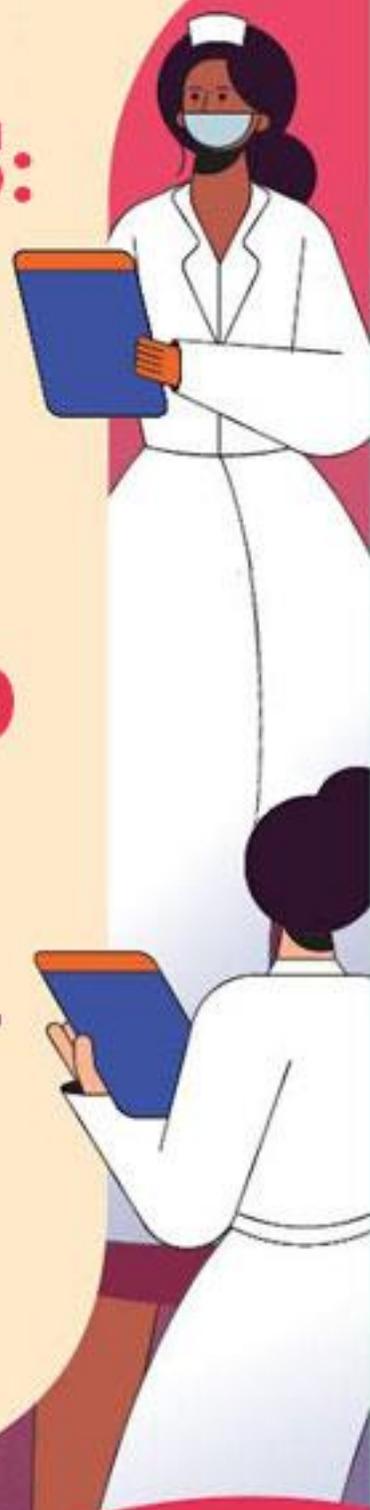


**DESDE LAS
TRINCHERAS:
HEROÍNAS
MEXICANAS
EN LA ERA
DEL COVID-19**

TOMO V

23 CONCURSANTES



**PREMIO DEMAC
EXTRAORDINARIO
PARA TIEMPOS
EXTRAORDINARIOS**

Desde las trincheras: Heroínas mexicanas en la era del COVID-19

Premio DEMAC extraordinario

para tiempos extraordinarios

Veinte testimonios concursantes

Tomo V



Patricia Aguayo Bernal
María M. Caire
Karina Cantera Reyes
Aimée Cárdenas González
Cilia Baiamor
Mariana Janeth Hermosillo Ulloa
Juleth
Kath Love
Luca
Erin Alexia Medina
Meraki
Aline Gabriela Ortega Montaña

Ana Karen Quiñones
Brenda Raya
Salomé Ricalde Arana
Alicia Romo
Alma Karla Sandoval Arizabalo
Perla Santos
Sofía
Sofía D. Norcross
Soun
Marisol Torres Cruz
Ximena O. Vettoretti

Edición electrónica, México, agosto de 2023

Desde las trincheras: Heroínas mexicanas en la era del COVID-19
Premio DEMAC extraordinario
Para tiempos extraordinarios

Editado por Documentación y Estudios de Mujeres, A.C.
José de Teresa 253, Col. Campestre.
Alcaldía Álvaro Obregón,
01040, Ciudad de México,
Tel. 55 5663 3745
Correos electrónicos: demac@demac.org.mx
librosdemac@demac.org.mx

Queda prohibida la reproducción parcial o total de esta obra por cualesquiera de los medios –incluidos los electrónicos– sin dar el crédito correspondiente a la fuente. En todo caso se hará sin fines de lucro y se deberá contar con la autorización por escrito.

Índice

| | |
|---|------------|
| PRESENTACIÓN..... | 6 |
| MARICELA FONSECA LARIOS | |
| EL COVID-19 NOS ALCANZÓ..... | 8 |
| PATRICIA AGUAYO BERNAL | |
| DONDE LA PAUSA EN EL MUNDO NOS TOCÓ: DÍAS DE ÁFRICA..... | 20 |
| MARÍA M. CAIRE | |
| COVID, LAS SECUELAS DE UNA ENFERMEDAD | 33 |
| KARINA CANTERA REYES | |
| CORAZONES DE AMPARO Y FORTALEZA..... | 44 |
| AIMÉE CÁRDENAS GONZÁLEZ | |
| DIARIO DE METRODORA | 55 |
| "CILIA BAIAMOR" | |
| NO SOY UNA HEROÍNA, SOY UNA INTENSIVISTA | 71 |
| MARIANA JANETH HERMOSILLO ULLOA | |
| ANA LUISA, UNA MUJER EN MEDIO DEL COVID-19 | 81 |
| "JULETH" | |
| DESDE MI SILENCIO..... | 93 |
| "KATH LOVE" | |
| LOS LADRONES DE TRISTEZAS..... | 103 |
| "LUCA" | |
| ALGO EN QUÉ CREER..... | 117 |
| ERIN ALEXIA MEDINA | |

| | |
|--|------------|
| ENLISTADA EN EL EJÉRCITO BLANCO | 126 |
| "MERAKI" | |
| MI VIDA EN UNA PANDEMIA | 136 |
| ALINE GABRIELA ORTEGA MONTAÑO | |
| INTENTAMOS SALVARNOS DE MUCHAS FORMAS | 153 |
| ANA KAREN QUIÑONES | |
| LLEGÓ LA ROPA..... | 174 |
| BRENDA RAYA | |
| TAL VEZ MAÑANA | 182 |
| SALOMÉ RICALDE ARANA | |
| DONDE NO NUTRE EL AIRE..... | 201 |
| ALICIA ROMO | |
| LEONAS PARA CUSTODIAR EL TIEMPO..... | 219 |
| ALMA KARLA SANDOVAL ARIZABALO | |
| EL LADO DEL CORAZÓN | 228 |
| PERLA SANTOS | |
| EL AMOR COMO ANTÍDOTO | 238 |
| "SOFÍA" | |
| DAMA AZTECA..... | 251 |
| "SOFÍA D. NORCROSS" | |
| LA PIEL DETRÁS DEL TRAJE | 262 |
| "SOUN" | |
| LAS HEROÍNAS SON MORTALES | 271 |
| MARISOL TORRES CRUZ | |

CICATRICES FEMENINAS EN TIEMPOS DEL COVID 280

XIMENA O. VETTORETTI

Presentación

Documentación y Estudios de Mujeres, A.C. lanzó en junio de 2020 la convocatoria para participar en el Premio DEMAC extraordinario para tiempos extraordinarios: “Desde las trincheras: heroínas mexicanas en la era del Covid-19”.

En aquel entonces, se cumplían casi tres meses de que la Organización Mundial de la Salud declarara oficialmente a Covid-19 como una pandemia. México no estaba preparado para enfrentarla, como quedó manifestado en los textos concursantes, cuya riqueza radica en contener testimonios autobiográficos y biográficos, de primera mano, escritos con una visión emotiva e íntima del momento histórico que se estaba viviendo.

Debido al valor de los testimonios recibidos, DEMAC ha decidido publicar, en varios volúmenes, todos los escritos concursantes, tal cual fueron enviados por sus autoras y con su autorización expresa.

En ellos podrás conocer el pensar, sentir y actuar de mujeres que lucharon en la primera línea del frente de batalla contra el Covid-19. Tendrás elementos de reflexión en torno a lo que significa ser médica, enfermera o auxiliar de limpieza y a la vez ser mujeres que tuvieron que alterar su vida personal y familiar. Además pondrán al descubierto sus emociones, sentimientos y rutinas de trabajo dentro de un contexto totalmente incierto.

Este tomo V reúne 23 escritos de mujeres que tienen entre 22 y 60 años de edad; 13 son textos biográficos y 10 autobiográficos. Acerca de su procedencia encontramos diez de la Ciudad de México, cinco del Estado de México, dos de Querétaro, también hay un testimonio de los estados de Aguascalientes, Hidalgo, Jalisco, Morelos, Oaxaca y Yucatán.

DEMAC agradece a todas las participantes por compartir sus experiencias y a aquellas autoras que se dieron a la tarea de rescatar tan valiosos testimonios.

Este libro es un homenaje a todas las mujeres mexicanas que por amor a la profesión, espíritu de servicio y compromiso por el bien de los pacientes, arriesgaron su vida y entregaron todo su profesionalismo.

Maricela Fonseca Larios
Coordinadora del Centro Virtual DEMAC.

El COVID-19 nos alcanzó

Patricia Aguayo Bernal

EL COVID-19 NOS ALCANZÓ

El 17 de marzo de 2020 estaba en mi oficina, aproximadamente a las 12 horas, a donde mis secretarias me llevaron un pastel para festejar mi cumpleaños, aunque tomando distancia prudente, porque ya empezaban las medidas de control por el COVID-19, inclusive en el Poder Judicial de la Federación, mi fuente de trabajo como Secretaria Proyectista en un Tribunal Colegiado en Materia de Trabajo en el Palacio de Justicia Federal de San Lázaro.

A los pocos minutos nos mandó llamar a su oficina nuestro magistrado, para informarnos sobre la determinación tomada por el Ministro Presidente de la Suprema Corte de Justicia de la Nación y del Consejo de la Judicatura Federal, ante la declaratoria de pandemia de la Organización Mundial de la Salud por el brote de coronavirus SARS-CoV2 y la enfermedad COVID-19, así como las medidas asumidas en el Poder Ejecutivo Federal por el Presidente, el Consejo de Salubridad General y el Secretario de Salud, por lo que el propio Consejo de la Judicatura Federal adoptó medidas preventivas para salvaguardar a los servidores públicos de la institución y a todas las personas justiciables del país, para evitar la propagación de la enfermedad, bajo un esquema estricto de distanciamiento social y trabajo a distancia.

Es decir, debíamos abandonar físicamente las instalaciones, llevar a casa el trabajo y continuar con nuestras actividades a través del uso de la tecnología.

Así, nos retiramos todos, con trabajo para llevar y sin posibilidad de reingresar a las oficinas, salvo casos excepcionales y con autorización superior.

Nos tomó por sorpresa el COVID-19.

A los pocos días, mis sobrinos con actividad escolar, ya como estudiantes, ya como maestros, dejaron de asistir a clases; y otros, a sus labores habituales en oficinas de gobierno y de empresas privadas. Todos a trabajar en la casa a través de internet.

Sin embargo, otros miembros de la familia continuaron en su labor habitual por tratarse sus trabajos de aquellos considerados esenciales por el gobierno: el gremio médico, entre otros. Pero además, los miembros de las Fuerzas Armadas del país. De modo que mi hija, que es Mayor Médico Cirujano, con especialidad de

Anestesiología adscrita al Hospital Militar Regional de Tampico, Tamaulipas, continuó y continúa en su labor. Asimismo, mi cuñado que es Teniente Coronel Anestésista, adscrito al Departamento de Anestesia del Hospital Central Militar, debía continuar laborando también.

Pero, de manera fundamental, mi hermana, la Coronel Enfermera Rebeca Aguayo Bernal Jefe de Enfermeras del Hospital Central Militar, estaba más que obligada a continuar con sus actividades de dirigir el Departamento de Enfermería del hospital militar más importante de México, función en la que brillaba por su capacidad, conocimientos, afabilidad, don de mando y reconocido liderazgo, apreciada por sus subalternos y apoyada por sus superiores jerárquicos.

Ella continuó en su función, pero el calvario comenzó cuando empezaron a ingresar por el servicio de urgencias del hospital los pacientes contagiados de COVID-19, que eran militares o derechohabientes. No tenían protocolos de actuación para esa situación.

Los insumos médicos para proteger al personal con los que contaba la Secretaría de la Defensa como reserva de seguridad nacional, se agotaron rápidamente ante el incremento súbito e inesperado de ingresos de pacientes contagiados. Es decir, el Hospital Central Militar ya estaba recibiendo pacientes COVID y no había procedimientos de canalización para esos pacientes, pero tampoco se les estaba dotando de equipos de protección para médicos y enfermeras.

Mi hermana se alarmó y dio parte a sus superiores en el hospital. Se inició la cadena de mando para informar y solicitar instrucciones a la Secretaría de la Defensa Nacional.

Mientras toda esa gestión administrativa ocurría, el Hospital Central Militar continuaba recibiendo pacientes contagiados de COVID-19, militares y derechohabientes, que morían porque ingresaban muy complicados y algunos sólo llegaban a morir. Pronto, el área de patología estaba saturada de cadáveres.

Poco después llegó la respuesta de la Secretaría de la Defensa Nacional:

“El Hospital Central Militar debe convertirse a Hospital COVID de inmediato.”

Esa orden la recibió mi hermana, quien debería ocuparse de cumplirla sin chistar. Evacuaron a los pacientes no COVID encamados a otras salas del hospital, aun cuando no fueran de su especialidad, para que los ingenieros militares pudieran acondicionar las salas evacuadas con instalaciones de oxígeno y otras especificaciones técnicas para atender a los pacientes COVID, inclusive para tener soporte para la instalación de ventiladores.

Se tuvieron listas cuatro salas COVID, con capacidad aproximada para 35 pacientes, en un lapso de una semana. Dichas salas se saturaron en tres días.

El personal de enfermería no se daba abasto. Peor aún, no tenían equipo de protección, mas que los cubrebocas y batas fabricadas por la Fábrica de Vestuario y Equipo de la Secretaría de la Defensa Nacional (FAVE-SEDENA), de tela, que de poco servían, porque al poco tiempo de uso se humedecían por el sudor del personal y perdían su eficacia de protección.

El personal de enfermería empezó a caer contagiado.

Mi hermana estaba angustiada y desesperada. No tenía posibilidad de conseguir equipo de protección extra para su gente.

Entonces, caí en pánico. Yo también fui enfermera militar y sabía de las necesidades para atender a los pacientes en estas circunstancias.

