así que no tuve otra alternativa que caminar hacia el trabajo, rodeada del silencio del confinamiento, disfrutando de momentos que en la acostumbrada y normal cotidianidad sería imposible. Eran las mismas calles de siempre, pero yo había cambiado. En el trayecto, una dulce y potente voz le habló a mi espíritu: “*Esfuézate y se valiente*”; creo en Dios y estoy segura de que fue Él. La pandemia fue una oportunidad enorme para ser mejor y estaba llamada a servir a la gente, especialmente a animarla en los momentos más críticos.

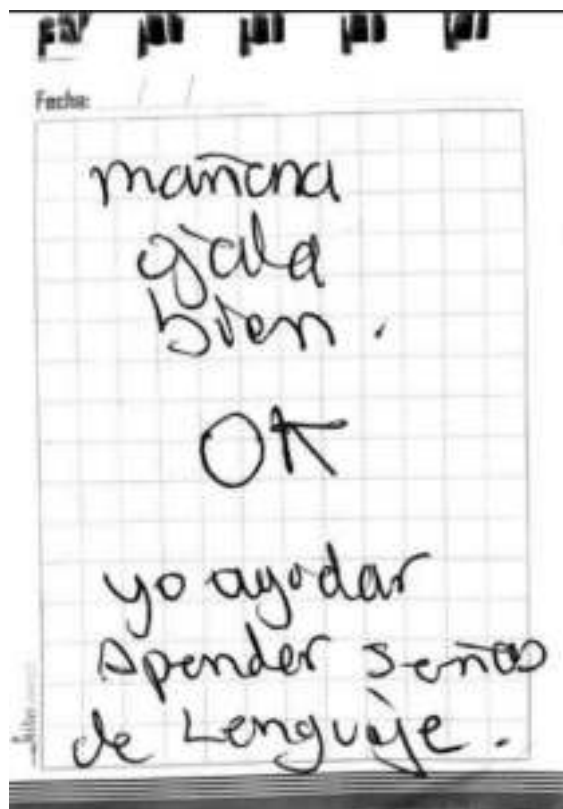
Dentro del giro laboral, llegó otro más profundo, dentro de la misma nueva rama, la terapia intensiva materna: monitores, prescripción constante, cambio de dosis, cultivos, riesgo, dolor, sufrimiento, probabilidad de muerte. ¡Algo más tenía que aprender! En el escenario descrito, mi padre y hermana sufrieron un accidente de tránsito muy fuerte, del cual no me atreví ni a ver las fotos de lo impactante que había sido, mucho menos pude ir a asistirlos inmediatamente. Por si necesitaba más lecciones, esa era otra de ellas.

“*¿Por qué mi familia?*” me pregunté, entre otras varias interrogantes, y claro, esa es la misma pregunta que muchos se hicieron cuando alguien cercano fue diagnosticado con Covid-19. “*¿Cuál es la probabilidad de que ocurra, o no, un evento?*” era la duda que rondaba mi cabeza sin parar. Sí, mi familia se salvó y estamos juntos tras esa situación adversa, luego de emergencias, diagnósticos, incertidumbre y reajuste económico como consecuencia. Sin embargo, otras familias no corrieron con la misma suerte, tanto por el Covid-19, que mientras escribo estas líneas se sigue viviendo, en vías de una probable solución, como por cualquier otra causa: se disolvieron, perdieron seres amados, puestos de trabajo, crisis emocionales. *¡La vida es una ruleta...un sorteo!* El nuevo coronavirus puso a la medicina de cabeza, a la sociedad también.

Al igual que Luz que se expresó en señas, hoy yo lo hago en estas líneas, escribiendo desde un lugar especial del hospital, recordando todos los eventos que estos meses trajeron consigo, cargados de enseñanza para ver la vida de una manera diferente, apostando a vencer al miedo, a la soledad, a todo lo que Usted y Yo consideremos como pérdida, cuando en realidad, desde la perspectiva de vida que le he transmitido, todo es ganancia, para ser mejor.

¿Cuál es su lenguaje hoy?, me atrevo a preguntarle, agradeciéndole por haber llegado hasta aquí. Al igual que Luz y Yo, Usted también tiene un mensaje que compartir. ¡Hágalo y trascienda! Convierta su vida en algo memorable. Estoy convencida de que, de la mano de cada aprendizaje, Dios nos ubica en las estaciones que nos corresponden. En esta profesión, he visto de cerca el llanto de un bebé al nacer, así como a la muerte llevarse a las personas. Aprendí la importancia de vivir.

Con su permiso, *“Todo lo puedo en Cristo que me fortalece”*.
Filipenses 4:13



CANTARES DESDE EL ALMA



Por: Md. María Fiallos

La Pandemia sigue su curso, pero la vida de las personas se ha detenido. Un año va a transcurrir ya desde que inició esta pesadilla; en la que el mundo se convirtió en un holocausto. La pobreza ahondó, el hambre visitó desmesuradamente los hogares más vulnerables y todos los males que afectan a la sociedad avanzaron a pasos agigantados. Se puso en evidencia lo frágil de los sistemas de salud, gobiernos, políticas sanitarias; en realidad, lo vulnerable que es la raza humana. Pero al final del túnel siempre encontraremos una luz, un camino de esperanza y eso es lo que contrarresta a este panorama, la alegría de vivir y poder servir a nuestros hermanos.

El honor y privilegio de ser parte de esta noble profesión, buscando el bienestar colectivo y soñando con celebrar el milagro de la vida, para hacer de las tinieblas un paraíso habitable, no tiene precio, mucho más durante este tiempo de desasosiego.

Así, se han logrado tener varias historias, anécdotas, que marcan el diario accionar de la bonita medicina. En esta ocasión relato el sentimiento y el conjunto de emociones que se dan dentro del corazón y pensamiento de un personaje de bata blanca. Es que me siento afortunada al saber que mi formación, lo propio con los colegas, es motivo de admiración e inspiración para los más jóvenes.

A lo largo de este tiempo he experimentado nuevas sensaciones. Al inicio, como todos, tenía pánico de contagiarme, así como perder a mis seres queridos, y experimentar el misterio de la muerte, como tal; sin embargo, meses después aprendí a convivir con este suplicio. En contraposición a esto, fortaleza, esperanza, entereza y valentía son mis consignas de lucha.

Tanto el apoyo, como las muestras de cariño y gratitud que recibo de los pacientes y sus familiares, engrandecen mi interior, llenándome de paz, dándome resistencia y aliento para continuar al pie del cañón. Al llegar a casa, ser recibida por la familia es, sin duda, reconfortante, de la mano de saber que son mis incondicionales admiradores.

Ese es el momento en el que olvido lo negativo de la vida y alucino con los manjares de la existencia.

Es que esta pandemia, me enseñó a valorar más aún todo lo que me rodea, lo que el universo ha preparado para mí, como para todos, sin excepción. Hallé un significado exquisito en lo simple, valoré el misticismo y lo disfruté. A poco tiempo de terminar este año calendario, cuando el 2020 llega a su fin, pese a que el tiempo transcurrió de forma imperceptible, muchos de los proyectos se me estancaron o postergaron; no obstante, celebro mi paso por este mundo terrenal.

Aprendí a vivir con lo justo y necesario, aprovechando el día al máximo. Comprendí que no se necesita de gustos estrafalarios como tampoco de extravagantes complementos para ser feliz; que una sonrisa y un agradecimiento sincero llenan el alma y enaltecen el espíritu, mucho más que un costoso regalo. Reconozco que frases como “¿Cómo estás?” “¿Cómo estuvo tu día?” “¡Cuidate mucho!” “¡Eres muy importante para mí!” denotan cariño y preocupación, que le dan sentido a mi vida. También diferencio a quienes son complemento ideal y sinónimo de amistad verdadera, para fortalecer un lazo inquebrantable.

Son tantas sensaciones encontradas, que se pueden discernir en cada persona; no obstante, aprendí a trabajar como parte de un todo, juntando el hombro con los demás, para cumplir un sueño loco de tener un mundo mejor para los hijos.

Lo satisfactorio de practicar la medicina, combinada con solidaridad y humanidad, es encontrarle sentido a la vida, recordando a cada instante que sólo se vive una vez.



Foto: Cimbora-Carihuairazo. Autor: MJFR

VALENTÍA



Por: Md. Nataly Palacios

A inicios del 2020 me encontraba tomando un descanso después de haber atravesado el período más ajetreado de mi vida, el servicio de rural. Había regresado a casa y por fin tenía mi cuarto, mi baño, el frío de mi hermosa ciudad; y lo más importante, a la familia a mi lado. Entonces comenzaron a llegar las noticias de la pandemia y su rápida expansión por el mundo, lo que me llevó a pensar que en cualquier momento llegaría a Ecuador, pues no se demoró. Cuando se anunció el primer caso, estaba clara del enorme reto que sería para el país, dado que, si los del primer mundo sufrieron la catástrofe, para el caso local sería mucho más difícil. Los casos se expandieron por todo el territorio nacional, contábamos de mil en mil, hasta que perdimos la cuenta.

Mi historia comienza cuando la ciudad se preparaba, no solo en infraestructura, sino también en personal médico, para dar batalla y yo sería parte de la misma; de lo contrario, qué caso tenía el haber estudiado seis años medicina para no ayudar a alguien que lo necesitaba. Claro, era una decisión difícil de tomar, ya que mi vida corría riesgo; mucho más, el mantener la conversación con mis padres respecto a lo elegido. Me armé de valor y les dije: *“Voy a trabajar en el Hospital Centinela Covid de la ciudad”*.

Parecía que un terremoto los arrasó, quizás un tsunami, algo que yo no entendía puesto que mi objetivo claro y firme era el de salir a ayudar. Luego de un diálogo extenso, entendieron la intención, y como toda la vida, decidieron apoyarme en lo que estaría a su alcance.

Y ahí estaba yo: mi primer trabajo en un entorno nuevo, desde lugar, hasta compañeros y servicio, en pandemia. Elegí aceptar el reto, tomar el riesgo, y no darme por vencida, aunque muchas veces me lo planteé.

Los primeros meses fueron muy duros, había turnos en los que no se podía descansar ni un instante, ante la altísima afluencia de personas, varias en condiciones inestables o críticas, donde el pasar de los minutos marcaba la diferencia entre la vida y la muerte; de hecho, hubo quienes llegaron sin signos vitales.

Sí, también experimenté de cerca la muerte, con la consecuente primera lección sobre cómo avisar a sus familiares el doloroso desenlace.

Todas estas cosas provocaban heridas en mi corazón y no sabía cuánto más podría resistir. Recuerdo muy bien que una mañana, apenas terminado el desayuno, cuando me predisponía a trabajar, llegó raudo un taxi. Al acercarme, era evidente que el paciente no tenía signos vitales; respiré profundo y continué con el proceso para esos casos. Cinco minutos más tarde, otro auto, nuevo paciente, con signos vitales, pero en estado crítico. Junto al equipo rápidamente hicimos todo lo que estuvo en nuestras manos, pero el resultado no fue el que buscábamos y también falleció. *“No importa, aún hay vidas por salvar”* me dije, a manera de darme ánimo, pero de inmediato llegó otro más también carente de signos vitales. ¡Quería era salir corriendo!, hablar con mis padres y decirles que prefería la seguridad del hogar para no ver morir a más personas; pero, como siempre, Dios, de quien soy creyente, me mandó ángeles vestidos de compañeros de trabajo, quienes con sabias palabra me dieron motivos para continuar en la guerra.

Pasaron los meses y fui testigo de muchas historias tristes, también de aquellas alentadoras y gratificantes, como la de un hombre al que llamaré Renato. Llegó al servicio de emergencia, inestable y requería oxígeno; además, discapacidad física de sesenta por ciento a causa de un accidente automovilístico años atrás, pero con capacidad intelectual intacta. Le explicamos que debía ser intubado, contándole el procedimiento, cuya respuesta fue: *“Tengo muchas ganas de vivir y salir del hospital a abrazar a mi hija”*. Con lágrimas en los ojos le dijimos que así sería, y empezamos la lucha contra su malévolo habitante.

Pasaron días, meses, en los que fue superando todos los obstáculos médicos imaginables, hasta que llegó el anhelado día de retirarle el tubo de sus pulmones. Verlo abrir los ojos, con la inmediata expresión fácil relacionada con el sentimiento maravilloso de vivir, es algo que jamás olvidaré. Su recuperación fue lenta, tuvo días en los que quiso rendirse, pero se mantuvo en la lucha, y siempre le recordé lo que nos dijo: abrazar a su hija. Tres meses después, estuvo listo para volver con los suyos; llorábamos todos juntos porque lo habíamos logrado: ganar una batalla de muchas. Nos despedimos y de inmediato a donde el siguiente paciente. El tiempo era oro.

Este relato dedico a todo el personal de salud, desde el guardia hasta el jefe de servicio de emergencia del hospital, porque sin ellos no hubiera sido posible Sali adelante en tantas situaciones difíciles que la pandemia nos puso por delante.



PANDEMIA EN LA AMAZONIA



**Por: Md. Deysi Carolina
Silva Pérez**

La vida es asombrosa, la creación de Dios es magnífica. Muchas veces me pongo a pensar sobre nuestro origen y la filosofía de cada persona. Al contrario de otras, mi sueño nunca fue ser médico, no diría que estoy frustrada ni nada por el estilo, pero el hecho de ayudar a personas que necesitan de mí, me hace pensar por qué ejerzo esta profesión.

En el colegio se piensa muchas cosas; en mi caso no tenía definido qué estudiaría y cuál sería mi profesión, dentro de un escenario de gustos y alternativas: parvularia, enfermera, médico, laboratorista; pero sabía que sería algo relacionado con la salud. Recuerdo haber repetido más de una vez “*¿Medicina? ¡Ni loca! Es mucho que estudiar*”.

Llegado el momento, me postulé para estudiar la carrera de enfermería. Fui aceptada en la facultad y cuatro semestres después, quería conocer mucho más sobre los pacientes, tratamientos, enfermedades y más. Sin desmerecer a la increíble y maravillosa profesión, elegí cambiarme a aquella que había dicho que jamás estudiaría. Conté con el apoyo familiar y de pareja para empezar el nuevo camino, lo que fue fundamental en la decisión tomada.

Durante las prácticas aprendí bastante sobre aprovechar el tiempo cuando se goza de buena salud, sin complicaciones; también a interpretar las miradas de la gente que confía en el profesional cuando escuchaban el diagnóstico correspondiente; lo propio sobre el sufrimiento de una mujer al momento de alumbrar a su primogénito, así como el dolor que experimenta un niño con la fractura de una extremidad y la fortaleza silenciosa de un neonato luchando por sobrevivir. Sí, ver el deceso de tantos quienes necesitaban un descanso luego de vivir angustias y pesares, junto a todo lo anterior, cambiaron mi forma de pensar, de ver las cosas, y entender lo magnífica que es la medicina y sus consideraciones.

Elegí la Amazonía para realizar el año de medicatura rural, pues quería algo diferente a mis orígenes serranos. Escogí una plaza muy bonita, cuyos habitantes son gente amable con mucho carisma, de quienes aprendí la cosmovisión de su cultura y la manera de enfrentar la coti-

dianidad. También conocí sobre enfermedades de las que había tenido alguna referencia teórica, y por supuesto, sobre naturaleza y animales exóticos. Durante el inicio marchaba bien, y junto a los compañeros cumplíamos con la acostumbrada consulta externa, así como con las visitas domiciliarias, a manera de brigada, a comunidades donde necesitaban nuestra presencia.

Sí, allá lejos también se escuchaba sobre un nuevo virus que se estaba tomando el mundo. La verdad nunca imaginé que llegaría a nuestro continente; sin embargo, me tocó vivir una pandemia en carne propia, desde marzo de 2020 cuando empezó la odisea por la Covid-19 en territorio nacional. Como médico rural, recién en los primeros pasos del ejercicio profesional, me resultó alarmante estar frente a algo desconocido. Y para todos fue nuevo, así que más allá de la profesión o edad de cada quién, el miedo, los nervios, la angustia, el estrés, se convirtieron en ingredientes importantes de esta cotidiana receta. Por supuesto, me dediqué a informarme al respecto, dentro de las escasas publicaciones académicas que existían en aquel momento, pues todo fue desarrollándose y descubriéndose sobre la marcha; esa es la medicina, un constante e interminable aprendizaje.

Claro, el miedo al contagio siempre está, en relación a cualquier enfermedad, aun conociéndola, pero en este caso era diferente. Pensaba: “¿Y si me contagio?”, “¿Podré curarme?”, “¿Volvería a ver a mi familia, pareja y amigos?”, “¿Y si ellos se contagian a través mío?” Era un triste y angustiante sentimiento que rondaba mis aposentos, mi mente, mi ser, pero también estaba clara de que no podía dejarme vencer por la agonía, puesto que al ser la vocación la que manda, la única opción es seguir sin detenerse.

Tuvimos varios pacientes con esta patología; los identificamos, aislamos y dimos tratamiento, pese a que no existía uno específico para combatirlo; de hecho, mientras escribo estas líneas sigue sin haberlo, y la confianza está depositada en que la vacuna cumpla con las expectativas mundiales, lo cual está por verse. Hice todo lo que estuvo en mis manos para ayudarlos, basada en la empatía y comprendiendo la agresividad con la que la Covid-19 atacaba a su organismo. Estuve siempre a su disposición, también desde el punto de vista humano, para brindarles mi apoyo siempre que lo requirieron. Varios compañeros se contagiaron, era el riesgo inherente al que nos enfrentábamos, pero gracias a Dios, de quien soy creyente, pudieron curarse y salir bien, sin secuelas que lamentar.

Fueron jornadas extenuantes bajo el equipo de protección personal, entre largos turnos, aplicación de protocolos, trámites, reuniones con las autoridades parroquiales, seguimiento a pacientes y actividades relacionados.

Contamos con la bendición de que todos los que tratamos se recuperaron, siendo esa la satisfacción más grande de todas, tanto para mí, como para cada uno de mis compañeros.

Seis meses transcurrieron para que los efectos del primer brote disminuyan en la provincia, así que pude tener unos días de descanso para visitar a la familia; la sonrisa de mi madre al reencontrarnos es lo más valioso que he tenido, ni qué decir de mi pareja con quien lloramos por tanto tiempo lejos y nos enfrascamos en una maravillosa charla durante toda la noche.



Con mucho cariño Deysi.

La tranquilidad al saber que todos mis compañeros de trabajo están bien, no tiene precio; en algunos casos, me adhiero a su tristeza porque hubo quienes sí sufrieron la pérdida de seres queridos, quedando su mirada impregnada de tristeza, de rabia y de revancha ante esta enfermedad tan extraña en su comportamiento y sintomatología. Mientras escribo estas líneas la pandemia continúa, pero me he acostumbrado a esta realidad que ha traído consigo; sí, todavía es una época peligrosa que está lejos de terminar, en la que la aplicación de las medidas de bioseguridad es tan trascendental como al principio de la crisis.

Mi respeto y admiración a todos los colegas, profesionales de la salud en general, que murieron cumpliendo con su deber, así como mi abrazo solidario a sus familias, ya que siempre serán recordados como héroes por su noble labor.

VIVIR PARA CONTARLO



**Por: Md. Katty Magdalena
Barahona Ochoa**

A finales del año 2019, el mundo empezaba a escuchar de una nueva enfermedad que se propagaba en el continente asiático, ocasionada por un virus al que se lo denominó SARS-Cov-2 y cuya enfermedad fue bautizada como Covid-19. Más allá del susto general, producto de la amplia cobertura mediática local e internacional, la población ecuatoriana en general, no le prestó la atención necesaria y oportuna, hasta que se identificó al primer caso en territorio nacional, situación que generó gran conmoción en todo el país, pues nos enfrentaríamos a un microorganismo, potencialmente mortal, desprovistos de cualquier herramienta que permitiera hacerle frente.

A mediados del tercer mes del año 2020, el Gobierno del Ecuador, declaró estado de excepción y confinamiento por la crisis sanitaria, lo que trajo una situación nunca antes vivida: la ciudadanía en sus casas, instituciones públicas y privadas se cerraron, a excepción del sector de la salud, lo cual nos trasladó a vivir el mismo escenario que se vivió en las grandes guerras que el mundo ha soportado. Desolación afuera, miedo adentro.

En ese lapso, cursaba el año de medicatura rural, en una parroquia al sur del país. Con las consideraciones descritas, las actividades cotidianas de atención primaria de salud dieron un giro de trescientos sesenta grados, empezando por la readecuación del establecimiento, así como la utilización de todos los espacios de manera eficaz para crear un centro de triaje, ardua labor que fue realizada por todo el equipo de salud. Además, se reestructuró al personal en funciones, puesto que, desde los centros de mayor complejidad de atención, llegaban solicitudes de apoyo, dado que las cifras de infectados aumentaban de manera alarmante. En mi establecimiento nos quedamos con el personal mínimo requerido.

Como miembro de la primera línea de atención, en todo momento conté con el equipo de protección necesario, pues gracias a las mingas interinstitucionales, no hubo desabastecimiento total, al menos en el centro de salud.

Sí, en otros lugares, ante el pánico de la población, se agotaron los insumos médicos básicos, como mascarillas quirúrgicas, guantes, alcohol, y las tan necesarias mascarillas N95, que en caso de conseguirlas su precio era demasiado alto, dándose el fenómeno de especulación.

Abril se presentó, y con él, el primer paciente sospechoso de Covid-19 en mi trabajo, lo cual causó alarma en la parroquia, pues al ser pequeña la noticia se difundió rápidamente, a pesar de la confidencialidad en la atención médica.

La primera visita domiciliaria también fue una verdadera odisea. Al llegar al lugar, vestidos con el llamativo equipo de protección, la vecindad se asustó, murmurando como si fuésemos de otro planeta, tanto que cerraron los locales comerciales del sector e incluso impidieron el estacionamiento del vehículo en el que nos trasladábamos. Como si algo faltara, los familiares del paciente estaban enojados ante nuestra presencia, porque significaba que todos alrededor se enterarían del caso, lo cual sería difícil de manejar dada la discriminación a la que serían sometidos. ¡Y sucedió! A tal punto que la gente cruzaba la calle evitando pasar frente la casa. De hecho, con cada caso nuevo, el fenómeno se repetía y de manera más fuerte, dolorosa también. Recuerdo que un usuario se encontraba en cerco epidemiológico por sospecha de Covid-19, y luego de cumplir el respectivo aislamiento, retornó a su negocio de venta de productos naturales: nadie quería entrar allí, mucho menos comprarle algo. Impresionante.

Y para nosotros, como equipo de salud, tampoco era sencillo. En ciertos momentos fuimos incomprendidos, juzgados, criticados, pero jamás declinamos en la lucha por la atención a todos; es así que iniciamos campañas de sensibilización, utilizando a la radio para tal efecto. El resultado fue muy bueno, pues los vecinos paulatinamente se adaptaron a la nueva normalidad, desarrollando redes de apoyo y respeto, tanto a los enfermos como a sus familiares.

En un año de trabajo lleno de experiencias incalculables, además de los casos Covid-19, jamás se detuvo la atención a grupos de atención prioritaria, como adultos mayores y mujeres gestantes, quienes por temor a contagiarse dejaron de asistir a la consulta a recibir atención médica, y tampoco aceptaban visitas domiciliarias. En el caso de las mujeres descritas, se dio el fenómeno de que los partos domiciliarios se dispararon, tanto de primigestas como de multigestas, los mismos que en unos casos fueron atendidos por parteras calificadas, mientras que en otros fue por los familiares, de manera empírica, quienes tomaron el riesgo de la recepción. Buscamos muchísimas formas de llegar a las gestantes, creando espacios blancos de atención en la unidad de salud y la visita domiciliaria con todas las medidas de bioseguridad, que de a poco generó confianza en ellas. Para mí fue una experiencia inolvidable el atender un parto do-

miciliario en donde se conjugaron los conocimientos académicos con las experiencias, costumbres y prácticas ancestrales de la comunidad.

Por otro lado, la falta de conocimiento respecto a la terapéutica de la enfermedad, ocasionaba sentimientos de impotencia en el personal de salud al no tener un tratamiento efectivo, ante la incertidumbre de la evolución de cada paciente. En consecuencia, salieron a flote los saberes ancestrales, y en cada vivienda se observaban hojas de eucalipto, tratamientos con jengibre, limón. También se desarrolló la automedicación, hasta con fármacos de uso veterinario.

Además, para la desinfección de superficies adquirieron productos de limpieza de uso industrial, motivo por el que tuvimos casos de quemaduras de segundo y tercer grado, ocasionadas por los componentes químicos de dichas sustancias. Todas estas situaciones nos obligaron a actualizarnos constantemente respecto a todas las patologías que surgieron concomitantemente al Covid-19.

Finalmente, no menos importantes, aumentaron los casos con patologías mentales. El aislamiento produjo una variedad de situaciones, desde casos de insomnio y ansiedad hasta intentos de suicidio debido a la crisis financiera y al desempleo que ocasionó la pandemia, incrementándose las referencias al área de Psicología.

Mientras escribo estas líneas, a finales del 2020, estoy a quince días de culminar un año que ha sido de grandes expectativas y retos, que los he ido escribiendo como un libro en blanco. La pandemia no ha culminado, pero me llevo la satisfacción del deber cumplido, de la mano de un enorme crecimiento personal y profesional, valorando al ser humano, la salud, la familia, el entorno, y la bella parroquia con su gente que me brindó su amistad.

“No siempre podemos hacer grandes cosas, pero sí podemos hacer cosas pequeñas con gran amor” decía la Madre Teresa de Calcuta, frase que se ha convertido en mi diario mantra para seguir adelante.



Fotografía en el área de triaje

LA FAMILIA Y EL COVID



**Por: Md. Jimmy Gustavo
Gia Estrada**

Esta es la historia de Lorena, una mujer de treinta y cuatro años de edad, llena de amor para con su esposo e hija. Muy trabajadora en su profesión como médico.

Una mañana de abril de 2020, los rumores sobre la llegada de un nuevo virus llamado Covid-19, para el cual no existía cura, tan solo incipientes tratamientos, recorrieron todos los pasillos de la casa de salud en la que ejercía la profesión. Oscar, su esposo, ante la avalancha de noticias relacionadas sintió mucho miedo y la llamó por teléfono para conversar del tema. Entablada la conversación, ella le contestó: *“Amor tengo miedo, es un hecho, pero debo seguir. Elegí esta profesión para ayudar a las personas que lo necesiten, así que debo prestar mis servicios en la casa de salud.”*

Finalizado el turno llegó a casa, y la conversación continuó con él, mientras Pedro, su hijo de cuatro años, jugaba junto a ellos. Con las nuevas condiciones establecidas a causa de la pandemia, ella comentó que, en adelante, los turnos serían de veinticuatro horas, y que también le correspondía atender el área de contagiados de la nueva enfermedad. Eso obligó a que de inmediato adquirieran, para los tres, todos los implementos necesarios para evitar el contagio en el hogar. Horas más tarde, las autoridades nacionales decretaron toque de queda para frenar, en lo posible, la expansión del virus, ante el número de fallecidos.

Al asistir al nuevo turno, comprendió que las circunstancias serían diferentes, sin tiempo para comer o ir al baño, dada la avalancha de pacientes recibidos, así como ser testigo de innumerables muertes, a cada instante en la sala específica. En casa, de igual manera, tendría que aislarse de sus familiares, convirtiéndose en una prueba durísima dentro del entorno familiar. Sin cura para el virus, cualquier descuido se transformaba en posibilidad de contagio, por lo que la rigurosidad de la aplicación de las medidas de bioseguridad no estaba en discusión.

Con el pasar del tiempo, la crisis sanitaria llegó a niveles insospechados, con la saturación total de las áreas destinadas para tratamiento Covid-19, igual que las Unidades de Cuidados Intensivos; además, las medicinas utilizadas empezaron a escasear. ¡Era una película de terror! Ella en el consultorio lloraba, preguntándose por qué le tocaba vivir esa cruenta situación, viendo gente morir y sintiéndose impotente al no poder hacer más por ellos. *“Perdónanos mi Señor, por creer que, como doctores, podríamos salvar vidas. Hoy sé que Tú eres el único que nos puede ayudar”*, invocaba al cielo con toda su fe, para seguir adelante y no desmoronarse ante la brutalidad que esta peste generaba a cada instante.

Pese a las estrictas medidas, un día de ellos, el pequeño Pedro presentó síntomas relacionados a la nueva patología, motivo por el cual el entorno familiar se transformó. La posibilidad de que los tres estuvieran contagiados era una realidad que había que confirmar o descartar, por lo que lo llevaron a consulta para que le hagan los exámenes correspondientes. El resultado arrojó que el infante era positivo para Sars-Cov-2, lo que trajo llanto a sus rostros de inmediato, producto del miedo. Regresaron a casa y empezaron a tomar la medicación que ayudaría a combatir el virus, con la fe de que todo mejoraría; sin embargo, en lo posterior tanto ella como Oscar también manifestaron la sintomatología. La sospecha se había confirmado, los tres estaban enfermos. Una semana más tarde, el pequeño estaba recuperado, pero la condición de sus padres empeoraba, motivo por el que llamaron a emergencia para que los atiendan y comunicaron a sus familiares la alarmante situación.

Llegó la ambulancia, los recogió y se los llevó a la casa de salud a la que pertenecía el vehículo prioritario; sin embargo, no fueron recibidos pues la capacidad del lugar estaba saturada, como de tantos otros sitios. Intentaron en más lugares, pero el resultado fue el mismo. No había espacio. Con el tiempo corriendo a velocidad de la luz, los familiares decidieron que lo mejor sería tratarlos en su propia casa, contratando un médico privado para que esté pendiente de ellos. Pasaron los días, sin que el cuadro mejore pese a todos los esfuerzos del galeno, quien comunicó que había hecho todo lo que estuvo a su alcance y que tendrían que prepararse para el fatal desenlace, en cualquier momento.

Y así mismo sucedió, pues al día siguiente, al entrar al dormitorio a examinarlos, el médico los encontró a ambos sin signos vitales. Los dos habían emprendido juntos el camino al más allá, dejando huérfano a Pedro, quien por su edad no comprendía lo que acababa de suceder. Una hermosa familia, quienes vivían felices, dedicados a trabajar, se había extinguido. Lorena dio su vida sirviendo a los pacientes, pero jamás imaginó el altísimo precio a pagar en el ejercicio de la profesión, en un contexto tan extraño como el que el Covid-19 trajo al mundo entero.

