

LH n.334

06/5

Y de repente un día todo cambió, me cambió, nos cambió.

Joana Gutiérrez García,

Enfermera de cuidados paliativos
Hospital Fundación San José. Madrid

El 14 de marzo de 2020 se declara el estado de alarma en España debido a la crisis sanitaria ocasionada por el coronavirus con gran capacidad de contagio obligando al confinamiento de la población. Hasta ese momento recuerdo las noches con mis compañeras llenas de conversaciones, de buen humor, cenando juntas, trabajo en equipo interaccionando con los pacientes, sus historias sus familias...eran como mi otra familia. Y de repente un día todo cambió, me cambió, nos cambió.

Sufrimos mucho, a veces demasiado. Las noches eran estresantes, sin parar con lo que encontrábamos para protegernos. Se acabó interaccionar con los pacientes, cogerles de la mano cuando tenían

esas caras de terror aun imposibles de olvidar. No podíamos cuidar igual, había un distanciamiento físico y visual, entrábamos a las habitaciones lo necesario con la incomodidad de nuestros nuevos uniformes que impedían cualquier contacto humano en esos momentos de tanto miedo y soledad.

Intentar trabajar, pero acabar mareándote por el calor que pasábamos con los EPIS, quitártelo y estar empapado en sudor. Nos cambiábamos y nos sentábamos, pero ya no cenábamos igual, las conversaciones no eran amenas, a veces sin hablar rellenábamos nuestros registros al ordenador y es que la mezcla de emociones era tan intensa y opuestas que agotaban.

Éramos unos supuestos héroes que entrábamos con tanto miedo a no saber que íbamos a encontrar. Unos valientes que al empezar o terminar cada turno nos enterábamos de más compañeros contagiados, qué hacer para no caer pues no lo sabíamos. Todo eran incertidumbre y falta de control. Todas las mañanas volvía a casa derrotada, pensaba “**hoy me he contagiado**”, y me daba miedo y/o pánico contagiar a los míos, llegaba me duchaba y se me pasaba un poco. Me metía en la cama a descansar, pero las imágenes pasaban por mi cabeza sin entender por qué alguien que aparentemente estaba bien, volvías a pasar y había fallecido, la cara de alguien que de repente le faltaba el aire y se ahogaba, la acumulación de fallecidos, unidades limpias que en menos de 24h todos muy malos... desde entonces somos muchos y me incluyo que no hemos vuelto a dormir igual.

El covid será una enfermedad infecciosa como una gripe, pero el estigma la incertidumbre, el miedo, le proporciona connotaciones demasiado negativas y potentes. Sin embargo, no puedo terminar sin resaltar dos cosas positivas el gran compañerismo de todos que hacen que sea un orgullo pertenecer a una profesión como es la enfermería y destacar también la generosidad, la comprensión y el apoyo de los pacientes, de esas personas tan agradecidas que estaban al otro lado de la cama y seguramente con más miedo que nosotros y en soledad.