Comenté la situación en un chat de mis compañeras de generación de la Escuela Militar de Enfermeras (1975-1978), quienes me mostraron una incondicional solidaridad y me propusieron hacer una colecta para donar insumos de protección para el personal de Enfermería del Hospital Central Militar.

Ellas, todas enfermeras militares jubiladas fueron las primeras en aportar.

Organicé varias colectas y pudimos donar al Departamento de Enfermería cubrebocas, caretas, cubrebocas KN95, overoles, Air Boxes, *goggles*.

Se sumaron muchas personas, médicos, enfermeras, vecinos de mi colonia, compañeros de mi trabajo en el Poder Judicial de la Federación, familiares, amigos, de la ciudad de México y de todo el país y obviamente mis aportaciones personales.

Se dotó a nuestros héroes militares de blanco de equipo de protección personal.

Mi propósito fundamental era hacer llegar a mi hermana equipo de protección para que ella estuviera a salvo, para que se protegiera de la mejor manera posible, para que no se fuera a contagiar de COVID-19; estaba dentro de una burbuja de contaminación.

En los hospitales civiles los médicos y enfermeras del IMSS, del ISSSTE y otras instituciones de salud, se manifestaron en las calles para exigir al gobierno que les proporcionaran equipos de protección personal, así como insumos médicos para atender a los pacientes COVID. El personal militar no puede hacer esto. Pero ayudamos a satisfacer un poco sus necesidades, con una satisfacción que nos duró poco tiempo, ya que comenzaron a morir enfermeras militares del Hospital Central Militar.

Mi hermana lloraba de impotencia y de frustración al no poder hacer más para proteger a su personal.

Organizó una conferencia en el auditorio del hospital para pedir a su personal que cerraran filas para atender a los pacientes, para protegerse ellos mismos y para ayudar al resto del personal. Los convocó a que entonaran el Himno de la Escuela Militar de Enfermeras para aumentar el espíritu de cuerpo y que no decayera el ánimo. Llevó a un sacerdote para que les impartiera su bendición y les reconfortara en su valiosa labor. Todos lloraron.

Mientras, continuaban llegando pacientes COVID al hospital, pero ya no solo eran militares y derechohabientes, sino también personal civil. Las salas acondicionadas eran insuficientes. Le ordenaron a mi hermana que se convirtieran otras siete salas más para atender pacientes COVID. Se cumplió la orden.

Comenzaron a llegar algunos insumos médicos necesarios para atender a los pacientes y para la protección personal de médicos y enfermeras.

Afortunadamente se dieron noticias públicas de que el Ejército estaba administrando los insumos médicos que llegaban en diversos vuelos provenientes de China, de Estados Unidos y de otros países, algunos comprados por el Gobierno Federal y otros más donados, que también comenzaron a llegar al Hospital Central Militar.

Seguí trabajando en las donaciones, conseguí overoles para el personal de enfermería de las salas COVID, pero resultó un poco inconveniente, porque les producía sudoración profusa, se deshidrataban, algunas enfermeras se desmayaban. Algunas otras se contagiaron porque los overoles no les daba la protección adecuada.

Mi hermana solicitó a la Defensa que les mandaran más insumos de protección, para proteger al personal de enfermería. Les mandaron equipos de mejor calidad, que reportaron mejor funcionalidad de protección, lo cual supervisaba ella de manera personal y directa en todas las salas COVID, para preguntar de viva voz a las enfermeras y enfermeros si los equipos les estaban ayudando a trabajar mejor y si se sentían protegidos.

Esta simple acción de acercamiento y preocupación por su personal elevó el ánimo de todos ellos y recobraron la calma perdida y las ganas de seguir dándolo todo para atender a los pacientes con los más altos estándares de calidad.

Se hicieron reportes estadísticos que se comunicaron en los noticieros, sobre la baja tasa de mortalidad por COVID-19 en el Hospital Central Militar, en comparación con otras instituciones de salud.

Pero llegó la desgracia. Mi hermana me informó que su esposo había dado positivo a COVID, porque se contagió atendiendo a pacientes contaminados, lo que derivó en que lo mandaran a su casa para que permaneciera en aislamiento.

Mi hermana solicitó una habitación en el Hotel del Ejército para no estar en contacto con su esposo en casa, pero fue por pocos días porque él comenzó con síntomas y los médicos le ordenaron que se hospitalizara para monitorizar mejor su evolución. Una semana después ella también dio positivo a COVID.

“EI COVID-19 nos alcanzó”, me dijo.

Le ordenaron que se encamara en el hospital el 23 de junio de 2020. Los dos ya estaban internados en su propio centro de trabajo, pero ahora como pacientes contagiados de COVID, aun cuando tuvieron todos los cuidados y precauciones pertinentes y usaron los equipos de protección que les proporcionó la Secretaría

de la Defensa Nacional y otros más que compraron con sus recursos económicos personales.

Transcurría el sexto día de internamiento de Rebeca y los síntomas comenzaron a complicarse con mucha tos, fiebre, dolor generalizado en todo el cuerpo, pero de manera intensa en la cabeza, por lo que le iniciaron la aplicación de oxígeno con mascarilla y terapias respiratorias.

Los síntomas se agravaron para ella, de modo que en el octavo día de hospitalización me llamó muy temprano para decirme: “Hermana, me van a pasar a terapia intensiva, comunícame con mi mami”; sentí de momento que se estaba despidiendo y un profundo miedo y dolor me invadió el alma, porque yo sabía que muchos pacientes que ingresan a terapia intensiva ya no salen vivos.

Al día siguiente me volvió a llamar mi hermana para informarme que la iban a intubar, lo cual implicaba que la conectarían a un respirador, lloraba de manera incontrolable, entre la tos y el llanto no entendía muy bien lo que decía, pero sí escuché que dijo claramente: “No le digas a mi mamá.”

Nuestra mamá, Doña Amalita, tenía en ese momento 91 años, es diabética y tiene algunos problemas circulatorios en sus piernas que le impiden caminar bien, pero su mente y capacidad de razonamiento es sorprendente y su memoria lo es más todavía. Unos días después cumplió 92 años, el 10 de julio.

¿Cómo le explicaría que mi hermana no le iba a hablar por teléfono para felicitarla por su cumpleaños, si ella estaba en terapia intensiva, sedada, intubada y debatiéndose entre la vida y la muerte?

No se lo podía decir, mi hermana me lo pidió.

A partir del segundo día encamada en terapia intensiva, comenzaron a llamarme por teléfono los médicos que la estaban atendiendo para darme informes de su evolución.

La primera maniobra que le aplicaron para mejorar la condición de sus pulmones y ayudarle a la expulsión de las secreciones acumuladas, fue ponerla boca abajo, aun cuando estuviera intubada, ya que esa técnica les estaba dando muy buenos resultados, e inclusive, se comenzó a replicar en otros hospitales con resultados muy efectivos para que los pacientes se recuperaran de manera pronta.

Llegó el 10 de julio y mi mamá me preguntó por mi hermana en la tarde. Le causó extrañeza que no le hubiera llamado desde temprano para felicitarla y cantarle “Las Mañanitas”, como era su costumbre.

Le tuve que decir una mentirilla blanca, una verdad a medias, le dije: “Mira mamita, no te llamó porque la tuvieron que dormir, porque estaba muy inquieta con la mascarilla de oxígeno porque le arde mucho la garganta y se la quita a cada rato. Por eso mejor la durmieron, para que aguante el oxígeno de manera permanente día y noche y así se alivie más rápido sin estar tan molesta”. Se quedó tranquila, sin siquiera imaginar el estado de gravedad en que ya se encontraba.

Ese mismo día, 10 de julio, le iniciaron el “manejo de convalecientes con plasma”, lo cual en conjunto con la posición de prono (boca abajo), le ayudó a mejorar su saturación de oxígeno a 99%.

Al día siguiente, en el reporte médico, la doctora de terapia intensiva me dijo que durante la noche se había agravado la situación de mi hermana porque sus pulmones se inflamaron y saturaron de secreciones.

Me dijo que su estado había cambiado de grave a muy grave y que el pronóstico era reservado para la vida. Que las siguientes 24 a 48 horas iban a ser cruciales.

Yo entendía la información por mi formación como enfermera, pero ¿cómo le decía a mi familia que mi hermana podría morir en las próximas 24 a 48 horas?

Era algo muy delicado. Decidí no decirles. Sólo les informe que estaban reportando a mi hermana delicada pero estable, que es algo así como que estaba complicado su estado de salud, pero que sus signos vitales se mantenían estables con el apoyo de los aparatos médicos.

Para ese momento ya teníamos organizadas cadenas de oración para pedir por ella y por su esposo.

Él continuaba hospitalizado, pero sus síntomas no fueron tan severos porque no tiene enfermedades agregadas, sin embargo, seguía hospitalizado para control. Todos en la familia rezábamos, pusimos altares en todas nuestras casas.

Nuestro gran amigo el Padre encargado de la Capellanía Militar de la Ciudad de México, en el Iglesia de Cristo Rey, diariamente oficiaba misas para pedir por los enfermos y muertos de COVID y de manera especial por la salud de mi hermana y su esposo.

Se hizo un hábito en la casa poner la misa por Facebook todos los días a las 12:00 y los domingos a las 13:00 horas.

El siguiente reporte que recibí de la terapia intensiva es que le iban a aplicar a Rebe el “Protocolo de dióxido de cloro”, que aun cuando no estaba siendo aplicado en el Hospital Central Militar, les mandé la información de que un médico militar en el Hospital Militar Regional de Puebla lo estaba aplicando con éxito. Se comunicaron con él y procedieron a manejar a mi hermana con ese tratamiento. Se les estaban acabando las opciones a los médicos del Hospital Central.

La Doctora de terapia intensiva me dijo que sólo restaba esperar.

Esperar. ¿Esperar qué? La única respuesta era...si vive o muere.

Después de 48 horas me informaron que se había estabilizado.

Sólo eso, estaba estática. No mejoró. Pero no empeoró.

Estaba en el pico de la crisis.

Entre el personal de enfermería del hospital se corría el rumor de la gravedad en la que se encontraba su “Jefa”, no podían creer que su líder, la que siempre vio por ellos, la que les ayudaba con sus problemas, la que los escuchaba, la que les daba un consejo de amiga, la que les impulsaba a ser cada día mejores profesionistas y mejores personas, la que diariamente luchaba a su lado por salvar a un paciente más, la que les conseguía material, la que les deba un descanso por sus guardias, ella, la “Jefa de fibra”, podía morir.

Eso no era posible. Ella es la más fuerte, la que puede con todo. No se puede morir. Todo el personal de enfermería que la aprecia hizo un alto en sus labores a las 10:00 horas todos los días para rezar por ella. Era lo menos que podían hacer.

En aquel momento de incertidumbre, de desasosiego, de intranquilidad, de miedo a la muerte, ocurrió un evento inusual.

Una de mis compañeras enfermera jubilada que radica en Guadalajara, Marthita, me hizo una invitación. Me dijo que si quería recibir en mi casa la visita de los 7 arcángeles. No supe que contestarle de momento. Le pregunté sobre ello a mi hermana Ossi, que sabe más que yo del tema de los ángeles y los arcángeles y me dijo que sí, que no debía rechazar esa invitación, porque era como rechazar las bendiciones de Dios.

Le contesté a Marthita que con gusto aceptaba su invitación, pero le aclaré que no sabía qué tenía que hacer ni cómo hacerlo y me dijo que no me preocupara, que me iba a mandar las instrucciones de todo lo que tenía que hacer.

Siendo totalmente honesta, yo no tenía una fe ciega en los ángeles y los arcángeles, pero ¿qué más podía hacer? No tenía nada que perder y el acercamiento a Dios era el único recurso que teníamos como familia y como familiares de una paciente casi desahuciada, para intentar que fueran escuchadas nuestras plegarias para la salvación de nuestra querida hermana.

Rebeca, la hija, la hermana, la madre, la esposa, la tía, la sobrina, la nieta, la enfermera, la militar, la profesionista, la Jefe de Enfermeras, la subordinada, la amiga, que tantas veces nos contó la situación que estaban viviendo los familiares de los pacientes COVID que morían en el hospital, que no podían tener acceso a visitar a su familiar, no lo podían ver, no podían hablar con él, no podían tomar su mano en el momento del fallecimiento, no podían ver su cuerpo inerte porque se los entregaban en una bolsa sellada, únicamente para que lo trasladaran al crematorio donde lo incineraban, pero donde tampoco les permitían verlo, mucho menos tocarlo, para no propagar el virus.

Un día estaban todos juntos en familia y en unos cuantos días esa persona desaparecía sin dejar rastro alguno.

Así de terrible es esta enfermedad.

La sensación de poder llegar a vivir esa fatídica experiencia es inenarrable.

Por eso, nuestro último recurso era la oración, ante la limitada respuesta de los procedimientos médicos y por la sugerencia misma que nos hicieron en el sentido de que sólo restaba esperar.

En casa seguí las reglas para dar la bienvenida a los ángeles y los arcángeles que nos visitarían por siete días. Desde el primer día que los recibimos comenzaron a pasar cosas inexplicables, raras, que me costó trabajo entender, hasta que llegué al convencimiento de que verdaderamente había una intervención divina y celestial.

Cada arcángel goza de un don especial y cada cosa que les pedíamos al que tocaba en cada día de la semana, ocurría la petición de inmediato o al día siguiente.

Me impresionó mucho que yo había escrito una carta para mi hermana y mi cuñado me dijo que me llamaría por teléfono para poner la bocina en la oreja de Rebe para que yo hablara con ella y le leyera la carta. Pasaron las horas y no recibí la llamada esperada. Le pedí al arcángel en turno, Samuel, que le llevara a mi hermana mis palabras que le había escrito en esa carta, que le abriera sus sentidos para que las escuchara y justo cuando empecé a leer la carta al arcángel, entró la llamada de mi cuñado y pude leerle la carta a mi hermana, que aun cuando estaba sedada, abrió los ojos por un momento y se le salieron sus lágrimas.