Así como en su caso, el virus destruyó muchísimas familias, acabó con sueños y proyectos, sembró caos, angustia, depresión, y mientras estas líneas son escritas en diciembre de 2020, lo sigue haciendo, sin una pronta solución.

Muchas lecciones recibidas. Es tiempo de aprender a vivir el presente, un día a la vez, desde el amor, la generosidad, la solidaridad, lejos del odio y el rencor, pues hoy estamos, más tarde no sabemos.

DOLOR DE CABEZA



Por: Md. Lisa Mejía

Sí, el dolor de cabeza fue lo que no le había permitido dormir esa noche a Diego, el primer paciente sospechoso de Covid-19 que llegó una madrugada al centro de salud, a mediados del 2020. Era joven, vigoroso, cursando la tercera década de la vida, quien a primera vista impresionaba y denotaba buena salud, salvo por unos kilos demás que lo hacían ver “gordito”. Mientras Lucía, la enfermera, tomaba sus signos vitales y le hacía varias preguntas, él mostraba preocupación y sudaba; sin embargo, la fiebre no era causa de aquello, sino el miedo. Cuando ella le consultó sobre si había estado en contacto con alguien que haya dado positivo para SARS-CoV-2, su rostro se transfiguró, lo cual fue motivo suficiente para trasladarlo al área de pacientes con complicaciones respiratorias, la misma que se había instalado desde la declaración de emergencia sanitaria declarada por el Presidente de la República, y a la que nadie quería ir por temor al contagio.

Aquella madrugada fría y lluviosa de la serranía ecuatoriana, adquirió un tinte tenebroso, pues la voz temblorosa de Lucía, despertó a Verónica, la doctora, quien se había acomodado en una camilla para descansar. “*Doctora Verito, un paciente sospechoso la espera en la sala*” le dijo. Abrió sus ojos, deseando que fuera una pesadilla; sin embargo, eran tan real como que se convertiría en la primera persona de la casa de salud, en atender a alguien con las potenciales características de la nueva enfermedad. Sí, también era el primer caso en esas condiciones. Con las manos temblorosas y el corazón latiendo a mil, se vistió con el equipo de protección personal de pies a cabeza, tomó el fonendoscopio y se dirigió al encuentro con Diego, a quien invitó a pasar al consultorio. Él, con voz entrecortada, le contó que sentía un fuerte dolor de cabeza que le impedía dormir, acompañado de un ligero dolor de garganta. Negaba tos, pero afirmaba que días atrás estuvo en contacto con su jefe, quien también había sido ingresado a Unidad de Cuidados Intensivos, de otro centro de salud, a causa de una neumonía atípica, motivo por el cual estaba siendo evaluado respecto a la posibilidad de que sea a causa del nuevo coronavirus.

Sigilosamente, Verónica procedió a auscultarle los pulmones, sin encontrar indicios relevantes; de allí, le revisó la garganta, la misma que se encontraba inflamada, motivo por el que le recetó analgésicos. Le explicó también sobre los signos de alarma para que esté pendiente ya que, de presentarse, debería acercarse a un hospital. Diego aceptó y se fue tranquilo a casa.

Tras amanecer y dando el reloj las primeras horas de la mañana, Verónica entregó el turno y se dirigió a su vivienda. Llegó a su casa, no saludó de manera acostumbrada y procedió rápidamente a tomar una ducha. A pesar de que Diego no tosió, estaba asustada y se demoró una hora en el baño. Salió, saludó a su hermana, a su padre y se fue a descansar. Más tarde la llamada de Carlos, jefe de su área, la despertó, y recibió la orden de que cumpla con el seguimiento al paciente, al ser un caso sospechoso.

Tres días después del encuentro, lo llamó para saber cómo estaba, sorprendiéndose de que el hombre se encontraba en el hospital, pues la cefalea se mantenía. Además, le contó que su jefe había dado positivo para SARS-CoV-2, motivo por el que, siguiendo los consejos recibidos en la consulta se trasladó a dicho lugar, en el cual le hicieron una tomografía, cuyas imágenes mostraban lesiones pulmonares características de neumonía por Covid-19. Ese momento Verónica no entendía cómo un dolor de cabeza se había transformado en dicha patología. Pasaron los días, repitió el procedimiento, y esta vez la noticia recibida fue que Diego había sido ingresado a la Unidad de Cuidados Intensivos para ser intubado puesto que el cuadro se había complicado. Semanas más tarde, salió de la unidad, pasó a hospitalización, y cumplido el tiempo respectivo, Diego pudo regresar junto a su familia.

Después de Diego llegaron más personas contagiadas. La demanda de pacientes se incrementó y los hospitales estaban desbordados, por lo que, en el caso particular de su trabajo, las áreas de quirófano y fisioterapia se convirtieron en centros de hospitalización para enfermos de coronavirus. Era sorprendente ver cómo los síntomas variaban entre un paciente y otro: algunos no presentaban tos, pero tenían dificultad para respirar, con saturación de oxígeno muy baja, mientras que otros sí tosían, pero el saturador marcaba normal. La fiebre tampoco era una condición general. Así Verónica estudió cada caso, ya que, al ser una enfermedad nueva, poco se sabía de ella.

Por sobre la incomodidad que causaba el uso del traje de bioseguridad y todas las complicaciones relacionadas, así como el separarse de la familia para no exponerlos, nada le quitaba la satisfacción de ver a un paciente recuperarse de esta enfermedad. Su fuerza se basaba en la fe en Dios, la que le permitió continuar y hacer todo lo que estaba a su alcance para ayudar a los enfermos. Así se mantiene.

CORONAVIRUS OPORTUNIDAD Y AMENAZA



**Por: Md. Solanghe Francisca
Esquivel Pazmiño**

Cruzábamos el quinto mes del año 2020 y tomar la decisión de formar parte de la llamada primera línea no fue fácil, pues vocación, anhelos y metas se mezclaban en una tormentosa sensación de incertidumbre. Por lo tanto, elegí salir de mi zona de confort y tomar el trabajo de médico residente en la sala de aislamiento respiratorio, ocupada por pacientes afectados por Covid-19. Me encomendé a Dios y le aposté al tiempo.

Aquel ambiente hospitalario era conocido para mí, me impresionaba el lugar, pues allí afloraban la consideración y la empatía dentro de tan abrumadora situación. El momento del primer turno había llegado, sin tener los recursos necesarios para entrar al campo de batalla, más que el conocimiento relacionado a que la familia de los coronavirus causa enfermedades en humanos y animales; y, en el primer caso, son infecciones respiratorias que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el Síndrome Respiratorio De Oriente Medio – MERS y el Síndrome Agudo Respiratorio Severo – SARS. ¡Vaya que sirvieron las clases de Microbiología! Al menos recordaba algo.

Sin embargo, dicha información era minúscula, ya que el denominado SARS-Cov-2 era nuevo, sorprendió al mundo entero, y no había un tratamiento específico para el mismo. Se sabía, según los expertos en el tema, que el contagio se producía a través de gotas respiratorias y vías de contacto como fómites¹, inclusive por el aire, a través de condiciones específicas en espacios en los que se generan aerosoles.

En ese contexto, reflexione sobre cuáles serían mis funciones como médico residente de la sala de aislamiento, motivo que me llevó a estudiarla y comprender el riesgo al que me enfrentaba. ¡No podía ser indiferente a la realidad que me acechaba! Durante el proceso de formación había sentido emociones similares, en más de una ocasión, así que, con actitud positiva junto a las motivadoras palabras de mi madre, me introduje en ese primer turno.

¹Un fómite es un objeto carente de vida o sustancia que, si se contamina con algún patógeno, tal como bacterias, virus, hongos, parásitos, es capaz de transferir dicho patógeno de un individuo a otro

En los pasillos, el encuentro con los colegas era un baile de interpretativas miradas tras la hermética y extensa cobertura que teníamos que utilizar para mitigar el riesgo de contagio, con el fin de atender de manera óptima a todos quienes estaban ingresados en dicho lugar. Reconocer mi nueva fisonomía, reflejándome en mis propias pupilas, cual diafragma de una cámara fotográfica, me inspiró, mucho más, a luchar desde el corazón por los enfermos, víctimas de esta nueva patología.

En la memoria y el corazón llevo los lazos de amistad y compañerismo generados con todos los compañeros de turno, pues nos cuidábamos unos a otros, observando que al ingreso de la jornada nuestras armaduras estuvieran íntegras, así como recalcábamos los pasos del proceso de retiro de la misma, cuando llegaba el momento de ir a casa, dado que el mínimo descuido significaría el aumento de las posibilidades de convertirnos en portadores, lo cual conduciría al desenlace más aterrador de una jornada de trabajo: llevar el virus a casa. Compartimos la extraña y real sensación de asfixia, acompañada de náusea en incontables ocasiones, pues llevar la mascarilla ceñida a la cara, perturbaba de inicio a fin, mucho más tras al menos doce horas de arduo trabajo, con el atuendo completo.

Entre todos los pacientes, con las habitaciones ocupadas al máximo, había una mujer cuyos ojos eran de un color verde tan intenso, que bien habría podido transformar el dióxido de carbono en oxígeno para dárselo a quien lo necesite, quien acuñó una frase que se volvió común entre todas las personas con cuadros respiratorios, sin que importe el nivel o la condición, pero que reflejaba el sentir general: *“¡Doctora me muero, haga algo por favor!”*

Sentía mi corazón fragmentado en mil pedazos y la voz se me quebraba con cada caso atendido, sea dispensando la mayor cantidad posible de oxígeno a alguien, o, junto al equipo, haciendo el esfuerzo físico correspondiente para cambiar de posición a quien lo requiriere, con el fin de que encuentre alivio a la incesante fatiga por la dificultad respiratoria. Con el paso de los días, algunos se quedaban en el camino del agonizante sueño que los conducía a la muerte, pues el aporte de oxígeno no era suficiente y sabíamos que ninguna maniobra de resucitación lo evitaría. Otros, en cambio, se aferraban a la vida, luchando incansablemente por recuperarse, empujados por el deseo de retornar a casa junto a los suyos. Era su mayor anhelo.

También me correspondió tratar a pacientes que, ante el contagio, ingresaban mentalmente devastados, producto del miedo y la ansiedad; en algunos casos, a los pocos minutos de haber llegado, presentaban sensación de muerte inminente, lo que supuso un nuevo reto personal, laboral y académico.

Ese es uno de los factores que jamás se tomó en cuenta dentro de los síntomas del Covid-19: el conflicto mental y emocional al que la enfermedad llevaba a las personas que lo contraían. Sin duda fue un enorme desafío a superar, entregando palabras de aliento, y también recibíendolas, por supuesto.

Ya fuera de combate por decisión personal y familiar, mientras escribo estas líneas a finales del 2020, pido al Creador que todo el equipo de salud siga firme en su vocación y que no desmaye en la lucha, puesto que todavía está lejos de terminarse. Comprendí que hay situaciones que representan una amenaza evidente, e implican riesgo, pero también que hay otras, la mayoría, que deben ser tomadas como una oportunidad de crecimiento integral. En el caso de la medicina, bien se aplica la famosa frase de la Madre Teresa de Calcuta: *“El que no vive para servir, no sirve para vivir”*.

LA MEDICINA DESDE OTRA PERSPECTIVA



**Por: Dra Katty Magaly
Ochoa Maldonado. Mgs**

Constituye para mí un honor escribir un artículo acerca de la experiencia vivida en la pandemia causada por el Covid-19. Soy Doctora en Medicina y Cirugía y he trabajado durante veinte años en atención primaria de salud en los diferentes centros de salud públicos del país. El haber estudiado medicina me abrió las puertas para conocer las diferentes causas de morbimortalidad de varias zonas del país, y así trabajar en la promoción y prevención de salud, como también me ayudó a identificar la frustración de la población cuando las verdaderas necesidades, a las que yo llamo necesidades del alma, no han sido satisfechas. Eso me hizo reflexionar y me impulsó a recorrer otros caminos, en el servicio a la sociedad.

Gracias al apoyo de la máxima autoridad de una provincia al sur de nuestro querido Ecuador, laboro como Coordinadora del Proyecto de Gobernabilidad de un Gobierno Autónomo descentralizado, con coordinación y planificación, para llegar a los sectores más vulnerables del territorio.

La situación cambió radicalmente cuando a mediados del mes de marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró el brote de coronavirus como pandemia global, pidiendo a los países intensificar las acciones para mitigar su propagación y proteger a los ciudadanos. En la misma época, en Ecuador se declaró el Estado de Excepción por calamidad pública, ante la conmoción generada. De manera congruente, aunque sin que sea competencia directa la atención de salud, el GAD Provincial declaró en situación de emergencia a la jurisdicción, a fin de establecer acciones inmediatas para atender a la población, evitar el contagio y coadyuvar al objetivo nacional para superar la emergencia sanitaria. Con esta reformulación de actividades desde la tercera semana de aquel mes, no se han escatimado esfuerzos y se ha trabajado de manera coordinada, en beneficio de los sectores que más lo necesitan.

Empezamos las actividades con la desinfección de calles, escuelas, centros geriátricos, mercados y casas de habitación, para llegar a las comunidades teníamos que hablar con sus líderes solicitando el ingreso,

pues estas se auto aislaron, y únicamente permitían la entrada a vehículos que transportaban leche y a entidades públicas previa planificación. Al pasar por diferentes lugares, observaba a personas que detrás de los cristales de sus casas nos aplaudían, pero al mismo tiempo se les notaba derrotados, tristes, con nostalgia e incertidumbre, con miedo y pánico a enfermarse y no saber qué hacer. De igual manera se realizó un mapeo de actores e identificación de las necesidades prioritarias de las personas de escasos recursos económicos.

La pandemia evidenció más que nunca la pobreza y la falta de empleo de algunos sectores, así mujeres que trabajan en actividades domésticas o en limpieza, y personas que se dedicaban a la construcción en el ámbito de albañilería se quedaron sin empleo y remuneración. La situación era desoladora, pero gracias al apoyo del Gobierno Autónomo descentralizado y a una minga interinstitucional, llegamos a siete cantones, veintiséis parroquias y comunidades a entregar kits alimenticios para los grupos vulnerables; de igual manera, se manifestó la solidaridad de algunas comunidades de la provincia, quienes donaron productos lácteos para que también sean distribuidos. Se trabajó también con cada una de las juntas parroquiales para realizar pruebas rápidas a la población, a lo largo y ancho de la provincia, en centros geriátricos, cuerpos de bomberos, así como se insistió en charlas de sensibilización para que la aplicación de las medidas de prevención no decaiga. También participé en la entrega de mascarillas, previa capacitación sobre el buen uso de las mismas, acotando que en algunos lugares se negaban a utilizarlas, así como a mantener el distanciamiento social.

Durante la etapa de confinamiento, inclusive mientras escribo estas líneas al final del mismo año, las personas sufrieron y padecen fuertes impactos a la salud mental, con diferentes patologías, como depresión y ansiedad, por lo que de la mano de los psicólogos clínicos que laboran en el área social, formamos un equipo para brindar acompañamiento en dicho campo a quienes se encontraban cursando la enfermedad, como también a sus familiares, proceso que tuvo gran aceptación por parte de la población.

De igual manera, el gobierno provincial entregó una ambulancia a un hospital básico que tuvo un gran número de casos, para que los pacientes puedan ser referidos a otros centros de atención de mayor complejidad., en otra casa de salud se implementó una sala de espera y se amplió el área de emergencia, además de entregar equipamiento médico para subsanar las necesidades prioritarias de las casas asistenciales.

La enfermedad no ha cesado, la incertidumbre sigue perenne; sin embargo, gracias al trabajo fecundo de las autoridades y cada uno de los hombres y mujeres, hemos formado un gran equipo humano, para luchar contra el virus y sus consecuencias. Paso a paso vamos saliendo adelante,

y estoy agradecida de haber trabajado en territorio, junto a cinco personas que jamás se cansaron. En esta crisis hemos aprendido mucho, nos ha hecho crecer como personas, y nos ha fortificado el alma y el espíritu.

“Respirar lentamente es como un ancla en medio de una tormenta emocional: el ancla no hará que la tormenta se vaya, pero te mantendrá firme hasta que pase”. **Russ Harris**

LA PANDEMIA CONTADA POR UN MÉDICO RURAL



**Por: Md. Luis Felipe
Ulloa Gutiérrez**

A finales del año 2019 se sabía que un nuevo virus asechaba el mundo entero, pues se había tomado varios países, sin intención de detenerse, dejando a su paso tristeza y desolación. Esto solo lo sabíamos por los medios de comunicación, ya que aún ingenuos de su terrible alcance, subestimamos la verdadera fuerza con la que impactaría en la población. A inicio del 2020, el Covid-19 llegó al país, con reportes de casos aislados en la costa ecuatoriana; y fue cuestión de tiempo, para que se propagara rápidamente a nivel nacional con consecuencias devastadoras.

Como profesional de la salud, parte de mi trabajo en la sierra centro del país, al inicio de la pandemia, consistía en educar a la población acerca de los síntomas más comunes con los que se presentaba el virus, como tos, fiebre y falta de aire. Para ese momento, la disposición compartida con la población, era que, ante la aparición de alguno de ellos, debía acudir de inmediato a la casa de salud más cercana. De igual manera, informar sobre las medidas básicas de bioseguridad para mitigar el riesgo, siendo éstas, la adecuada higiene de manos, uso de mascarilla, distanciamiento social, y mejor aún, evitar salir. Esto último resultaba imposible, pues la mayoría de habitantes se dedicaba al comercio y transporte de frutas y vegetales hacia la región litoral. La campaña se centró en plazas de feria y mercados, lugares en los que las autoridades veían el potencial peligro de contagio.

La siguiente medida por la que optó la casa de salud, fue instaurar el llamado triaje respiratorio, fuera de las instalaciones para evitar la propagación del virus. Se me asignó la función de atender en dicho lugar, desde su apertura, a usuarios con síntomas respiratorios. La primera mañana fue como de costumbre, con personas que tenían resfriados comunes, alergias y faringoamigdalitis; sin embargo, para el medio día, una fuerte tos fue escuchada por quienes estábamos presentes, lo que llamó nuestra atención. Al momento de atenderlo, el paciente cumplía con todos los síntomas característicos del nuevo virus.

Al interrogarlo, confirmé las sospechas, con el dato adicional de que era un viajero frecuente a la Costa, territorio en el que, para aquel tiempo,

los casos estaban disparados. De inmediato le hicimos una radiografía de tórax, la misma que mostró un infiltrado difuso en los dos pulmones. Así, era el primer paciente sospechoso del cantón, y de los primeros de la provincia. Conforme al protocolo vigente, se lo aisló, de la mano de la respectiva notificación a las autoridades encargadas de epidemiología, a la espera de indicaciones.

Como obvia consecuencia, mi compañero enfermero, y yo, también debíamos entrar en el mismo campo, para las pruebas necesarias, y sus resultados. Tres horas estuvimos aislados, para tal efecto. Finalmente, la decisión fue transferir al paciente a una casa de salud de mayor complejidad para su manejo. Pocos días después recibimos la noticia de que había fallecido a causa de Covid-19, tal como reportó el resultado del hisopado nasofaríngeo.

Fue el primer caso que atendí durante la pandemia, lo que me dejó incertidumbre, ansiedad, preocupación respecto a la aplicación de las medidas de bioseguridad y si serían suficientes para evitar el contagio. Temía por mi vida, por mi familia, no lograba conciliar el sueño. Era una licuadora de emociones.

Cada día esperaba sentir alguna molestia o la aparición de síntomas relacionados, cargado de estrés que me impedía llevar los días con normalidad, ante la posibilidad de que efectivamente suceda; inclusive me sometí a la misma radiografía de tórax, cuyo resultado fue normal. ¡Qué alivio!, convirtiéndose en el impulso necesario para seguir apoyando en la primera línea de atención, sin descuidar ni un segundo las medidas preventivas. En lo posterior, los casos se dispararon en la región, de manera alarmante, llegando a ocupar los primeros puestos en cuanto a número de contagiados a nivel nacional. Para ese entonces, se volvió normal recibir día a día a pacientes con sintomatología respiratoria, entre leve y crítica, con nexos epidemiológico de alta sospecha, siendo varios de ellos derivados a hospitales de mayor nivel de atención.

Sin embargo, es imposible olvidar a todos ellos, con la angustia en sus rostros, llenos de miedo, acompañados del llanto familiar al recibir la noticia de que eran positivos para Sars-Cov-2, quedando cortas las palabras de aliento y esperanza, dado que el trágico desenlace era una probabilidad cierta. Todo empeoró cuando, en el devenir, las casas de salud se abarrotaron de pacientes portadores, con las Unidades de Cuidados Intensivos llenas, y largas listas de espera por una cama en dichos servicios, sin tiempo que perder para acceder a un respirador. Ese fue, por muchos meses, el escenario que se vivía cada día.

A mediados de año, por falta de personal en el área de salud, me transfirieron a un hospital básico, al que acudían personas con cuadros más complicados. Al igual que en otras latitudes, no estuvimos prepa-

rados para combatirlo, con insumos escasos, prendas de protección contadas, medicinas con stock limitado y un personal de salud temeroso. Sentimiento que cada día aumentaba por la cantidad de pacientes que se atendían, la mayoría, infectados. Tuve varios casos con pronóstico favorable, pero los que me dejaron huella, fueron los más graves, más si eran pediátricos.

Fui testigo del fallecimiento de un niño con antecedente de parálisis cerebral, quien llegó a emergencia con dificultad respiratoria, temperatura elevada y tos. Luego de su muerte, llegaron los resultados de las pruebas, que lo confirmaron como positivo para Covid-19. ¡Durísimo! Como él, varios casos, uno tras otro, pues la velocidad de contagio en la región fue incontrolable, dejando a su paso sufrimiento y dolor.

Al pasar de los meses, una luz de esperanza apareció, dado que ya lo entendíamos mejor en cuanto a mecanismo de propagación, ataque y comportamiento en el cuerpo humano, aún sin un tratamiento clínico específico. En todo caso, hubo varios anuncios relacionados a investigaciones en proceso para desarrollo de vacunas, aunque todavía parecía lejana en aquel tiempo. Sí, también en el transcurso del tiempo, la notificación de casos disminuyó, pero jamás se detuvo, lo que me llevó a tener interrogantes respecto a las causas relacionadas para tal efecto: “¿Será que las campañas tuvieron el resultado esperado?”, “¿La gente tomó conciencia?” pensaba, sin que, inclusive hoy que escribo esta historia, haya las respuestas correctas para esas inquietudes.

Indiscutiblemente, todos quienes atendimos, desarrollamos experiencia en el manejo y tratamiento de pacientes sospechosos y confirmados, además de que, en lo personal, estudié todas las publicaciones científicas relacionadas con la enfermedad, para tener más herramientas de combate. Cada vez que alguien lo superaba, era reconfortante e inspirador para seguir en la lucha, con más certeza y menos temor, al estar en contacto con quienes lo requerían.

A final del 2020 se presentaron picos de contagio, por las festividades decembrinas, o al menos eso suponemos. Es lógico reconocer que, luego de la larga cuarentena, tal vez con justas razones, la gente retomó de alguna manera sus actividades, lo que significó que el virus tome velocidad en su circulación nuevamente. Aun cuando la mayoría de la población lo ha entendido y aplicado, todavía hay quienes no han aplicado de manera correcta el uso de la mascarilla y el resto de medidas.

Cerca de cumplir un año de pandemia, cuando escribo esta historia, sigo en la lucha en primera línea, dando lo mejor de mí, al igual que todos los colegas, puesto que de todas maneras el Covid-19 sigue siendo una gran interrogante. ¡Ojalá salgamos pronto!



Fotografía: justo antes de atender el primer caso de Covid 19

DAÑO COLATERAL



Por: Sandra Coba Loor

¡El mundo se ha detenido por una pandemia! Sí, aquel término que aprendimos en clases de epidemiología, o escuchamos en las de historia. Algunos lo asociaban a una película de ficción, sin embargo, nadie se imaginó afrontando una, pues nos creíamos invencibles, pero llegó un virus a demostrarnos lo frágiles que somos.

A inicios del 2020 yo trabajaba como residente en el quirófano de un hospital del día, del sistema público en la capital. En ese tiempo empezaban a llegar noticias sobre un virus en China, el cual todos pensamos, ingenuamente, que no llegaría acá; otros decían que era como la gripe; sin embargo, un par de meses después ya estuvo entre nosotros, cambiando nuestros planes, confinándonos en casa, distanciándonos de nuestra familia, amigos; y, a los médicos poniéndonos a prueba física, mental y emocionalmente.

Nos acostumbramos a conversar sobre las muertes diarias por Covid-19, así como sobre la saturación de las Unidades de Cuidados Intensivos, del miedo que vivimos día a día los miembros del personal de salud al llegar al hogar, de lo corto que se quedó el sistema para cubrir la demanda, respecto a lo desgastante que era trabajar con un equipo de protección encima, sobre la pérdida de colegas, amigos, familiares; en fin, de todas las situaciones que nos cambiaron la vida. No obstante, mientras el nuevo virus ocupaba la mayor parte de nuestro tiempo fuerza y recursos, otras enfermedades también nos necesitaban y las tuvimos que dejar para después, causando un daño colateral, en ocasiones irremediable.

Después de declarada la emergencia sanitaria y mientras veíamos la crisis por la que pasaban las primeras ciudades afectadas del país, cada unidad de salud se preparó para recibir pacientes con la global patología; así, se cerraron quirófanos y áreas de consulta externa, como también se instalaron carpas para atención, modificándose varios lugares con el fin de hospitalizar pacientes. Varios médicos fuimos trasladados de servicio mientras que especialistas de edad avanzada o que padecían enfermedades crónicas, fueron enviados a casa para cumplir con la modalidad de teletrabajo. Varios otros tuvieron que dar apoyo como contingencia, así

que era normal ver a oftalmólogos, dermatólogos o cirujanos atendiendo pacientes con síntomas respiratorios; de hecho, yo pasé de ser residente de quirófano a emergencia, por lo tanto, rotaba entre dicho lugar y el área Covid, ya que había que mantener separado el flujo de pacientes.

Era el principio de mayo cuando Gloria llegó a emergencia. Cuarenta y dos años de edad, de piel pálida y textura delgada; en sus ojos reflejaba angustia. Acudió por presentar dolor abdominal intenso, de varias semanas de evolución, y había evitado acudir antes por temor a contagiarse, pero la situación se volvió inaguantable para ella. Al interrogarla me comentó que en los dos últimos meses había bajado de peso, y tenido reiterada náusea, con vómito. De hecho, en marzo le habían realizado una endoscopia de la cual nunca supo el resultado por la clausura de las citas médicas, conforme a la crítica situación, así que, como muchos otros, esperó que las cosas vuelvan a la normalidad, sin saber que eso tomaría más tiempo del imaginado.

Al examinarla me impresionó su abdomen distendido, tenso, doloroso a la palpación y otros signos que me hacían pensar en una complicación. Preocupada, busqué en el sistema su historia clínica para encontrar más detalles relacionados, y encontré el resultado de aquel examen, el mismo que arrojó adenocarcinoma gástrico. Gloria tenía cáncer y aún no lo sabía.

Recordé las clases de oncología y gastroenterología, así que conocía que se trataba de un tipo de cáncer agresivo, de veloz diseminación, y que por los síntomas que presentaba era muy probable que ya esté en etapa avanzada. Inevitable fue el revivir todo lo que mi abuela paterna sufrió, hasta morir, a causa de la misma enfermedad. Se me humedecieron los ojos, aunque seguramente aquello no se notó tras las gafas y el protector facial. De hecho, no supe cómo informarle sobre el diagnóstico, mucho menos que había perdido tiempo valioso.

Le pregunté respecto si había acudido acompañada o sola, pues tendría que ser ingresada para otro tipo de pruebas y calmar su dolor. *“Solo vivo con mi hijo. Está afuera, y tiene discapacidad, pues no escucha, pero entiende de manera escrita”* fue su respuesta. ¡Se me hizo chiquito el corazón! Salí a la calle a buscarlo, puesto que la disposición vigente señalaba que los pacientes debían ingresar sin acompañantes. Lo encontré, saludamos y le mostré mi nota. Mediante señas me pidió que llame por teléfono a alguien, era a su tío, hermano de su madre, para explicarle la situación. El inconveniente es que el hombre vivía en otra ciudad y el transporte interprovincial estaba clausurado, así que sería imposible su traslado. Prácticamente Gloria estaba sola.

Dentro de ese escenario, hablé con mi jefe de turno quien se encargó del ingreso y le comunicó a Gloria su diagnóstico, posterior a eso se inició el trámite para la respectiva transferencia a un hospital de mayor nivel de

atención, dado que el caso superaba nuestra capacidad resolutive. Hasta terminar mi turno ella se mantuvo allí, a la espera de indicaciones, puesto que al siguiente día sería trasladada. No supe más de ella cuando volví, y evitando enterarme de una mala noticia, tampoco averigüé al respecto.

Al llegar a casa me invadían las preguntas: “¿Será demasiado tarde?” “¿Si su cita no se cancelaba hubiera sido distinto?” “¿Y si ese chico perdía a su madre?” “¿Cuántos diagnósticos y tratamientos se están postergando por el Covid-19?” “¿Es correcto descuidar otras áreas por los esfuerzos enfocados en la crisis pandémica?” “¿Hasta cuándo se esperará para cubrir ésta demanda?” “¿Cuántos pacientes como Gloria estarán esperando que la crisis termine para acudir a consulta?” ¡Maldito virus! Pensé.

Los meses pasaron, y con ellos, aumentó el número de visitantes al área de Emergencia con complicaciones por enfermedades crónicas, crisis hipertensivas, descompensaciones diabéticas, entre otros, siendo las frases que más se repetían: “Por la pandemia no he podido retirar mis medicinas” “No me he realizado controles para no contagiarme” “No hay citas” “Perdí el trabajo y no me alcanza para comprar mi medicación” “Mi cirugía se canceló”. No he dejado de sentirme impotente al no poder solucionar esos problemas.

Tampoco olvidemos el daño colateral en relación a la salud mental, que también se ha visto afectada. Evidenciamos intentos autolíticos, crisis de ansiedad, estados depresivos; es que, ante una situación tan crítica, en la que hubo muchas pérdidas de vidas, empleos y dinero, así como varios que estuvieron confinados en hogares disfuncionales o fueron víctimas de maltrato, era imposible creer en que no habrían secuelas en el estado de ánimo de la gente, incluidos nosotros sin duda, ante cada caso que tuvimos que tratar, siendo testigos en más de una ocasión, de momentos de tristeza, cansancio y desesperanza. Al final del día, la satisfacción del deber cumplido lo paga todo, habiendo hecho lo que estuvo en nuestras manos con recursos limitados.

Termino esta historia pidiendo que pensemos en todos quienes han sufrido el daño colateral, así como en los pacientes oncológicos o con enfermedades crónicas, autoinmunes o psiquiátricas que no tuvieron tratamiento, o desconocían su diagnóstico, pues también han sido víctimas de la pandemia aún sin tener Covid-19.

TELETRABAJO ¿REALMENTE PRIMERA LÍNEA?



Por: Andrea Mendieta Lara

Todos llaman héroes a aquellos que estuvieron en primera línea en el área de emergencia, ignorando que el teletrabajo también fue, y sigue siendo mientras escribo estas líneas, una parte fundamental de la atención a quienes no acudían al centro de salud a pesar de necesitar controles mensuales, sea por embarazo, enfermedades crónicas no transmisibles o enfermedades agudas. Y fue mi estado de vulnerabilidad por gestación de alto riesgo lo que hizo me uniera a esta modalidad.

Al inicio del confinamiento atendía cerca de sesenta llamadas diarias con los pacientes que estaban bajo mi responsabilidad. Algunas de esas consultas fueron por controles rutinarios entre ellos peso, talla, exámenes de rutina, mientras que otros eran por diferentes motivos como “*matar al bicho*” en mención al Covid-19, dado que el miedo al contagio de esta terrible enfermedad provocó que pusiéramos un alto a la acostumbrada forma de vida, quedándonos en el seno familiar protegidos de todo y de todos. Como era interminable, mis nuevos mejores amigos eran la computadora, el teléfono celular con su cargador, y todos los informes que debía llenar luego de cada llamada.

Tanto el miedo como la ansiedad eran las piezas centrales de las historias, pues, sin excepción, cada uno de los contactados expresó la angustia en la que vivía, el temor de salir a conseguir el pan de cada día, y la soledad del encierro que carcomía, junto al deseo de volver a abrazar a quienes tanto extrañaban. Algunos me agradecían por la llamada y la preocupación, mientras otros se desahogaban conmigo, contándome sobre el desconsuelo que sentían al perder a esa persona que tanto amaban; y yo, con lágrimas en los ojos y un nudo en la garganta, tenía que consolar a la distancia a quien me abría una parte de su corazón en esos minutos.

Pero no todo fue tristeza, pues hubo algunas cosas que me provocaron risas que duraron semanas, como cuando llamé a un paciente hipertenso, con mala adherencia al tratamiento, y no me contestó. Resultó que la esposa del hombre, al ver que habían llamado con insistencia a su amado, desde un número desconocido, decidió esperar a media noche para investigar al respecto. Como era de esperarse, por mi embarazo dormía pro-

fundo y no caí en cuenta del contacto telefónico. Ante la nula respuesta, me dejó un mensaje de voz con interesantes deseos hacia mí, ya que, para ella, yo era la concubina de su pareja. Bien dicen que ningún comedido sale con bendición.

También hubo momentos de luz e inspiración que hicieron que mi corazón brinque, como cuando aquella señora agradecía a Dios por permitir que su compañero de vida siga vivo y así ella podía continuar agarrando su mano día a día.

¡Escuchar todo el día estas historias no fue fácil! Pues es imposible que no afecten, en cualquiera de los casos; sin embargo, esa personita que habitaba dentro de mí, me recordaba que debía respirar, ser fuerte y seguir. No dejé de ser médico ante la maternidad, y durante la pandemia tenía que poner mi grano de arena lleno de paciencia y amor.

El virus no ha dado tregua. Ya se cumplió un año de su aparición en Oriente, en Ecuador cerca de que suceda lo mismo, y la solución está lejos de aparecer. Siento que se empeña en lastimar a quienes quieren combatirlo; de hecho, confinada en casa para evitar el contagio personal y la transmisión no fue suficiente, ya que atrapó entre sus garras a mi familia.

A mediados de año, mientras sucedían las llamadas, recibí una que me dejó fría, pues el patriarca familiar se descompensaba lentamente. Sin poder detener mi trabajo ni trasladarme a cuidarlo, me convertí en mi propia psicóloga, dándome ánimo; aun así, no pude evitar que mi primogénita adelante su llegada a este mundo en medio de la crisis sanitaria. ¡Y así viví la paradoja de la vida misma! Encerrada con ella en neonatología, sin poder abrazarla, medio día después de su nacimiento y en medio de la oscuridad de la noche me comunicaron que él, la cabeza de mi familia, se había ido.

No fue fácil vivir la pandemia, como tampoco lo fue consolar sin poder abrazar. Las decisiones divinas son incuestionables, y es lo que como familia tuvimos que enfrentar. De ahí que la labor médica, más allá de lo clínico, estaba centrada en ayudar a la distancia, no sólo al enfermo, sino a todo su entorno que también se vio afectado, en todos los casos.

Y como yo, varias doctoras también tuvieron que vivir la etapa más hermosa de la vida en un complicado contexto, en el que dejamos el escritorio y el estetoscopio para hacer de la sala una oficina y del celular el mejor aliado; pusimos el horario de trabajo a un lado para recibir llamadas hasta altas horas de la madrugada, intentando no fallar a quienes lo requerían.

En consecuencia, también hemos sido primera línea. ¡Innegable! Junto a todos quienes estuvieron físicamente atendiendo cada uno de los casos. Fuimos y somos porque compartimos, desde otros medios, la angustia ante la complicación de un caso, así como la alegría al escuchar del otro lado de la línea telefónica a alguien decir: “¡*Gracias Doctora, estoy vivo!*”.

GRATITUD EN LA TEMPESTAD



Por: **Md. Maite Carolina
Ocaña Terán**

¿Y si le digo que esta historia empezó hace dos años? Todos tenemos sueños, cada uno con distinta prioridad y diferentes caminos. En mi caso, siempre me dijeron que ser médico es una carrera de esfuerzo, de difícil caminar, pero jamás me comentaron que implicaría una cantidad de sacrificios personales con el fin de escalar la montaña de retos. Esta experiencia se multiplicó al infinito con la pandemia.

No basta con cursar seis años, a veces más, para conseguir el resultado esperado, y así chocar con el mensaje social de que en este tiempo tan veloz y fluido no es suficiente y que hay que ir por más, con el fin de buscar mejores oportunidades, en un contexto en el que somos varios profesionales de la salud y pocas plazas laborales. Eso me generó un terremoto mental entre ideas, pensamiento y frustraciones; un boomerang que iba y venía con esa mezcla de sensaciones. “*¿Vale la pena tanto tiempo?*” me pregunté más de una vez, y buscando la respuesta es que el momento de decidir ir o no al siguiente nivel se transforma en una decisión trascendental de vida.

En el caso positivo, para en algún momento ser considerado posgradista y luego especialista, corresponde cumplir con varios requisitos, y no pocos, vale decir. Entonces, la inevitable siguiente pregunta que me hacía era: “*¿En el país o en el extranjero?*” La segunda opción fue la elegida, con la esperanza de que sea la decisión correcta, y la pandemia se cruzó en el camino.

Entre los varios destinos posibles para cumplir el sueño, uno de ellos era “*La Ciudad de la Furia*”¹, pues su apelativo por sí mismo causa escalofrío. Correspondía alistar todos los documentos habilitantes para estudiar y ejercer al mismo tiempo, situación que toma tiempo desde el punto de vista administrativo, a veces meses, en otras ocasiones años. “*¡Que la suerte me acompañe y sea pronto!*” suplicaba, dado que el siguiente paso, luego de conseguirlo, era subirse al avión y viajar a rendir

¹En relación a Buenos Aires, Argentina. Término acuñado por el grupo Soda Stéreo en una de sus canciones que lleva ese nombre, publicada en 1988.

el examen, que además era a principio de año. Sin embargo, con la llegada del Covid-19 y el caos que trajo consigo, el proceso sería modificado, dado que el contacto físico sería cancelado. Una actividad tan crucial como ésta, no volvería a suceder en mucho tiempo. En consecuencia, varios médicos del mundo, con el mismo objetivo de prepararnos en la tierra del Río de la Plata, estábamos a la expectativa de lo que la entidad educativa informara para seguir con el proceso.



Realizado por la autora: Maite Carolina Ocaña Terán

Y claro, la prueba se suspendió, mientras el trámite documental seguía en proceso, lento, pero no detenido, lo que hacía crecer en mí la esperanza de que los tiempos cuadrarían, para cuando correspondiera. Pasaron meses, la situación mundial se iba en picada; de golpe, la luz apareció: mediante las redes sociales de la institución, se informó que la rendición del examen de ingreso sería en línea. ¡Bingo! Y la sensación de vacío en el estómago volvió; sí, esa que se siente cuando suceden eventos inexplicables.

Días antes de recibir la noticia, el trámite documental se había concluido y aprobado, así que se encaminaba el rumbo. ¡La esperanza era más grande que nunca antes! Todo estaba listo para el proceso de inscripción, y en la última revisión casi se me va el alma: mi documento de identidad había caducado. ¡Quería llorar! *“He esperado tanto tiempo, me la voy a jugar”* pensé, y así, tal cual, envié los documentos, apostando al suerte o muerte, puesto que tantos años de espera podían acabarse en un santiamén. Necesitaba de la intervención divina, u otra de esas alineaciones astrológicas que suceden cada mil años, o ambas, para que el objetivo se cumpla. La angustia me recorría el cuerpo entero ante la expectativa de saber si lo conseguiría o no; bueno, había hecho todo lo posible al respecto, y eso me calmaba en algo. ¡Y sucedió! En el sistema

de la entidad educativa, junto a mi nombre aparecieron las siguientes palabras, en línea cronológica: “*preinscrito, inscrito, habilitado para rendir*”. Junto a ello, el mensaje divino de que el caos trae cambios y que es cuestión de cada quién etiquetarlos como positivos o negativos.

De repente, estaba ahí, frente a una pantalla, junto a miles de desconocidos que perseguían el mismo sueño. Entonces alguien manifestó las indicaciones para el examen, duración, y demás; el momento esperado había llegado y dependía de mí conseguirlo o no, dentro de una inesperada mezcla de sentimientos encontrados, los cuáles son complicados de explicar en estas líneas. Terminado el tiempo dispuesto para el efecto, las cartas estaban jugadas y no me quedaría más que esperar el desenlace.

Pasaron algunas semanas y la ansiedad crecía en la espera de los resultados, así como cuando el pastel está en el horno: mientras sube la temperatura y pasan los minutos, éste toma forma y va creciendo. Lo sentía así, dado que todos los pasos previos se cumplieron, como he comentado.

Una noche antes de dormir, decidí revisar el sistema. Entre una infinidad de apellidos me encontré, y estaba dentro del ranking de aprobados. ¡Qué felicidad! Pues el sueño que, durante mucho tiempo, entre circunstancias y decisiones solo permanecía en mi imaginación, tomaba tintes de certeza, de realidad. Comunicué la noticia a todas las personas importantes de mi vida, y claro, unas se alegraron, otras lloraron, y en cualquiera de los casos, sabía que quizás a algunas de ellas no volvería a verlas. Con esas consideraciones decidí irme, por mí, por mi sueño, por mi objetivo, así que el viaje estaba listo.

No obstante, el Covid-19 seguía complicándolo todo y llevándose lo más preciado del ser humano: la vida. Sin embargo, también representaba la posibilidad de adquirir nuevos y frescos conocimientos, en todo sentido, para posterior aplicación con el fin de mejorar la vida de los demás, desde el momento mismo en el que se da el alumbramiento. De verdad que, dentro de lo complicado y doloroso, también hay muchos motivos para agradecer. ¡Una lección de vida!

Llegó el día, y en la maleta todo lo necesario, con el corazón que se me salía del pecho. Una parte de mí se quedaba en el país, con todos quienes me vieron nacer, disfrutaron de verme crecer y me enseñaron a ganar y perder. Muchos creen que el duelo está ligado a la muerte, exclusivamente; sin embargo, corresponde a la pérdida, en todos los campos de la vida; en este caso, abandonar a mi gente e irme a luchar por mi sueño, sin nadie más que yo misma ante lo que se me presente. Ya en el avión no había marcha atrás.

Una vez en la imponente ciudad, debía prepararme para mi primer día en aquel hospital pediátrico de enorme trascendencia internacional. De ese momento han pasado varios meses mientras la vida sigue cambiando, a cada minuto, dada la coyuntura que no ha finalizado. El contacto con los niños me ha enseñado que, aunque exista dolor físico, o una pandemia, siempre hay motivos para sonreír, como ellos lo hacen casi desde que abren los ojos en este mundo. Es precisamente esa expresión tan genuina y dulce, lo que me impulsa a seguir caminando. Ya habrá tiempo para el reencuentro.

AMOR EN TIEMPOS DE COVID-19



**Por: Md. Danny Daniel
Gia Estrada**

Esta es la historia de Juan, un hombre de treinta años de edad. Médico de profesión y casado hace diez años con una maravillosa mujer, cuya unión estaba llena de felicidad, aún en los momentos más complicados.

Una mañana de marzo, la casa de salud en la que Juan trabajaba, se llenó de rumores relacionados a que había llegado un virus incurable bautizado como Covid-19. Mónica, al ver los noticieros, asustada se comunicó con él por teléfono para conversar al respecto. Ante sus dudas, él le contestó: *“Amor, nuestras vidas cambian a partir de este momento, puesto que el trabajo en la casa de salud se multiplicará y habrá muchas personas a las cuales ayudar. Al llegar a casa conversaremos en paz. Te amo”*

Terminado el turno, al día siguiente, llegó a casa y retomaron el tema, como era de esperarse. *“Es tal el cambio que los turnos serán de veinticuatro horas y usaré un equipo especial de protección, de pies a cabeza, puesto que me asignaron al área de contagiados”*, manifestó él, cargado de susto, pero con la vocación por delante. De hecho, terminada la conversación, salieron a buscar los implementos necesarios para tal efecto. Al regresar, el gobierno decretaba toque de queda y varias otras medidas complementarias para frenar el avance de la transmisión, puesto que el número de enfermos y fallecidos aumentaba con alta velocidad.

El nuevo turno empezó como estaba establecido, pero Juan jamás imaginó lo complicado que sería, no solo por su extensa duración, sino también por el juego de emociones que en él se desataron, al ser testigo de casos muy críticos y ver gente morir a cada instante. En la casa, el escenario era complicado también, puesto que le tocó vivir aislado en un cuarto para no contagiar a su esposa, pero es lo que correspondía hacer, de manera responsable. La situación general era complicada, sin una cura para el efecto, y varios meses transcurriendo. De hecho, mientras escribo estas líneas, aún no hay solución cierta, más allá de las vacunas que se han desarrollado y que de a poco empiezan a distribuirse, a la espera de que sean efectivas y no dejen secuelas.

Como consecuencia de la pandemia, los trastornos de ánimo en la población no se hicieron esperar, y la pareja no fue ajena a ese escenario. De tal manera, los problemas entre los dos empezaron, puesto que era complicado que los dos compartieran tiempo juntos, como matrimonio. Ella empezó a dudar de su esposo, tanto que llegó a decirle que sospechaba que él tenía otra pareja en el trabajo, dado el tiempo que permanecía en aquel lugar, ante la ausencia de intimidad entre los dos. *“Tú no comprendes que yo te amo con mi vida y por tal motivo es que no quiero hacerte daño, ante la exposición que tengo al Covid-19. Si entendieras todo lo que me ha tocado vivir allí sería distinto, porque estar en contacto con la muerte todo el tiempo, sin poder hacer más por esa gente, es realmente traumático”* contestaba él.

De todas maneras, con el paso del tiempo, Mónica decidió dejarlo, puesto que la pelea y el conflicto se había convertido en la cotidianidad del hogar; además, ella había perdido la confianza en él. Juan, llorando, le dijo: *“¡No te vayas! Yo jamás te haría daño, mucho menos engañarte. Te elegí hace diez años porque sé que eres el amor de mi vida”* Esas palabras no surtieron efecto en ella, quien tomó sus cosas y se marchó.

Luego de unas semanas, ella lo extrañaba, quería buscarlo, pero su mente le jugaba en contra; el auto sabotaje estaba presente, más allá de lo que su corazón le decía. Se frenaba en la decisión pensando en que, al volver, muy seguramente seguirían sin compartir tiempo y momentos, convencida de que el trabajo de Juan era más importante que ella. Se refugió en sus amigas, quienes sembraban en su cabeza las peores ideas: *“Siempre te ha visto como inferior, sus papás igual, no tiene sentido que vuelvas con él”* al son del alcohol que no faltaba en dichos encuentros. Lloraba y bebía mientras veía sus fotos juntos, evocando todos los bellos momentos que no existían más.

Una mañana, Juan la llamó y le contó la noticia inesperada. Pese a todo esfuerzo y aplicación de medidas de bioseguridad, se había contagiado de Covid-19. Le confesó que en soledad la estaba pasando muy mal y que la necesitaba a su lado, como esposa, amiga, compañera y soporte para enfrentar el duro momento. Ella accedió y retornó al hogar, pero dadas las complicaciones de la enfermedad adquirida, y el malestar emocional del enfermo, se sintió más ignorada que semanas atrás. Era un panorama crítico para ambos. Pasaba reflexionando respecto a lo que él estaría sintiendo al estar enfermo, sin la cura para tal efecto, sintiéndose culpable de un montón de cosas del pasado, más con todo lo que los padres de Juan le decían a él.

Con lágrimas en los ojos, ella en un momento determinado le dijo: *“Te amo mucho, pero no puedo más con esta relación. ¡No la aguanto, es invivable! Espero que te mejores y estén tus papás cuidándote.”*

He decidido no hacerme más daño estando aquí, sintiendo como desconoces a una mujer que te ha amado y acompañado durante diez años. Cuidate Juan, Adiós”.

Tras los eventos descritos, y el paso del tiempo, él mejoró de su salud y finalmente se recuperó del virus; entonces, volvió a desempeñar sus funciones en la casa de salud. Ella, por su parte, siguió enfrascada en el alcohol y sus amigas, hasta que un día, viéndose al espejo, se enfrentó a sí misma: *“Si no me ha vuelto a buscar es porque nunca me amó. Me entregué tantos años a hacerlo feliz, pero eso terminó. Es mi turno de reencontrarme, voltear la página, mirar al frente y seguir. Es el momento de consentirme”* sentenció. A partir de ese momento retomó sus estudios de maestría en docencia, con el fin de crecer en su campo laboral como profesora.

También reconoció que seguir bebiendo, desgastándose y llorando por una persona que no valía la pena, no tenía ningún sentido, peor aun cuando el hombre vivía de lo que le decían los demás, especialmente que con ella jamás llegaría a tener nada bueno.

Una vez más la vida demostró que nada es seguro en su recorrido, y que cuando suceden eventos como la pandemia, que puso al mundo de cabeza y trastornó todo lo conocido, empezando por la mente de la gente, todo es susceptible de destruirse, acabarse, modificarse o transformarse. También ratificó que, quien ama de verdad, busca todos los medios posibles para que ese sentimiento no muera y que las relaciones se mantengan; lo demás, palabras al viento.

LLEGÓ EL DÍA



Por: Md. María José Arcos

Era una mañana de verano. La vida transcurría lenta, sin prisa, en silencio, con un miedo que paralizaba el alma; las calles estaban desiertas, nadie quería ni podía salir de sus casas, puesto que las ciudades se encontraban cerradas y vigiladas para que ningún individuo pudiese ingresar. Era tiempo de confinamiento.

La televisión, la radio, las redes sociales se hacían eco de un sol tema: “Quédate en casa”, pero ese era un lujo que yo no podía darme, ya que pertenecía a los que en aquel tiempo éramos llamados héroes, desde la primera línea de respuesta contra un enemigo invisible, silencioso del que solo se conocía su nombre, bautizado como Covid-19, responsable del fallecimiento de miles de personas alrededor del mundo.

Escuchaba una canción que se había compuesto a propósito de la pandemia, mientras preparaba la bolsa con los equipos médicos y la ropa hospitalaria, llenándome de valor para un día más en la batalla. De lejos pedí la bendición a mi mamá, sin poder sentir su abrazo, acompañada de una inolvidable mirada cristalina que reflejaba una mezcla de miedo y orgullo, pidiéndome que me cuide, sin saber que a partir de ese momento nada volvería a ser igual. Así, salí de casa.

El hospital, básico, ubicado en la frontera con un país cuyas cifras de contagio y fallecidos eran realmente aterradoras, luchando su propia batalla. Llegué como cualquier otro día, recibí el turno sin novedades, y en el ambiente reflejaba tranquilidad. Para aquel momento todavía no teníamos casos graves de dicha enfermedad, tanto que la sala de hospitalización adecuada para el efecto, no había sido estrenada; eso sí, lista a recibir a todos quienes se contagiaren de la misma, situación que sería inevitable. Era cuestión de tiempo que se cumplan las estadísticas proyectadas.

Me encontraba atendiendo a un paciente que llevaba varios días de fiebre, quien había llegado a la ciudad esa mañana después de caminar, de manera clandestina, cerca de trescientos kilómetros para llegar a su casa, cuando de golpe escuché gritos de auxilio que provenían del exterior; no

era la primera vez que sucedía, sin embargo, con la distinta situación, se me paralizó el corazón, al tiempo que las piernas me temblaban y las manos sudaban. Tomé una silla de ruedas y salí a toda prisa a ver lo que sucedía.

Al llegar a la puerta, un hombre de unos sesenta y cinco años, clamaba por ayuda para su esposa, quien yacía inconsciente en sus brazos, con la piel helada, situación que constaré pese a los dos pares de guantes que llevaba puesta. Se veía cianótica y con evidentes signos que denotaban dificultad para respirar, lo que fue ratificado por el oxímetro que marcó veinticinco por ciento al momento de medírselo. Tenía todos los síntomas de la nueva enfermedad.

Junto al enfermero de turno, la trasladamos al cubículo de emergencia destinado para atención a pacientes confirmados o sospechosos de Covid-19. Para ese momento, el miedo había desaparecido, y olvidé lo contagiosa que podía ser, pues para mí era una paciente crítica, con altas probabilidades de fallecer, y mi enfoque estaba absolutamente centrado en salvarla. Mientras le colocaba oxígeno y la conectaba al monitor, pedí al enfermero que preparé todo para intubarla, puesto que ese era el único camino posible, aun cuando el hospital no contaba con ventilador, y mucho menos con Unidad de Cuidados Intensivos. Ese paso era la vida o la muerte.

Con todo listo para empezar la secuencia, en un momento de lucidez, abrió los ojos y con el tono de quien pide un favor desesperadamente, me dijo: *“Doctorita, no me envíe a otra ciudad se lo suplico, por ahí esta esa enfermedad y mi esposo es viejito, puede contaminarse, y yo me muero si algo le llegara a pasar”*. Tragué saliva y contuve las lágrimas, pues estaba clara de que era imposible cumplir su petición, dada la inevitable referencia a un centro de mayor nivel de atención.

“No haré nada que le haga daño ni a Usted ni a su esposo. La voy a dormir para que mejore su respiración” le dije, tomando su mano. Me contestó que se sentía mejor; sin embargo, el monitor seguía marcando una saturación muy baja y ella aún se veía muy agitada.

Mientras tanto, se asomó a la puerta mi compañera de turno, quien se encontraba en lo que llamábamos *“Área Limpia”*, donde se atendía a pacientes con otras patologías no relacionadas al Covid-19. Le pedí de favor que me ayude con el trámite de referencia de la paciente y que, para tal efecto, le pida toda la información necesaria al esposo, para continuar con el proceso.

La intubación fue efectiva de inmediato y arrojó datos de evidente mejoría. No obstante, cuando todo estaba listo para el traslado, ya con la ambulancia en la puerta para iniciar el viaje al siguiente destino, a dos horas de distancia, el monitor se puso en silencio y dejó de mostrar

información. ¡Ese momento que tanto cuesta enfrentar había sucedido! Busqué pulso, sin encontrarlo, pues su corazón había dejado de latir. Para entonces, ya no discriminaba sobre la presencia del virus, pues quería que el monitor vuelva a indicarme que ella estaba viva e inicié el proceso de reanimación, el mismo que tomó cincuenta minutos sin perder la esperanza de lograrlo.

No caí en cuenta que, mientras aquello, había quedado expuesta a cualquier signo de contagio, pues se me había caído el protector facial. No importaba nada más que reanimarla. Cuando, extenuada, perdí toda la fuerza, desde la puerta escuché a mi compañera decirme: *“Basta. La hemos perdido”*.

En ese momento quería hacer un pacto con Dios, pues necesitaba más tiempo para ganarle esa batalla a la muerte, pero todo había terminado. Sin más, ocultando mi tristeza y frustración, llamé a su esposo para que se acerque y vea de lejos a su amada, mientras le explicaba que sería la única persona que podría hacerlo y por última vez, puesto que de ahí el cadáver sería embalado para inmediata cremación, conforme a los procedimientos establecidos. Además, se le realizó la prueba de hisopado nasofaríngeo *post mortem* para fines estadísticos, cuyo resultado, días después, confirmó que el tan temido virus había sido el causante de su muerte.

La sala de hospitalización de Covid otra vez estaba vacía, pero ahora se sentía un profundo vacío en ella, ante el evento sucedido, en el que ella luchó por su vida hasta el último instante.

No volví a ver al hombre; sin embargo, después supe que cuando fue visitado con objeto del establecimiento del cerco epidemiológico, había presentado síntomas leves de la nueva enfermedad. Seis días posteriores a dicha evaluación, falleció de infarto, aparentemente. su esposo, pero según supe cuando lo visitaron para realizar el cerco epidemiológico él también tenía síntomas “leves”, pero 6 días más tarde también falleció de un infarto, aparentemente.

Luego de lo vivido, no volví a casa, pues corrí un altísimo riesgo de estar contagiada y no podía exponer a mi familia, cuyos miembros pertenecían a población vulnerable, así que renté una habitación cerca del hospital. La melancolía aumentó en cuestión de horas, pues al día siguiente fue mi cumpleaños número veintiocho, siendo la primera vez en mi vida que lo pasaría en soledad. A partir de allí, le perdí miedo al virus y me llené de fortaleza para enfrentarlo cada día, con todas mis fuerzas, por los siguientes nueve meses.

No tengo duda de que el primer paso es el más difícil, y que la fuerza estaba, y se mantiene, dentro de mí. Al amar lo que hago, cualquier obstáculo se convierte en un desafío por superar. ¡Venceré!

UN AÑO ATÍPICO



Por: Md. Cristian Muñoz

El año 2020 sacudió al mundo con la llegada de una infección viral que se propagaba más rápido de lo previsto y que incluso, países considerados como potencias mundiales, no pudieron contener, convirtiéndose en pandemia. La expectativa y el miedo que se vivía en Ecuador no era diferente al de otras latitudes, pues nadie estuvo preparado para enfrentar a este nuevo conviviente quien, de manera silenciosa, afectó a muchos y mató a varios, ante su veloz cualidad de propagarse.

Mi ciudad es capital de una provincia que lleva su mismo nombre al sur del país, con gente cálida, humilde, amigable, colaboradora, trabajadora y bohemia. Fue bautizada en su momento como “*Cuna de Artistas*” por concebir gran cantidad de músicos, cantautores, escritores, actores, etc. Aunque se extiende a las faldas de sus montañas, es considerada una ciudad pequeña, pero hogareña para vivir. Tiene un único hospital público que es sitio de referencia zonal de dos provincias que lo limitan y de todos los cantones que alberga. Un hospital que, como muchos, tampoco estaba preparado para afrontar lo que se venía y como eso cambiaría las vidas de muchas personas.

Se terminaba el primer trimestre del año y con eso se notificaba el primer caso positivo a nivel nacional, luego empezaron a multiplicarse conforme avanzaban los días, y semanas después se informaba el primer caso positivo en nuestra ciudad. Fue allí cuando las alarmas se encendieron. En el hospital se sentía el miedo y se escuchaban rumores de la distribución que tendríamos cuando los casos positivos necesitaran el manejo *in situ*. Sabíamos de antemano, por nuestros colegas en otros lugares, que la estaban pasando mal, sin darse abasto y que la situación era frustrante y agotadora. El desgaste emocional afectaba a todos quienes, por vocación y responsabilidad, atendían a sus pacientes con lo que tenían en las manos, hasta que los recursos, tanto humanos como materiales, llegaron con el pasar de los días y que en varios casos no sucedería.

Para inicios del segundo trimestre, los pacientes con sintomatología respiratoria llegaron a la casa de salud, y con eso, el lugar se dividiría en dos espacios para cubrir las necesidades que en ese momento se requie-

rían. Uno de ellos, aislado totalmente del resto, el área Covid-19, atendería a todos los casos sospechosos o confirmados. Un sitio al que, por miedo o desconocimiento, nadie se acercaba o evitaban hacerlo. Algo que, para ese momento, era entendible.

Fuimos un grupo de cuarenta personas, entre médicos, enfermeras, auxiliares de enfermería y personal de limpieza quienes iniciamos en el área, en su gran mayoría voluntarios, con el deseo de combatir a este novel enemigo, sin armas para hacerlo, de manera específica y directa. En el camino varios se sumaron a la fuerza de choque, mientras otros caían, volviéndose víctimas de lo que con el pasar del tiempo, afectaría a más personas.

Para mediados de año, pasamos de ser un área a hospital entero destinado para el efecto, con tres pisos llenos de pacientes y una unidad de terapia intensiva colapsada, a tal punto que los equipos que permiten ventilar a un paciente de forma artificial, fueron distribuidos en los lugares que no estaban destinados para manejar casos en estado crítico.

Recuerdo a mis compañeros batallando por mantener vivo a un paciente, con la frustración reflejada en los protectores faciales, cuando cualquier intento no terminaba con el resultado esperado; más, al informar a los familiares sobre el triste desenlace. Aún tengo sueños de aquellos turnos agotadores en los que lográbamos estabilizar a quienes llegaban en el peor escenario, con insuficiencia respiratoria, mientras otros que ya habían pasado de esa fase, volvían a deteriorarse hasta partir de este mundo, en la mayoría de ocasiones. Las marcas que dejaban las máscaras faciales en los rostros de todos al terminar el turno son imborrables, acompañadas de agotamiento físico, emocional y mental.