Así me lo narró mi cuñado muy emocionado.

Durante esa noche Rebe empezó a mostrar mejoría.

Cada día que pedíamos cosas diferentes a cada arcángel, ella tenía una muestra distinta de mejoría. Fue increíble. En esos 7 días que duró esa visita de los arcángeles, mi hermana salió de la gravedad y comenzó su recuperación.

¿Cómo no creer ante las muestras visibles de sanación que ni los mismos médicos se explicaban?

Antes de que terminara esa semana, ante la inexplicable mejoría que presentó mi hermana en sus estudios de laboratorio (salió negativa a COVID) y en la saturación de oxígeno, los médicos decidieron empezar a sacarla de la sedación, a lo que respondió de una manera sorprendente, porque abrió sus ojos y se mantuvo despierta por 30 minutos. La volvieron a dormir porque lloraba mucho.

Así, cada día la despertaban un rato más prolongado y resistía.

Decidieron comenzar a retirar el respirador que lo tenía conectado a una traqueostomía que le hicieron, para que el tubo que tenía en la garganta no le lesionara las cuerdas vocales. Con ese avance, Rebe comenzó a comer alimentos sólidos.

En dos días más, ya comiendo y moviéndose sola en su cama y pasando a sentarse a un sillón, la dieron de alta de la unidad de terapia intensiva y la pasaron a piso. Aun no puede hablar por la traqueostomía, pero nos manda besos por teléfono.

Al cierre de este escrito, el 31 de julio de 2020, mi hermana se encuentra fuera de peligro. Venció al COVID-19.

Estamos tan contentos en casa. Sus compañeros en el hospital saltan de júbilo porque la “Jefa Rebe” la libró.

Ella es una guerrera.

Superó la prueba.

Misión cumplida.

Donde la pausa en el mundo nos tocó: días de África

María M. Caire

Inicio: Describir lo que vives

*Todo el texto estará revuelto entre español y poco inglés.
Tal vez algunas palabras en Masai o en Pokot,
eso es, porque así es,
aquí estamos,
así hablamos, sentimos y pensamos.*

Estamos aquí, en África. Sí, a 15,156 kilómetros de México. Venimos a reaprender, esa era la aventura. Mau mi compañero, Nicolás de 8 años y María Catarina de 5 años. Salimos de nuestro hogar en Oaxaca para poder entender y aprender de otras casas y otras leñas para cocinar.

Aprendernos de la cultura, de la comunidad, de la tierra, del color de las pieles y las historias que se cuentan. Algo dentro de nosotros como seres nos llamaba a venir aquí. Algo como el sonido del tambor que se queda retumbando. Nadie entendió por qué íbamos a “dejar todo”. Llegamos hace 8 meses, en el 2019 hace un año ya casi...

Llegamos a vivir con una de las 42 tribus de Kenia. Nuestro primer vínculo fue en tierras Masai. Condado de Narok. Narok County. Kenia. Llegamos a vivir en un cuarto de 2x2, juntos y rejuntos, así iniciamos el viaje de nuestros corazones a entregarnos y adaptarnos.

El agua falta y faltará siempre aquí. La sequía es intensa. El agua es el mejor trago que podemos tener cada día. Cargarla, sentirla, bañarla, cocinarla, beberla, al agua. Habitamos este territorio guerrero Masai por tres meses y cuando estábamos listos para ir a lo que seguía... un viaje repentino tuvimos que hacer, regresamos a México para honrar la vida del padre de mi compañero Mau. Pasamos tres meses en México. Yo sin entender por qué estaba en México de nuevo, tan pronto, tan de tajo, tan todo, sentí que mi alma se quedó atorada en una espina de los árboles acacia. Mi cabeza lo entendía bien, regresamos a honrar la vida, pero mi espíritu no entendía en donde estaba parada yo con mi humanidad y mi cuerpo y mi corazón hecho un poco polvo. Necesitaba agua... me quedé con esa sed de estar en la tierra negra del continente generador de toda la humanidad.

En enero del 2020 decidimos volver a intentar venir a África, el sentimiento de habernos quedado entre un paréntesis de Mau y mía era igual y necesitábamos volver...

Y sí, ahora estamos aquí. En Kenia. En una pequeña comunidad territorial de la Tribu Pokot, también guerreros como los Masai. Lazos que unen. Colores de piel que cantan. Regresar fue como regresar por el pedazo de corazón colgado en un árbol de la sabana. Sentía que si no regresábamos una hiena podría llegar a comérselo entero, y dejar una pausa eterna en mi vida... y en la vida de Nicolás y María nuestros hijos. Ahora vivimos desde febrero del 2020 con una familia Pokot en el condado de West Pokot. West Pokot County. Kenia. La tierra donde vivimos se llama Kashelpogh que significa "donde el agua sale" aquí es todo lo contrario de las tierras Masai, aquí el agua brota, sale de las montañas, de las nubes, del verde que todo cubre. Llegamos a retomar, esta agua de vida, de la misma que sentí que tenía tanta sed. Iniciamos un viaje a niveles personal, familiar y comunitario.

Antes de la llegada del virus colaboramos con las comunidades cercanas. Organizamos talleres para fortalecer la cultura Pokot (sobre todo entre las y los jóvenes) luego hicimos talleres-workshops de "women walking together", mujeres caminando juntas, economía solidaria, fortalecer nuestra comunidad, hermandad entre mujeres y así varios ciclos de talleres que compartimos con herramientas que la vida nos ha dado al vivir y convivir ya muchos años antes con comunidades originarias de nuestro país. Ese era el plan. Trueque por acompañar talleres a cambio de casa y comida. Ninguna moneda de por medio. Trueque. Todo fue así.

Todo fue real y más que real, una enseñanza de camino de vida y de fortaleza que iba y venía en nuestros ojos, en los abrazos, en los cantos pokot que hacen vibrar al pecho. Aquí estamos como una familia que creció. Que nos hizo suyos. "Mexican Pokot People." Las pieles y sus colores traspasan todo cuando la capacidad de aceptarnos y de amor real fraternal abraza a nuestra familia. De pronto llega el COVID-19 al mundo, a África.

Aquí aprendí que mi familia es un núcleo más grande. **Sentí como la humanidad se puede tejer desde los instintos más básicos y que el fuego sostiene.** Que los lazos más fuertes no siempre son los de sangre... aquí la tierra nos teje los unos a otros.

Explicación: No voy a nombrar al COVID-19

Estando aquí llega el c19. Aquí todo se desata en febrero del 2020. Aquí estábamos. La vida es despertar, tomar chai (tradicional bebida de leche de cabra vaca con hojas de té verde). Luego se va a la “chamba” o milpa, se trabaja todo el día bajo rayo del sol. Hacemos lunch que consiste en un plato lleno de maíz y frijol a medio día y se regresa a trabajar el campo. Estar en la milpa es una meditación. Veo como mi hija y mi hijo se van transformando en su esencia aquí. Suelos, rebeldes, trabajadores, llenos de tierra, atrevidos y sobre todo entregados a la experiencia del día a día. En un inicio estaríamos aquí ocho semanas. De pronto llegó la noticia de un virus que estaba matando a miles de personas en el mundo. Aquí las noticias se leen diferente. Se conocen diferente. La información llega poco a poco, con días de retraso y con un toque de cuento que sólo los kenianos tienen al contarte algo que está pasando. Decidimos esperar. A ver qué pasaba...

Todas las personas en México ante el desconocimiento de estas tierras querían que regresáramos ¡cuanto antes a México! que qué hacíamos en un lugar tan lejano, tan insalubre, tan pobre, tan sin servicios públicos, tan, tan, tan... que nos fuéramos a la ciudad de Nairobi, que hiciéramos contacto con la Embajada inmediatamente. Sin embargo Mau y yo decidimos que no. Que simplemente íbamos a dejar pasar el tiempo aquí. Aquí estábamos seguros y rodeados de montañas verdes. Acogidos por una familia que desde ahora siempre será mi familia, más que la sangre, lazos irrompibles. Indescriptible el amor con el que estamos aquí. Me conmueve tratar de explicarlo porque no puedo. Solo tengo miradas llenas de complicidad y **sólo sé que la humanidad es esto.**

Nos quedamos aquí en una pausa... mundial.

No nombro al virus porque aquí los viejos dieron el consejo de simplemente no nombrar al virus. Dicen que; cuando no quieres algo, mejor no lo nombres, al nombrar al enemigo, le das fuerza, le das energía y te resta la tuya, tu espíritu se desgasta y entonces sí, te puedes “enfermar”.

Los encargados Leibon (sanadores) de cuidar a la tribu han realizado ceremonias para prevenir que llegue a este territorio. Hoy me recuerdo que estamos en territorio de guerreros. Los ancianos siguen dando el consejo de no nombrar al virus y también de hacer caso a las medidas para evitar contagio. Las medidas están en la tv, radio, impresos, web. Sí, sin embargo aquí pasan días en que no hay *wifi*, no hay luz, no hay televisiones, vaya las personas viven en condiciones que a veces no pueden comprar jabón para lavarse, mucho menos una mascarilla o un gel, ni cloro, ni lavar su ropa a diario, porque para lavar hay que ir al río que queda muy lejos...

Entonces lo que al mundo le está pasando, no es igual a lo que está pasando aquí. Son realidades muy diferentes. **Intensamente diferentes.**

Pertenecer Ser * en nosotros

Un día, con la *Mom* —mamá de la familia—, que se llama Rodah, hablábamos de la importancia de informar para prevenir. Y todo empezó a pasar, buscamos fondos de ayuda de urgencia. Rodah ha sido una mujer fuerte desde que era niña. Ella fue de las primeras mujeres en su tribu que luchó en contra de la Mutilación Genital Femenina o FGM en inglés. Me pregunto ¿por qué la vida me trajo aquí? a caer sin saber dónde, a una casa de personas que han sido provocadores de cambios iniciando desde sus propias casas, comunidades y condados... Me sigo preguntando qué tanto más me va a sorprender la vida y sólo me entrego a estar aquí. Mom Rodah es una mujer negra, de color negro noche. Aquí aprendí que el color negro piel tiene muchos tonos de negro... la Mom es una mujer muy grande, pero corta de estatura, de grandes pechos y con una cabellera corta y china, china. Es una verdadera Mamá —así como Mamá África.

Ella te acompaña con sus palabras que parece que no son consejos y al final del día te das cuenta de que te dio una gran lección de vida.

El plan que creamos ¡fue aceptado! esto quiere decir que recibimos fondos para poder armar una estrategia de prevención con la tribu Pokot. Ese día matamos un pollo para hacer una *celebration* por haber recibido esa “bendición” de poder trabajar para la comunidad. Y también hablamos con Tororot el dios de los Pokot para agradecer nuestro camino juntos aquí.

KERIP KOR NGO KOW KUMUKUL (*Lengua Pokot*)

Keeping our Communities and Families Safe from Covid-19

Manteniendo a nuestra comunidad y familias seguras del COVID-19

Así se llama la iniciativa que estamos trabajando desde el mes de marzo de 2020. Es una iniciativa que nace desde lo local para proteger a las familias y comunidades. En estos meses hemos dado talleres para informar y estar prevenidos, con palabras simples y acompañados de la visión de vida de las tribus africanas. Se han repartido cientos de posters con ilustraciones (accesibles a personas que no sepan leer y a las niñas y niños) y el mensaje de los folletos está escrito en Pokot o Masai e inglés. También se consiguieron más de 2,000 mascarillas (y a la vez se impulsó a una cooperativa de mujeres costureras en otra pequeña villa). Se repartieron cubetas y jabón para ser colocados en lugares estratégicos y muy concurridos. La parte que más me gusta de estos talleres es la parte que siento que ha trascendido en la vida de mi compañero y mía:

Esta propuesta se acompaña de una parte que hablamos acerca de la importancia y urgencia de proteger y fortalecer la cultural ancestral con las siguientes acciones:

- Respetar la cultura
- Escuchar y respetar al consejo de ancianos
- Cuidar a nuestros animales, vacas y chivas
- Plantar nuestros propios vegetales
- Curar con medicina tradicional

- Vestir con cosas tradicionales
- Respetar y cuidar a las mujeres y niñas
- Enseñar a los niños y niñas las tradiciones
- Dejar atrás prácticas culturales que hacen daño a las personas
- Respetar a la naturaleza

Algo que decidimos dar prioridad en los talleres es hablar de la FGM mutilación genital femenina, hablar acerca de esta práctica que es un *rite of passage*, rito de pasaje, y que se sigue aplicando en muchas niñas en todo el continente. (Aunque los gobiernos digan que la FGM está erradicada, no es verdad, sigue pasando...). Hablamos de que la cultura también hay que cambiarla, para no hacer prácticas que hagan daño físico a las niñas-mujeres. Evitando la FGM se lucha también en contra de los matrimonios tempranos, embarazos de niñas y matrimonios arreglados. Promoviendo también el cuidado de las chicas que ahora que regresaron a sus casas porque los internados están cerrados y la cantidad de embarazos en adolescentes está subiendo durante esta pandemia.

Cuidar a una misma, es cuidar a la familia y cuidar a la comunidad entera: **cuidar(nos)**. Como fotógrafa documental y narradora he podido ir documentando este proceso, he podido ver como se transforma el miedo en confianza cuando se va compartiendo la información. Soy testigo de cómo los recursos limitados se transforman en bienestar colectivo y sirven para varias familias que se propaga en cientos y miles de vidas en las comunidades lejanas y rurales de Kenia. Mientras tanto la vida sigue pasando, mis hijos son parte de este proceso y trabajo, entregan las mascarillas, enseñan el saludo nuevo, (que en realidad así se saludaba antes, los ancestros, sin tocarse las manos) El maíz que sembramos a inicios de febrero ahora ya lo estamos comiendo y seguimos aquí en este espacio sin tiempo. Aprendiendo.