La situación en su momento fue tal, que al igual que en otros lugares, teníamos que decidir quiénes se beneficiarían y tendrían más probabilidades de sobrevivir bajo la ventilación mecánica respecto a sus contrarios. A estos últimos, solo podríamos facilitarles una muerte digna y sin dolor, bajo sedación, analgesia y el último adiós a través de un dispositivo electrónico de comunicación con sus familiares mientras se encontraban en condiciones de hacerlo. El contexto de afrontar todo eso era agotador.

El virus no discernía edades, enfermedades, profesiones, sexo, estratos sociales ni estado corporal. Por nuestra área pasaron muchos jóvenes que no lo lograron y adultos mayores que se recuperaron. Ni aquellos que tenían mucho dinero podían comprar la salud de sus seres queridos, como tampoco los que gozaban de una excelente condición física se salvaban de convertirse en portadores del virus, con importantes secuelas en sus organismos.

Para inicios del último trimestre del año y luego de haber trabajado en todo lo comentado, fue mi turno de enfermar. Malestar general con dolor articular tan intenso como si de una ruptura ósea se tratara, sumados al aumento de la temperatura corporal junto con períodos de escalofríos como si del clima del páramo se tratara; el cansancio manifestado pese a mis constantes horas de sueño y la sed que tenía luego de la fiebre que deshidratava mi cuerpo, me hacían pensar que estaba contagiado. Una prueba de imagen lo sugeriría y un hisopado posterior lo confirmaría. Me había infectado de Covid-19. No obstante, luego de tratar los síntomas, junto al cuidado familiar, con el temor y las precauciones que tenían, me recuperé en las dos semanas posteriores a la confirmación del cuadro.

Al cabo de un mes, regresé a trabajar para cubrir el último tiempo de un área que, de manera paulatina, fue cerrándose. Al finalizar el año, con altas y bajas, con un menor número de casos, se clausuraron dos de los tres pisos que se implementaron para el tratamiento. Junto a los compañeros, ya convertidos en familia ante todo lo vivido, regresamos a nuestros servicios originales a continuar con las acostumbradas labores; eso sí, con la predisposición de que, en caso que se nos necesite, volveremos a prestar la ayuda correspondiente para seguir combatiendo a un virus que, al parecer, ya con la distribución de las vacunas, irá extinguiéndose.

INICIO DE UN MAL SUEÑO



Por: Md. Alex Sampedro Núñez
Md.Pg. Medicina Crítica & Terapia Intensiva

Aún recuerdo cuando elegí la especialidad de cuidados intensivos, pues la incertidumbre sobre lo que podría sucederme estaba presente; por ejemplo, tenía miedo respecto a que podría contagiarme o llevar alguna infección a casa, dada la exposición en el área señalada. Pero, ¿Qué sería de la vida sino se toma riesgos y tampoco se persigue los objetivos planteados? En todo caso, ni en el peor de los sueños, imaginé que me tocaría vivir, desde esa perspectiva, la Pandemia generada por el Covid-19.

Tengo presente aquella última semana de febrero, mientras cumplía un turno habitual. Llegó una persona con síntomas respiratorios y, en palabras de sus familiares, se deterioraba con el pasar de los días. De tal manera, fue ingresada y trasladada de inmediato a mi unidad, donde evidencí que su situación empeoraba en minutos, así como la evolución radiológica no era la esperada, pese a los esfuerzos realizados. ¡Nada funcionaba! Al tiempo, los medios de comunicación mostraban el caos que vivía el continente asiático, China de manera particular, ante un nuevo virus detectado y denominado Sars-Cov-2, cuya enfermedad es la nombrada en el primer párrafo de este relato. El contagio en dicho territorio era acelerado, los pacientes se complicaban hasta fallecer, y las autoridades de las potencias mundiales se mostraban preocupadas ante la inminente crisis que venía de manera global, lo cual era nuevo para mí, como para todos. Dada mi edad, jamás había visto algo similar, y la preocupación me mantenía atento pese a que todo esto se desarrollaba al otro lado del planeta. A un ritmo acelerado llegó a Europa, entonces recordé las sabias palabras de mi abuela cuando repetía el famoso refrán: *“Cuando las barbas de tu vecino veas afeitar, pon las tuyas a remojar”*.

Tras haber descartado cualquier otra patología posible en nuestra paciente, dado su progresivo deterioro e imposible diagnóstico con todo lo intentado, cual detectives, junto al equipo decidimos investigar sus antecedentes y recorrido antes de llegar al hospital, ya que teníamos muchísimas dudas respecto a lo que teníamos frente a nosotros. El resultado arrojado fue que dos semanas atrás, antes de estar ante nuestra presencia, había llegado de viaje desde Torrejón, España. En ese instante solici-

tamos que se le realice la prueba para Covid-19, la misma que para la época, era de exclusiva potestad estatal. Tras varios días de insistencia para que suceda la conseguimos, y ante la presión ejercida, aquella noche de finales de febrero de 2020, concluimos que estábamos frente al primer paciente en territorio ecuatoriano con la nueva enfermedad. A partir de ahí comenzó lo que se transformaría en el inicio de un mal sueño.

Ante la confirmación, el caso fue trasladado a otra casa de salud, la misma que fue establecida por las autoridades nacionales como hospital de referencia para sospechosos y confirmados de Covid-19. Me quedó la preocupación sobre lo que vendría y si sería igual o peor que lo que los noticieros informaban respecto a la región, pues en el resto del mundo estaba instalado. Para la segunda semana de marzo, al llegar a cumplir con mi turno en terapia intensiva, fui testigo de cómo el área de emergencia estaba repleta de gente con síntomas similares, así como otros acudían, en peores condiciones, en búsqueda de una cama, un ventilador mecánico, y el cuidado que podíamos ofrecer ese momento. Más temprano que tarde colapsaríamos, siendo un caso conocido por el mundo entero, tras el exponencial incremento de casos y fallecidos en las calles. De hecho, quienes tuvimos ese primer contacto con la paciente, y la historia misma, fuimos enviados a aislamiento preventivo, manteniendo la confianza de que estaríamos bien, acatando las directrices establecidas por el máximo organismo de salud del país.

En el devenir, los turnos se convirtieron en maratónicas y agotadoras jornadas. Antes de las crisis, pasar visita consistía en mantener una reunión para hablar de cada paciente, en su cubículo, junto a los médicos tratantes, posgradistas, enfermeras y estudiantes. Eso no existía más, transformándose en veloces entregas de guardia, en una oficina específica, adjuntando hasta el más mínimo detalles de cada valoración, puesto que cada minuto que pasaba era crítico, respecto a la probabilidad de supervivencia o no de los usuarios. Luego, un parte diario distribuido entre cifras, respecto a nuevos ingresos, así como a lista de espera en hospitalización, número de fallecidos, y posibles similares desenlaces. Era la tónica de cada jornada.

De a poco, los compañeros también presentaron síntomas, lo que me ponía a pensar sobre qué pasaría conmigo si me sucediera lo mismo. “¿Me complicaría?”, “¿Y si muero?” eran las preguntas recurrentes en mi mente, al tiempo que me llenaba de miedo, tristeza y ansiedad; sin embargo, el buscar el bienestar de los pacientes era el fin máximo, ante lo cual debía ser cuidadoso en extremo, en todo momento y lugar, para no caer en las redes del Covid-19, más cuando la mano de obra del hospital había mermado ante el contagio de los colegas, las enfermeras, los auxiliares, camilleros, inclusive personal de cocina y de limpieza. El hecho de salir de casa a trabajar, durante el toque de queda, ya significaba exposi-

ción, no se diga el recibir el turno o acudir al comedor en los momentos indicados; ni qué decir el ir al baño, ya que eso representaba un pánico inmenso, inclusive hoy mientras escribo estas líneas diez meses después de iniciado el problema. Tanto la inseguridad como la desconfianza se transformaron en el pan de cada día.

Llegar cada mañana al hospital era una hazaña puesto que no había medios de transporte disponibles por el confinamiento, creándose un desolador escenario fantasmagórico en las ciudades, lo que no evitó que la delincuencia se detenga. Un día de ellos, salí temprano de casa para ir a trabajar, y una motocicleta con dos tripulantes se me acercó. ¿Cómo un “héroe” de la pandemia podía ser víctima de un asalto? Pues me sucedió y se me llevaron todo, menos las ganas de continuar mi rumbo al hospital para cumplir con la vocación, en una batalla continua, interminable, agotadora, siempre al frente. Hubo días que no alcanzaba a comer por la cantidad de usuarios que ingresaban, porque alguien necesitaba ser intubado o acababa de fallecer.

La nueva normalidad demandaba noches sin dormir, con el equipo de protección personal durante todo el turno, olvidándome de la residencia, pues amanecía sentado en la oficina llenando informes y actas de defunción, llamando a los familiares para informar lo sucedido, puesto que ya nadie podía quedarse fuera de UCI o del hospital; cualquier contacto era telefónico, sin excepción, en cualquier caso.

¿Cómo olvidar la cantidad de pacientes que fallecieron ante mis ojos? A mí nadie me contó, yo lo viví. Como consecuencia, un día al salir de uno de los peores turnos, llegué a casa agotado, pero no pude conciliar el sueño, porque las dudas eran puñales clavados en mi pecho. “¿Por qué escogí esta carrera?”, “¿Por qué cuidados intensivos?”, “¿Por qué en esta ciudad, con mi familia a cientos de kilómetros?” me preguntaba incansablemente. En realidad, para qué, debería haber sido la pregunta correcta. Llegué a la conclusión de que Dios me puso en ese lugar, porque es el que me correspondía, para colaborar y asistir a quienes más lo necesitaban, saliendo a flote mi lado religioso, clamando sabiduría para manejar cada caso, pidiendo por el bienestar de mi familia, y suplicando por encontrar las palabras adecuadas para transmitir seguridad, tranquilidad y calidez a los pacientes, antes de intubarlos.

Sí, también existieron personas y momentos inolvidables, en positivo, como cuando llegaban donaciones y presentes para continuar con las labores, siendo equipos de protección personal, mascarillas, uniformes nuevos, y afines. Ni qué decir de los sedantes recibidos para mantener dormidos a los pacientes durante la intubación, puesto que las medicinas se terminaban.

De igual manera, las cartas que los familiares enviaban a sus seres queridos, especialmente las de los nietos pidiendo cuidado a sus abuelitos hospitalizados, eran actas de compromiso para realizar nuestro mejor trabajo, llevando el bien y la salud a los enfermos, como dicta el juramento hipocrático.

En busca de entregar no solo mejoría física, sino también emocional, la tecnología se convirtió en nuestra aliada, gracias a las video llamadas entre pacientes y sus seres queridos. Como dije, diez meses han pasado y sigue sucediendo, no se detendrá en el corto plazo; por lo tanto, no podemos rendirnos. Aún hay muchísimos casos que atender.

ENTRENAMIENTO



**Por: Md. Daniela Michelle
Quintana Pálate**

Desde niña dentro de mis tantas metas, había una en especial y la más importante de todas: ser médico y ayudar a los niños pobres. El tiempo pasó, mantuve el objetivo y el día llegó. Iniciaba un nuevo año, y la oportunidad esperada al fin se hacía realidad, en aquel lugar de clima cálido-húmedo, de paisajes majestuosos, conocido por su exuberante vegetación e impresionante fauna, ubicado a tres horas de mi hogar.

Llegué nerviosa, movida por la incertidumbre de lo que esperaba, dada la experiencia previa de varios compañeros, con el equipaje lleno de ilusiones y emociones encontradas. Sí, mi familia me acompañó hasta allá, quedándose el mayor tiempo posible de aquel día hasta que suceda el inevitable momento de la despedida. Nos fundimos en un abrazo y muchas lágrimas, pues mi madre y hermanos, como yo, teníamos los ojos llenos de tristeza, en contraste con la serenidad de mi padre, quien siempre ha sido el refugio de todos. Era la primera vez que salía de casa, a una vida diferente, independiente, acompañada de otras personas, con muchísimo que construir por delante. Estaba contenta con mi nuevo hogar, pero en el momento descrito, mi corazón se regresó con ellos. De mi novio no pude hacerlo, ya que por su trabajo también se encontraba en otra localidad, lejos de la ciudad. Esa noche tuve sentimientos varios, recuerdos, nostalgia, logré dormir.

Imaginé muchas veces este día, sin saber que Dios me tenía preparado un año muy diferente al que había soñado, el mismo que empezó de manera acostumbrada, conociendo personas, socializando con los compañeros de trabajo, atendiendo a la gente, revisando casos médicos. Gracias a la tecnología me sentía cerca de mis seres queridos, como de Cristhian, y procuraba ir a visitarlos cada fin de semana.

Durante los primeros meses del año 2020, una nueva enfermedad apareció, causada por un virus que podía infectar tanto a seres humanos como a animales; en el primer caso, es conocido que varios coronavirus causar infecciones respiratorias, desde el resfriado común hasta otras más graves como el síndrome respiratorio. En este contexto, el misterioso enemigo provocaba morbilidades y muerte en su camino ante la

facilidad de transmisión de persona a persona, a través de las gotículas que salen despedidas de la nariz o la boca del portador, al hablar, toser o estornudar. Así, los gobiernos del mundo tomaron restrictivas medidas de movilización, para frenar el contagio, así como el uso de alcohol, tapabocas, lavado de manos y distanciamiento social. Pese a ello, llegó a determinarse como pandemia.

Los ecuatorianos teníamos cierta sensación de confianza ya que se sentía lejano, pero un día nos sorprendió la noticia del primer caso en el país, desatándose el caos, basado en la desesperación de la población, que salió a velocidad a agotar las existencias de alcohol en gel, mascarillas, vitamina C y cualquier otro elemento que podría evitar la enfermedad. Además, circulaba la más variada información, con tintes positivos y negativos, inclusive con imágenes llenas de morbo, respecto a la persona sospechosa de ser el primer caso; con mofa también, que es peor. Ni qué decir de las recetas milagrosas, remedios caseros, medicamentos no indicados. En fin, la idiosincrasia. En cuestión de horas sentí la fragilidad del ser humano y entendí cuánto nos costaría acatar las reglas dispuestas por las autoridades nacionales, pues los casos no tardaron en incrementarse, hasta declararse la emergencia sanitaria, con la respectiva cuarentena. No obstante, alguien tenía que enfrentar en primera línea al enemigo minúsculo e invisible, que atacaba de forma silenciosa y desapercibida; entonces los soldados de esta guerra, y héroes anónimos, fuimos los miembros del personal de salud, de las fuerzas armadas y policía, vendedores de productos de primera necesidad, y varios otros más, en actividades relacionadas a los centros de atención.

Confieso que, como médico, supe que estaba llamada a esta misión. Me había preparado durante años para esto, incluso para algo desconocido, pero como ser humano tuve temor, pues me sentí vulnerable y quise no estar en esa situación. Muchas veces me pregunté: “¿Por qué a mí?”, “¿Por qué ahora?” Tuve envidia de muchas personas que podían quedarse en casa junto a sus familias, y viví la angustia de pensar que no los vería en mucho tiempo. Cuando recibimos el primer caso, el temor nos invadió. Como equipo establecimos el primer cerco epidemiológico, con la disposición de trabajar y dar lo mejor, organizándonos para cumplir funciones en campo y otros desde un escritorio, poniéndole el toque de humor para mantenernos fuertes.

Cada día aparecieron más casos en el país, lo propio en mi pueblo. Viví con mucha alegría días enteros de trabajo, bajo sol o lluvia compartiendo entre compañeros, que con la convivencia se convirtieron en la familia que no teníamos cerca, descubriendo aquella realidad en la que muchos viven. Sin embargo, hubo momentos en los cuales, más que cansancio corporal, la carga mental y emocional eran inmanejables, ante la impotencia experimentada a causa del crecimiento de los casos, hasta

llegar al punto de no darnos abasto para atender a todos, con personas quejándose de la atención, recibiendo ataques en redes sociales, sintiendo maltrato de parte de varios. Me dolía la irresponsabilidad de la gente, que pudiendo quedarse en casa con su familia, hacía lo que quería, mientras a otros nos tocaba estar alejados cumpliendo con el ejercicio de la profesión, extrañándolos, confiando en que se encuentren bien.

Presencí de cerca, con profunda tristeza, la muerte de adultos mayores, sospechosos y confirmados de Covid-19, quienes por varios motivos no buscaron atención médica o lo hicieron demasiado tarde. Es el caso de Don Carlitos, quien marcó mi año de medicatura rural. Llegó al área de triaje con odinofagia, sin ningún otro síntoma y tampoco signos de haber contraído la enfermedad. Al encontrarse en buenas condiciones, se le realizó exámenes de rutina y laboratorio, los mismos que arrojaron resultados normales, y esa misma tarde falleció. Vivía solo y sus vecinos comentaron que se sostenía la región cardiaca. Fue diagnosticado como caso probable y enterrado rápidamente, tanto que su familia no alcanzó a despedirse de él. Un duro momento que jamás se borrará de la memoria.

Como contraste, también constaté casos de quienes se recuperaron, con la atención recibida, tratamiento y seguimiento de parte del equipo. Igualmente, inolvidables sus rostros de agradecimiento tras el tapabocas, pero descifrables para la mirada de todos los que los acompañamos en su camino a la sanación. De todas maneras, llegué al punto de quiebre, al borde del colapso, en el que ni mi cuerpo ni mi mente querían continuar; el cansancio había rebasado el límite y llegué a tener días de mucha ansiedad, tanto que uno de ellos sentí que algo ardía en mi interior, sin poder dormir pese al agotamiento extremo. Esa noche lloré y le pregunté a Dios: “¿Por qué me pusiste aquí si no estaba preparada para esto?”

Yo quería estar cerca de mi familia, de Cristhian, abrazarlos con confianza, sentirlos cerca sin miedo de ser fuente de contagio para ellos. Cuando pude, me repuse, pues eran mi medicina para continuar en la lucha, mi fuente de inspiración; y, mi novio mi confidente.

Meses pasaron, y con la experiencia adquirida, de la mano de la evolución, las normas del país se relajaron. La gente volvió a salir de sus hogares a trabajar, a intentar hacer su vida como alguna vez fue, enfrentando al enemigo invisible, con la esperanza de que llegue la vacuna que permita ponerle el punto final a tan monumental desastre.

Dios me contestó, haciéndome entender que me entrenó, preparó y dio experiencia para superar cualquier desafío que se me presente por delante. Me permitió entender la fragilidad del ser humano en todas sus esferas, llevándome a crecer de manera personal y profesional, así que le agradezco, como creyente, que me haya hecho vivir todo esto, ejerciendo la profesión que elegí y para la cual me formé con esfuerzo y dedicación.

Finalizo tomando las palabras de uno de mis autores favoritos: *“Vale la pena valorar la vida y aprender a tomar decisiones, sobre todo cuando esas decisiones tienen el potencial de marcar nuestro futuro y definir nuestro destino, sobre todo cuando son cruciales”*¹

¹SANCHEZ, C. (2011). Decisión crucial (Primera ed., p. 92). México DF: DIAMANTE.

COVID - 19 en la comunidad: ¿Estamos listos para afrontarlo?



**Por: Md. Cristian Alfonso
Galarza Sánchez**

La sociedad actual está afrontando uno de los mayores retos a nivel salud de los últimos años. Si bien esto ha generado muchos cambios de comportamiento y convivencia en poco tiempo, sigue siendo un reto a superar el que la población entienda la magnitud de lo que hemos experimentado desde el inicio del año 2020. El objetivo es que el índice de contagio disminuya de manera paulatina, haciendo un recuento retrospectivo y una proyección a futuro de los próximos años.

Muchos malos hábitos, que antes consideramos inofensivos, hoy en día, enero 2021, son clave para disminuir la probabilidad de contaminación en el hogar. Además de pertenecer al personal de salud, más allá de haber trabajado para el gobierno, siempre estaré expuesto a posibles factores que afecten a la salud propia y de los allegados. De hecho, hemos obtenido un papel imprescindible en esta lucha que parece tener fin, pues varias de las medidas dictadas desde las autoridades, para la población en general, las mismas no han sido acatadas en algunas comunidades, por diferentes motivos, bien sean religiosos, o por desconocimiento o poco compromiso. En realidad, éstas son las que tienen difícil acceso a un servicio de salud, por lo que uno de los objetivos ejecutados, correspondió a visitarlos con el fin de informar, así como de ayudar a los más vulnerables.

El futuro de la medicina es la prevención de la enfermedad, ésta en especial, aunque podría ser cualquiera, para lo cual es fundamental organizar equipos multidisciplinarios conformados por médicos familiares, generales, internistas y afines. De la mano, la amplificación y fortalecimiento de los servicios de salud será clave para evitar la aglomeración en dichos lugares. Entonces, comportamiento básico como el correcto uso de mascarilla, salir cuando sea estrictamente necesario, y el correcto lavado de manos, son las bases educacionales en la que se debe profundizar en este tipo de población. Pues sí, siempre será mejor prevenir que tratar.

Ahora, existen algunos puntos a considerar, puesto que cada habitante de aquellos sitios, y su entorno, presentan diferentes situaciones de tipo cultural, que provocan la tergiversación de la información. Es por ello

que el personal de salud deberá acoplarse a la situación actual de cada subgrupo, para que la prevención sea utilizada como mecanismo efectivo, sin que los individuos se sientan amenazados o inconformes.

La correcta explicación, así como un seguimiento evaluativo, serán puntos básicos para definir si los procedimientos implementados generarán un efecto positivo o negativo en la gente, ya que no se puede esperar que todos acaten las disposiciones, pero que sí lo haga la mayoría, para disminuir la curva epidemiológica en territorio.

Claro, la medicina preventiva no es la solución total para la emergencia, eso es un hecho, pues contagio siempre existirá por diversas causas, y muerte también, como consecuencia. Las grandes preguntas eran: “¿*Qué pasa con aquellos que no pueden acceder al servicio de salud?*”, “¿*Cuáles serán las medidas complementarias para tal efecto?*”, “¿*Recibirán la misma calidad de atención respecto a quienes sí llegaron a un hospital?* Estas interrogantes fueron clarificadas a lo largo de la pandemia, ya que muchas personas por la falta de equipos de ventilación mecánica dejaron de existir en nuestras vidas.

En un principio, ningún sistema de salud estuvo cualificado para la resolución de estas necesidades, y se necesitó mucha capacitación del personal para, de cierta manera, disminuir la demanda de atención que se necesitaba desde el inicio de la crisis sanitaria. Hoy en día los médicos realizan la visita a los pacientes que no pueden movilizarse a consulta, luego de ser informados vía telefónica sobre presuntos casos de sintomatología típica de Sars-Cov-2, como fiebre, tos seca, fatiga, cefalea, anosmia, hipogeusia¹, entre otros

Estos elementos permiten establecer un diagnóstico previo, sujeto a confirmación con pruebas de laboratorio, lo cual en algunos casos resulta complicado, dado que este tipo de población es renuente a practicarse este tipo de exámenes; por lo tanto, corresponde recurrir a otras herramientas que pueden hacerse en el domicilio, con la finalidad de esclarecer el cuadro, y así tomar las medidas adecuadas. Así, se puede clasificar a los pacientes en tres tipos: el primero asintomático o con leves manifestaciones; el segundo con síntomas claros que necesita oxígeno; y, el tercero, quien necesita cuidados intensivos.

Al encontrar a un paciente con síntomas pronunciados y baja saturación de oxígeno, la ética médica demanda que el equipo multidisciplinario trasladará al paciente a la unidad de salud para realizar las pruebas confirmatorias, valoración, y decisión sobre si debe ser hospitalizado o no. Las visitas domiciliarias nos mostraron una complicada realidad, y

¹Pérdida del sentido del gusto

aun así, algunos debían ser tratados allí, ante la falta de espacio en las clínicas y hospitales. En más de una ocasión fueron transferidos a cuidados intensivos, con la esperanza de que no sea demasiado tarde. Para los casos moderados y leves, el personal tratante capacitaba a todos los integrantes del domicilio con la finalidad de cuidar la salud de todos.

En esos casos, se recomendaba permanencia en domicilio y sólo podía salir si el médico lo consideraba necesario. El lugar de aislamiento debía tener abundante ventilación, baño propio, al igual que basurero y vajilla exclusivos. Además, se delegaría a una persona del entorno para que cumpla las funciones de cuidado y monitoreo, siendo la única autorizada a tener relación con el enfermo; ésta persona sería la que menos factores de riesgo tuviere y portaría todos los implementos de bioseguridad básicos para evitar el contagio (guantes, mascarilla).

Luego de la intervención del vigilante, éste lavaría sus manos con abundante jabón. En relación al aseo de implementos, se lo haría con lavavajillas y agua caliente para limpiar la porcelana, además del uso de guantes para hacerlo; no se deberá sacudir la ropa, sino meterla en una bolsa y llevarla al lavadero; el lavado de la ropa del paciente se lo realizará con agua caliente y se deberá secar bien antes de recogerla. Las recomendaciones dictadas son de manera general, ya que se deberán implementar dependiendo de la situación actual de la familia.

Luego de la valoración del paciente, se llevará seguimiento para descartar posibles complicaciones en días posteriores, y se proporcionará un número de contacto entre las partes, para que la comunicación sea constante e inmediata. Además, el médico realizará, de ser posible, una visita diaria, semanal, o lo citará para consulta, diez días después del diagnóstico, para establecer una nueva valoración.

Uno de los problemas que surgió, producto del confinamiento, está relacionado con la histeria social, la que ha generado problemas, no solo en el estado de ánimo del paciente, sino que también ha influido en sus cercanos, generándose conflictos familiares que han destapado otro tipo de circunstancias, invisibles pre pandemia. Es fundamental mantener la estabilidad mental durante este tiempo, dado que la ansiedad y depresión están a flor de piel, como consecuencia directa de todo lo nuevo que ha tocado vivir. De hecho, los tratamientos para estas causas también han aumentado en todo este tiempo, y seguirán creciendo en los meses posteriores.

He escuchado casos de pacientes que, por teléfono, refirieron signos característicos de Covid-19 pero que, al momento de valorarlos de manera presencial, no estaban contagiados, pero su estado mental les hacía sentirse así.

Esta es una de las secuelas que deberá ser estudiada a profundidad, porque está claro que dicha alteración, será una generalidad, aún sin contaminarse de Sars-Cov-2, para evitar posteriores repercusiones de salud.

La humanidad siempre ha tenido dificultades en su historia, lo que le ha significado un aprendizaje forzoso sobre cómo resolver conflictos que se presenten en el camino y sobre la marcha. No estuvimos preparados para enfrentar una pandemia en el Siglo XXI, pero estamos aprendiendo a hacerlo y seguro generará crecimiento colectivo, para el futuro.

Por lo tanto, la profesión se ha convertido en uno de los pilares fundamentales en el aprendizaje y resolución de este tipo de inconvenientes; además, se le ha agregado características de apoyo emocional incondicional, con absoluta vocación de servicio a la comunidad. Ya no somos los que únicamente tratamos una enfermedad, pues la coyuntura nos ha obligado a transformarnos en profesionales integrales para la atención de todos los casos, y a ser mucho más minuciosos y profundos de lo que ya éramos, pues el margen de error ahora es nulo. Todavía falta mucho por aprender.

Para concluir, dejo el mensaje que he manejado durante la crisis: *“Caras vemos, Covid-19 no sabemos”*, pues todos somos sospechosos, hasta que se demuestre lo contrario. Ojalá la comunidad lo hubiera entendido desde el principio.

EL DÍA TAN ESPERADO



**Por: José Eliceo
Encarnación Quinche**

Terminaba el año 2019 con la noticia de que en el continente asiático una rara enfermedad había aparecido, causando complicaciones respiratorias que se definían como neumonía atípica. Parecía lejana, y con pocas probabilidades de esparcirse hacia el resto del planeta, al menos así lo sentíamos, pero estábamos muy equivocados. Para inicio del 2020, el virus se había extendido y para febrero de dicho año, una compatriota procedente desde el viejo continente, se convertía en el primer caso en Ecuador, portadora del ya llamado Covid-19. Su destino fue la costa nacional, donde todo empezó.

Aun así, creímos estar protegidos, necios otra vez, y en un abrir y cerrar de ojos, se había instalado en el territorio, motivo que obligó al Presidente de la República a decretar estado de emergencia sanitaria, y con ello la obligación de permanecer en los domicilios. La frase “*Quédate en Casa*” se transformó en la oración número uno de todas las conversaciones en el país, y el confinamiento era la nueva normalidad que debíamos experimentar.

El ruido, movimiento y la concurrencia de gente que se acostumbraba a ver día a día en las calles de la ciudad se transformó en un total silencio, y salir de casa era una obligación para pocos, yo entre ellos, por la profesión.

Este pasaje de la vida me sacaba más de un suspiro, causándome preocupación y nostalgia por mis seres queridos. “*Cuidate*” me decían en todo momento, cargados de amor y ansiedad ante la exposición que tendría ante el nuevo virus, dado que trabajaba en un hospital de referencia, para tres provincias del país, entonces las posibilidades de contagio eran muy altas.

Era aproximadamente el mediodía, cuando recibimos la llamada del Servicio Integrado de Emergencias Nacional solicitando la recepción de una paciente de sexo femenino con clínica respiratoria.

Ese momento se tradujo en conmoción, temor y miedo al saber que el día tan esperado había llegado, al presentarnos a la primera persona contagiada de Covid-19. Para tal efecto, con anticipación, ya se había preparado un área específica para atención de estos casos.

Por circunstancias personales, había solicitado cambiar el turno con uno de mis compañeros, por lo que me encontraba en el área destinada para pacientes sin sintomatología respiratoria, pero inclusive allí, se vivía un ambiente inusual, dado que los espacios que antes estaban llenos de gente, lucían vacíos.

Recuerdo dos acontecimientos tan marcados, como si hubieran sucedido ayer. El primero de ellos corresponde a un paciente masculino de sesenta y cinco años de edad, con antecedentes clínicos de Diabetes Mellitus Tipo 2, quien luego de pasar por triaje, llegó al servicio en el que me encontraba, comentada en el párrafo anterior. Además, manifestó que ya no tenía los medicamentos para su enfermedad, a lo que le atribuía su mal estado de salud. En consecuencia, se trató el caso como una descompensación provocada por dicha condición; no obstante, con el pasar de las horas su deterioro tomó velocidad y llegó a requerir oxígeno. En ese momento, replanteamos el caso, solicitando otro tipo de estudios, así como la valoración de parte del área de cuidados intensivos. De urgencia se le tomó muestra con prueba de hisopado nasofaríngeo, siendo muy alta la sospecha de que sea el Covid-19 el causante de lo que le estaba pasando. Salí del hospital al finalizar el turno y me dirigí a casa, lleno de temor.

En horas de la noche, enfocado en otros asuntos, no le puse atención a mi teléfono celular. Cuando lo vi, tenía una gran cantidad de llamadas perdidas, de tanto de la jefa del servicio como del área de epidemiología. Marqué de vuelta y apenas me contestaron, del otro lado me dijeron: *“Tienes que aislarte ya, pues el paciente dio positivo para Sars-Cov-2”*. Por lo tanto, los siguientes catorce días no salí de mi domicilio, y lo mantuve oculto a mis familiares para que no se angustiara, guardando la esperanza de que, cumplido ese plazo, al volver a trabajar, encontraría a aquel hombre con vida, pero no fue así, pues había fallecido.

El segundo, ocurrió meses después. Se trataba de una paciente femenina de cincuenta y cuatro años de edad, sin ninguna enfermedad de importancia, quien estaba ingresada en el *“Área Covid”*, *“sólo por requerimiento de oxígeno”* como decía ella. Ese día aparentemente, fue el mejor de todos, pues hasta desayunó y se bañó, comentándome el deseo que tenía de regresar a casa, pues estaba planificada el alta médica para el día siguiente. Continué con el proceso de valoración de otros pacientes, y de golpe un grito escandaloso de una de las enfermeras, recorrió todo el lugar. Corrí hasta donde se encontraba, y era la habitación de la mujer, quien, en cuestión de minutos, luego de verla, entró en paro cardiorrespiratorio.

Ejecuté maniobras básicas y avanzadas de reanimación durante veinte minutos, sin éxito. Se había ido.

Sentí que me faltaban las fuerzas, me costaba mantenerme en pie y respirar. Miré a la enfermera, que estaba tan consternada como yo. En ese momento comprendí que los seres humanos tendemos a planificar y organizar todos nuestros eventos, cuando en realidad los acontecimientos de la vida siempre serán inesperados, pues todo cambia de un instante a otro.

UN GIRO INESPERADO DE 360°



**Por: Md. Sandra Elizabeth
Díaz Tenezaca**

A inicios del año 2020 aparecieron rumores que especulaban acerca de un virus mortal que estaba propagándose rápidamente, causando muchísimos decesos en el Viejo Continente. Como es costumbre, en este lado del mundo lo subestimamos, incluyéndome, quizá por desinformación, ya que pensamos que no sería capaz de trascender fronteras, cruzar un inmenso mar y llegar a establecerse en algún lugar de nuestra América.

De un momento a otro, este nuevo y desconocido asesino silencioso, ingresó sin que nadie lo esperara. Me encontraba expectante ante el primer caso confirmado, acompañado de la duda y el temor, causados por no saber cómo prepararnos para recibir al indeseable huésped.

Por lo tanto, empecé el proceso de capacitación respecto al manejo de pacientes positivos, identificación de los síntomas principales, que bien podía camuflarse como una simple gripe o acaso una faringitis. No miento al decir que, al principio, parecía que todos los usuarios que asistían a la atención primaria de salud tenían Covid-19, lo que generó pánico colectivo entre todos quienes atendíamos los casos. De tal manera, como equipo, iniciamos gestiones para adecuar un área específica para los catalogados como sintomáticos respiratorios, la misma que terminó convirtiéndose en un sauna, literalmente hablando, por el calor que hacía en su interior, sumado al sol inclemente y el clima húmedo de la zona. Más, al usar el equipo de protección personal. Insisto, sauna.

Con el pasar de los días, desarrollamos una exagerada y extrema conducta de asepsia, pues, todos quienes acudían con síntomas relacionados, eran desinfectados previo su paso a la consulta, así como al salir de la misma. Además, yo estaba encargada de realizar el seguimiento a posibles pacientes Covid-19, siendo doce personas alojadas en una sola área de la casa de salud, provenientes de la llamada zona cero. Uno de ellos, el más alegre, colaborador y optimista del grupo, manifestó sintomatología relacionada, lo que me hizo sentir miedo al enfrentar a una enfermedad que causaba la muerte de manera veloz.

En aquel momento, recordé que soy médica por vocación, y que el cumplimiento del juramento era obligatorio, sin importar las circunstancias, pues la responsabilidad es resguardar la vida de la gente.

En ese devenir, se notificó el primer caso confirmado en nuestro territorio, tan solo a veinte minutos de nuestra ubicación. Caímos en histeria colectiva, mientras que aquel hombre, alto y robusto, de mirada cautivadora, creyó que *“tenía una gripecita y que pronto estaría mejor”* como manifestó. De hecho, al proceder con la visita epidemiológica los colegas, identificaron que los síntomas que el hombre presentaba, eran compatibles con el terrible virus.

Como estaba previsto, las visitas fueron a diario, para verificar que evolucionaran adecuadamente; o, para profundizar en el tratamiento. Aquel hombre alegre se mantuvo con el mayor optimismo y motivaba a sus compañeros de confinamiento para salir adelante. Un día de ellos, mientras realizaba mi labor con *“Los Doce”*, como los bauticé con cariño, justo en la mitad de su tiempo de aislamiento, sentí cefalea moderada y alteraciones gastrointestinales. De golpe, llamada telefónica, la que considero ha sido la peor que he recibido en toda mi vida.

Aquella voz femenina, al otro lado de la línea, me indicó que al haber mantenido contacto directo con una persona positiva para Covid-19, del entorno laboral, debía guardar aislamiento preventivo. Sentí que el mundo se me destruía, me preguntaba *“¿por qué a mí?”*, así que, con la mente a mil por hora, la moral en el suelo y los síntomas no tomados en serio, me dirigí a casa para iniciar el proceso.

Fueron los veintiún días más largos de mi existencia, llegando al punto de no saber cómo enfrentar la nueva realidad, lejos de mis seres amados. Presenté un cuadro de estrés, tanto por el encierro como por el miedo de qué podría pasar con mi humilde existencia. Decidí no compartir la situación con mis padres, pero sí con dos personas cercanas, para desahogarme. ¡Quién como ellos!; ella, mi maestra, mujer de voz amable, tierna y dulce; él, mi amigo, aquel hombre que siempre tiene las palabras correctas. A diario estaban al pendiente de mí, ayudándome a superar esta etapa con sus bromas y muestras de afecto sincero, de manera virtual. No fue un grave malestar físico, pude superarlo, pero el impacto psicológico que causó en mí el ser uno más de los casos confirmados, fue el verdadero reto a superar.

Desde el momento mismo de la notificación, hasta la vuelta a las amadas labores, transcurrió un mes. Retomé el proceso de seguimiento, ahora también en territorio, y encontré varios casos de personas que, por miedo a ser hospitalizados, preferían quedarse en casa para curarse con lo que ellos consideraban que sería mejor, sin darse cuenta de que así tentaban a la muerte. Y sucedió. Una de mis familias favoritas, vecinos

de la unidad de salud, presentó los síntomas ya conocidos, siendo el más afectado el integrante más importante para ellos: un abuelito trabajador, dedicado a su tierra y sustento del hogar. Su hija, al verlo empeorar, lo trajo una mañana a mi consulta para ayudarlo.

Después de valorarlo e indagar el inicio del cuadro, intuí que se trataba de un posible caso positivo; siendo así, tomé las medidas necesarias para la debida atención, y ventajosamente logró estabilizarse, pero no fue fácil. Hubo días en los que retrocedía, altibajos, problemas de saturación de oxígeno y moral decaída. Un día de ellos me comentó: *“¡Hoy me levanté con ganas de vivir, me siento excelente!”* lo cual suponía que superó la fase crítica, motivo que sirvió para que el darles la noticia de que todos eran portadores, sea más sencillo. Con semejante testimonio, todos se convencieron de que también lo superarían.

Cumplido el tiempo de tratamiento general, los dos más pequeños de la familia se me acercaron a decirme lo siguiente: *“Doc. al fin va a poder comer junto a nosotros. Además, mami dice que gracias por habernos ayudado con la compra de alimentos para que no faltara comida todos los días”*. Así fue que aquel hermoso hogar que atravesó varias dificultades, incluida la discriminación del barrio, venció al virus, retornó a sus actividades en el campo, y los pequeños volvieron a jugar libremente en el patio de su casa, felices.



Por lo tanto, acepté la invitación que me extendieron y pactamos el fin de semana para su ejecución. Sentados alrededor de la mesa, les informé formalmente, que las últimas pruebas confirmaron que estaban negativos para Covid-19. Fue un momento lleno de júbilo, en el que la comida supo a gloria, ante lo que todos juntos agradecemos por seguir con vida.

De todas maneras, los casos se incrementaban, lo cual nos obligaba a establecer cercos epidemiológicos con mayor frecuencia entre las familias de la localidad. Cada que nos veían llegar, vistiendo los trajes especiales de bioseguridad, se ponían nerviosos. “*Teletubis*” nos bautizaron, en referencia al atuendo parecido al de aquella serie de televisión del inicio del Siglo XXI. Con el tiempo, el lugar se transformó en un pueblo fantasma, puesto que varios se fueron tierra adentro para evitar el contagio.

Para varios, nuestra presencia causaba terror, tanto que cruzaban la calle para caminar por la otra vereda y no cruzarse con nosotros.

De héroes pasamos a ser terroristas biológicos que afectaban su diario vivir. Ha sido difícil convivir con este indeseable huésped y toda la alteración que provocó, y que al escribir este relato tantos meses después de su llegada, lo sigue haciendo. Respecto a “*Los Doce*”, cuando volví al trabajo, supe que todos habían cumplido su período sin problema, en óptimas condiciones de salud.

EL CAMPO MINADO



Por: Md. Yesenia Fiallos

Estas pequeñas líneas hablan de mi experiencia dentro de la pandemia, no sólo como personal de salud, sino también como ser humano, imperfecto, llena de sentimientos, emociones y con muchas ganas de aprender y vivir. Dedicadas a mis compañeros que se cayeron, se levantaron, curaron heridas y siguieron andando.

Yo iba por la vida desorientada en tiempo, espacio y persona, ubicándome en el pasado o en el futuro, jamás en el ahora, deseando vivir en otro lugar del mundo, ansiando una vida que no tenía, con ilusiones y esperanza de algo sin sentido; queriendo llegar a la meta sin haber enfrentado a mis demonios más profundos, buscando lo que no se me había perdido, en los rincones más absurdos.

Y entonces llegó la pandemia "como una bendición". Pensaré que estoy loca, pero así fue, pues me obligó a sacarme varias espinas que tenía alojadas durante mucho tiempo, y que por miedo a la sangre y consecuente cicatriz, no lo había hecho antes. "*Falta de valor*", decía yo. Entendí que una herida es un tesoro valioso, una escarapela de lucha que me recuerda que sangré, sané y seguí.

Yo que estaba tan acostumbrada a pasar siempre en otras compañías, aprendí lo bello de disfrutar de mi propia vida, así como a escuchar a mi alma, que me hablaba todo el tiempo, como un niño que hace berrinche, y que hasta ese momento no le había hecho caso jamás. Me disculpé con ella por haberla descuidado, aceptándola. Por mucho que intenté silenciarla, no descansó hasta ser oída.

Los días se hacían lejanos, y las preguntas eran interminables: "*¿Cuándo terminará esto?*", "*¿Por qué pasa?*", "*¿Puedo con todo?*", "*¿Cuándo abrazaré a mis seres queridos sin miedo?*", "*¿Cómo les brindo fortaleza y paz a los pacientes que están en agonía?*", la última era la más complicada de ellas, pues no podía darles algo que yo no tenía.

Todos los problemas que oculté, se visibilizaron. De la mano de la ansiedad, sentirme más frágil que nunca antes, y ver en terceras personas lo mismo, de un instante a otro pasando a otro mundo, me hizo poner los

pies en la tierra. De allí la importancia de vivir el presente, y entendí que todo es una lección por aprender para ser mejor persona, desde cualquier punto de vista. Además, es transcendental cuidar de uno mismo, pero eso no era suficiente, pues tenía la responsabilidad, y el don, de también cuidar a alguien más.

Para quienes creemos en Dios, el Universo o la vida, sabemos que hay una fuerza más grande que nos ubica en el lugar y el tiempo perfectos para la evolución de nuestra alma, conectándonos con otros para el mismo fin; *“ser más, para servir mejor”* como dijo San Ignacio de Loyola, fundador de la Compañía de Jesús. Esa es el principio básico de la convivencia terrenal, y el agradecimiento, o la gratitud, nos hacen sentir afortunados por todo lo que sucede en nuestra vida, en el presente, porque lo demás no existe, así, aquella inquietud respecto al fin de la crisis, desapareció. Aprendí a aceptar el presente tal cual como se presentó, ya que todo puede cambiar de la noche a la mañana: los amigos que creemos eternos, el amor que pensamos que será para toda la vida, el trabajo al cual dedicamos la mayor parte del tiempo. A veces queremos que un momento se vuelva eterno, y la eternidad es solo un instante; nada está asegurado, pues *“lo único constante es el cambio”* como dijo Heráclito.

Al igual que varios colegas, me aislé de mis seres queridos por temor a convertirlos en portadores del virus, en caso de que yo lo tuviera; así, con la soledad como compañera, me convencí de que la pandemia llegó a acelerar el proceso de evolución de cada persona y a aclararnos el panorama; al menos, eso es lo que pasó conmigo. Aprendí a soltar lo que no me correspondía, a liberarme de pesos que no dejaban mi camino en libertad, y a dar lo mejor de mí en cada turno.

Uno de los procesos más difíciles fue aceptar que hay una voluntad más grande que decide quién sí y quién no. Por mucho que luchamos por salvar todas las vidas, siempre hubo una que se fue; entonces, suspiraba y hacía una oración por quienes ya no estaban con nosotros y por sus familias. Los primeros días fue sostenible, pero cuando se volvió una constante, se hizo insostenible. ¡Fue realmente doloroso vivir eso a largo plazo!; de hecho, sigue siendo, mientras escribo este relato, tanto tiempo después de que inició el caos. *“Doctora, ¿voy a vivir?”* me preguntaban, y yo respiraba sin saber cómo contestar a esa pregunta, y aún no sé cómo hacerlo, puesto que no depende de un solo factor. Más duro era volver al siguiente turno y descubrir que quien preguntó, no estaba más; me golpeaba el alma.

Atrás de la lucha de cada paciente por salir, había familias y amigos esperando su retorno, pues los dejaron en la puerta de la emergencia, confiando en su recuperación, y varios no pudieron ni siquiera despedirse, sin imaginar que ese instante sería la última vez que se verían.

Pero también había casos de otras enfermedades. Un día, al mismo tiempo, llegó un niño con Apendicitis, ingresado de urgencia para cirugía, mientras su madre también era hospitalizada en labor de parto. ¿Cómo reconfortar a ambos dentro de ese contexto tan complicado, bajo la posibilidad de que el contagio también ocurriera? ¡Todo estaba de cabeza!

La salud es un estado integral de bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. En un momento de la pandemia el número de pacientes superó la disponibilidad de las camas; entonces fallecía alguien, se hacía menaje de la cama e ingresaba inmediatamente alguien más a ocupar ese espacio. Cuando pasaban todas estas historias y más, no podía evitar pensar en todos mis seres queridos. Me derrumbaba.

Yo amaba mi trabajo, pero nunca pensé vivir algo así, pues sólo las había leído en los libros de historia, o conocía su definición por cultura general, pero nada más.

Hay una gran diferencia entre hacer las cosas por llenar el ego y hacerlas desde la paz y el amor; yo veo a mi trabajo desde el amor, podía hacerlo gratis, pero el contexto, el dolor, la muerte y la impotencia me estaban pasando factura, pues sólo esperaba acabar el turno, llegar a casa, recibir un abrazo y contarle a alguien todo lo que había vivido durante el día; pero no había nadie, y llamar a alguien a contarle eso, no era una opción, pues cada quien tiene sus propios problemas. Necesitaba ayuda, lo reconocí, pues hasta ese momento el orgullo no me lo permitía, entonces aprendí sobre la humildad y a sentirme afortunada por la presencia de cada persona que se había cruzado en mi camino.

Cuando el ego actúa pensamos que hay cosas que dependen únicamente de nosotros, pero en realidad no es así, pues vivimos en absoluta combinación general. Todos estamos conectados.

La vida es un regalo, y si está leyendo esto, agradezca que el Covid-19 no lo ha alejado de este mundo terrenal. ¡Viva la vida! Ame, disfrute, aproveche, comparta, aprenda, sea solidario, compasivo, no se guarde nada. Quien se sana a sí mismo también ayudará a otros a hacerlo. Le deseo mucha luz.

UNA GUARDIA TRANQUILA



Por: Md. Carlos Freire

Mediados del año 2020, al norte del país, en una localidad rural, con la acechante sombra de una pandemia. Lugar en el que sus pobladores, de carácter humilde y muy trabajadores, se dedican al cultivo del campo. Yo, trabajaba en el área de emergencia de la unidad de salud de la localidad y ese turno estaba en extremo tranquilo, sin pacientes; de hecho, dicen que cuando la calma se toma al servicio, es porque de un momento a otro algo grave llegará en avalancha y pondrá todo de cabeza. ¡Y sucedió! Ratificando la teoría.

Sonó el teléfono, cuyo timbre hizo eco en todo el lugar; contesté, y una angustiada voz me relató el cuadro de su abuela, quien estaba en cama, con fiebre, tos y dificultades para comunicarse con el resto de interlocutores. Ante la información recibida, pedí que la traigan al centro de salud, situación que resultaba imposible, dada la ausencia de medios de transporte en la familia; por lo tanto, me trasladaría a su hogar de inmediato para evaluarla.

Dada la cercanía, en minutos llegué al punto. La casa lucía cubierta de tierra por el polvo de la carretera que pasa frente a la misma. Golpeé la puerta, acompañando con un “*Buenas Noches*” dicha acción. Del otro lado, entre murmullos, escuché decir: “*Creo que es el Doctorcito*”; acto seguido me abrieron e invitaron a pasar. De hecho, dejé con la mano extendida a uno de los nietos, y me disculpé por hacerlo, dadas las pandémicas condiciones.

Por supuesto él lo entendió, viéndome vestido de pies a cabeza con el equipo de protección personal. Antes de entrar a la habitación de la paciente indagué sobre su caso, encontrando lo siguiente: adulta mayor con antecedentes de EPOC, Hipertensión en tratamiento, y había sufrido tiempo atrás un episodio de pérdida de conciencia.

Entré a la habitación y allí estaba ella, recostada en una cama pequeña, sin su dentadura, respirando rápido, muy delgada. No hablaba, y con la poca fuerza que tenía agarró mi mano, suplicando por ayuda. Conmovido le dije que la iba a evaluar para que todo esté bien. Indagué sobre

la posible causa de la enfermedad, presumiendo infección, al tiempo que el nieto, con lágrimas en los ojos, manifestó que él también se sentía cansado, con fiebre, siendo tal vez la fuente primaria y origen del contagio.

De tal manera, examiné a ambos. En el caso de la señora, la saturación de oxígeno apenas llegaba a setenta y cinco por ciento, con taquipnea muy marcada, y taquicárdica, además de los elementos ya mencionados. Sus pulmones sonaban crepitantes en casi toda la extensión de ambos parénquimas. Él, por su parte, saturaba bajo el noventa por ciento, con el mismo cuadro de su abuela, además de disnea leve. Los indicadores apuntaban a que habían contraído el tan temido Covid-19, por lo que necesitaban, además de oxígeno, manejo hospitalario, y en el caso de la señora, la Unidad de Cuidados Intensivos era su destino, para riguroso tratamiento. Con esas consideraciones, notifiqué los hallazgos y llamé a la ambulancia para que venga por ellos, especialmente por la señora, pues el tiempo era crucial. Sin poder acceder a ella, los familiares consiguieron transporte y los trasladaron al hospital.

Luego de la visita, retorné al trabajo, y la profecía seguía cumpliéndose, pues llegaron varios usuarios a emergencia. Unos necesitaban aislamiento al ser considerados como sospechosos respiratorios para Sars-Cov-2, mientras que otros estaban para observación.

Amanecía y quizás con eso un momento de descanso sería posible. Predispuesto a tomar un respiro, vi por la ventana como un auto llegó a toda velocidad, y sus pasajeros sacaron del mismo a alguien en brazos. Salí a recibirlos y era el padre de cinco personas, quienes lloraban, pidiéndome que lo salve. No tenía pulso, tampoco respiraba, y la ausencia de signos vitales era un hecho, así que estaba frente a un cuadro de paro cardiorrespiratorio. Cumplí con el protocolo de soporte cardiopulmonar avanzado por varios minutos, sin obtener respuesta de parte del paciente; había fallecido. Con toda la impotencia que me recorrió el cuerpo, además de la tristeza, el cansancio, y la angustia, comuniqué a los deudos la noticia, que sin duda, los destruyó emocionalmente. Ese turno, que empezó en calma, se convirtió en el más trágico que he vivido durante toda la carrera.

Semanas después de esa sucesión de eventos, conocí que tanto la señora como su nieto estuvieron en UCI por varios días, con finales distintos en cada caso; de hecho, él mismo fue quien me contó que se convirtió en superviviente, no así su adorada abuela. Así, me agradeció por haber ido aquella noche a su domicilio, y me regaló una canasta de frutas cosechadas de sus sembríos. ¡Se me hizo chiquito el corazón! ante tal gesto.

Con eso entendí que una acción, por sencilla o cotidiana que sea, para otras personas se traduce en salvar su vida. De ahí lo importante que es ayudar a los demás, más allá de la profesión que se tenga; se llama solidaridad y se apellida generosidad. ¡Saldremos de esto!

CRÓNICA DE UN INICIO INESPERADO



**Por: Md. Danilo Fernando
Orellana Cobos**

Apenas iniciado el año 2020 a Ecuador llegaban las noticias relacionadas a la expansión en el mundo de la nueva enfermedad, la misma que provocaba graves infecciones respiratorias a quienes la padecían, y la muerte en varios casos; inclusive, en jóvenes pacientes sin factores de riesgo previos, quienes en cuestión de horas se descompensaban. Todavía, en esa época, se sentía lejana la posibilidad de que llegue al Ecuador, no menos cierta, de todas maneras. Hasta que sucedió; por lo tanto, y viendo en retrospectiva varios meses después, mientras escribo este relato, creo que el virus llegó a territorio nacional mucho antes de lo que creímos. Lo desarrollo a continuación.

Luego del pase de visita al inicio del turno, tomé asiento para analizar los casos de los pacientes a mi cargo; de ellos, uno llamó mi atención de inmediato. Gonzalo, de casi cincuenta años de edad, hipertenso, obeso, quien días atrás había viajado a la región costera a recoger a sus sobrinas, llegadas de sus vacaciones en el norte del continente americano. Su diagnóstico era neumonía atípica, de origen viral, con bajo requerimiento de oxígeno, aunque era notorio el gran compromiso pulmonar bilateral que padecía, demostrado mediante tomografía de tórax. Desde ese instante, sabía que la probabilidad de que no se recupere era alta, motivo por el que me reuní con el equipo de médicos tratantes de la unidad, para revisar la terapéutica instaurada.

Transcurrieron las horas, y lo que temía, sucedió. Gonzalo presentó mayor dificultad para respirar, requirió más oxígeno para tal efecto, en total estado de lucidez, consciente de su situación y el entorno, siendo la intubación el único camino a seguir, para que reciba el soporte ventilatorio necesario, mientras la esperábamos que el tratamiento clínico surta efecto. Tanto él, como sus familiares presentes, sabían los riesgos y complicaciones del procedimiento; sin embargo, estaban claros de la necesidad del mismo, por lo que les permitimos conversar un momento entre ellos, ante la dura noticia recibida. Minutos después salieron de la habitación, siendo su hermano el último en hacerlo, dándole la bendición y esperando reencontrarse pronto.

Con los implementos de protección y bioseguridad necesarios, realicé el procedimiento exitosamente, para luego trasladarlo a terapia intensiva. Cumplidos los pasos correspondientes, me reuní con sus familiares para, además de la explicación científica, transmitirles palabras de apoyo y fortaleza, pues muchas veces, en lugar de una larga explicación fisiopatológica, valen más las frases de aliento y serenidad, ante el difícil momento.

Transcurrió la madrugada y acudí a la Unidad de Cuidados Intensivos para consultar el estado de Gonzalo, llevándome una de las más desalentadoras noticias que cualquier médico puede recibir: Había fallecido por la insuficiencia respiratoria severa que padecía, mientras en el pasillo sus familiares lucían desconsolados. Recibí de ellos muestras de aprecio y agradecimiento por la labor realizada, a pesar del dolor que vivían ante el triste desenlace de su ser querido.

Al siguiente día, aún consternado por lo vivido, todavía en el hospital, sucedió lo inevitable: se informaba del primer caso de Covid-19 en Ecuador. Desde ese momento, cambió mi vida y la de mis compañeros, tanto dentro y fuera del hospital. Fuimos notificados sobre los planes de contingencia implementados para la situación, y respecto las normas estrictas de bioseguridad que debíamos seguir. Prácticamente, nos veíamos obligados a un nuevo estilo de vida.

De manera personal, tuve que salir de mi casa para aislarme de mis padres y hermanas, pues la incertidumbre de saber que en algún momento podía ser una fuente de contagio para ellos, no me daba la serenidad para seguir conviviendo con mi familia. Los besos, abrazos, las largas charlas en la mesa y la alegría que todo aquello implicaba, lo sacrifiqué por su bienestar y seguridad, al precio de mi propia felicidad. Quienes vivimos esta situación, sabemos lo difícil que significó no abrazar a nuestra madre incluso en su día. Solo Dios sabe el sufrimiento que encierra el corazón de muchos de nosotros por el dolor que la pandemia provocó.

Se cree que los médicos somos seres fríos e indiferentes, por la templanza que debemos demostrar al momento de tener en nuestras manos la vida de una persona; sin embargo, por ese mismo hecho, debemos tener la calidez para entablar una conversación con los pacientes y sus familiares, incluso fuera del campo profesional; la serenidad para actuar rápidamente cuando la situación lo amerite; la seguridad para saber que la decisión que tomemos, es la mejor opción para el paciente; y la confianza en el Ser Supremo, de que con nuestro accionar, lograremos su voluntad.

Al mismo tiempo, somos seres humanos que lloramos con el dolor ajeno y propio; nos frustramos cuando perdemos la vida de un paciente que, en algunos casos, se convierte en amigo;

Sentimos desolación cuando por situaciones como la pandemia, nos alejamos de las personas que amamos a desmedro de nuestra felicidad; y nos duele la incertidumbre de no saber, en qué momento la situación cambiará.

La esperanza de un futuro en el que podamos disfrutar de todas las pequeñas cosas que añoramos del pasado, es lo que día a día nos impulsa a cumplir una jornada más en el hospital, a terminar otro extenso turno en el servicio, a ponernos otra vez todo el asfixiante equipo de protección, con el objetivo de salvar una vida más o al menos, de mejorar el día de un paciente; y al final de la noche, recostarnos con la fe de que nuestras plegarias serán escuchadas.

Algunos hemos tenido la oportunidad de afrontar esta tragedia de la mano de amigos y pareja; quienes, con su apoyo, confianza, dedicación y, sobre todo, amor, han llegado incluso a cambiar nuestra vida; permitiéndonos levantar cada mañana con el optimismo y la alegría que encierra el hecho de saber que una caricia, una palabra de aliento, una mirada, un abrazo, son la fortaleza para superar otro día. El agradecimiento para esas personas es infinito e inigualable.

Mientras atendía el caso de Gonzalo, jamás imaginé lo que se venía en mi vida personal y profesional; ni siquiera el sacrificio que iba a representar aquel cambio; no obstante, sé que todo sacrificio tiene su recompensa y que al final de la jornada, la satisfacción del deber cumplido es la que me impulsa a continuar y salir adelante.

"CORONAVIRUS MEDICINA EN PRIMERA LÍNEA"



**Por: Md. Salomón Proaño
Ramón**

A lo largo de la historia, las epidemias han sido responsables de miles de muertes humanas y esta vez no ha sido la excepción, a manos del nuevo coronavirus, cuya enfermedad se ha denominado Covid-19. Apareció en Wuhan, China, en diciembre de 2019, y en Ecuador el primer caso se reportó el sábado 29 de febrero de 2020. El ambiente general se trastornó, pues parecía lejana la posibilidad de que llegue a este lado del planeta; sin embargo, su expansión fue veloz, lo que generó caos social, cuyo resultado fue el abrumador desabastecimiento de farmacias y supermercados.

Los hospitales, a partir de la asignación presupuestaria para el nuevo año, adquirieron lo que en ese momento se creía indispensable para enfrentar a esta amenaza, de magnitud inimaginable, lo cual alcanzaba a predecirse al ver lo que ocurría en Asia y Europa. No fue suficiente, pues la realidad superó a todo lo que podía ser previsto para tal efecto, lo que trajo consigo que algunos miembros de las casas de asistencia, entre médicos, operativos, técnicos y administrativos renuncien a sus trabajos, mientras que otros aprovecharon la ocasión para jubilarse, temiendo por su vida y la de sus familiares. La mayoría nos quedamos para asumir la responsabilidad, con profunda convicción de servicio a la comunidad.

Los Comités de Operaciones de Emergencia se activaron en cada cantón, a nivel nacional, emitiendo resoluciones y medidas de salud pública, como el confinamiento obligatorio y además distanciamiento social, entre otras. Casi al año de su aparición, mientras escribo estas líneas, considero que gran parte de la población las aplicó sin rigurosidad o exigencia, pues la falta de disciplina es, tristemente, un ingrediente del ADN latinoamericano.

También sucedió que la compra y venta de productos relacionados como mascarillas, alcohol, equipos de protección, entre otros, se transformaron en elementos de altísimo precio, siendo los primeros afectados los que estábamos en la primera línea de atención, ante la dificultad de acceder a estos bienes. En ese escenario, resultó grato para las instituciones de salud, el recibir donaciones desde la empresa privada, organi-

zaciones no gubernamentales, e inclusive instituciones públicas de otras carteras de estado no relacionadas.

Por redes sociales y medios de comunicación nos enteramos de que amigos, compañeros, colegas, familiares partieron al descanso eterno, sin posibilidad alguna de acompañarlos hacia su última morada. Los sentimientos de impotencia, frustración, dolor, tristeza eran devastadores, pues todos se licuaban al interior del corazón. De hecho, casi un año después, al tiempo de esta escritura, las estadísticas de contagios, pacientes hospitalizados, demanda de cuidados intensivos y fallecidos, siguen con tendencia alcista, en contraste del relajamiento de la población.