Todo esto se comparte en los talleres que al momento se han impartido en las *villages* (comunidades), trabajando de la mano con los *elders* o consejo de ancianos, con los *chiefs* que son los jefes de la comunidad y se dividen por zonas, con la policía para generar una especie de confianza y a la vez sean *roll models*, el ejemplo, y con varias chicas voluntarias.

Hemos realizado y distribuido:

- 10 talleres en el condado de West Pokot
- 5 talleres en el condado de Narok
- Posters en Pokot, Masai e Inglés.
- Folletos en Pokot, Masai e Inglés.
- 3000 mascarillas
- Cubetas
- Jabones
- Programas de radio

El regreso a los Masai: todo es un ciclo

Como contaba antes, en el 2019 vivimos con los Masai, también tribu de guerreros. Pues ahora regresamos, hace quince días. Impulsamos una pequeña campaña en México para recolectar recursos económicos para replicar estos talleres allá ahora de acuerdo al pensamiento y traducidos en Masai. No logramos obtener todo lo que necesitábamos y terminamos poniendo de nuestros recursos para poder realizar este acercamiento. Queríamos ir a visitarlos a ellas y ellos, porque la vez pasada fue un remolino de experiencia tener que salir como viento sin regreso... ¡Así que regresamos! conseguimos un auto prestado, manejamos más de 15 horas en carreteras de Kenia, que se maneja en sentido al revés y entre hoyos y caminos de caos, pasando por la línea del ecuador y hermosos lugares regresamos por fin a Mosiro, a nuestra otra familia, los Masai. Juntamos recursos para poder dar cinco talleres llegando a más de 500 familias.

Interactuar vívidamente con la vida son los motivos que nos trajeron aquí, África. Los motivos son y han ido cambiando, nos hemos ido adaptando. **Ahora lo que nos tiene aquí**, no es que no podamos volar porque el espacio aéreo está cerrado, o que no haya vuelos a México, o que tengamos miedo de contagiarnos. El motivo por el cual estamos aquí es porque **p e r t e n e c e m o s** aquí. Nos hicieron pertenecer. Estamos aquí resguardados por una sabiduría ancestral. Por personas que son de Tribus y nos han hecho parte de su cotidianidad. Ya nos

nombraron según el momento en que nacimos y formamos parte de un clan. Estamos aquí porque somos trabajadores de la tierra igual que ellos y ellas. A veces el lenguaje nos impide entendernos pero la comunicación se genera de otros modos y es asombroso.

Creo que disfrutar el trabajo que hacemos (que ni siquiera lo vemos como trabajo) es lo que nos da impulso para llevar estas semanas sin días de agenda y sin calendarios establecidos. El trabajo que hacemos es con nuestro corazón y esa es la verdadera fuente de la felicidad que nos abre camino y nos va dando inspiración. Son reuniones con mujeres que tal vez nunca volveré a ver, son lugares que sólo se puede llegar después de caminar 40 minutos y atravesar ríos para llegar. Son días de no bañarnos porque no hay agua. Son días de seguir sin estar conectados. *Off line* para el mundo de donde veníamos. Aquí, en África todo está en VIVO. Todo más bien *in life!* ¡en VIDA! ¡en vivo!

Cada día me encuentro más desconectada de unas cosas y conectada con el mundo al que vine a revivirme. Mamá África.

Lo que sigue: Movimiento

Colaborar con creatividad es lo que me ha dejado estar aquí en plena pandemia en el año 2020. Las cosas que hago las he hecho estando aquí simplemente porque me gusta hacerlas. Con humildad y compasión. He presenciado cosas que me han cambiado, modificado mi percepción de lo que soy hoy y lo que quiero ser.

Hemos tenido la energía para poder estar aquí gracias a los caminos que hemos recorrido viviendo con pueblos originarios en Chiapas, Sierra Tarahumara y en Oaxaca. Esos pueblos son precisamente los que nos dan alegría y energía. Estoy como mujer, como mamá, como compañera, como fotógrafa, como tallerista, como herborista, como todas las mujeres que yo pueda ser, estoy aquí en otro continente tan lejano como lo veíamos en imágenes de paisajes e historias.

Estamos lejos de nuestro país que nos preocupa y pensamos en nuestros viejos.

Ahora estoy más brava de “*more bravely*” (más valientemente) de estar sin miedos. Pensando en que todos los años que hemos vivido (experiencias juntadas) ahora nos entregan esta aventura y tenemos los caminos trazados sobre nuestra piel y que justo eso: la piel no tiene color. Por eso escribo esto, porque ahora tenemos lo que hemos aprendido en el camino estamos libres para poder contar esta historia desde nuestro propio mirar.

Llegamos como extraños para llegar a nuevas tierra y volver a sembrarnos y entender de dónde venimos todos, **venimos todos justamente de una humanidad que necesita con urgencia ser compasiva**. Seguir los impulsos naturales de la vida, entender la vida y la muerte y sobre todo como dicen los Pokot saber que: “El mundo no rueda, el mundo está caminando, lo estamos caminando”.

Estoy profundamente alegre de poder estar aquí.

Gracias vida.

Pd. No sé si soy heroína.

Sólo estoy viviendo aquí.

En otro lugar del mismo mundo.

Kashelpogh Village, West Pokot County, Kenia, Africa.

Texto autobiográfico, julio 2020.

Adjunto algunos textos e información que han publicado en Kenia:



TopAfrica News

<https://www.topafricanews.com/2020/07/22/indigenous-initiativeto-keep-communities-and-families-save-from-COVID-19-in-kenya/>



Transcontinental Times

<https://www.transcontinentaltimes.com/kenyan-pastoral-communities-sensitized-toCOVID-19-by-mexican-couple.html>



Video en TV Nacional - Kenia

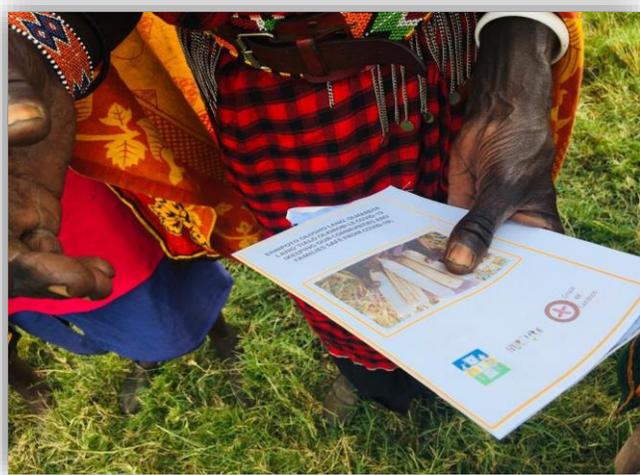
<https://www.youtube.com/watch?v=MClijbD9Eimg&feature=youtu.be>



Reportaje en KENIA News en TV Nacional

<https://www.facebook.com/891205000/posts/10164343277735001/?d=n>

Imágenes





COVID, las secuelas de una enfermedad

Karina Cantera Reyes

COVID, las secuelas de una enfermedad

Mis primeros momentos en el mundo de la enfermería

La década de los noventa estaba próxima a llegar a su fin, cuando llegué a esa etapa de la vida en que debes decidir el oficio o actividad a la que te dedicarás el resto de tu vida. Como muchos, esa edad mi preocupación giraba en torno a algo seguro que me proveyera de trabajo y un ingreso constante, pero si además podía generar un bien a los demás ¡Qué mejor!

Fue entonces cuando decidí hacer la carrera técnica en Enfermería en la F.E.S. Iztacala. Por aquellos años no se escuchaba sobre la licenciatura, ese nivel y requerimiento por parte de los hospitales que nos proveen de trabajo llegó años después.

Al finalizar mi carrera tuve que luchar con lo típico para todos los que recién concluimos nuestros estudios; La búsqueda de empleo.

Ingresé a una institución privada (El Grupo Ángeles) en donde al paso del tiempo me convertí en Jefe de Servicio de Terapia Intermedia y Hospitalización, llegué a tener a mi cargo hasta 37 personas. Para la mayoría tenía mi vida hecha: un buen puesto laboral bien remunerado, reconocimiento dentro del trabajo, ejerciendo la profesión que había elegido para mi vida ¿Qué más podía pedir?

Sin embargo, para mí no era así. Tratar con pacientes de clase media alta y alta con demandas que rebasaban en muchas ocasiones lo absurdo, dio como resultado un exceso de estrés que resultaba agobiante. Por ello, para sorpresa de muchos, tras nueve años de servicio en dicha institución, decidí renunciar.

A lo largo de mis años de servicio en una institución privada, escuché en múltiples ocasiones sobre la bonanza de trabajar para este sector en contraposición a los hospitales de gobierno, pues se corría el rumor que eran muchos los pacientes que le correspondían a una sola enfermera para ser atendidos por ella, en contraste con los hospitales privados, sin mencionar las carencias que suelen haber. Pero un día que me encontraba revisando las ofertas laborales en el periódico y casi como narra Carlos Fuentes que le sucedió a Felipe Montero cuando leyó aquel anuncio que lo llevaría a la casa de Aura y la vieja

Consuelo. A mí me sucedió casi lo mismo una mañana del 2012. Sólo que en lugar de que el encabezado dijera “Se solicita historiador”, era el puesto de enfermera la vacante a ocupar para el Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias (INER); Sólo faltaba mi nombre.

Un día después de leer aquel anuncio llamé al número telefónico de referencia y al paso de unos días ingresé al curso para competir por la vacante, poco tiempo después obtuve mi primer contrato eventual, al que le siguieron otros más, hasta el 2013, año en que obtuve el Contrato de Base Reservada y para el 2016 logré finalmente la base.

Para sorpresa mía, no eran muchos los pacientes que le corresponde atender a cada enfermera, pues por lo regular atendemos entre dos y tres pacientes, aunque cuando se trata de un asunto grave, dedicamos exclusivamente nuestro trabajo y atención a ese paciente, sumado a esto, en el INER impera un excelente ambiente laboral. Los reclamos por un control remoto o una almohada incómoda se habían diluido y junto con esas extravagantes exigencias, el estrés también se desvaneció.

Ahora lo único importante es la atención médica, los cuidados y el esfuerzo que realizamos para que el paciente mejore. Hoy me siento completamente satisfecha y verdaderamente útil con trabajo que desempeño.

COVID-19 LLEGA AL INER

Estábamos en la recta final del 2019, a través de los diversos medios de comunicación las primeras noticias sobre el nuevo virus comenzaban a llegar, pero en aquel momento no eran prioridad, pues, pese a que ya no es noticia, la influenza sigue afectando a buena parte de la población y en el peor de los casos puede llevar a su deceso a quienes tienen la mala fortuna de padecerla. Ésa era nuestra prioridad en aquel momento, atender a las víctimas de la influenza.

El tiempo siguió su curso, 2020 llegó y junto con él, las cada vez más alarmantes noticias sobre lo que sucedía en China y Europa. Experimenté miedo al ver todo el equipo que empleaban las enfermeras en China, me pregunté si en México, incluso si en el Hospital especializado en Enfermedades Respiratorias,

estaríamos preparados para atender una enfermedad así. Pero no cabe duda de que el esfuerzo se ha hecho, desde febrero comenzaron a cambiar toda la estructura del hospital para recibir a los futuros pacientes COVID. Los enfermos menos graves fueron trasladados a otros hospitales, mientras se habilitaban los espacios para lo que se avecinaba.

Para el mes de marzo había un sólo tema que iba de boca en boca esparciéndose a lo largo de todos y cada uno de los pasillos del hospital. Nuestra primer paciente COVID estaba siendo atendida en el área de urgencias, lo más triste y alarmante era que se trataba de una nena de apenas siete meses de vida, en ese momento no podía imaginar la angustia por la que transitaban sus padres al ser conscientes que su hija, había adquirido un mal que golpeaba con fuerza la población que se encuentra al otro extremo del mundo. Por fortuna no fue un caso grave, al paso de unas semanas logró recuperarse sin mayor contratiempo.

Marzo trajo consigo también a nuestro segundo paciente, quien lamentablemente perdió la vida. Al parecer se contagió en un concierto de Billy Joel en la Ciudad de México, lo que nos hizo temer que el Festival “Vive Latino” pudiese desatar un tsunami de contagios, al parecer no fue así. Nuestro segundo caso fue el primer deceso en México a causa de este virus.

Tras el segundo caso todo transcurrió de prisa, ya no llegaban los pacientes de uno en uno, de un momento a otro el hospital se inundó de personas contagiadas con el virus SARS-CoV-2. Fue tan vertiginoso que me es imposible recordar quiénes fueron el tercer, cuarto, quinto caso o los que le siguieron.

En ese momento, el temor nos hizo su presa, estábamos frente a una enfermedad de la cual desconocíamos prácticamente todo, nuestro único referente era lo que sucedía en otros países. Para la mayoría era inevitable contrastar el equipo de protección del que habíamos sido provistos en contraposición con el que difundían los medios de otras regiones del mundo como China, esos uniformes plastificados que cubrían casi en su totalidad al personal médico, mientras nosotras vestíamos un uniforme quirúrgico desechable. En esos primeros momentos dudé si sería suficiente para mantenernos a salvo del contagio.

En medio de toda esta incertidumbre, hay una etapa que me será imposible olvidar; el mes de mayo.

No cabe duda, era el quinto mes del 2020, pero el sufrimiento y el dolor esparcidos en todas las áreas de atención, me evocaban aquellas escenas medievales descritas por Dante Alighieri. La enfermedad se desató con toda su crudeza en muchos de nuestros pacientes. A diferencia de lo que ocurrió en China o Europa, en nuestro país el virus no distinguió edad, no eran exclusivamente los adultos mayores quienes padecían los peores estragos de este virus, sino personas de todas las edades llegaban por decenas, sufriendo un cuadro de gravedad. Sin embargo, entre la gran mayoría había una constante: la obesidad.

Si bien es cierto que enfermedades como la diabetes, la hipertensión, u otras afecciones cardíacas o pulmonares son factores que agudizan aún más el riesgo al contraer esta enfermedad, tras lo que me ha tocado ver, podría afirmar que lamentablemente quienes padecen obesidad son también quienes menos oportunidad tienen de poder superarla.