Como pasó en varios casos de colegas, pese al esfuerzo de esquivar al virus, terminé portándolo, pues los síntomas aparecieron y la tomografía que me realicé evidenció lesiones pulmonares, ratificadas por el resultado positivo para Covid-19 de la prueba PCR. Recibí medicación y certificado de aislamiento por diez días, a partir del inicio de los síntomas, de acuerdo a la normativa aplicable para tal efecto. Es algo que no se lo deseo a nadie, por lo que me siento afortunado de ser parte de la estadística de sobrevivientes.

A esta altura el agotamiento es notorio, físico y mental, pero me mantengo trabajando con el mismo fervor del primer día, anhelando que pronto termine la pesadilla, de la mano de la llegada de las vacunas a territorio ecuatoriano. Mientras tanto, queda en mi memoria el drama de muchas familias, las plegarias para sus seres queridos, así como la resignación a los divinos designios, en medio del vacío, la frustración y el profundo dolor del alma, pues he sido testigo de ver la angustia en las personas ante la dificultad para respirar, así como quienes también vi a muchos perder sus fuerzas, necesitando intubación de emergencia. También de aquellos que se aferraron a la vida y pudieron superar el inconveniente: abuelos, padres, hijos, hermanos, seres de toda edad. Sí, también vi a grandes médicos que salvaron la vida y restablecieron la salud de muchos, convertirse en pacientes, debatiéndose entre la vida y la muerte.

A pesar de que son tiempos difíciles, creo que varios nos hemos reinventado, demostrando enormes habilidades de adaptación a la nueva realidad. No ha sido fácil, pero me queda la satisfacción de haber contribuido con la recuperación de cientos de pacientes. Hasta febrero de 2021, más de mil quinientas personas han sido dadas de alta en el hospital en el que trabajo, gracias a un maravilloso grupo multidisciplinario de profesionales con diferentes actividades, pero un solo objetivo: Salvar a todos quienes se pueda hacerlo; hombres y mujeres de carne y hueso, con sentimientos, capacidades, conocimientos, destrezas, vivencias, deseos, pensamientos y la vocación ferviente de trabajar comprometidos por los demás. Mi gratitud y reconocimiento a todos ellos, pues también salvaron la mía.

UN DÍA MÁS EN URGENCIAS



**Por: Md. José Refugio
Luquín Pulido**

Te digo lo siguiente. Si haces el trabajo que de verdad amas y te llena, el resto vendrá por añadidura, así que no te desanimes, pues busca ser espléndido, extraordinario, y verás tu vida en plenitud. Usa cada momento para llenarte felicidad, sin engañarte, porque muchas veces el vacío confunde, así que sigue a tu instinto, basado en el don que Dios te ha otorgado para ayudar a tus semejantes. Es ahí cuando la verdadera sabiduría se manifiesta y nos hace capaces de enfrentarlo todo; al menos, es la forma en la que creo que el espíritu fluye en mi interior y me permite actuar con madurez.

Sabes que estás en el camino del éxito si quieres ejercer la profesión médica por el bienestar del prójimo, no por nada más puro que ello. Fui educado para creer que la excelencia es la mejor forma de servir al otro y así es como funciona mi vida, con el firme propósito de iluminar al mundo, a través de mi propia luz.

Somos más parecidos que diferentes, así lo veo yo, claro, con habilidades y necesidades específicas, así que también creo que la confianza es el eje fundamental de la convivencia humana. Siempre supe que algún día, al mirar atrás, sonreiría al recordar mis lágrimas, pero jamás imaginé que, en otro momento, la alegría me haría llorar. De hecho, he aprendido que ser alegre va más allá de la risa momentánea o la efímera celebración, y que inclusive se puede serlo en situaciones críticas y momentos complicados, pues estoy convencido de que Dios está en control de todo.

Permíteme decirte que para encontrar lo que buscas en la vida, basta entender lo siguiente: No dejes piedra sin voltear, hazlo y te sorprenderás. Así es como la gente que sufre la enfermedad, te entrega la posibilidad absoluta de demostrar el verdadero potencial que tienes para curarla, con el poder de la determinación que tienes en tu interior. Sí, es verdad que las tribulaciones se nos presentan, algunas inevitables, pero están allí por algún motivo, que no es más que enseñarnos a ver con optimismo a la vida, luego de superarlas. En cada una de ellas hay una lección por aprender, así como la oportunidad de crecimiento.

Entonces, quien tiene un “por qué” para vivir, es capaz de soportar cualquier adversidad y salir victorioso de aquel enfrentamiento. Ser feliz no significa la vida perfecta, sino reconocer que vale la pena a pesar de las dificultades; por lo tanto, te invito a que dejes de competir con los demás, pues no tienes que demostrarles nada, ni llegar a donde otros han llegado. Basta con que superes, día a día, tus propios límites; por lo tanto, con cierta frecuencia detente un momento, analiza en dónde estás, mira el destino al que quieres llegar y suelta aquello que te retrasa.

Recuerda, el tiempo en el planeta es demasiado corto, así que ríe cuando puedas, discúlpate cuando debas, aléjate de lo que es imposible cambiar y no olvides que, para empezar una etapa nueva, debes cerrar la previa. Entonces, aprende a contar el jardín por las flores, no por las hojas que caen; es decir, cuenta tu vida por las sonrisas que generas y no por las lágrimas que sueltas.

Plántate sueños y hazlos realidad, pues fuertes razones implican poderosas acciones para conseguirlos, es allí que las derrotas se transforman en inagotables fuentes de motivación para seguir caminando hacia adelante, pues no es la voluntad de ganar lo que interesa, sino prepararse para ello, lo que marca la diferencia. Mantente motivado, encuentra tu fuente de inspiración, y no te detengas hasta lograrlo.

Elimina el “*No Puedo*” de tu vocabulario, en cada una de tus actividades, más en la profesión que elegiste, de la mano de la vocación que la impulsa, sin perder de vista los valores fundamentales de servicio, generosidad, solidaridad, compasión, empatía, entre otros, pues aun cuando el mundo esté desintegrándose, serás llamado a salvar quienes puedas hacerlo, porque eso juraste hacer. Cada santo tiene un pasado y todo pecador tiene un futuro, esto me conforta y me reanima. Cómo podrías renacer sin antes haber quedado reducido a ceniza, solo de ahí se surge con fuerza. Cree en ti mismo y todo lo que eres. Reconoce que tu ser interior es más grande que cualquier obstáculo.

No puedo cambiar la dirección del viento, pero puedo ajustar mis velas para llegar siempre a mi destino. No se sale adelante celebrando éxitos sino superando fracasos, esto solo se hace a la luz de la fe. Nunca aprenderíamos a ser valientes y pacientes si hubiera, solamente, alegría en el mundo, por lo que estamos llamados a levantarnos de las caídas. Vive todos los días con plenitud, así podrás cambiar tu vida, y sin duda alguna, la de los demás, el mundo entero si te lo propones; estamos llamados a hacerlo.

Los momentos difíciles son parte de la cotidianidad, así que es fundamental aprender a afrontarlos y fortalecerse a partir de ellos. Está claro que nadie quiere estar enfermo, mucho menos en este tiempo, pues se manifiestan de la nada, pero en caso de que suceda, es importante en-

tender que también es parte de la vida, e inclusive de ellas se puede extraer grandísimas lecciones para forjar el espíritu y el carácter. De hecho, enseñan a valorar el presente.

Asume los riesgos sin temor: si ganas serás feliz, si pierdes habrás aprendido. Valiente no es aquel que enfrenta un problema, sino quien no se deja vencer por ninguno. La más grande trascendencia consiste en lograr lo que otros dicen que no puedes hacer; y, cuando sientas que lo has perdido todo, siempre llegarán personas que te ofrecerán todo lo que creíste perder. Si dejas salir al miedo de tu vida, tendrás más espacio para vivir tus sueños. Y lo más importante: Ama siempre, sin condición.

NO TODO ES COVID



**Por: Dr. Tammy Ibaham
Oña Sarmiento**

Cirugía General y Laparoscópica

Durante la ola más fuerte de la pandemia volví a las guardias hospitalarias; en realidad pensé que jamás se repetirían y menos para pacientes no quirúrgicos, siendo la cirugía general y digestiva mi especialidad. Sí, diez años después de haber finalizado el posgrado y el último turno, allí estaba, otra vez, pues la circunstancia nos convocó a todos. Otra vez, más de veinticuatro horas seguidas de labor al cuidado de personas, enfrentando un virus mortal, así que creo que, de alguna manera, esta situación a varios nos hizo regresar a los principios básicos de asistencia a un enfermo con insuficiencia respiratoria, auscultación, oxígeno-terapia, ejercicios, muy lejos de los avances tecnológicos de la cirugía moderna, así como de las charlas y discusiones científicas.

El desbordamiento de los servicios de salud, la impotencia por la mortalidad del virus, agotamiento tanto físico como emocional, el miedo a ser contagiado y la poca esperanza de que esto termine pronto, sin duda ha dejado marcas en el personal de salud que ha atendido en primera línea, por lo que podrían pasarse por alto situaciones y diagnósticos médicos que en otras circunstancias serían detectados fácilmente. Este relato nos enseñará que, aunque el Covid-19 se camufle como otra patología, y que los estudios de imagen, junto al laboratorio, aunque orienten a pensar en su presencia, el examen físico directo del paciente sigue siendo de vital importancia para un diagnóstico correcto.

Transcurría la mitad de la jornada, cerca de la seis de la tarde, y junto al médico internista jefe de guardia, recibimos la solicitud de ingreso al área Covid, desde emergencia, de un paciente con diagnóstico tomográfico positivo, pero con hisopado nasofaríngeo pendiente. Cabe señalar que el enfermo venía transferido de otra unidad por falta de espacio, gestionándose la recepción en nuestro hospital, habiendo sido evaluado previamente en varias ocasiones.

Recibimos un paciente masculino en su sexta década de vida, diabético controlado, con los siguientes signos vitales: frecuencia cardiaca

ciento cinco por minuto, tensión arterial 90/60 mm/Hg, frecuencia respiratoria veinticuatro por minuto, saturando ochenta y ocho por ciento al ambiente, que llegaba hasta noventa y tres por ciento con un litro de oxígeno, y temperatura de treinta y seis grados, dos décimas. Se nos informó sobre un cuadro clínico de tres días de evolución, caracterizado por fiebre, malestar general, astenia e hiporexia. El laboratorio detectó leucopenia, urea y creatinina elevadas, desequilibrio hidroelectrolítico discreto y leve prolongación de los tiempos de coagulación, dentro de lo más destacado. El estudio tomográfico tanto a mí, como a mi colega de turno no nos dio señales de ser positivo para Sars-Cov-2, hasta sospechoso si cabe el término, ya que luego de haber manejado cerca de cuarenta pacientes confirmados, definitivamente no se trataba de una tomografía diagnóstica y ante la falta de hisopado, pusimos en duda el diagnóstico posible.

Al inspeccionarlo con el examen físico, me llamó la atención la distensión de su abdomen, con signos evidentes de íleo paralítico y reacción peritoneal, acompañados de rigidez de defensa en pared y silencio abdominal. Como cirujano no me fue nada difícil concluir, con estos datos, que presentaba un estado de shock séptico de origen abdominal a causa de peritonitis aguda que requería urgente cirugía. Por lo tanto, procedimos con el manejo inicial hidro-electrolítico, sondajes nasogástrico y vesical, antibiótico-terapia, suspensión de corticoides y heparina de bajo peso molecular, ya que por claras razones complicaban su estado, buscando la estabilización inicial del paciente previo a su transferencia.

A causa de la pandemia, en el primer trimestre del año 2020, el hospital cerró la unidad quirúrgica y suspendió toda acción relacionada; es más, a mitad del mismo año, el área mencionada se transformó en el sitio Covid para hospitalización de pacientes que no requerían manejo ventilatorio invasivo como intubación y respiración mecánica. Por lo tanto, nos quedaba estabilizarlo y trasladarlo a otra casa de salud en la que sí pudieran operarlo, tal como sucedió. Le comenté al compañero de turno que los más probable era de que se trate de una apendicitis complicada, siempre de difícil diagnóstico en un paciente de edad avanzada y diabético. A manera de broma me respondió: “¿Tienes incorporado un ecógrafo en tu mano?”, pero la realidad es que la apendicitis aguda sigue siendo la causa más frecuente de abdomen agudo inflamatorio en todas las edades.

Cuando tuvimos acceso al protocolo operatorio de la unidad que recibió al paciente, verificamos que se trató de peritonitis purulenta, por apendicitis aguda en fase necrótica, con perforación a nivel de su base, manejado por laparotomía de manera convencional. Es más, el resultado del hisopado llegó días después, confirmando nuestras sospechas de negatividad para el nuevo virus.

Al final de la jornada charlábamos entre colegas sobre la afectación psicológica que ha provocado el estar en primera línea de atención, puesto que eso puede llevar a pensar que todos quienes llegan son positivos, aún más ante la altísima afluencia de personas, saturando los servicios. Es lógico, más no correcto, que las valoraciones médicas se vuelvan rutinarias y similares, lo que conlleva a omitir detalles importantes de la evaluación médica y a no diagnosticar con claridad. Por lo tanto, no todo es Covid-19.

UN GRUPO OLVIDADO



**Por: Dr. Mauro Antonio
Falconí García**

Había iniciado un año particularmente atractivo por la nomenclatura redonda de un cuadrado perfecto, encerrado en el misticismo del número 2020. Todo vaticinaba, al menos para Oruam, que sería un gran año, pues se lo había prometido a sí mismo.

El nuevo desafío implicaba distancia de la familia, los hijos pequeños y toda su vida atrás; de hecho, aquello ya no era nuevo para él, pues los últimos quince años habían tenido, más o menos, el mismo trajinar, siempre buscando dejar huella en los trabajos encomendados, superando los retos que se le presentaban Sin embargo, nada de ello sería igual a lo que vino después, producto de un enemigo llegado desde tierras lejanas, que bien vestido, entre maletas, esperanzas y visitas a familiares que se habían ido a otros territorios en pos de realizar tareas mejor remuneradas que en el país que los vio nacer, se infiltró para causar un caos sin fin.

El escenario era dantesco. Grandes turbas clamaban atención médica, mezclándose con enfermeras, auxiliares, residentes y los escasos especialistas que cada hospital ofrecía, luego de que muchos se retiraron a sus casas por diferentes causas. La situación no era alentadora, peor ante la capacidad limitada de las casas de salud, la misma que fue sobrepasada en todos los rincones del país.

Oruam tenía el gran reto de organizar todo ese proceso de atención, a escala nacional, el mismo que tenía serios problemas de articulación desde hace muchos, pero muchos, años atrás, lo cual era un secreto a voces. No podía fallarse a sí mismo, por lo que decidió viajar, de inicio, al punto caliente en el que más problemas existían, y desde allí, comandar la operación para distribuir lo mejor posible los escasos y dispersos recursos que tenía bajo su custodia.

A primera hora del 18 de marzo, fecha que luego tendría mayor sentido para él y consecuente recordación, sabía que no podía perder más tiempo, en el contexto general de que la comunicación entre hospitales era esporádica, defectuosa, con la atención deteniéndose por más emergencia que fuere, a causa del limitado aforo descrito en líneas previas. Nadie tenía

asegurada una cama o cita, por importante que sea el enfermo o influencias políticas o de poder disponibles para su beneficio. “Desastre” era el concepto más profundo para describir a la salud pública.

En esta atroz vorágine de acontecimientos, luego de vivir los más amargos momentos que jamás alguien que se formó como médico imaginaría, encontró a seres humanos increíbles, que entregaban todo frente a un computador, solo con el objetivo de encontrar un lugar en el que pudieran recibir a ese hijo, hermano o padre, es decir, a todos los que necesitaban atención.

Por la mañana, hizo un llamado a médicos jóvenes, sin importar en qué parte de del país estuvieren, a sumarse al nuevo sistema de gestión y organización, cumpliendo los siguientes requisitos: aprender rápido y adaptación a un horario sin límites. Pocos contestaron al llamado, lo que le produjo evidente frustración, aun entendiendo que el miedo que los convocados sentían, ante la posibilidad de abandonar a sus familias y que algo les pudiera pasar, era mayor. Sin embargo, con el pasar de las horas, como que fuera un milagro, la tendencia se revirtió y varios empezaron a llegar.

Un grupo de muchachos, liderados por Antonio, se había hecho dos nudos, uno en la garganta y otro en el corazón; entonces, llenándose de valor, comenzaron a copar las plazas que se necesitaban en el flamante puesto de mando, así como en las salas de hospitales que se les había asignado. Aquellos hombres y mujeres, que no pasaban de treinta años de edad, habían decidido cambiar sus vidas para siempre. Tiempo después, éste líder le comentó a Oruam que se sentía satisfecho por haberlo dado todo para salvar vidas, sin buscar reconocimiento u homenaje alguno.

El trabajo era arduo, sin descanso, comida o transporte, pero la determinación por cumplir la misión en excelencia, era gigante. Sí, también experimentó varios desmayos anímicos a causa de las llamadas de desesperación recibidas desde los hospitales, por la avalancha de usuarios que necesitaban ayuda. Hubo duros momentos en que el dolor y las lágrimas se apoderaban de la sala de operaciones del mando unificado, los mismos que alternaban con los gritos de júbilo al encontrar un espacio para que alguien pueda ser atendido o haber trasladado, de manera efectiva, insumos médicos de un lugar a otro. Frases como “*¡La ambulancia está lista!*”, “*¡Las mascarillas llegan en dos horas!*”, “*¡Los pacientes de la familia están a salvo!*” eran un bálsamo alentador.

Sus nombres y apellidos los conocen bien los que pudimos sentir su ímpetu y fortaleza. Quizá algún día se graben en algún lugar físico, pero ya quedaron impregnados en lo más profundo del alma, ante la virtud humana, mencionaba Oruam. Este grupo anónimo, al que nadie reconoció o entregó un halago, son parte de la lista de héroes que nos ha dejado la tragedia. Sí, varias veces el trabajo de pocos ha cambiado el rumbo de muchos; esta vez no fue la excepción.

SARS-CoV-2 EN EL SECTOR RURAL



Por: Md. Estefanía Barreto

Un día en el primer cuatrimestre del año 2020, nos despertamos con la terrible noticia: el nuevo virus SARS-CoV-2 había llegado a nuestro país. Desde entonces, las instituciones de salud implementaron actividades de control para prevenir el contagio, se realizó intervenciones de prevención en escuelas y colegios, centros de entretenimiento, medios de transporte y todos los establecimientos públicos y privados de la comunidad en la que cursaba el año de medicatura rural, ubicada en la zona centro del Ecuador.

La expectativa de atención a los pacientes era inespecífica, puesto que el centro de salud era un lugar pequeño pero acogedor, conformado por dos consultorios (medicina general y odontología) y el área de enfermería. Mientras el gobierno redoblaba esfuerzos en las zonas más afectadas por la pandemia, en este rincón del territorio nacional, optamos por crear un área de atención ambulatoria para casos sospechosos de Covid-19, la misma que se ubicaría afuera del centro, en una carpa, para evitar el contagio de quienes llegaban en busca de atención por otras patologías. Con recursos limitados pero mucho corazón, levantamos el sitio, esperando que no sea necesario utilizarlo; en todo caso, teníamos que estar atentos. Esa fue la primera fase de la estrategia para ganarle tiempo al tiempo.

En segundo lugar, como en el mejor de los casos seríamos tres personas para atender a toda la población, elegimos aumentar la frecuencia de visitas domiciliarias a quienes estaban dentro de las categorías de pacientes prioritarios y vulnerables, de manera preventiva. Además, cerramos las vías de acceso a la comunidad, en acuerdo con ellos por supuesto, así como creamos cadenas de abastecimiento de alimentos para que nada falte. Es que, en un lugar donde el setenta por ciento de la población era adulta mayor, la situación por sí misma era crítica desde cualquier punto de vista.

Con el plan en marcha, llegó la noticia del confinamiento decretado por la máxima autoridad, lo que significó otro tipo de complicaciones: transporte público detenido, locales cerrados, todo paralizado, fantasmagórico, siendo pocos los que nos podíamos mover por nuestras funciones.

Era una odisea llegar a trabajar, dado que no tenía medios propios de movilización. Con suerte, podría alquilar un espacio en alguna camioneta de transporte de víveres, que iría hasta un pueblo cercano a la comunidad, para luego caminar dos horas y llegar al lugar. Cansada, pero feliz, empezaba la atención, como debía ser, pues el esfuerzo realizado valía la pena al momento de asistirlos con algún tratamiento específico o escuchándolos. Luego, el mismo trayecto de regreso, en orden inverso.

Tenían mucho temor respecto al contagio como tal, pero de manera especial, al rechazo social del que podían ser objeto al convertirse en casos positivos en determinado momento, porque implicaba exclusión de las actividades cotidianas. Me costaba creerlo, pero así fue, tanto que hubo ocasiones en las que algunos llegaron al dispensario llenos de recelo, ocultando síntomas, y evitando decir que habían tenido contacto directo con personas con diagnóstico positivo para Covid-19. Inclusive, ya derivados a otros lugares, preferían que no se les haga las pruebas de diagnóstico específicas y tampoco querían cumplir con la cuarentena, por el simple hecho de evitar que la comunidad se entere, para no sufrir la discriminación en carne propia.

En consecuencia, la estrategia aplicada incluyó una nueva fase: información por diversas vías; por lo tanto, hubo perifoneo en las calles de la comunidad, acompañado de la entrega de información impresa a los habitantes, en la que se detallaba tiempo de incubación del virus, sintomatología, modo de transmisión, tiempo de contagio y métodos de prevención. A la par, charlas educativas con los líderes de la comunidad para eliminar la discriminación y fomentar la importancia de acudir al centro de salud para recibir planes terapéuticos adecuados, a tiempo. ¡Todas las actividades realizadas arrojaron buenos frutos!

Definitivamente la educación es el camino de muchas soluciones. Con el paso de los meses conseguimos un verdadero cambio de comportamiento, que significó aumento de asistentes a nuestras dependencias, intercambio de información entre las partes, lo que además permitía establecer cercos epidemiológicos casi precisos. De igual manera, al momento de las visitas al domicilio, cada miembro de la familia aportaba con elementos importantes para el diagnóstico adecuado. Comunidad y equipo de salud, con optimismo y responsabilidad, unimos fuerzas para trabajar en equipo, en todo sentido, inclusive para atacar a las secuelas silenciosas del Covid-19, de la que de poco se ha hablado: angustia y depresión.

Lo que no pudimos vencer fue la automedicación y la indiscriminada toma de antibióticos frente un proceso viral. Recuerdo a un paciente que había tomado de manera irresponsable mucho medicamento, lo que puso en riesgo su salud y lo curioso es que su familia se negaba a trasladarlo a un centro de atención de mayor complejidad, pero la referencia debía ser pronto, ante el latente riesgo de muerte. Pasamos horas convenciendo a los familiares, hasta que aceptaron; conseguimos la movilización y se lo llevaron. Días después recibimos la respectiva llamada llena de agradecimiento y felicidad porque fue la decisión correcta y ya estaba de vuelta en el hogar. Son los actos de gratitud los que llenan nuestros espíritus de fortaleza inquebrantable, para salvar vidas, día a día, exponiendo las nuestras.

¡UNA MIRADA!



**Por: Md. Paola Vanessa
Borja Cepeda**

Años atrás, aunque no muchos, al recibir clases de medicina en el aula, imaginaba lo que me enseñaban, pues siempre creí que por difícil que fuera, en algún momento podría ver un caso similar, entonces tendría que saber cómo actuar al respecto, por el bien de quien lo estuviera padeciendo.

Entre tanta materia, estaba epidemiología; para algunos, interesante, para otros aburrida. Claro, parecía clase de historia al tener que leer sobre las epidemias y pandemias que había sufrido el planeta Tierra, y se sentía bastante lejano, casi irreplicable, debido al poderoso avance de la ciencia y la tecnología, más aún en el Siglo XXI. ¡Ni siquiera imaginamos lo que vendría en el 2020! Un virus desconocido, de alto contagio, mortal, ausente en los libros de cátedra, al que habría que conocer y enfrentar sobre la marcha, cuya enfermedad fue bautizada como Covid-19 había llegado, casi como por arte de magia, de un momento a otro. Y con él, el cambio de vida de los habitantes del mundo.

Los pacientes llegaban y eran atendidos; unos sin síntomas, pero habían estado en contacto con alguien positivo para Covid-19, y otros con síntomas parecidos a la gripe, a quienes se les hacía la prueba respectiva, para ganar tiempo, y los resultados eran positivos para el nuevo virus.

También había de los otros, me refiero a aquellos con poderosas manifestaciones de los síntomas, cuyo deterioro era general, sin haberse sometido a examen alguno, relacionado a coronavirus. Presentaban respiración agitada, palidez, irritabilidad, y en su mirada se reflejaba la angustia en relación sobre el miedo natural ante la posibilidad de perder la vida. ¡Era muy fuerte! De hecho, en varios casos, el desenlace no fue prometedora y la muerte nos superó en más de una ocasión. ¡Terrible!

Las reglas estaban claras, no sólo en la ciudad o el país, sino en el mundo: permanecer en casa y mantener las medidas de bioseguridad eran las claves fundamentales para evitar el contagio; sin embargo, para quienes llegaban a ser atendidos, solo podían estar acompañados por un familiar, lo que también se transformaba en una prueba de valentía para

aquel ser querido, considerando que no podían ingresar al lugar. De tal manera, la despedida no era al final, sino en aquel último instante antes del momento en que el usuario cruzaba el umbral de la puerta del servicio de emergencia, y la incertidumbre se apoderaba de su familia, y de sí mismo.

Pero que hablaban en ese momento podrías preguntarte... Hablaban del cariño que se tenían, de todo lo bueno que habían pasado a su lado, donde todo lo malo que se pudo haber hecho, quedaba perdonado, de lo que faltaba por hacer, de que en la angustia estén tranquilos, en que la fe no se ha ido y que ante su ausencia la vida deberá continuar, y un Te amo de despedida entre lágrimas.

“*Cuánto cambian las cosas en un segundo*” pensaba de manera repetitiva, más cuando el destino me sacó del papel de espectadora a protagonista. Aquel día cumplía con el turno en el área específica creada para tratar a pacientes Covid-19. Sonó el teléfono, número reconocido, y el corazón se me congeló, pues días antes me informaron que uno de los míos, quien me vio crecer, se había contagiado. Era media noche y en milésimas de segundo, los momentos compartidos con él, se cruzaron por mi mente a toda velocidad.

“*¡Aló!*” dije angustiada. “*¡Está mal!*” fue la respuesta. El virus había avanzado, tomándose sus pulmones, los mismos que estaban al borde del colapso. Por lo que requería manejo avanzado con ventilador mecánico. Crítica situación, más aún al tener que comunicarme con mi madre, sabiendo el dolor que le causaría la noticia, ante el riesgo y la posibilidad de perder aquella adorada vida. Pedí que lo trajeran

Mi cabeza daba vueltas, informe a mis compañeros de guardia lo que estaba por venir, sin duda yo perdería la objetividad como profesional, porque las emociones te acorralan, el sentimiento, el nerviosismo te invade porque es alguien tuyo, tu familia. Y ellos serían los que estarían al frente, dando todo lo mejor como a cada paciente y así fue, por eso mi agradecimiento infinito

Si llegó, hablamos y le dije que teníamos que “*dormirlo para que mejore*”. Fue lo más sutil que pude decir, pues la intubación era la próxima parada. Se sorprendió y sus ojos reflejaron su más profundo sentimiento. “*¿Estoy tan mal?*” me contestó, al tiempo que asentí con la cabeza. “*Todo saldrá bien, estamos contigo y te amamos*” es lo último que escuchó antes del procedimiento. Luego de ocho días de angustia, su corazón dejó de latir, y emprendió viaje a su nuevo destino.

Los pacientes me recuerdan a él: sus ojos, pupilas, su mirada. Y mi miedo a que la gente siga perdiendo la batalla. Así la historia sigue repitiéndose a diario.

EFECTOS SECUNDARIOS DE LA PANDEMIA



Por: Md. Nalany Victoria
Franco Rugel

La pandemia provocada por el Covid-19 ha sido una experiencia única para todos. Al principio nos llenó de duda, incertidumbre y temor, quitándonos la posibilidad de pensar con claridad. Este nuevo virus ha tomado por sorpresa incluso a los profesionales más experimentados de la medicina, llevándonos a vivir momentos difíciles y caóticos en la práctica profesional; sin embargo, rumbo a cumplir un año desde que todo cambió, es tiempo de mirar atrás y reflexionar sobre lo acontecido.

“¿La pandemia ha cambiado mi vida?”, “¿Algo más que usar mascarilla y lavarme las manos constantemente?”, “¿Puedo sacar experiencias positivas de esta situación?”, “¿Cuál es mi contribución a la humanidad después de todo lo acontecido?” son las preguntas recurrentes en mi mente.

Hay muchos temas de los cuales hablaremos cuando la crisis sanitaria llegue a su fin; sin embargo, creo que lo que debemos recordar toda la vida, en su cotidiana aplicación, está relacionado a la empatía, la generosidad y la bondad con cada persona que se nos cruce en el camino.

En la vida médica estamos acostumbrados a creer que solo nosotros hacemos sacrificios, que la carrera es complicada, llena de obstáculos, por lo que merecemos admiración general. Lo cierto es que la pandemia ha demostrado que cada persona es importante en el sistema y la sociedad, pues todos cumplimos roles vitales para el desarrollo de actividades básicas de la vida. Así, he visto al personal de limpieza del hospital exponerse a diario al llegar para cumplir con sus labores, así como a abogados y empresarios quienes tuvieron que reinventarse para seguir trabajando por el bienestar de sus clientes. Ni qué decir de las pequeñas empresas quienes se adaptaron a la tan nombrada nueva normalidad, y no todos lo lograron. Todos hemos enfrentado dificultades provocadas por el virus, tanto de salud, como laborales, financieras, y de convivencia, inclusive.

Presencé varias historias, durante la práctica profesional, en las que vi la fuerza de voluntad de los pacientes por vivir, así como el sacrificio de todos quienes estuvimos, y estamos en primera línea, desde el uso

del equipo de protección personal, pasando por los agotadores e interminables turnos. En estos días difíciles, debemos reconocer que todos hemos cambiado como consecuencia de lo vivido, tanto desde la manera de pensar hasta lo más profundo de nuestro ser. Seguramente olvidaré el rostro de cada paciente atendido, pero jamás la enseñanza recibida de cada uno de ellos y lo que provocaron en mí, llenos de esperanza, fe y optimismo para superar la enfermedad.

También está la otra cara de la moneda, la del dolor, la muerte y la tristeza, que más de una vez me quebraron. Ni qué decir del distanciamiento, el aislamiento, o el contagio de familiares, amigos y colegas, llegando a verlos a varios en las salas de hospitalización. No es lo mismo explicar la situación clínica a un paciente que no conoce nada sobre medicina, respecto a quien sí lo hace, cuyos familiares tal vez también entienden la gravedad de cada caso y sus posibles desenlaces. De hecho, el médico en posición de paciente, se siente vulnerable, y que ha perdido autoridad, pues ya no es él quien toma las decisiones con respecto al tratamiento y procedimientos.

La calidad y calidez en cada consulta, el buen trato médico-paciente y la hospitalidad con cada persona que nos rodea creo que son las enseñanzas más valiosas recibidas de este tiempo. Ha sido un recordatorio de nuestro servicio a la humanidad para solidarizarnos con cada familiar adolorido por el quebranto y cada paciente delicado de salud. Además, creo que todos nos hemos vuelto valientes. No sólo hemos obtenido inmunidad o descubierto los efectos secundarios del Covid-19 en el organismo, sino que también hemos recordado la fuerza que nos caracteriza como género humano. Ante la amenaza, hemos sido capaces de adaptarnos al distanciamiento social, a dejar de abrazar a padres e hijos para preservar su seguridad, y hemos modificado el corazón para amar a distancia. Aprendimos a empatizar con familiares y pacientes aun cuando nuestros rostros y cuerpos estaban totalmente cubiertos, con excepción de los ojos; de tal manera, también entendimos cómo leer la mirada e interpretar de manera clara su mensaje.

Esos sentimientos de transgresión y dolor ajeno nos han dejado huella en el corazón y nos ha recordado el valor de la vida humana. Otra importante lección se refiere al trabajo en equipo, en el que todos colaboramos por igual para atender y resolver los casos. Me pregunto, “¿*Qué tal si hiciéramos lo mismo en todos los campos de nuestra existencia?*”. Hemos demostrado que a pesar de la incertidumbre, el personal de salud es generador de esperanza en la vida de la gente.

¡Quizá lo necesitábamos! Un giro radical provocado por una situación única y extrema. El cambio ya se ha producido en muchos y seguirá transformando vidas alrededor del mundo, desde ahora con corazones más solidarios y afables.

MI EXPERIENCIA EN TIEMPOS DE PANDEMIA



**Por: Md. Daniel Antonio
Chávez Tenesaca**

El año 2020 inició de manera habitual; sin embargo, en los últimos meses del 2019, la noticia respecto a una nueva enfermedad muy contagiosa, descubierta en China, se esparcía por el mundo a gran escala. Pocas personas consideraron que la diseminación del virus sería a nivel mundial; de hecho, la mayoría lo vio de lejos, pero tarde o temprano estaría en el país, como sucedió.

Durante el primer trimestre del 2020 los casos en Latinoamérica ascendían a velocidad, razón que alertó al sistema sanitario nacional, con proyección a preparar sus entidades para recibir a los pacientes afectados por la nueva enfermedad, tanto desde lo logístico como de lo científico, motivo por el que muchos médicos, enfermeras y demás personal relacionado a la salud, nos capacitamos al respecto, con la poca información científica que había, para brindar adecuada atención a quienes lo requirieran. De hecho, ante la avalancha de opiniones y especulación, nos convertimos en expertos del discernimiento para elegir con mucha responsabilidad, el conocimiento a estudiar y su posterior aplicación.

Luego del carnaval, empezaron los reportes de la llegada del Covid-19 a territorio nacional; entonces, las instituciones de salud pusieron en marcha sus planes de contingencia para recibir a los casos sospechosos. De hecho, en el hospital en el que trabajo, al igual que en varios otros, se modificó el servicio de emergencia para este propósito, pues disponía de la mejor infraestructura en cuanto a tomas de oxígeno, espacios ventilados, y disposición de camas. Además, se instaló el área de triaje respiratorio, para atender a usuarios con esas complicaciones, pero que fueran sospechosos para coronavirus, por lo tanto, servía como primer filtro para la distribución de la gente a los diferentes servicios de atención. Fui designado para trabajar en este primer frente de batalla.

Hay que decirlo, había mucho pánico, conforme los medios de comunicación informaban del aumento de casos. Al ser un hospital provincial de referencia, no tardaron en llegar los pacientes. Trabajábamos con equipos de protección personal que incluían terno quirúrgico desechable, overol, guantes estériles, zapatillas quirúrgicas, mascarillas N95, gafas

de protección y un casco con pantalla, y por supuesto que también sentíamos miedo, pero la profesión estaba sobre cualquier otra cosa, pues la misión era una sola: vencer al virus.

Con el pasar del tiempo, la gravedad con la que los usuarios llegaban, también se hacía más profunda, respecto al inicio, necesitando cuidados intensivos, lo que disparó la ocupación de las Unidades de Cuidados Intensivos, pues los pacientes requerían oxígeno y ventilación mecánica. ¡El virus iba más rápido que la ciencia! Así que utilizábamos los tratamientos, conforme se publicaban o desechaban, a criterio de las autoridades científicas del mundo. Era un caos, situación que la muerte aprovechó para llevarse muchas vidas, generándonos frustración a quienes juramos cumplir a cabalidad con la vocación.

En el territorio nacional las autoridades estaban conscientes de lo que significaba la pandemia, los gastos y las pérdidas que desencadenaría, por lo que tomaron medidas para evitar contagios, como toque de queda y restricción en la circulación vehicular. Se cancelaron eventos públicos, y dispuso la obligatoriedad de portar mascarilla, así como la aplicación de medidas de bioseguridad; aun así, los casos no disminuyeron.

Ante el incremento de casos, se me encargó el área de pacientes con Covid-19. Para ese momento la Unidad de Cuidados Intensivos del hospital ya estaba llena, y el área a mi cargo disponía de la mitad de camas libres. El pico estaba próximo a suceder, así que luego de mi primera semana al frente, en conjunto con las áreas logísticas y administrativas de la casa de salud, adaptamos un segundo piso para pacientes respiratorios, que también colapsó casi de inmediato. Debido a la demanda de pacientes respiratorios, repetimos todo el proceso para un tercer piso destinado para tal efecto. Solo quienes lo vivimos, entendemos lo que de verdad es sentirse superados ante algo imposible de manejar, pese a los esfuerzos realizados.

La lógica consecuencia es que todo el personal del hospital atendía a pacientes con sintomatología respiratoria, sin excepción alguna. Mentalmente nos manteníamos motivados, pues no podíamos desmoronarnos pese a la avalancha de usuarios, hasta que recibimos un golpe que nos hizo tambalear: Un colega médico llegó con síntomas compatibles con la enfermedad, pálido, febril, con dificultad para respirar, requiriendo de cuidados intensivos. Su hospitalización duró más un mes, en el que además los insumos escaseaban, por lo que teníamos que traerlos de otras ciudades, en caso de conseguirlos.

Afortunadamente el colega se recuperó. Recibió el alta a casa, sí, pero con secuelas de la prolongada estancia en el hospital: herida de traqueotomía, pérdida de peso marcada, úlceras de presión por tanto tiempo en cama, e importante afectación psicológica; secuelas que, a más de seis

meses del momento de su salida, aun le pasan factura. Luego de él, más compañeros siguieron el mismo camino, unos leves, otros complicados, menos mal ninguno crítico como el primero, así que todos se recuperaron.

Otro factor que golpeó al trabajo en equipo, fue el que varios compañeros de trabajo tuvieron como pacientes a familiares y amigos, lo cual fue una prueba de fortaleza y valentía para ellos, más cuando varios de ellos no superaron a la enfermedad. De hecho, la depresión se manifestó en sus comportamientos, motivo por el cual se aislaron de todos, se encerraron en su mundo, lloraban con facilidad, tenían miedo de que incrementemente el número de conocidos en las mismas condiciones, algunos manifestaron síntomas de psicosis social. Fueron momentos muy duros, desde cualquier punto de vista.

En lo personal, apenas la crisis empezó, tuve un diálogo sincero con mi familia, motivo por el cual me mudé a la parte superior de la casa, donde hay una habitación independiente con baño, la cual se transformaría en mi fortaleza, para evitar la exposición ante ellos. Entonces, al salir del trabajo tomaba un baño en el área limpia del hospital, me cambiaba de ropa y llegaba a casa. Allí, ingresaba por una puerta independiente hasta mi nuevo aposento, me desinfectaba con alcohol, dejaba los zapatos en la puerta de entrada y directo a la ducha personal. No, no era exagerado, era lo correcto.

En cuanto a la comida, establecimos un punto de encuentro de la casa, lugar en el que me dejaban lo preparado y lo tomaba de ahí. En otras ocasiones, pedía a domicilio, sin cruzarme con ellos por ninguna causa. A través del mundo digital tenía contacto con mis amigos, e inclusive el curso de portugués que seguía de manera presencial, mudó a esta alternativa, más no el de inglés por falta de recursos de la institución que lo dictaba.

La primera atención que realicé a una paciente positiva para Covid-19, me sirvió para vencer los temores generados por la teoría alrededor del coronavirus; miedos a los que tengo siempre presentes, pero que no me paralizaron jamás, frente a alguien que requiere de mí. Ella era de edad avanzada, con antecedentes de patologías crónicas, contagiada por un familiar que la visitó. Se le desencadenó una importante afección pulmonar, con síntomas específicos, tratada con varios procedimientos no médicos, ante el miedo de acercarse al hospital, los mismos que por supuesto sirvieron de poco y nada. Cuando llegó ante mí, de inmediato le coloqué oxígeno, pero sus pulmones no lo toleraban, motivo por el que correspondía administrarle ventilación mecánica, la misma que fue autorizada por sus familiares. Tuvo una prolongada estancia en el hospital, y pese a todo el esfuerzo terapéutico, falleció. ¡Cuán importante es aprovechar el tiempo ante el apareamiento, por leve que sea, de uno de los síntomas!

Al final del 2020, si bien la sala de UCI del hospital siempre se mantuvo llena, de los tres pisos abiertos solo queda uno en funcionamiento, al momento de escribir estas líneas a inicio del 2021. Además, a esta altura se han levantado varias restricciones que se impusieron en la época crítica, generándose el curioso efecto de que las personas tienen presente a la enfermedad, pero igual se reúnen con familiares, amigos, fiestas, eventos sociales, etc. Esto está lejos de terminar, y el relajamiento de la sociedad, es la preocupación médica constante, más aún con las mutaciones que van apareciendo en territorio nacional, como en el mundo. Esto está lejos de acabarse.

CRÓNICAS DE UN FORENSE



**Por: Md. Liseth Martínez
Benalcázar**

Existen cosas que no tienen precio, como la vida, en el contexto general. Si bien es cierto los médicos estamos listos para propender la salud, el bienestar y la alegría de todos, pero nadie conoce la historia del forense, quien debe actuar más allá de la muerte, aprendiendo a interpretar los mensajes que transmite un cuerpo inerte. A continuación, lo comparto.

Inicié el turno como cualquier otro, en el contexto general de que quienes ejercemos la profesión desde este campo, pasamos desapercibidos, ignorados, olvidados y muchas veces cuestionados, respecto al opinar sobre cuestionamientos *médico – científicos*, cuando estoy segura, de que somos fundamentales en la cotidianidad. “*Inicio este turno con pie derecho*” me repito mentalmente en varias ocasiones y lo afirmo al empezar, dado que es también el primer día de confinamiento en territorio nacional.

Al empezar, el equipo recibió la información de que los accidentes de tránsito han aumentado, perdiéndose varias vidas. “*¿Acaso todos salieron despavoridos por el miedo al nuevo virus “SARS CoV-2 y en su intento por escapar de él, se fueron para siempre?”*”, *¿El camino tuvo tantas dificultades?*, *¿Todos finalizamos nuestro tiempo en el momento perfecto?* me pregunté de inmediato. Claro, algún maravilloso día descubriremos cómo es nuestro hermoso ciclo de la vida y, sólo allí, podremos programar cada día con buenas acciones y dejando huella en todas las actividades. Ahora bien, de vuelta al turno.

Ingresé a la morgue, observando algunas almas extintas, cuyos cuerpos estaban sobre las mesas de disección, listas para mostrarme las causas de su muerte. En tiempo de pandemia lo mejor era no tocarlos, tampoco a las superficies aledañas, y jamás retirarme la cubierta del rostro; es decir, toda la precaución ante lo desconocido. Con el transcurso de las horas llegaron más cadáveres a las instalaciones, y extrañamente venían de casas de salud donde luchaban por su vida; por lo tanto, me invadió el temor al pensar que el nuevo virus era el causante de los decesos. Bueno, con energía, a descubrir por qué partieron del plano físico.

Camuflada bajo el traje de bioseguridad, junto al equipo, nos acercamos para iniciar el procedimiento; de pronto, observo que uno de ellos tenía el alma rota en mil pedazos, pero, “¿Cómo puedes saber semejante cosa?” pensé, y me respondí: “*La expresión de su cuerpo lo delata, fuera de sí, con evidente dolor y manifiesta impotencia al momento del accidente que apagó su vida*” Como buena forense, examiné cada una de sus partes hasta el último centímetro de piel, culminando el proceso con éxito; luego, el papeleo respectivo. Es deber de todo forense observar, previo al procedimiento, que los documentos estén en regla, situación que fue verificada; sin embargo, habían desaparecido de la mesa donde se encontraban. “*Es inconcebible, tal parece que se los tragó la tierra*” manifesté.

Es así que iniciamos una larga búsqueda para encontrarlos, y la presión porque suceda incrementaba en cada minuto, por la premura del caso. Minutos después aparecieron, incluidos algunos exámenes desconocidos entre los que constaba una prueba de PCR para el nuevo virus, la misma que decía: “*Positivo*”. “*¡Oh, demasiado tarde, ya se realizó el procedimiento!*” susurré, y digo que era tarde, pues al inicio de la pandemia era un misterio cómo actuar en estos casos, dado que no sabíamos si había restricción ante resultados como el que acabo de manifestar. Por lo tanto, si no usábamos el equipo de protección completo, éramos un posible caso nuevo. Con la esperanza de que todo saldría bien, continuamos con los detalles y pasos subsecuentes.

Nada extraño que a medida que continuaba el turno, llegaban más cadáveres de las casas de salud. Uno a uno llenaban las mesas de disección, las congeladoras y todo el espacio que teníamos, al tiempo que el ambiente se cargaba de incertidumbre, tristeza e impotencia ante semejante ola de muerte a causa del nuevo coronavirus. “*En qué momento inició este tormento?*”, “*Cuándo las cosas se salieron de control?*” eran las dudas recurrentes con el pasar del tiempo.

Afuera el mundo se había detenido, así que no era de sorprenderse, pero era inevitable no hacerlo, más, pensando que yo, o cualquiera de mis compañeros, podríamos aumentar la estadística. Responder cuál es la causa de la muerte, “*es un arte*”, pues mirar el rostro de dolor y sufrimiento es algo que mueve tanto la vida como el piso en el que estaba de pie; en definitiva, el entorno.

Se ha oído decir que “*Los forenses no tienen sentimientos*” cuando no es así; de hecho, vivimos la paradoja, puesto que aprendemos la hermosa ciencia médica, sin aplicarla a la gente cuando está viva, sino después de que ha partido. Luego de la primera experiencia, relatada en líneas previas, en los demás casos fuimos más cuidadosos, porque también eran fuente de exposición para quienes allí trabajamos. ¡Ajá! Así como los hospitales, y sus unidades de cuidados intensivos estaban llenas, los cen-

tros de investigación forense estaban en las mismas condiciones. Parecía un campo florido de lágrimas que inundaba la ciudad.

De un momento a otro, la investigación forense retomó su valor, puesto que correspondía identificar a todos quienes cayeron en batalla ante el enemigo invisible, mortal y desconocido. ¡Fue una tarea titánica que sobrepasó todo el esfuerzo realizado para tal efecto! Además, era vital mantener el corazón fuerte y el estado emocional positivo, de lo contrario hubiera sido imposible cumplir con la noble profesión. El ver a varios médicos, muchos conocidos, quienes dejaron su vida por salvar a otros, me hacía chiquito el corazón; entre ellos, varios con quienes compartí momentos de dicha, turnos, vivencias. Fueron días oscuros, inundados de tristeza.

Pero no termina ahí, pues la noche se ponía más oscura, quedándome la sensación de que jamás amanecería, y no me equivoqué. Luego del trabajo, llegué a casa, cumplí con el proceso de desinfección, y me senté a reflexionar sobre todo lo vivido en aquel primer turno de inicio del confinamiento y la pausa de la vida como habíamos estado acostumbrados. La mascarilla era parte integral de mi rostro, mucho más en ese momento tan complicado de explicar en palabras, por todo lo que significó. Como correspondía, también me realicé la mencionada prueba días después, ante la posibilidad de que el Sars-Cov-2 hubiera ingresado a mi organismo. Sí, me había convertido en portadora, pues el resultado salió más positivo que la energía que le puse a toda actividad realizada; en consecuencia, medicación, cuidados, mucha fe y todo lo necesario para recuperarme. Más adelante logré vencerlo, sin secuelas que lamentar como tampoco tristes consecuencias que hubieran podido ocurrir.

Superado el inconveniente, retomé las labores. Me sorprendí sobremanera respecto a cómo las condiciones habían cambiado en la morgue, respecto a las causas de muerte de la gente. Tanto la pandemia como el encierro, en lugar de poner las cosas en orden, visibilizaron varios otros inconvenientes que requerían atención, y lo seguirán necesitando. Si bien la muerte a causa del Covid-19 había disminuido, otras causas aparecieron de manera escalofriante y reveladora, siendo algunas de ellas las siguientes: maltrato infantil, violencia intrafamiliar y suicidio. Así, los meses más difíciles del tiempo contemporáneo, quedaron marcados por lo cruel que puede llegar a ser la humanidad.

Cada cuerpo en la mesa de disección es una historia por la que debo luchar, pues ese momento puede ser la oportunidad de contribuir con que se haga justicia, respecto a quien yace allí sin vida. Es verdad, los cuerpos fríos siguen “hablando” y comunicando información importante a quienes interactuamos con ellos. Es que, soy clara y lo digo: la medicina es un arte. Haciendo un símil con un árbol fuerte y frondoso, el tronco es la ciencia en sí misma, y sus ramas son las diferentes especialidades, pero

todos estamos conectados y con la misma misión: luchar por la gente y asistirlos, aún más allá de la muerte. Los forenses podemos ser héroes al quitar las lágrimas de aquellos rostros fatigados, adoloridos, poniendo el punto final a cada ciclo que ha terminado, con los hallazgos encontrados e informes escritos, así como también lo son quienes buscan que la justicia prevalezca y la vida se mantenga, por sobre cualquier circunstancia.

Esta vivencia tan dura me ha enseñado a valor la vida misma en su conjunto, así como que el médico jamás deja de serlo, más allá del ámbito en el que se desempeña; por lo tanto, mi agradecimiento y reconocimiento a todos los colegas, pues sin nosotros, sería imposible transformar al mundo.



UN AISLAMIENTO NO SOLICITADO



Por: Md. Michelle Escobar

En un pueblo rural, el cual sirve de transición entre la sierra y la costa, el frío y el calor, la introversión y la extroversión, me encontré con un choque de culturas, varias desconocidas para mí, lo que me llevó a conocer cosas nuevas, respecto a ellos, así como de mí misma. Empezaba una etapa, iniciaba el camino profesional, el cual serviría de empujón hacia la vida adulta, responsable, en la que tendría que valerme sola, sin tutores, profesores, mentores. ¡Yo contra el mundo! Así me sentía.

Llegó de inmediato la primera historia clínica, la segunda, la tercera, las siguientes, sin explicación previa, fingiendo saberlo todo de aquel nuevo ambiente en el que me desenvolvería, hasta obtener la confianza total para preguntar sobre lo que no sabía. Así, se fue el primer día, la primera semana, el primer mes. Voló el tiempo sin darme cuenta.

Un día de ellos, recibí un correo electrónico en el que se me informaba sobre una capacitación a la que debía asistir, entonces me preparé para tal efecto, como correspondía: puntualidad y elementos necesarios para registrar el conocimiento. Esta vez, el tema fue totalmente nuevo, distinto, sorprendente, pues trató sobre una nueva enfermedad de origen asiático, nombrada como Covid-19, producto del coronavirus llamado Sars-Cov-2. No obstante, el expositor indicó que los casos reportados se circunscribían a China, lo que en algún momento me hizo cuestionarme cuál sería el motivo de estar allí, escuchando aquello; luego, recordé los brotes de Ébola y enfermedades parecidas y mi imaginación voló de la charla. De vuelta al trabajo, sin historias diferentes a las cotidianas y acostumbradas.

Y así, día tras día, el término apareció con mayor frecuencia en los noticieros, la prensa escrita, el internet, en todas partes, sin excepción, así que le tomé interés. “¿Qué pasaría con un virus así en el país?” me pregunté. La lógica respuesta que me di fue que estaría, sin dudar, entre las designadas para enfrentar al monstruo desconocido, pues siempre los prometedores jóvenes de la patria, seríamos la carne de cañón. Sacudí la cabeza y preferí distraerme en otras actividades. Inesperadamente, las autoridades convocaron a una reunión urgente, sin dar detalles o mo-

tivos; de hecho, fue fugaz, y las palabras que retumbaron de aquel encuentro fueron: “*La doctora nos ayudará desde mañana en el área de emergencia*”.

¡Me paralicé! Pues nadie me preparó para algo así, mucho menos me pusieron sobre aviso al respecto. “...*desde mañana...emergencia...*” No sabía qué pensar, pero tampoco tenía la alternativa de negarme, al ser una disposición superior. Y claro, el área de emergencia siempre tiene movimiento, entre heridos, atacados, dolores, partos, derivaciones, transferencias, de todo. Respiré profundo en búsqueda de la calma y la confianza para superar el nuevo reto, pues tenía que tomarlo desde esa perspectiva para que sea llevadero. El consultorio quedaría atrás en cuestión de horas, y el servicio y los pasillos serían mi nueva oficina.

El día siguiente inició con movimiento, pues el tiempo corría, parecía que faltaba, mientras llegaban los usuarios, uno tras otro, entre gritos y quejas. Sí, a los pacientes no le gusta esperar, así que ejecutaba acciones lo más rápido posible para recibir y atender a todos. Como dato, recordé que en el apuro no había desayunado, sin tener alternativa de enmendar ese gran error, pues la jornada era sin parar. Con la adrenalina en el cuerpo, llegó la hora del almuerzo, momento que esperaba con ansias para disfrutarlo a placer, pues necesitaba comer, el mismo que también me permitió sentir alivio un instante.

De vuelta a las actividades, convirtiéndose el servicio en un caos total, entre atender al mismo tiempo a una persona que requería reanimación cardiopulmonar, así como a una mujer que llegó en labor de parto. Los dos polos opuestos de un turno, en simultáneo, así que además ya sonaban en mi cabeza las voces de mis compañeros, respecto a que era mi primera vez. ¡Salí exitosa! Pero un nuevo comunicado apareció, para otra reunión tan urgente como la primera, aunque por el cansancio ni siquiera pensé sobre qué podría tratarse la convocatoria. Solo quería llegar al cuarto a descansar.

Mientras tanto, afuera el Covid-19 tomaba fuerza, expandiéndose a Europa. “*Eso no es bueno*” me dije, sabiendo que el Viejo Continente es punto de conexión o destino de todos los lugares del planeta, lo que podría acelerar la llegada del virus al país, en un abrir y cerrar de ojos. Respiré, seguí con lo mío, creyendo que de allá no pasaría, dadas las medidas estrictas de prevención y manejo de casos; a trabajar, que es el único camino. ¡Y sucedió!, pues los medios de comunicación locales informaron sobre la confirmación del primer caso en el suelo patrio, y el siguiente, más otro, y así sucesivamente. Con ello, cuarentena decretada, confinamiento extremo, toque de queda, motivo por el cual llamé por teléfono a mis seres queridos, buscando ser fuerte para explicarles el tema, con la responsabilidad de ser “*la médica de la familia*”.

Como todos, pensé que la situación no duraría tanto y que pronto la normalidad volvería, pero no fue así.

En la televisión el único tema del que se hablaba era del coronavirus, y con el pasar de los días, las cadenas nacionales de las autoridades copaban los espacios, las alarmas encendidas, de la mano de los informes sobre las primeras víctimas fatales; el caos desatándose. “*Bueno, aún no llega a la provincia*” me dije intentando consolarme, buscando la calma, pero esas palabras ya estaban cargadas de tristeza e incomodidad. ¡Lo veía venir! Entonces, las dudas existenciales aparecieron causando un caos mental: “*¿Y si me pasa a mí o a la familia?*” “*¿Cómo proceder?*” “*¿Y la atención a los pacientes?*”. Era una avalancha de sensaciones encontradas entre el miedo y la vocación, pues la investigación sobre el tratamiento y posible cura, sería sobre la marcha, desde las más altas esferas de la ciencia mundial. Pero, “*¿Y mientras tanto cómo proceder?*”

Aparecieron los primeros casos en la provincia donde estaba mi familia; el escalofrío recorrió mi cuerpo, ante lo cual me comuniqué con ellos para rogarles hasta la insistencia que se protejan y cumplan con las medidas de bioseguridad, pues un momento de vacilación podría ser fatal, mientras en el trabajo la rutina era la misma, sin cambios, pero con la incertidumbre flotando en el ambiente, con las manecillas del reloj girando a toda velocidad, dentro del lento contexto general de la espera de aquello que no queríamos que suceda. Entonces, pasó. En los pasillos escuché, entre susurros, sobre un paciente nuevo y un viaje, quien estaba a cargo del médico a cargo del turno de aquel día. Fue de pasada pues tenía que subirme a la ambulancia para acompañar a un usuario a otro lugar, al ser derivado por no poder ser tratado en la casa de salud.

Ni bien llegué, tuve que salir de nuevo a un nuevo traslado; sin embargo, la atmósfera del lugar era más densa que momentos atrás. Pedí información relacionada al caso, indicándome a cuenta gotas que el paciente tenía derrame pleural. Me cuestioné al respecto y pregunté a mi compañero: “*¿Estás seguro de que no es Covid-19?*”, ante lo cual afirmó con certeza que su sospecha no estaba relacionada. Comprendí y nos embarcamos en un largo y agotador viaje de tres horas, el cual sin duda es válido, siempre, al ser la posibilidad de salvar la vida de esa persona.

Llegamos al destino y fuimos recibidos con gritos ensordecedores. ¡Me habían ocultado información! No importa quién, pues allí me indicaron que el trasladado había estado en una de las zonas de más alto contagio días atrás. ¡Qué decepción! ¡Me sentí engañada y traicionada! Pues ese dato era trascendental, al tiempo que sentía mi sangre congelarse en el cuerpo. Expuesta tres horas, sin saberlo, aunque habiéndolo sospechado, pero confíe en mi compañero, como tenía que ser. Más gritos, alusivos a mí y a la profesión. ¡Me estallaba la cabeza! Desatándome en llanto de inmediato, pues sólo quería ayudar y cumplir con la misión asignada.

Me sentía sola, sin saber a quién llamar o recurrir, sintiendo que me rompía en mil pedazos, entrando en un túnel repleto de oscuridad y soledad.

Pasaron las horas, la sospecha crecía, y el médico del hospital me explicó que las pruebas rápidas para otros virus respiratorios salieron negativas; no obstante, me recomendó aislamiento preventivo ante la posibilidad de que el cuadro se confirme. Tanto los compañeros de la ambulancia, como yo, estábamos desesperados, ellos mucho más pensando en sus esposas e hijos, pues no podrían volver a casa ese día. ¡Horrorosa situación! En lo posterior, recibí el llamado de las autoridades quienes me explicaron el protocolo a seguir, al convertirme en el primer caso de aislamiento del centro de salud, en una provincia que poco conocía, en un cuarto que mutaría de hogar a cárcel durante los próximos quince días, desde ese momento.

Otras tres horas de regreso, y unos minutos más para llegar al hogar. Llegué, me retiré la vestimenta, limpié todo con alcohol, y directo a la ducha, llena de fe de que no pasaría de un susto, aunque mi mente me impedía creer que sucedería así. Me miré al espejo e intenté darme ánimo, pero me costaba, es verdad. Luego, conversé con mis amigas pidiéndoles que tengan extremo cuidado, y con mi pareja en búsqueda de consuelo y apoyo, pues no tenía la valentía de llamar a mis padres, atravesando el conflicto de preocuparlos y que nada suceda; o, de no informarles y que conmigo pase lo peor. ¡Paradoja existencial que no se la deseo a nadie! Pero sí, necesitaba de ellos, su amor, apoyo y creencias. Con mucho miedo marqué su número telefónico y lo siguiente que recuerdo es su voz desesperada, obviamente. De verdad sólo quería que me escuchen y sentirlos cerca, sea cual fuere el desenlace de la historia.

Los días pasan y todos son iguales entre cuatro paredes; lo único que varía es la luz encendida o apagada, conforme al transcurso del día. Mis amigas, con el miedo reflejado en sus rostros, me llevaban comida y me ayudaron con las compras necesarias para continuar la vida. Esos segundos que pasaban por allí eran enormes bocanadas de oxígeno para continuar, sin sentirme abandonada, pues mis demonios me atormentaban más que de costumbre y sentía que el corazón se me iba a salir del pecho. ¡Era presa de la ansiedad más brutal que he sentido en mi vida!, atenta a cualquier sospecha de algún síntoma relacionado que pudiera aparecer. Las mismas preguntas, todos los días, una y otra vez, entre la propia divagación y los amorosos mensajes digitales. En ciertos pasajes sentí que yo misma me abandonaba.

Afuera las condiciones empeoran, pues me enteré que la gente ya no quería vender comida para que me trajeran, conocían mi nombre y que pertenecía al centro de salud. Fui discriminada, señalada, ante el fiel y valiente cumplimiento del deber de salvar una vida.

Me sentía decepcionada de mí misma y cuestioné sin fin la decisión de haber estudiado medicina. No podía culparlos, pues el miedo era general, los entendí.

Tomé conciencia del momento, decidí leer mucho, buscando las palabras adecuadas en todas esas publicaciones académicas; sí, esa cura milagrosa que parecía que jamás llegaría. Cumplí los quince días, sin manifestación alguna, lo que me llenó de fuerza para salir a dar fuerte batalla a este monstruo desconocido, y demostrarme de qué estaba hecha, siempre dando lo mejor.