Entre el personal del hospital imperaba la confusión, pues todo lo que veíamos era nuevo. Cuando el recuerdo de ese mes llega a mi memoria, lo percibo inmerso de una silenciosa angustia a causa de desconocer qué más vendría o si aún nos faltaba ser testigos de síntomas cada vez más severos. Pero lo más doloroso para mí en medio de este cataclismo, era y sigue siendo, la lectura de las cartas que los familiares les enviaban a los pacientes en hospitalización. Eso es algo con lo que no he podido en muchas ocasiones: el sufrimiento del paciente y la angustia del familiar plasmada en aquellas líneas, ahoga mi voz, nubla mi vista con “líquido humor” desprendiéndose por mis párpados, mientras siento cómo poco a poco me voy desmoronando por dentro.

La última semana de mayo me llevó a vivir un momento de aflicción e incertidumbre personal. Estaba lejos de mi familia, de mis padres y mi hijo, pues desde abril al salir del hospital, me he recluso en un cuarto de hotel, no quería ir a casa por temor a propagar el contagio y en especial por mis padres, ya que ella padece diabetes y él hipertensión.

El 30 de abril y el 10 de mayo estuve sola, encerrada en esa habitación mirando a mi hijo desde la pantalla de mi teléfono, pero él apenas tiene dos años, no comprende mucho de la tecnología todavía o simplemente no le llama la atención, ni siquiera puede platicar con él por un tiempo prolongado en esas fechas.

De pronto tuve la sensación de que el tiempo era un constante fluir que no me permitía quedarme con algún recuerdo. Deseaba ver a mis papás y a mi hijo, por ello decidí pasar un fin de semana con ellos. Al regresar al hospital y por consiguiente al hotel también, me enteré de que una amiga había dado positivo a esta enfermedad. Ése fue uno de los momentos de mayor desazón, pues había ido a casa, quizás siendo portadora del virus, de ser así, era muy probable que haya contagiado a mis padres. Ellos ya son grandes, además enfermos, este mal podría ser altamente peligroso para ellos. La angustia no me permitía dormir, somaticé la enfermedad, pues padecí dolor de cabeza y garganta, lo que enfatizó todavía más mi creencia de haber contraído la enfermedad. Estaba intranquila y temerosa por lo que a mi hijo y a mis padres les podría ocurrir, por instantes me sentía culpable al pensar que había sido muy imprudente al haber roto el distanciamiento social.

Pese a que en el hotel existe la regla de no alojar a más de una persona por habitación, en esos días una amiga pasó la noche conmigo, los encargados del hotel entendieron la angustia por la que estaba transitando. Unos días más tarde el resultado de mi prueba llegó. Afortunadamente salí negativo a SARS-CoV-2.

La amiga que enfermó no ha sido la única, pues otros compañeros han contraído también el virus, sin embargo, no se han contagiado dentro del hospital, sino fuera, en el marco de sus actividades personales.

Pese a las carencias, hemos aprendido a protegernos y a manejar esta enfermedad. Hoy echo de menos aquel primer equipo quirúrgico desechable con el que comenzamos a trabajar, pues me hacía sentir más protegida, pero, gracias a la escasez hemos tenido que sustituir aquellos uniformes por otros de tela, recordemos que esto es algo que está sucediendo en todo el mundo y ante la infinita demanda, no hay insumos que alcancen para que todos contemos con el equipo de protección adecuado. Empero, ahora sabemos que lo más importante

es cuidar especialmente de nariz, boca, oídos y ojos. Con cubrebocas adecuados (KN95), *goggles* de buena calidad, una escafandra o toca que cubra nuestros oídos y el constante lavado de manos es más que suficiente para mantenernos a salvo del contagio.

Dentro de las actividades que realizo, recibo a los pacientes, tomo sus signos vitales, le suministro medicamentos así como otros cuidados generales. Cuando tengo algún paciente asignado, lo baño, le pongo crema por todo su cuerpo, le realizo curaciones de sondas y catéteres, así como aseo bucal el cual incluye la aspiración de secreciones. También preparo infusiones para mantenerlo bajo sedo analgesia y por supuesto me encargo de su vigilancia constante. Sin embargo, cuando se trata de un caso grave, hay que valorar si se le puede bañar e incluso si se le puede cambiar la ropa de cama, pues hay pacientes a los que se les dice que está en un estado lábil, es decir, se encuentran sumamente graves y si a esto le sumamos el inmenso dolor que experimentan, mi misión es generar las condiciones que le provea del mayor confort posible o al menos no generar un malestar mayor del que ya de por sí experimentan, con estos pacientes hay que mantener una vigilancia más extrema, es por ello que en el INER en lugar de atender dos o tres casos simultáneamente, atendemos sólo uno cuando se trata de un enfermo grave.

Buena parte del equipo que ahora nos llega es de donaciones y no cuenta con las características que necesitamos para mantenernos a salvo, por ello hemos tenido que hacer uso de nuestros propios recursos para proveernos del el equipo adecuado.

En mi caso tuve que reemplazar mis lentes de armazón por unos de contacto, ya que es necesario utilizar *goggles* en todo momento; Éstos últimos los puedes encontrar en Mercado Libre desde \$200.00, pero son de mala calidad y por el uso continuo por un largo tiempo resultan demasiado incómodos, además poco prácticos, sin embargo, encontramos otros que se ajustan más a nuestras necesidades con un proveedor en Xochimilco, tienen un costo de \$1,800.00 cada

uno, muchos hicimos ese gasto para mantenernos a salvo; Las escafandras se venden en paquetes de 100 por \$1,200.00; Lo más difícil de encontrar son las mascarillas, quizás por la alta demanda que hay no sólo por parte del personal médico sino por el resto del mundo ya que es lo que más se utiliza para evitar el contagio. Otro problema al que nos enfrentamos, es que los cubrebocas KN95 que hoy se ofrecen en el mercado no son originales ni cuentan con las características requeridas dentro del área de hospitalización. Además es obvio que ante la escasez y la alta demanda los precios se han disparado; Lo mismo sucede con los *goggles* que antes tenían un costo de alrededor de \$300.00 o \$400.00 ahora te los encuentras a un precio mucho mayor.

Otro problema al que nos enfrentamos, es el largo tiempo que debemos llevar puesto todo el equipo, ya que no te lo puedes quitar ni para ir al baño. Junto a esto la inhalación constante de CO₂ acumulado a causa del cubrebocas, produce un excesivo cansancio e incluso mareos a lo largo de la jornada laboral.

En el terremoto del 24 de junio que acabamos de padecer, salimos de las instalaciones sin podernos quitar el equipo, sin embargo, y sin previo simulacro que nos indicaran cómo reaccionar, nos mantuvimos en un área segura y lejos del resto de la gente que no está en contacto con esta enfermedad. La conciencia que hemos generado a causa de lo que vemos día a día nos permitió reaccionar de manera adecuada y segura para todos.

En mi caso no he recibido agresiones, rechazo ni ningún tipo de discriminación por estar en contacto directo con los pacientes COVID, lo peor que me sucedió fue en una ocasión cuando una señora que iba sentada a mi lado, decidió cambiarse de lugar, quizás por temor a que se fuera a contagiar. Pero tras las primeras noticias que se dieron respecto a quienes tuvieron que enfrentar una agresión mayor, las autoridades nos recomendaron que fuera del hospital vistiésemos sin el uniforme que nos caracteriza como personal de salud, además por parte de GNP y del sindicato, nos proporcionaron unidades de transporte, para que no tuviésemos que utilizar el transporte público, pero al estar en aislamiento

social recluida en una habitación de hotel, no he tenido que hacer uso de esos medios.

Es difícil estar aislada, muchas veces, a la hora de la comida hago videollamadas para no sentirme sola, el contacto más frecuente que tengo con otras personas es en el hospital, ya sea con mis compañeros o con los pacientes, pues desde que llegamos al hotel cada uno permanece en su propia habitación hasta el día siguiente que vamos al hospital nuevamente.

No veo noticias porque me causan una terrible ansiedad, prefiero leer, escuchar música o platicar con quienes están lejos de todo esto que nosotras enfrentamos día con día.

Sin embargo, para mi familia también ha sido difícil, mi mamá ha padecido una fuerte ansiedad por el confinamiento, así como por la inmensa cantidad de enfermos que a diario se reportan en los medios de comunicación y obviamente por las noticias que le llegan de los vecinos que se han contagiado. Mi papá no se preocupa tanto por lo anterior, pero ya no soporta el encierro, es de esos hombres que toda su vida han trabajado y la inacción lo está afectando demasiado. Mientras que a mí, la lejanía y el poco contacto con mi niño es la parte que más reciento, pues tengo la extraña sensación de estarme perdiendo una parte importante de su vida al mantenerme alejada de él por un tiempo prolongado.

Cuando salgo a la calle y veo cómo muchos parecen no preocuparse por todo esto, de pronto no lo entiendo, quizás sea necesario ser testigos de lo que he visto, para que entiendan que esta es una enfermedad muy seria y que tal vez, al igual que la influenza haya llegado para jamás irse. Y ésa es otra de mis mayores preocupaciones. Si este virus prevalece hasta octubre, se va a juntar con el periodo de influenza. En ese momento si los contagios no merman, es probable que el sistema de salud colapse al no haber los suficientes hospitales y camas disponibles para todos aquellos que se vean afectados por una u otra enfermedad.

Cuando soy testigo de la forma incorrecta como muchos usan el cubrebocas ya sea llevándolo en la barbilla o no cubriéndose la nariz, mientras que otros tocan constantemente su mascarilla y rostro con las manos e incluso quienes usan careta hacen lo mismo que los anteriores, sé que la supuesta protección que traen encima no les sirve de nada.

Hace falta educación y conciencia sobre esta enfermedad, así como una acción verdadera para que la gente se proteja. Si mi niño de dos años sabe que al entrar a casa uno se debe lavar de inmediato las manos. ¿Por qué muchos no logran esa conciencia?

Las acciones son simples. No salir a menos que sea necesario, incluso uno puede ir al trabajo implementando las acciones necesarias de la manera adecuada. Si llevas cubrebocas o mascarilla ¡Póntelo! No lo portes como una simple decoración de tu vestimenta; Protege tu nariz y tu boca no sólo una de ellas ni mucho menos utilices la mascarilla como barbilla. Si es posible usa *goggles*, pero también una careta te puede ser útil para proteger tus ojos. Lava tus manos constantemente, de preferencia con agua y jabón, pero si no tienes a la mano, un gel con base en alcohol también puede ser útil. Procura no tocarte la cara ni el cubrebocas mientras estás fuera, pues en tus manos puede estar el virus y mediante ellas puede llegar a su punto de acceso en tu cuerpo. Mantén el aislamiento social, pues por el deseo de salir a una fiesta o de simple paseo te puedes poner en riesgo tanto tú como a algún miembro de tu familia.

Entre los casos que he atendido, recuerdo el de una señora que al parecer no había salido de casa, mantuvo en todo momento el aislamiento social pese a lo difícil que resulta para todos el confinamiento. Sin embargo, su esposo en un momento no pudo más, decidió salir a una fiesta, lamentablemente contrajo el virus, para él no fue tan grave, pero ella tuvo que padecer los síntomas más alarmantes. Por fortuna pudo salir sin la necesidad de ser intubada.

Para mí no hay mayor satisfacción que ver cómo mis pacientes son dados de alta sin haber tenido que ser intubados, me gusta pensar que mis cuidados los han ayudado a superar esta enfermedad sin que tengan que padecer el tratamiento más severo para ellos.

Hay gente muy linda que incluso nos piensa o nos dice “héroes” por el trabajo que estamos desarrollando, pero estoy segura que para la mayoría de todos los que atendemos a los pacientes con esta enfermedad, no habría mayor regalo ni mejor reconocimiento que la conciencia y el cuidado propio de cada uno de los ciudadanos, pues de este modo cada vez habría menos contagios, todos o al menos la inmensa mayoría podría regresar a las actividades que realizaban antes de todo esto, mientras nosotras podríamos recuperar la convivencia con nuestras familias.

Corazones de amparo y fortaleza

Aimée Cárdenas González

CORAZONES DE AMPARO Y FORTALEZA

1. Un sueño cumplido

He convivido con la muerte, pero también con la vida. Muchas veces me culpo por aceptar que la muerte visita cuando sabe que el ser humano tendrá más beneficios de la muerte que de la vida, es duro decirlo así, lo sé, pero considero que lo peor que puede acompañar en la vida al ser humano es la pesadez de un cuerpo enfermo, de ser dependiente a las medicinas, tratamientos y de las reacciones que estos repercutirán diariamente en el cuerpo y las emociones.

México me dio un hogar, una familia y tristemente, una niñez que se crió en pobreza. Durante mi infancia crecí en el seno de una familia de once integrantes que vivían ajenos a la opulencia. Mi madre, quien no tuvo la oportunidad de estudiar, siempre nos inculcó en la mente de cada uno la importancia y necesidad de insertar a la educación como el camino más fiel de cambiar nuestro futuro. Mi padre, quien lamentablemente murió joven a causa del alcohol, siempre apoyó a mi madre a mantener el espíritu del conocimiento como luz de prosperidad.

Hoy no existe mayor regalo y agradecimiento a mis padres por forjarnos al conocimiento como la semilla que da frutos, victorias y alegrías propias. Una opulencia que nos colmó de riqueza en medio de la pobreza.

Mi primer acercamiento a la enfermería lo tuve a los cuatro años de edad, sin duda, un parteaguas de mi infancia que me enseñó que tan importante es la gente que te rodea dentro de las paredes de un hospital. Una de las mis más grandes vivencias que le dan voz a esta historia.

A mis pocos años de edad fui diagnosticada con fiebre reumática, una complicación derivada por *faringoamigdalitis* de repetición, que me obligó a pasar años de tratamiento y continuas visitas al Hospital General de Zona XXIV del IMSS (Instituto Mexicano del Seguro Social). Era una niña, lo sé, muchos de aquellos recuerdos se han ido volando de mi memoria al pasar de los años, ¡y me alegra que haya sido así!, ya que la enfermedad, cualquier que sea, siempre se presenta como un desafío que no mide edad, género o condición social.

Hoy escribo esta anécdota desde la memoria de una niña que recuerda que, aunque las circunstancias son turbias en ocasiones, siempre existirá alguien o algo que te ayudarán a luchar, aprender y continuar. Hoy en día, esa esperanza le llamo Enfermería, una de las profesiones que, desde mis ojos y experiencia, requiere de una entrega que va más allá de aulas, libros completos de teoría, son enseñanzas que superan la realidad de los aprendidos; fortaleza que se adquiere en lo vivido.

Desde esos días hasta hoy, puedo situar en mi diccionario la palabra “humanidad” desde un sentido que sembró en mí el espíritu del servir, de ver en la enfermedad una oportunidad para descubrir las fortalezas, anhelos y, sobre todo, sueños.

¿Por qué enfermera quirúrgica?

La anatomía como la fisiología del ser humano es prodigiosa. El área quirúrgica de la enfermería sin duda me ha permitido emplazarme como la mano derecha del cirujano, de ser partícipe de cada decisión que se toma en los procedimientos quirúrgicos. Me apasiona estar en cirugías cardiovasculares, el corazón es el órgano más delicado y extraordinario, sin duda, no existe nada igual de fascinante que ver la vida tan cerca, tan frágil y perfecta.

A mis veinticinco años de servicio como Enfermera Quirúrgica, me llevó en mí memoria y en mi trayectoria profesional, a la enfermería como mi sueño más profundo en éste tan delicado y ambiguo camino llamado vida.

2. No somos héroes, somos humanos.

No somos héroes, la gente nos ha llamado así para reconfortar la labor que llevamos a cabo diariamente dentro de las paredes de un hospital. La verdad es que somos humanos, y como tal extensión de la palabra, tenemos incertidumbre, frustración, impotencia y, sobre todo, miedo, miedo a contagiar a nuestros seres queridos, miedo a la enfermedad, miedo a la muerte.

¿Tengo una anécdota que contar?

Considero que una sola anécdota no me bastaría para poder describir cada una de las tantas experiencias que me han acompañado a lo largo de mi carrera

profesional. Sin duda cada día ha sido una historia que me ha desafiado no sólo desde mis conocimientos, sino, desde mi fortaleza, desde aquel momento en que la vida es un lapso tan corto y efímero.

No obstante, hoy quiero dedicar el presente apartado para narrar uno de los más quebrantables escenarios que he vivido en mi vida como personal de la salud, como persona, como madre, y, ante todo, ser humano.

Ojalá el hombre fuese tan perfecto como en su interior, sin embargo, hemos rebasado límites, fronteras que dividen entre lo que es racional e irracional. Nos devoramos, y no sólo hablo de la necesidad de querer abarcar hasta el último espacio en donde aún no tenemos conocimiento, sino de querer siempre avanzar más que el prójimo y vencerlo.

En el campo de la salud tenemos el claro y visible ejemplo de lo que la medicina ha sido capaz de lograr (prótesis, implantes, robots durante los procesos quirúrgicos, trasplantes, etcétera) para mejorar la calidad de vida, así como de dar una segunda oportunidad para vivir una vida digna y de calidad.

Hoy, ante tantas maravillas y panoramas indescriptibles e imaginables de la creación humana, nos vemos débiles, susceptibles, incapaces de sostenernos en medio de la incierta realidad de nuestro presente y futuro.

Por unas cuantas semanas la humanidad se detuvo, el miedo invadió, y para el personal médico y de la salud, todo cambió. Hoy la ciencia nos demuestra cuán débiles somos al encontrar una solución viable a la enfermedad y a combatir la fragilidad del cuerpo, de ser capaces de encontrar respuestas viables a las incertidumbres que hoy nos dejan sin millones de vidas.

Creíamos tener la respuesta, creímos que una hemodiálisis o diálisis se trataba a través de una insuficiencia hepática; una insuficiencia cardiaca se curaba al buscar un donante y llevar a cabo un trasplante de corazón, pero hoy, hoy seguimos inmersos ante un sombrío panorama de desilusión y terror.

La pandemia provocada por el virus SARS-CoV2 (COVID-19) ha sido sin duda, una de los mayores desafíos para el equipo de trabajo, ya que desde el primer día que se equipó el espacio destinado al *Triage* respiratorio para identificar

pacientes con signos, síntomas y sospecha de COVID, lo único seguro que hemos tenido es la improvisación de mantener al paciente con vida, de llevar a cabo procedimientos que le dan la oportunidad de tomar unos minutos más de vida, de aire, de fuerza o en su caso, de un descanso eterno.

Hoy el sistema de salud, México, sus familias y el mundo entero está de luto, un luto que pinta de negro el alma, el corazón y las entrañas de las personas que pisan la entrada de un hospital con la sangre coagulada desde los dedos de los pies, hasta el último respiro que exhala de un cuerpo invadido por las fallas múltiples internas que causan rigidez muscular, frialdad, palidez, ojos opacos y sin brillo. Las marcas de una muerte inminente.

Recuerdo una paciente, quizá uno de los casos más desgarradores que he vivido durante esta historia, en donde, pude presenciar la tristeza de un individuo ante la soledad de la muerte, del olvido y del descuido. Una tarde, mientras me encontraba en el *Triage* respiratorio, recibí a una paciente de la tercera edad con signos claros de COVID-19, ella se encontraba sentada en una silla de ruedas, con su cabeza insostenible por ella misma, sin un mínimo signo de actividad física y mental propia.

Al acercarme a ella vi su boca negra con signos de desesperación y falta de respiración; pañal sucio, orinado; úlceras expuestas provocadas por la presión de su cuerpo inmóvil y negligente. Al evaluarla y recostarla sobre la camilla, no hubo más que sostenerla, y empezar a esparcir y colocar torundas con solución de cloro en sus ojos, boca, nariz, oídos, recto y vagina. Una muerte inminente.

¡Mi madre venía bien!, ¡ustedes la mataron!, ¡es mentira que está muerta!

Exclamaron los hijos de la paciente, mientras comenzábamos a introducir su cuerpo en las bolsas diseñadas para pacientes con causa de muerte por COVID-19. Jamás había presenciado reclamos y llanto llenos de cinismo, pena y vergüenza. Una muerte que no sólo deja los rasgos indudables de una pandemia, sino también del olvido, desolación y desesperanza.

3. Terrenal y espíritu

“Solo él puede librarte de las trampas del cazador y de mortíferas plagas, pues te cubrirá con sus plumas y bajo sus alas hallarás refugio. ¡Su verdad será tu escudo y tu baluarte”! (Salmo:91)

Creí haber experimentado el miedo, ese sentimiento inapelable al ser humano en los momentos dificultosos y desaliento. Creí sentir miedo al convertirme en madre, superar un divorcio, criar dos hijos siendo madre y padre a la par, creí ser consciente de lo que era tener miedo al enfrentarme a la vida. Hoy, sé que he vivido equivocada.

Desde pequeña, mi madre nos inculcó a la religión como el camino más fiel para obtener una enseñanza de bien, de refugiarnos en ella para el entendimiento de la vida, de los seres humanos, razón, ser y pensamiento. Como regla de cada domingo, la misa dominical nos reunía debajo del techo de la iglesia de la colonia, en donde se aprovechaba para ponerse al orden en todos los temas relacionados con los vecinos, comunicados y una que otra palabrería.

Creo que mi madre se sentía aliviada de criar a doce hijos en el camino de Dios, en la fe y esperanza de crear hombres y mujeres de bien. Al pasar de los años, la vida nos fue dando enseñanzas que nos forjaron en carácter y decisiones, emprendiendo lo que nuestra madre siempre inculcó en beneficio de construir una igualdad y estabilidad física y emocional.

Una tarde, mientras nos disponíamos a compartir la mesa, sonó el teléfono de la casa, mi madre al siempre estar atareada no logró escuchar ni un poco el sonido del llamado. Mi hermano que se encontraba cerca del teléfono lo tomó para poder responder la llamada.

A los poco minutos, mi madre soltó de sus manos la cuchara con la que movía la sopa, sus músculos se pusieron rígidos al igual que su expresión fácil, sin aliento ni parpadeo, todos nos quedamos conmocionados.

Dos días después nos encontrábamos velando a mi hermana Concha, la hermana mayor de la familia. La causa, fue uno de los sucesos que más impactaron mi vida, sucesos inexplicables. Los peritos informaron de que mi

hermana se encontraba en la banqueta de Montevideo y Euskaro esperando su camión, cuando al parecer un pie se le torció y cayó en la banqueta sin que el conductor del camión lograra parar ante ella.

Recuerdo el día en que fuimos a reconocer el cadáver de mi hermana al Ministerio Público, mi madre abrió la bolsa mortuoria y se desplomó, sus ojos expresaban un llanto de impotencia, rabia e incredulidad.

Al día de hoy, esas nublosas imágenes han regresado a mi memoria, a aquellos días donde la muerte rondaba en mis sueños, fe y fortaleza, en un espíritu que anhelaba recuperar la paz y guía de un ser supremo.

¿Cómo recuperar la fe? Es difícil sentirla al ver que tus compañeros pierden la vida entregando sus servicios a la gente en las salas de emergencia, checando su saturación de oxígeno, colocando una mascarilla de apoyo, instalando un catéter y gasometría atrial; llevando a cabo cada procedimiento en un tiempo límite de 20 minutos antes de que el paciente pierda su última oportunidad de vida.

No queremos perder más compañeros, merecemos apoyo, exhortamos ser respaldados por nuestras instituciones, por nuestro pueblo mexicano, por cada una de las personas que son agente de cambio y de un mejor futuro ante la actual situación que vivimos.

Si bien está pandemia nos ha demostrado un mal panorama, hoy también nos demuestra el poder del conocimiento y la información, cultivando mentes razonables para llevar a cabo los procedimientos adecuados para cuidar de nuestra vida, de nuestra familia y de los demás.

Nos hemos dado cuenta de que todos los seres humanos tenemos necesidades y carencias, sin duda, hoy el personal de Enfermería no se queda atrás al afrontar una de las crisis más grandes emocional y físicamente, momentos que nos pone a prueba como equipo multidisciplinario. Si uno falla, fallamos todos.

¿Todos los seres humanos necesitan creer en un Dios? Quizá hoy confirmo esa pregunta, no con la intención de mezclar temas religiosos o revueltas, sino con el único objetivo de hallar la fuerza en un suceso que nos ha arrebatado la fuerza y anhelo en medio de las tinieblas.

4. México, ¡Hora de luchar contra tus pandemias!

Hoy combatimos más que un virus. En medio de una crisis mundial, nuestro país ha sacado a la luz sus enfermedades y debilidades propias. Afrontamos hoy la debilidad y quebrantad de un sistema de salud que divide entre lo público y privado, IMSS o ISSSTE, así como temas políticos y gubernamentales. Al día de hoy, nuestra prioridad está centrada en salvar todas las vidas posibles.

México resalta las deficiencias al tener como primera causa de muerte a las enfermedades crónica degenerativas, un resultado que nos muestra la premura por responsabilizarnos de los malos que aquejan a nuestra población, así como de las oportunidades que debemos acatar para lograr un mejor estilo de vida.

De igual forma, es urgente dar a conocer los beneficios de la palabra “prevención” en la forma de vida y pensamiento del mexicano y de cualquier ser humano. No podemos seguir permitiendo que las salas de un quirófano estén ocupadas por casos que pudieron ser diagnosticados y tratados paulatinamente.

Al día de hoy, la Enfermería exhorta a su pueblo ser conscientes de la salud como el valor máspreciado e irremplazable. No existe mayor temor que un cuerpo y mente olvidados.

Los desafíos que tenemos en puertas nos rebasan, sin embargo, cómo en cada día que ha pasado, hemos demostrado ser frente a una situación que no contemplábamos con responsabilidad, humanidad e incluso con la vida. ¡Somos un gran equipo, y estoy agradecida el pertenecer a él!

Estamos en el inicio de lo que será esta historia, sin embargo, como voz de muchas enfermeras, alzamos un grito, ¡México, vence tus pandemias!

5. Corazón de fortaleza

Son ya cinco meses que está pandemia comenzó, ¿qué nos espera? Es la respuesta que llevamos cada día en la mente, en los sentimientos y la esperanza. El camino lamentablemente se vislumbra incierto para la humanidad, ya que hoy, más que nunca somos frágiles por no tener respuestas y soluciones.

Uno, dos, tres años, nadie sabe cuándo podremos acceder de nuevo a nuestras áreas de trabajo sin preocuparnos por portar adecuadamente el equipo de protección personal, cada regla, y medida de precaución para mantenernos a salvo y con vida.

Cada persona presente en un hospital COVID es un foco rojo de contagio, desde aquel que prepara los alimentos para el personal de salud, hasta la persona que ocupa un puesto en el área administrativa del hospital. Somos conscientes del peligro, de las consecuencias, pero también de la satisfacción y valentía que significa luchar por un país y por sus habitantes.

Enfermería es un equipo que se tiene que fortalecer desde el conocimiento, calidez y humildad ante las exigencias y carencias que están porvenir, ya que, hasta el día de hoy, nada se ha establecido; cada paciente es un reto e historia nueva por narrar.

Cada persona ocupará su bolígrafo para narrar su historia y sentir ante una guerra que no permite usar armas o explosivos. Hoy solo somos seres humanos que afrontamos nuestra propia guerra interna ante el mundo. No quiero que me llamen héroe, quiero protección, y no sólo de un virus letal, sino de la desinformación de la gente, del maltrato laboral, amenazas y las agresiones.