EN ZAPATOS DE PACIENTE



**Por: Md. Kristian Ramiro
Estevez Guerrero**

Todo era normal, cotidiano, acostumbrado. Era el inicio del 2020 y la noticia de que una nueva enfermedad se esparcía rápido por varios países, copaba los titulares de prensa del mundo. No imaginábamos la pesadilla que nos tocaría vivir, pues todos nos confiamos de que seguía estando lejos, pese a su diseminación. Sin embargo, sucedió lo inevitable y el virus llegó a Ecuador.

El miedo nos invadió, y el caos se apoderó de todas las actividades acostumbradas, con farmacias y supermercados desabastecidos, además de una interminable reventa de insumos médicos, por parte de la ciudadanía; me refiero a alcohol, mascarillas y guantes, cuyos precios se dispararon, ante la oportunidad que varios vieron de sumarle unos centavos a su situación financiera.

Sin más, el gobierno decretó el confinamiento en el mes de marzo, como medida preventiva, para evitar que el contagio se dispare a niveles descomunales, lo que de todas maneras sucedió; de hecho, mientras escribo estas líneas, cerca de cumplirse un año de aquella decisión, la situación no ha cambiado. La población se resguardó en sus domicilios, las ciudades se transformaron en territorios desolados y hubo sufrimiento, no sólo por el virus, sino por falta de alimento y trabajo en varios rincones del territorio nacional. Un nuevo estilo de vida estaba surgiendo, con importantes limitaciones; de hecho, mis vecinos comían una vez al día para guardar recursos. Creíamos que pronto terminaría, quizás en unas pocas semanas, tal vez par de meses, pero no más. Estábamos equivocados.

Un día recibí una llamada telefónica, y la persona del otro lado de la línea, me ofreció trabajo para atender a pacientes en primera línea. Tuve miedo, pero al igual que todos, necesitaba trabajar para solventar los gastos de mi hogar, y fue allí cuando empezó todo. Sentía temor de contagiarme y traspasarlo a los míos, pues me asignaron al área de aislamiento para casos respiratorios, sospechosos o confirmados, de la cual a varios vi entrar y salir, así como a otros que no corrieron con la misma suerte. Vale decir que eran personas de toda edad, lo cual afectaba mi salud mental.

Recuerdo un caso especial, correspondiente a un paciente muy querido y respetado por su familia, quien requirió asistencia con mascarilla de alto flujo para suministrarle oxígeno, mientras esperaba el acceso a un ventilador mecánico, cuya demanda era muy alta y con lista de espera. Ante tal cuadro, sus seres queridos solicitaron de favor la autorización para despedirse de él, así sea atrás de la ventana que los separaba. Accedimos, se dieron la bendición mutuamente con lágrimas en los ojos, y se retiraron. Como una profecía cumplida, una hora después de aquel evento, el hombre partió al más allá. El pánico que sentíamos todos quienes conformamos el personal de salud era brutal, poco descriptible en palabras, pues al Covid-19 se lo fue conociendo en el camino y sobre la marcha.

En otra ocasión, de velada en el hospital, de la nada sentí fiebre, acompañada de un intenso dolor de cabeza; aun así, continué trabajando la noche y madrugada al servicio de los pacientes del área crítica. Al terminar la jornada a la mañana siguiente, el dolor de articulaciones era insoportable, motivo por el que acudí a la sala de salud ocupacional, de la cual me refirieron a triaje respiratorio. Allí entendí que podría estar contagiado, entonces el siguiente paso obvio eran exámenes y pruebas. Uno de los colegas, muy amable, me recibió para tal efecto, llenó los documentos correspondientes y empezamos: laboratorio e imagen. De hecho, el resultado de la placa de tórax no evidenció presencia de infiltrados, lo cual me dio tranquilidad indiscutible, previo al hisopado nasofaríngeo, que terminaría por revelar cualquier novedad. Me entregó la orden de aislamiento domiciliario y a esperar.

En casa, de todas maneras, el malestar seguía; por lo tanto, me realizaron el procedimiento de canalización de vías para administrarme medicación, como medida de prevención y alivio. Tenía miedo, en el caso de que se confirmara la sospecha, de contagiar a mi esposa e hijos. Ella, con amor, eligió acompañarme y quedarse cuidándome mientras los chicos se fueron a la casa de un familiar. La angustia recorría mi torrente sanguíneo al tiempo que la medicina hacía efecto y ejecutaba todas las medidas de bioseguridad indispensables. Al día siguiente, como que no hubiera pasado nada, el malestar recrudeció y, ¡oh sorpresa!, perdí el apetito, así como el sentido del olfato.

De repente, sonó mi teléfono celular. Era la llamada del área de epidemiología para informarme que el hisopado nasofaríngeo dio positivo y debía acercarme a salud ocupacional del hospital para el trámite administrativo. Seguí tomando paracetamol, al vaivén de las molestias, las mismas que se profundizaron al octavo día cuando la fatiga apareció. La saturación de oxígeno descendió a ochenta y cuatro por ciento, por lo que una tomografía pulmonar era obligatoria. Me desmoroné al ver que había un patrón de vidrio esmerilado en gran parte de mis pulmones, por lo que

debía usar oxígeno suplementario. Sentí que mi vida se acababa, impotente, extrañando a mis hijos a quienes sólo veía por video llamada. Me opuse de manera rotunda a la posibilidad de ingreso hospitalario que mis familiares plantearon y lloré toda esa noche hasta quedarme dormido. A la mañana siguiente decidí ser fuerte, no me dejaría vencer e inicié fisioterapia respiratoria, con el objetivo de dejar el oxígeno suplementario. Contaba los días para recuperarme y así volver a la vida de familia que tanto extrañaba, sintiendo gratitud desde el corazón por mi esposa, que jamás me abandonó.

Estuve muy nervioso al momento de volver a trabajar, superada la enfermedad, pues mi campo de acción era el área de terapia intensiva, experiencia servicial que también me sirvió para comprender cómo el virus se manifiesta y las consecuencias que tiene, además de entender la evolución de la pandemia con el paso del tiempo. Aprendí a valorar la vida y sus componentes, por lo que me volví sensible y empático con todos los demás, pacientes incluidos, dado que ellos al ingresar, únicamente nos tienen a los médicos, enfermeras y auxiliares como compañía, a su servicio, sin importar el sacrificio que aquello significa.

Como conclusión, la única manera de derrotar al virus, que está próximo a cumplir un año entre nosotros, al momento de escribir estas líneas, es cuidarnos entre todos; pues, es mejor prevenir que lamentar, como dice el refrán.

LO TRADICIONAL CONTRA LO OCCIDENTAL



**Por: Md. Henry Esteban
Bueno**

(Yanchukia Tsuamti – Yamaiya Tsuamati)

Habían pasado más de cinco meses desde el inicio la cuarentena, repletos de noticias sobre las devastadoras consecuencias el Covid-19 en Ecuador y el mundo entero. Doblábamos esfuerzos en la batalla contra el gran enemigo que, hasta el sol de hoy – febrero 2021 – continúa atacando sin parar, de manera silenciosa, haciendo mucho daño en la población.

Pues bien, me tocaba aventurarme al corazón de la selva ecuatoriana; mágico lugar donde el tiempo, la paz, el respeto por la naturaleza, la cultura, son ejes fundamentales de la forma de vida de sus habitantes, quienes escuchaban lo que pasaba lejos, sin tener idea de lo que estaba por venir.

A mediados del año 2020, ingresé a un lugar donde la población me esperaba con mucha ilusión, pues era uno de los pocos médicos que llevaba años trabajando en la región amazónica y conocía su funcionamiento. En aquel lugar, recibiría una valiosísima lección de unidad, disciplina y perseverancia. Pocos días después de llegado, atendí a personas con sintomatología característica de Covid-19, donde varias pruebas rápidas resultaron positivas; por lo tanto, hice hincapié en la aplicación de las medidas preventivas, así como de distanciamiento social. A lo mejor, por estar recién llegado, mis palabras no tuvieron el eco que esperé, dada la gravedad del asunto.

Esa misma noche, en el cronograma de actividades de la comunidad, estaba prevista la reunión social por la clausura del año lectivo de la unidad educativa. Mientras ellos emocionados se alistaban para ello, yo veía un poderoso foco de infección, ante la convocatoria, así como la tradición de compartir su bebida característica: Chicha.

Así fue, pues días después del evento, empezó el desfile de usuarios que presentaban cefalea, mialgia, odinofagia, disnea, alza térmica. Inclusive, venían desde comunidades aledañas para recibir atención médica, caminando entre cinco y ocho horas para llegar a la consulta, con los mismos síntomas. Por lo tanto, la aplicación de las pruebas rápidas dispo-

nibles, fueron el camino para ratificar que tan temido nuevo virus había llegado al corazón de la selva, así como a los rincones más alejados de la geografía nacional. Dejaría su huella, y de qué manera.

Me preocupaban los niños con desnutrición, sin inmunización completa, hijos de madres multíparas y con poco para subsistir. Mi cabeza era un laberinto de panoramas y posibilidades respecto a esa vulnerable población y lo complejo de la situación.

Varios, y no pocos, no cumplieron con las medidas recomendadas, convirtiéndose familias enteras en casos sospechosos por los síntomas que presentaban. En eso, apareció en el lugar un hombre respetado, sabio, conocedor de la medicina ancestral para curar con esta práctica milenaria a los compatriotas y así *“combatir a la pandemia”* como ellos decían, con base en tratamientos basados en el manejo y utilización de plantas y recursos naturales.

Y fue así como se presentaron los primeros casos de Covid-19 en este pequeño territorio fronterizo. Todos los días cumplí con visitas domiciliarias para atender a los usuarios, quienes estaban acostados en camas de madera, cubiertos con toldos, o en hamacas con paños de agua fría en la frente; otros, recostados junto a los fogones de leña de las cocinas; eso sí, sin dejar de lado el brebaje que toman con alta frecuencia. Ante su presencia, les tomaba los signos vitales y realizaba preguntas para recopilar toda la información necesaria para verificar los diagnósticos.

De hecho, un día llegué a la casa de Ángel, quien se convirtió en un amigo personal, dado que frecuentaba mi residencia para usar internet y de golpe se había borrado del escenario. Claro, había estado contagiado y por eso no salía de su domicilio. Presentaba alza térmica de treinta y nueve grados centígrados, dolor muscular, y la prueba rápida para coronavirus dio positivo, no así para dengue y malaria, para descartar alternativas. Con seis días de evolución, quise darle medicación; sin embargo, una de sus familiares que lo asistía me dijo: *“Doctor, por favor, solo dele paracetamol porque no queremos que se dañe nuestro tratamiento”*.

Asombrado ante tal petición, y con la incógnita de saber cuál sería ese tratamiento, respetando sus creencias, le suministré medicación intravenosa, abundante hidratación, unos cuantos consejos y salí del lugar. Su miedo venía de la mano de escuchar historias relacionadas con lo que pasaba en los hospitales, entonces de ahí la resistencia a la ciencia occidental. Me despedí y salí.

Un factor importante para lo que sucedía, estaba relacionado con la migración hacia diferentes puntos del país, para posterior retorno. Eso hacía imposible controlar o limitar la difusión del enemigo invisible, tanto que en el centro de salud recibimos la información de que, en comunidades aledañas, estaban en las mismas circunstancias, pero cuyo apare-

cimiento cronológico era posterior al sitio en el que me encontraba. Otro elemento crítico, es que, por sus costumbres, comparten absolutamente todo, y es ahí donde la diseminación tomó velocidad. De hecho, un alto porcentaje de las pruebas rápidas ejecutadas arrojó resultado positivo.

Me costaba comprender la tranquilidad que tenían al respecto, pues seguían reuniéndose, tomando chicha, riéndose, bromeando, mientras tenían fiebre que oscilaba entre los treinta y ocho y medio y cuarenta grados centígrados, etc. Para no volverme loco, decidí entablar diálogo con uno de los hombres más sabios de la comunidad y le pregunté, de frente, por qué no sentían la misma angustia que yo tenía. Con tono calmado, me respondió: *“No debes preocuparte por lo que viene del exterior, pues nuestros ancestros nos curaban con las mismas plantas que utilizamos hoy, de las cuáles se extraen los componentes para los remedios. Etsa¹ nos cuida y protege”*. A partir de ese momento quise conocer más sobre este manejo natural de las enfermedades, la misma que casi se ha extinguido, de todas maneras.

En una de las pocas ocasiones en las que fui parte de sus asambleas importantes, me convertí en testigo de lo importante que esto era para ellos, demostrando que el uso de plantas era fundamental para mejorar las condiciones de salud de la población. Claro, era difícil entenderlo, pues se desarrolló en su lengua nativa, pero como conocía algunas palabras, armé mis propios conceptos, Así es como vi la creación de una bebida que, según ellos, era suficiente para eliminar al Covid-19. Sí, me encontraba en éxtasis, cuando uno de los sabios pidió mi intervención, pidiéndome que les explique a detalle cada uno de los signos y síntomas de la enfermedad; entonces, al tiempo que yo mencionaba cada síntoma, aquel sabio aumentaba plantas o alcohol a la preparación. Cuando terminé, me dijo *“Waratsajme Tsuakratin”* que en castellano se puede traducir como *“Gracias Doctor”*.

¡Por supuesto que probé la poderosa mezcla! La misma que era de color amarillo, de viscosa consistencia y penetrante olor. En un pilche, el recipiente tradicional que utilizaban para beber, me entregó el preparado, sin despegar sus ojos de mí. Con miedo, queda claro, di el primer sorbo y me picó hasta el alma, sin evitar la inmediata tos, ante lo cual me brindaron un sorbo de alcohol y un vaso de agua. Claro, ante mi reacción, todos entraron en un divertidísimo ataque de risa y me dijeron, casi en coro: *“Doctor con esto no te vas a morir y podrás atender a nuestros hermanos con Covid-19!”*

¹En la mitología Achuar, es el señor de los animales terrestres y el sol es su principal manifestación.

El respeto a la cultura, su manera de pensar, y la fe absoluta que tenían en sus divinidades y preparaciones, se tradujo en que esa pócima creada ante mis ojos, ayude a todo un pueblo, pues de inmediato la distribuyeron a todos los hogares. En consecuencia, conjugamos los conocimientos y el tratamiento fue compartido, siendo mi aporte la hidratación y la medicina intravenosa. ¡Impresionante! Y en efecto los casos se redujeron casi a la misma velocidad con la que se presentaron.

Una de las grandes enseñanzas recibidas, se relaciona con la fortaleza mental que tenían, acompañada de la incuestionable y absoluta certeza de que lo que hacían, gracias a los recursos naturales provistos por sus divinidades, era más que suficiente para eliminar cualquier enfermedad para continuar viviendo en comunión.

Ver a personas, cercanas a los sesenta años de edad, desarrollar sus cotidianas actividades de caza y agricultura, así como recibirlos junto a sus esposas, hijos y nietos en el consultorio, sin que tuvieran dolencia alguna, jamás dejó de sorprenderme ni un instante. Al preguntarles cómo se sentían, su respuesta era “*Aishmank Kakaram*“, lo que significa “*Hombre Fuerte*”, junto a una sonrisa que brotaba de lo más profundo de su ser. Cuando algún inconveniente había, conversando entre señas y palabras mezcladas, les entregaba medicación y seguían con su rutina. (hombre fuerte) aunque por lo general no les comprendía en el dialecto y muchas veces ellos a mí tampoco, con mi poco de conocimiento de la lengua y las señas conversábamos y les ayudaba a calmar en parte de su dolor.

Me queda claro que la mente juega un gran papel en cada situación que nos toca enfrentar; de allí que pensamientos positivos atraen energías similares; lo mismo con lo negativo. Para ellos, sus tradiciones estaban perfectas, nadie dudaba, en consecuencia, funcionaba, y lo mismo creían cuando les daba la medicina que todos conocemos. Por lo tanto, ese ha sido mi gran aprendizaje en tiempo de Covid-19.

UN NUEVO VIRUS HA LLEGADO



Por: Md. Diego Yáñez

Recuerdo haber leído, en mi época de estudiante universitario, la historia de las grandes pandemias o sobre enfermedades como la peste, la viruela o el cólera, que tanto daño causaron en la población, las mismas que fueron superadas gracias a los aportes de valiosos personajes de la comunidad científica. Quien diría que hoy, mientras escribo estas líneas, el mundo está atravesando una circunstancia similar a la descrita en aquellos textos; de hecho, ya lleva más de un año de vigencia en el mundo, y casi ese mismo lapso de tiempo en Ecuador. Así, a las siguientes generaciones les contaremos sobre lo que tuvimos que vivir, como un evento histórico. Esta es mi historia, la misma que parte del mismo origen general: el miedo a lo desconocido, nulo conocimiento científico para tratarlo, como si se tratara del apocalipsis.

Sin temor a equivocarme es el peor virus al que me he enfrentado, al ser tan impredecible como él solo. ¿Cómo es posible esto? Pues hay quienes se contagiaban sin enfermarse, por curioso que suene, convirtiéndose en transmisores del mismo hacia otros individuos, a quienes atacó duro, con todos los síntomas y en algunos casos, provocó la muerte. Sí, había condiciones que lo agravaban, y la edad no era una de esas variables. Además, como consecuencia indirecta, poco mencionada, mucho menos evaluada, trajo consigo otra secuela como la notoria alteración del estado de ánimo de la población, de la mano del confinamiento, temas financieros y crisis social. Miedo y desesperanza eran la constante de la golpeada humanidad.

Con la ejecución del plan de contingencia, me encargaría del área de triaje respiratorio y hospitalización de pacientes que requerían de aislamiento por sospecha de coronavirus, junto a un espectacular equipo multidisciplinario. No fue fácil, pues vivimos circunstancias similares a la que vivieron los compañeros de otros hospitales: largas jornadas de trabajo, ansiedad, hambre, incomodidad bajo el traje de protección personal, cansancio, angustia. Además, no había información sobre el virus, pues todo se fue descubriendo sobre la marcha, de acuerdo a lo que fue sucediendo.

Era un lugar frío, solitario, debía ser así para evitar la exposición a los compañeros de otros servicios en el que, como investigador de un crimen, debía ser minucioso ante la información que los pacientes me proporcionaban al llegar, con el fin de identificar si estaban o no infectados de Covid-19.

Tenía la ingenua idea de que, por encontrarme lejos de la capital, en un pueblito escondido del país, el virus no llegaría, pero sucedió. En horas de la tarde de un día cualquiera, listo para volver a casa luego de un pesado día de trabajo, escuché una voz que clamaba ayuda, la misma que se interrumpía por una tos seca. Era un adulto joven, de aspecto atlético, quien lucía desesperado, agitado y frustrado por no poder comunicarse de manera clara. En sus ojos se reflejaba la angustia por la falta de oxígeno.

Establé conversación con él, sin encontrar indicios que llevaran a la conclusión de que sea sospechoso para Sars-Cov-2; sin embargo, las alertas se encendían, recordando las enseñanzas de mis antecesores y mentores universitarios. Cabía la posibilidad de que sea el primer caso reportado en la región, así que debía estar vigilante, aunque mi intuición casi lo afirmaba. Sí, sentí escalofrío por el temor a lo desconocido, más allá de lo que había leído al respecto, mientras en mi interior se aceleraba la pasión por la cual elegí esta profesión, para salvarle la vida. Al final se confirmó el caso, y lo traté con lo que se conocía para aquel momento, siendo superado con éxito. En adelante, los días transcurrieron entre pacientes que llegaban y quedaban hospitalizados, mientras que otros eran referidos a hospitales de mayor nivel de atención, por necesitar más cuidado.

Afuera, un pueblo fantasma, con todo cerrado, con escenas parecidas a las vistas en el cine: calles desoladas, sin movimiento, negocios cerrados, silencio. Además, se había incorporado a la rutina diaria el uso del equipo de protección personal, y de inmediato a la atención de los pacientes, luego de recibir las novedades del turno previo, que cada vez era más pesado, por la afluencia de personas. A la par, el agotamiento mental empezaba a pasarnos la factura, a todos, porque las horas de sueño se redujeron y los horarios de alimentación se circunscribieron a cuando era posible hacerlo. Cada nuevo día era incierto.

Ya para la mitad del año, los casos estaban desbordados y se necesitaba de muchas manos para atender a todos. ¡Una locura! Los turnos pasaron a durar veinticuatro horas, los cuales parecían interminables, representando un reto personal de fortaleza física, mental y emocional. Los servicios dejaron sus operaciones habituales para adaptarse a recibir a más y más gente con síntomas respiratorios. Costaba creer lo que estábamos viviendo.

Como en aquel sitio estábamos aislados, la sensación de estar toda la eternidad en el edificio aumentaba, mientras el sentido de horario se desvanecía, pero era la única manera de evitar la propagación del virus en el hospital. Inclusive, adapté mi fisiología, para no ir al baño en horas de servicio, puesto que el retirarme el equipo representaba una clara posibilidad de contaminarme. No se las causas, pero las noches eran más agitadas que el resto del día. Para aquel tiempo, todos quienes estuvimos al frente, fuimos considerados héroes, cuyo campo de batalla era el servicio de emergencia, al que llegaban heridos todo el tiempo, para continuar con el símil de la guerra. Era una zona de alta carga viral, donde médicos, licenciados y técnicos lo dábamos todo para salvar la mayor cantidad de vidas posibles.

Otro de los temas a enfrentar, tan duro como lo descrito, era el entregar noticias a los familiares de las personas hospitalizadas, mucho más cuando el pronóstico no era favorable. Eso nos llevó a ingeniar alternativas de comunicación entre las partes, por detrás de un vidrio o de manera digital, dado que cabía la posibilidad de que sea su último contacto. De verdad lo digo, una de las cosas que más me ha marcado de la atroz pandemia fue el ser testigo de la destrucción de las familias así como el encontrar las palabras adecuadas para entregar estas noticias a los deudos, que en más de una ocasión, perdían a más de un familiar en cuestión de horas, por la misma causa. Nadie estaba preparado para tanto dolor.

Era desgarrador, pues no existe mejor palabra que describa aquella situación, peor el ver a la gente morir luego de estar conectada a aparatos de terapia ventilatoria. De hecho, el trato con la muerte se volvió rutinario al ver a gente de toda edad sucumbir ante el Covid-19. Niños, jóvenes, adultos, adultos mayores, no importaba. Vimos a colegas partir al viaje sin retorno. Fue muy duro, pues tanto esfuerzo servía de poco, y la impotencia nos consumía; casos de personas que llegaban con fiebre, o tos, y al día siguiente no estaban más. Miedo interminable, sin posibilidad de detenernos.

Llegado septiembre, cerca de la fecha de mi cumpleaños, recibí el resultado de la última prueba que me realicé, como parte del control periódico al que estábamos sometidos. Fue positivo, había entrado en las estadísticas, pero pude superarlo sin inconvenientes y me siento afortunado por ello. Aún tengo temor, pues espero haber desarrollado inmunidad, dado que hay casos de personas que, habiéndose recuperado, no llegan a tenerla. En consecuencia, jamás bajar la guardia es la clave, más allá de si la vacuna llega pronto o tarde.

Para terminar, comparto las palabras de una paciente, de aquellas que debía ir al mercado los fines de semana para conseguir el alimento para sus familias.

Llegó en estado grave y mientras tomaba su pulso me dijo, tomando mi mano con la fuerza que le quedaba: *“Se todo lo que han hecho por mí para darme la oportunidad de recuperarme”*.

Sus ojos reflejaban tristeza, aceptando el inevitable desenlace. Extendí mi mano hacia su cabeza, la acaricié y sequé su sudor.

Seguiré entregando lo mejor de mí hasta el final de este evento histórico que nos ha tocado vivir y compartir, ya que esta es mi vocación, que supera al ejercicio profesional. Estoy claro que esto me deja muchas enseñanzas de vida, solidaridad y valentía, con el único fin de ser mejor, y crecer día a día, al servicio de la comunidad.

LAS DOS CARAS DE LA MONEDA



**Por: Md. Hermes Adrián
Herrera Alcivar**

Durante el último año, desde marzo de 2020 hasta el momento de escribir estas líneas, hemos sido testigos de acontecimientos que marcaron nuestras vidas, los mismos que en otras circunstancias eran inimaginables. Nos tomaron por sorpresa para mostrarnos lo vulnerables que somos como individuos, especie y sociedad. Es muy pronto para evaluar la situación por completo, ya que la incertidumbre respecto al futuro, sigue siendo oscura.

En los primeros meses de la pandemia trabajé en primera línea, y heme aquí no para relatarles sobre mis memorias relacionadas, sino para tratar una faceta diferente que, como individuos, los médicos también debemos afrontar.

Un día cualquiera recibí un mensaje de mi padre, informándome que estaba enfermo de Covid-19, pero que *“todo estaba bien”*. Como él también es médico, confié en sus palabras, pues no podía hacer más al vivir en ciudades distintas. Apenas tuve la oportunidad, me trasladé para visitarlo y encontré que la evolución del cuadro era positivo y alentador; sin embargo, de pronto todo cambió, convirtiéndose su habitación en una pequeña sala de hospital, conmigo al pie de su cama sin moverme, hasta que fue inevitable internarlo. Esos primeros días fueron agotadores, y, aun así, lo más duro vendría después.

En triaje respiratorio, fue ingresado con el diagnóstico específico, con inmediato traslado a unidad de cuidados intensivos y pronóstico reservado. Una hora después, recibí la llamada del especialista, solicitando mi autorización para intubarlo; por supuesto, acepté sin dudar, y mis pensamientos se convirtieron en una mezcla brutal de escenarios, pues conocía a la perfección la agonía que significaba morir a causa de esta enfermedad. En todo caso, bajo sedación, para él sería indolora, imperceptible, desapercibida. Este primer día fue el más largo que he vivido.

Nuestro segundo día comenzó con dos celulares, el suyo y el mío, que durante el mes siguiente no pararon de timbrar. Me dirigí al hospital, sitio en el que conocí a muchas personas, cada una con su propia historia,

convirtiéndose la sala de espera en un lugar común de emociones y vivencias; con cada uno de ellos nos volvimos cercanos, al menos mientras durase la estancia de nuestros seres queridos allí. Con condiciones particulares, las vivencias eran las mismas y el sufrimiento de igual manera, así que la conversación se convertía en desahogo compartido. Mientras afuera la vida seguía su rumbo, adentro cada minuto era un puñal en el cuerpo hasta recibir el próximo informe médico.

En mi caso, la situación fue distinta al ejercer la misma profesión, así que entendía claramente lo que los colegas me decían, sin caer en falsas esperanzas, pues hablábamos el mismo idioma. Mis preguntas iban en este sentido: “*¿Cuál es la pafi de la última gasometría?*” o “*¿En qué valor están los leucocitos en el control actual?*”, pues siempre busqué información adicional. Mientras tanto, mis acompañantes me preguntaban sobre el pronóstico de los suyos, luego de recibir el informe de turno. Siempre les di ánimo, pues comprendí que la motivación es el pilar de la constancia y en este caso no era la excepción, de la mano de la empatía, aun cuando por dentro vivía mi propia tragedia.

La rutina fue siempre la misma: despertar, ir al hospital, esperar información, recibir recetas, buscar medicamentos, entregar lo solicitado, responder llamadas, aunque no todas, volver a casa, dormir de ser posible y volver a empezar. Fue simple perder la noción del tiempo, los días, con quién hablé y qué respondí. Con cuarenta llamadas diarias, sin exagerar, la locura me rondaba, más allá de la noble y cariñosa intención de quienes querían saber noticias de mi padre. En estas líneas dejo expresado mi agradecimiento sincero y afectuoso por sus nobles gestos.

Para nuestra fortuna, no estuvo incluido en la lista de los que partirían al encuentro divino. No fue así el caso de algunos familiares de los compañeros de la sala, quienes sí recibieron las palabras más crueles que jamás antes había escuchado. Pues, en la interpretación personal, la pérdida para unos es tristeza, para otros es crueldad, injusticia, desesperación, pero dolor, en cualquier caso. La muerte siempre estuvo presente en nuestras conversaciones, en algunos casos rogando que no suceda, mientras que en otros se convertía en el alivio del dolor físico y la detención del sufrimiento. Mi padre es un sobreviviente y se ha dedicado con más fuerza al ejercicio de la profesión, de manera especial a diagnosticar y tratar pacientes con Covid-19. Su vida ha cambiado por completo.

Fui muy crítico de la sociedad, hasta que estuve del otro lado de la moneda, padeciendo lo que varios, pues después de mi padre, yo también lo tuve y mi esposa después de mí, como efecto de cuidarme en aquel momento. Al reflexionar sobre la pandemia y lo vivido, entre el ejercicio y la enfermedad, pienso en todo lo que la gente sigue sufriendo a causa del virus.

Aprendí a valorar la vida con sus altos y bajos, así como a ayudar, de verdad, a los demás. La gran duda que tengo, sin respuesta, es: “¿*Cómo educar a diecisiete?*” Esa es una de las razones por las que decidí participar de este compendio, para que quien lea este relato, al igual que los de mis copartícipes, reflexione a profundidad y lo transmita a los suyos.

CORONAVIRUS

MEDICINA EN PRIMERA LÍNEA

*Historias de
Esfuerzo Y Dedicación*

MEDICINA EN PRIMERA LÍNEA, te llevará a apreciar el sacrificio por el que han atravesado nuestros héroes de capa blanca, junto a todo el personal sanitario, durante la pandemia originada por ese enemigo invisible que llegó a transformar la historia del mundo para siempre.

Cada página de este sentido libro, plasma **Historias de Esfuerzo y Dedicación**, las mismas que están escritas desde el corazón, revelando los desafíos, sentimientos y conflictos que cada uno de los autores enfrentó al transitar este complicado camino. En más de una vez la vocación estuvo a prueba, y la paciencia llegó al límite máximo. Sí, también hubo procesos de quiebre emocional de los cuales tuvieron que reconstruirse sobre la marcha, superando al cansancio, el miedo y la frustración que la cotidianidad trajo consigo.

Leer cada una de estas líneas, ponerte en sus zapatos, te provocará varias lágrimas; sin embargo, están cargadas de valiosas lecciones que te inspirarán a seguir adelante, sin desmayar, con absoluta motivación y positivismo.

Profunda admiración a todos los profesionales que, día a día, ganan y pierden batallas, sin perder la esperanza.

ISBN: 978-9942-8842-2-0



Copyright
059631