Soy Enfermera Quirúrgica, compañera de trabajo, madre, hermana, mujer e hija, cada rol expresado con un corazón que ha buscado sobreponerse a las situaciones, temores y retos que la vida me ha puesto en cada instante.

Veinticinco años de servicio a la salud, veintiséis años siendo madre y cincuenta y dos años como ser humano. No sé cuántas décadas seguiré recorriendo el enigmático camino de la vida, sin embargo, seguiré aferrándome a prepararme por amor a mi profesión con calidad, humanismo y conocimiento.

Nos corresponde transmitir lo aprendido a futuras generaciones, ya que, al vivir en un país en vías de desarrollo, nos topamos con las deficiencias que en otros países ya implementan para seguir salvando vidas.

Cada enfermera debe luchar por su continuo desarrollo, ya que sólo así podremos visualizar a nuestra profesión desde una jerarquía de liderazgo y

competencia. No somos más ni somos menos, somos seres preparados para proporcionar cuidado al paciente con calidad, humanismo y sentido crítico.

El mundo ha demostrado que el conocimiento es la base para vislumbrar personas más conscientes de su entorno, de las decisiones que le corresponde para vivir en sociedades justas y equitativas. Desde esa visión la salud es situada desde un contexto de derecho y responsabilidad, que todo poblador del mundo debe anexar para contar con una calidad de vida.

Esta pandemia ha acrecentado la pobreza, marginación y vulnerabilidad que se vive diariamente en el mundo y nuestro país, y aunque estoy consciente de que es una tarea ardua de erradicar, se deben buscar estrategias que minimicen los daños que repercutirán a corto y a largo plazo.

Hace veinticinco años decidí ser enfermera por vocación a pesar de los múltiples obstáculos que se presentaban en mi vida, sin embargo, siempre tuve claro que desistir me haría perder de las múltiples satisfacciones en mi vida profesional y personal.

Cada paciente que egresa del hospital agradeciendo por otra oportunidad de vida es una satisfacción que me llevo prensada en mi ser, en mi voluntad y lucha por ser mejor persona y Enfermera.

Cada día que pasa y me permite participar activamente en el tratamiento de los pacientes, es una oportunidad para agradecer y enaltecer el sueño que comenzó cuando tenía apenas cuatro años de edad, aquel deseo de regresar un poco de lo que la vida y la Enfermería me dio.

México, su equipo de salud, y cada persona que luchamos por seguir adelante afronta un presente que jamás creímos vivir y ser parte. Hoy mi más grande esperanza no proviene de un gobierno o elecciones, sino de ser lo suficientemente fuerte para afrontar una batalla que pone en duda mi fortaleza y mi vida.

Soy parte de un cambio en la humanidad, en la regeneración y búsqueda de un nuevo sentido y dirección en las mentes y acciones de los individuos, y hoy, enaltezco mi corazón lleno de amparo y esperanza para sobrellevar cada circunstancia que vivimos y estamos por vivir.

Mi nombre es Beatriz González Ávila, soy Enfermera Quirúrgica del Centro Médico Nacional 20 de noviembre, en el área de quirófanos. Desde hace cinco meses escribo en mi vida uno de los momentos más complejos en mi profesión y en mi persona.

El tiempo pasará, pero estoy segura de que el mundo jamás olvidará estos días en que todo parece derrumbarse, momentos que acompañan en su luto a millones de personas en el mundo, por una causa que puede denominarse como, “Una de las mayores extinciones del hombre”.

Mantengo mi fe en que la vida me permitirá seguir narrando esta historia, sin embargo, en estas cuartillas comparto desde mis sentimientos más internos el inicio de un sueño que comenzó en la mente de una niña y paciente, hasta el día de hoy que entrego mi vida a la salud.

Quizá lucharemos contra esta pandemia por muchos años más, sin embargo, no quitamos del renglón, todo el panorama que nos queja desde tiempo pasados hasta el día hoy. Cáncer, SIDA, hepatitis, enfermedades cardiacas, pulmonares, obesidad, diabetes y una lista larga interminable de padecimientos seguirán retando la capacidad emblemática del hombre.

Agradezco a la escritura y lectura de todos aquellos que me permitieron compartir ante un testimonio de vida y de fe. Desde el más interno sentimiento, le dejo a la escritura el poder de transmitir la esperanza en tiempo de desasosiego.

“Si tuviera que decir algo sobre mi vida, diría que soy una mujer con habilidades ordinarias que ha sido guiada por Dios a través de caminos extraños y poco comunes para cumplir su voluntad”. Florence Nightingale.

Diario de Metrodora

"Cilia Baiamor"

9 de mayo de 2020 (sábado)

Ya está aquí. Ni siquiera el Hospital Psiquiátrico Villa Ocaranza pudo ser inmune. Muy en el fondo sabía que tarde o temprano tendríamos que afrontarnos a él, pero cuando la respuesta en el hospital es tardía, el equipo de protección inexistente y la información respecto a cómo hacerle frente parece moverse entre la superstición y el saber científico, es inevitable sentirse invadida por un sentimiento de impotencia. ¿Debería avergonzarme de ser médico y tenerle miedo a la enfermedad? Tantos años dedicados a entender los padecimientos, sobre todo mentales, como para que súbitamente frente a mí el enemigo sea aquello que tanto he estudiado. Parece incluso absurdo que de agente en el combate a la enfermedad, hoy me sepa una paciente en potencia. Sé que, frente a él, estoy desarmada ¿cómo curar si no hay curación? Siglos de avances científicos como para que hoy él nos parezca indestructible. Invadida por estos pensamientos fue que me acerqué a una paciente femenina con retraso mental de sesenta y cinco años aproximadamente. Cleotilde había sido infectada por él y, para mi sorpresa, las enfermeras manipulaban su cuerpo sin ningún tipo de protección, como si se tratara de una paciente cualquiera. Al revisar su expediente, descubrí que ni siquiera ahí había una nota que mencionara la sospecha, casi como si fuera a nosotros de adivinar a qué se debía su internamiento en la Unidad Médica. Sobre nosotros la responsabilidad de saber qué hacer con ella hasta que se le realizara la prueba el lunes 11 de mayo.

10 de mayo (domingo)

Llegué a casa particularmente exhausta. Sin duda es debido al estrés que me genera saber que Villa Ocaranza que no fue contemplado para ser un hospital que pudiera hacerle frente a él, peligra con ser uno de sus tantos refugios.

¿Habré por fin auscultado un cuerpo invadido por el enemigo invisible? ¿Mis precauciones habrán sido suficientes? Y si me enfermo, ¿quién cuidará de mí? Sobre todo cuando la vulnerabilidad de mis más cercanos les imposibilita estar cerca de mí.

Esta situación me lleva a pensar en Arturo con particular fuerza, aunque ni siquiera sé si él mismo hubiera podido quedarse a mi lado ¿es posible para los que combatimos al enemigo amar y ser amados al margen de este periodo que las potencias económicas han decidido llamar “guerra”? Y si este periodo dura uno o dos años como se vaticina, ¿eso significará que por primera vez no habrá amor para los combatientes? Pues para nosotros todo contacto físico es una afrenta para la salud del otro.

11 de mayo (lunes)

Hoy le realizarán la prueba a Cleotilde. Espero con impaciencia los resultados que llegarán justo cuando me toca trabajar. Seré yo quien deberá hacerle frente al caos si el resultado es positivo. Lidiar con el caos, como si no fuera suficiente con lo que estoy atravesando yo misma. La doble cara del caos: caos interior y caos exterior. Mi vida pasó de ser esa lenta construcción de lo que socialmente se espera de una mujer de mi edad: pareja estable, hogar, buen trabajo, auto, posibilidad de crecimiento. A la pérdida de todo: fin de mi relación de nueve años, ningún hogar en el cual resguardarme cuando la pena es grande, sin ahorros (éstos los invertí en un viaje a Australia que sólo aceleró el término de lo que tenía con Arturo) y ahora ni siquiera puedo resguardarme con mi familia, soy un peligro para ellos, sobre todo para mi madre diabética. Mujer nimia, así me siento hoy.

12 de mayo (martes)

Cleotilde siguió sin presentar síntomas graves, tiene fiebre y algunas molestias, pero por el momento no hay problemas respiratorios que deban alertarnos. Tengo suerte de que a pesar de que en Villa Ocaranza el personal no cuenta con el equipo de protección debido (llegamos incluso a tener desabasto de jabón y sanitas al inicio de la epidemia) yo haya podido hacerme del material necesario: careta, *goggles*, cubrebocas, guantes, overol.

Observé a Cleotilde toda la noche sentada en una de las sillas acolchonadas donde suelo descansar cuando el turno transcurre tranquilo.

Cuando empecé a trabajar aquí, recuerdo cómo este turno me parecía una condena para los novatos del hospital. Por supuesto, ¿quién querría tener que pasearse entre la obscuridad, el frío y la bruma hidalguenses de lo que fuera una hacienda abandonada ahora convertida en sanatorio psiquiátrico? Las historias de terror que circulan entre el personal no ayudan, gente que se aparece entre las ruinas de la vieja hacienda, el eco de voces que, se dice, quedaron atrapadas entre las paredes despostilladas. Pero el terror en Ocaranza no es solo fruto de leyendas, la vulnerabilidad de los pacientes, sobre todo de sexo femenino, nos ha llevado en múltiples ocasiones a alimentar los relatos sobre el horror que puede sufrir la gente con padecimientos mentales. Es por ello que en la noche le temo más al hombre de carne y hueso, al hombre vivo, que a su fantasma. Llevo ya dieciséis años trabajando en este turno, la novatada ha quedado atrás, la precaución nocturna permanece y el gusto por trabajar hasta el alba es auténtico.

13 de mayo (miércoles)

Hoy recibí la lista de víveres que necesitan mis padres, mi hermana y mis sobrinas, estas últimas empezaron a vivir con ellos cuando la epidemia comenzó. Yo tuve que vivir con mis padres a mi regreso de Australia y al término de mi relación sentimental, pero eso no duró mucho tiempo una vez que la situación sanitaria empeoró. Recuerdo perfecto el día en que partí de casa de mis padres, los abracé tan fuerte que mi padre no pudo evitar ponerse a llorar. “Nos abrazas como si te despidieras”, dijo. Y, sí, él no se equivocaba, porque la incertidumbre en la que nos encontramos significa también que la vida, la proximidad del otro, simplemente no podrá tener lugar pronto. Fue así que me encontré mudándome por tercera ocasión a casa de mi hermana que en ese momento se encontraba vacía. Sin embargo, el gusto por estar ahí no duró mucho, rápidamente me sentí abrumada por lo ajeno que me era ese sitio.

Reconocía los objetos ahí presentes, sobre la cama los vestidos de mis sobrinas, tirados en medio de la sala los tacones de aguja de mi hermana con los que un día se rompió el tobillo, sobre el microondas la bolsa que le regalé a mi sobrina el día de sus quince años, en el refrigerador comida caduca, adentro de la

lavadora ropa que se acartonó por no haber sido tendida a tiempo. Sin duda este lugar se ve y se siente como un hogar abandonado, víctima de la huida. Para que mis padres, mi prima y mis sobrinas no tuvieran que salir de la casa fue entonces que nos impusimos una serie de rituales semanales, mi madre me envía la lista de lo que les hace falta por mensaje y yo me encargo de ir a comprar todo lo que necesitan. Al llegar a su casa si tengo tiempo yo misma desinfecto con cloro toda la despensa, si no lo logro hacer yo coloco entonces las cosas en la barda de la entrada principal y es mi padre quien limpia todo antes de meterlo a la casa. De todos en la casa resultó ser él el más responsable al momento de desinfectar cuidadosamente cada objeto. Me tranquiliza saberlos en casa acompañándose durante este periodo y tomando las medidas necesarias para no correr ningún riesgo. Pero debo reconocer que cuando pienso en mí y me veo habitando la casa de mi hermana, me invade un deseo de encontrar un lugar en donde sienta que se trata realmente de mi espacio. El momento ha llegado tal vez de que este hogar vuelva a ser víctima de la huida. Partir, pero ¿adónde?

14 de mayo (jueves)

Cleotilde dio positivo. Hoy recibimos los resultados y ahora el pánico en el hospital, cunde. Las enfermeras y parte del personal culparon a los médicos y a la institución por el mal manejo de una paciente con sospecha de infección y por el nulo equipo de protección. Cuando Cleotilde presentó los primeros síntomas, como fiebre, pasaron dos días antes de que se le aislara. Ante el miedo, súbitamente todos querían irse de incapacidad o simplemente habían dejado de venir a trabajar, una demanda se estaba preparando contra el hospital.

Por la manera en la que los espacios en Villa Ocaranza están acondicionados la probabilidad de que la mayoría del personal haya tenido contacto con Cleotilde era muy alta.

El hospital Villa Ocaranza está compuesto por diez villas clasificadas por nombre de flores, para cada flor, un diagnóstico. Dalias es la casa de las enfermedades degenerativas; Gardenias el lugar habitado por los pacientes de

difícil contención; la Unidad Azaleas recibe las urgencias psiquiátricas; Crisantemos y Jazmines son las casas donde viven las personas seniles, razón por la cual éstas últimas son dependientes al cien por ciento del personal. No es entonces de sorprender que cuando se supo que Cleotilde, quien habita en Jazmines, había dado positivo, el pavor era compartido por todos nosotros. Pero más que un miedo a Cleotilde como portadora de *él*, nuestra angustia reposaba sobre una interrogante que había absolutamente que resolver: ¿y quién infectó a Cleotilde? Ninguno de los pacientes que habitan las villas salen de Ocaranza, entonces alguno de nosotros estaba al origen de lo que ya parecía ser una pesadilla.

15 de mayo (viernes)

Subíamos un monte ubicado en El Hiloche mi mamá, mi hermana, mis sobrinas y yo. En algún momento veíamos aparecer frente a nosotras una bifurcación, mientras mi hermana, mis sobrinas y yo tomábamos el camino a la izquierda; mi mamá tomaba el camino a la derecha. Nuestro camino nos llevaba a descender del monte, una vez abajo el tiempo pasaba y Rafaela, mi mamá, no salía. Fue entonces que me volví a adentrar al monte para buscarla. La roca, la tierra y las raíces no me bastaron para dar con ella, cuando menos me di cuenta ya estaba continuando mi búsqueda en el océano. Sumergida en él veía con la nitidez que sólo el agua cristalina puede ofrecernos corales, peces, algas, camarones y estrellas de mar pero nada. Rafaela no aparecía. Al salir del mar frente a mí se encontraba su ropa abandonada. El enigma estaba resuelto: mi mamá había sido secuestrada. Desperté sobresaltada, sudaba, miré la hora con la esperanza de que fuera suficientemente tarde como para no tener que volverme a dormir, en ese momento deseaba todo menos un regreso al inconsciente. Eran las tres, me volví a recostar y traté de descifrar mi pesadilla. Que mi mamá me preocupe eso no es ninguna novedad, su sobrepeso y su diabetes siempre me han tenido en alerta, probablemente lo que sucede ahora es que a partir de que sé que *él* anda circulando en México y que sé que ya se encuentra presente en Ocaranza, me es inevitable pensar en lo fatal que sería que termine por habitar el

cuerpo de mi madre. Que haya pasado en mi sueño de estar en la montaña al océano para dar con mi madre, al menos me recuerda cómo estar preparada para “mover montañas” por Rafaela es poco decir.

16 de mayo (sábado)

La inquisición comenzó en Ocaranza. La búsqueda por dar con el primer infectado ha hecho que el hospital sea el ring de la sospecha. El pavor de ser reconocido como el primer infectado ha generado tanta hostilidad entre nosotros que la prueba escalonada que se prevé realizar para detectar a la gente contagiada no se ha podido hacer como se planeaba. Nadie quiere ser juzgado como el primer caso y el culpable de haber puesto en peligro la vida de los habitantes de Villa Ocaranza. Entre voces circula que la compañera Zuleica es la primera sospechosa, su trabajo como enfermera en el área de pediatría del Hospital Las Américas en Ecatepec (que desde un inicio estaba contemplado para ser un lugar que pudiera albergar gente contagiada) la ha llevado a padecer las peores infamias: insultos, miradas de desprecio, risas burlonas, desconfianza, ya nadie quiere trabajar con ella. Pero sin pruebas, finalmente ¿no se le juzga ciegamente? Y, de dar positivo, ¿qué no estaríamos engendrado el odio del que hemos sido víctimas nosotros mismos durante este combate? Zuleica la bruja y, nosotros, sus verdugos. Tanta presión cayó sobre Zuleica que hoy que le tocaba hacerse la prueba, ella no se presentó. Ella me confesó que no quería alimentar más la violencia de la que ya había contra ella. Creo que puedo comprenderla, no obstante, la no detección de todos los casos positivos pondrá en riesgo la vida de más personas. Personas que, además, nada tienen que ver con Villa Ocaranza.

Además de Zuleica toda persona, incluyéndome a mí, que pudo tener contacto con Cleotilde se sometió a una prueba. Enfermeras, enfermeros, cocineros, vigilantes, supervisores, todos los usuarios de Jazmines y afanadores. ¿El resultado? Tres enfermeros, un vigilante, la supervisora de la tarde además de cuatro usuarias, infectadas. A pesar de haber detectado y finalmente aislado a las personas contagiadas, esto no resolvía en lo absoluto el enigma del “caso cero de

Villa Ocaranza”, al contrario, esto solo complejizó la situación de riesgo que se estaba viviendo en el hospital, puesto que a partir del momento en el que él llegó al hospital hasta que se manifestó en el cuerpo de Cleotilde, suficiente tiempo había transcurrido para que el número de infectados dentro y fuera del hospital aumentara. De ahí que preguntarse ¿quién infectó a Cleotilde? Terminó convirtiéndose en una pregunta del tipo ¿qué fue antes, el huevo o la gallina? Las personas que dieron positivo, ¿lo estaban antes de tener contacto con Cleotilde o fue después del contacto con ésta que se infectaron? A esta altura parecía entonces que hacernos esa pregunta sólo podía llevarnos al absurdo. Lo que en realidad teníamos que hacer era ocuparnos tanto del huevo, como de la gallina.

17 de mayo (domingo)

Al salir de mi turno, pensé de nuevo en la pesadilla que tuve hace un par de días, pero esta vez ya no tanto en el drama como en el paisaje. El Hiloche es un lugar localizado en la ciudad de Mineral del Monte, ciudad que conozco muy bien pues mis padres solían llevarnos seguido a mi hermano, mi hermana y yo. Fines de semana pasamos con ellos donde sólo la subida a los montes y los pastes de frijol, papa con carne o mole verde a la bajada importaban. La idea de partir a vivir allá un día era algo que me atravesaba el espíritu seguido. La vida rodeada de montañas, naturaleza salvaje a sólo unos pasos y pastes al infinito aparecía frente a mí como la fórmula secreta para atravesar y superar la doble crisis: debía irme a vivir a Mineral del Monte si quería recobrar el sentido que perdí cuando regresé de Australia y si quería sentir que por fin podía volver a echar raíz en un lugar que llamaría mío sin poner en riesgo la vida de nadie.

Hasta ahora me doy cuenta de cuánto me abandoné por abocarme a él. Tanto he deseado que se mantenga alejado de mis cercanos y de mí que cada una de mis decisiones las hice sin darme la oportunidad a mí misma de escuchar lo que realmente necesitaba para recuperarme de lo que yo consideraba ser mi todo: mi vida con Arturo. Cada día desde que regresamos del viaje que determinó nuestra ruptura, viajo entre los recuerdos de la mujer que fui estando con él,

siempre me coloqué en el tiempo pasado, jamás en el presente. Mientras era justo el presente lo que me estaba consumiendo por dentro. Es curioso cómo a pesar de que he dedicado tantos años a la salud mental, me tomó tiempo reconocer que yo misma estaba siendo víctima de uno de sus males; la depresión. Tanto tiempo cuidándome de *él* que no había logrado ver que ella estaba merodeando mi espíritu.

18 de mayo (lunes)

Encontré un departamento en renta localizado en el centro de Real del Monte, éste se encuentra en un tercer piso con vista a la iglesia del pueblo. Fui a visitarlo esta mañana y no puedo esperar para mudarme, tiene todo lo que deseaba: un pequeño balcón, suficientes ventanas que permiten aprovechar la luz del sol, cocina mediana, un espacio donde podría colocar una mesa para dos, la habitación y el baño. No necesito más en términos de espacio, lo que me quedaría por hacer es aderezar cada esquina de este lugar para que lo sienta realmente mío. Las plantas serán sin duda mis mejores aliadas. Suculentas y cactus para tener algo de la montaña conmigo; lavanda, romero, epazote, menta y yerbabuena para esos males que se curan con brebajes. Lo único que lamento de lo que se perfila como mi nuevo hogar es el color rosa que viste la fachada, me recuerda a una casa de muñecas, como si simbólicamente decidir vivir en ese lugar conllevara también una regresión en mi femineidad. La soltera que se refugia en la casa construida por papá. Aunque probablemente de lo que se tratará ahora de que me mude del hogar de mi hermana será, al contrario, del comienzo de un proceso que me llevará a la revelación. No debo olvidar que incluso de una casa de muñecas, como lo escribió tiempo atrás Henrik Ibsen, se es posible escapar.

19 de mayo (martes)

Hemos aislados a las pacientes que dieron positivo en la Unidad Médica. Blanca, Cleotilde, Carmen, Merced y Neri, todas arriba de sesenta y cinco años y con retraso mental están siendo atendidas por nosotros, esta vez todos contamos con el equipo necesario para hacerle frente a *él*.

Por el momento no han tenido síntomas que deban alertarnos, fuera de la presencia de una desaturación de oxígeno que estamos vigilando. Explicarle a cada una de las pacientes a lo que se iban a someter por un tiempo indeterminado no parecía ser cosa fácil, pero para nuestra sorpresa fue mucho más sencillo de lo esperado.

En realidad, la confianza que ellas nos tuvieron, a pesar de que no entendieron completamente la gravedad y complejidad por la que estábamos atravesando desde que él llegó, fue lo que nos permitió manipularlas sin resistencia al momento de aislarlas o de intervenirlas cuando había que ponerles el oxígeno como resultado de la desaturación. Esto probablemente demuestra cómo el Modelo Miguel Hidalgo de Atención en Salud Mental a pesar de sus fallas, también ha tenido sus aciertos. Este modelo ha optado desde sus inicios por generar una ruptura con la psiquiatría clásica, donde el encierro forzado y los métodos de extrema violencia utilizados para “corregir” a las personas alienadas ha sido desde sus inicios la falsa solución para curar una enfermedad que es tan enigmática como compleja.

El hospital Villa Ocaranza ha sido realmente ese espacio donde algunos pacientes han tenido la oportunidad de ser cuidados por nosotros desde que eran niños, lo que nos ha permitido ser reconocidos por ellos como su familia y, tal vez sin saberlo, como sus confidentes. Sucede incluso que algunas enfermeras piden permiso para que ellos puedan salir a pasar el fin de semana con ellas, lo que en realidad para muchos pacientes es el equivalente a lo que nosotros conocemos como “el afuera”. El único mundo que ellos conocen es el hospital, por lo que todo lo que se encuentra afuera debe ser una especie de exoplaneta.

Como si de otro planeta fuéramos fue como nos observaban Cleotilde, Blanca, Carmen, Merced y Neri cuando nos acercábamos a ellas vestidos con el equipo especial para cuidarlas. Esto fue tal vez el único momento de extrañeza que atravesaron durante su aislamiento. Entre la máscara, los *goggles*, el gorro y la careta difícilmente podían distinguir quién era quién, a esto había además que agregarle el overol blanco, los guantes y las botas, de ahí que no era de

sorprender que, al inicio, frente a sus ojos, su planeta parecía estar siendo invadido por extraterrestres.

20 de mayo (miércoles)

Estoy lista para partir al departamento ubicado en Real del Monte. Los esfuerzos que se suelen realizar para todo tipo de mudanza parecen ser esta vez inútiles, pues desde que volví de Australia es exactamente la misma maleta la que me ha acompañado en mis diferentes mudanzas, de Australia a casa de mis papás, de casa de mis papás a casa de mi hermana, de casa de mi hermana al departamento color rosa. Toda mi vida en una maleta, no sé ni siquiera si debería tomarlo como un cumplido o como una condena. Observo la casa de mi hermana antes de cerrar la puerta con llave y reconozco la misma escena que me recibió la primera vez que entré: sobre la cama los vestidos de mis sobrinas, tirados en medio de la sala los tacones de aguja de mi hermana, sobre el microondas la bolsa que le regalé a mi sobrina en sus quince años. Parece como si en realidad nunca hubiera habitado este lugar, pero esto por fin va a cambiar porque hoy parto a un hogar que pronto llamaré mío.

21 de mayo (jueves)

Las pacientes de la Unidad Médica se mantienen estables a pesar de que aún tienen fiebre y tos. La ligera desaturación que presentaban ha desaparecido, por lo que les hemos retirado el oxígeno. La estabilidad de estas mujeres se traduce también en la estabilidad del hospital, por ejemplo, ahora durante las guardias podemos dedicarles más tiempo a los pacientes que no fueron infectados por él, la hostilidad hacia Zuleica ha cesado, hay cada vez más confianza entre los compañeros al momento de manipular a Cleotilde, Blanca, Carmen, Merced y Neri y la experiencia que se necesita adquirir para saber cómo hacerle frente él se ha ido perfeccionando.

El hospital Villa Ocaranza pasó de poseer una nula preparación en el combate a su presencia, a la instauración de toda una artillería pesada: la Unidad Médica se acondicionó perfectamente para que el aislamiento de las personas

infectadas ocurriera sin contratiempos, nadie podía ingresar al hospital sin cubrebocas y careta, el personal que dio positivo se mantuvo en cuarentena, la temperatura era tomada sistemáticamente al ingreso, se reforzaron los cursos de capacitación para concientizar al personal (aún muchos de ellos no creían en la existencia del virus), se acomodaron las guardias de tal modo que únicamente la mitad del personal acudía por jornada laboral. No escatimamos en tomar precauciones, pues sabíamos que de no retener los contagios, en poco tiempo nos encontraríamos en una situación incontrolable.

La mejora de la situación en Ocaranza coincidía con mi mejora emocional, pasar del doble caos a la doble calma me permitía enfocarme en salir de la depresión. El momento ha llegado de poner a prueba lo que por dieciséis años he realizado en la práctica por los pacientes de este hospital. Hoy regreso a mí.

22 de mayo (viernes)

Una muda de ropa / Un par de zapatos limpios / Un plato.

Mis cubiertos / Gel de manos / Cubrebocas.

Esta es la lista de cosas que debo tener presente para comenzar la nueva rutina que finalmente acepté tener con mis papás, mi hermana y mis sobrinas. A partir de este momento he decidido salir del ostracismo autoinfligido para permitirme ser acompañada cada quince días durante la hora de la comida. Por supuesto ningún gesto de mi parte es realizado a la ligera, tomo las precauciones necesarias para proteger tanto a mis cercanos de un posible contagio, como a mí misma de la soledad.

Mi padre ha colocado una mesa en el jardín justo en frente de la puerta para que podamos respetar la distancia que debemos mantener. Que yo sea la sola a comer afuera de la casa de mis padres es lo que me permite no tocar absolutamente ningún objeto que se encuentra en su hogar. Mientras comemos, los observo encuadrados por el marco de la puerta, la escena familiar de la que normalmente formo parte se desarrolla frente a mí como si yo fuera la espectadora de un gran banquete. Todo gira alrededor del mole de olla de Rafaela y, secundariamente, veo cómo la ensalada, el refresco, las servilletas, las salsas, los

limones y el salero circulan de un lado al otro de la mesa. Natalia, mi sobrina, enrosca en su mano una tortilla con la precisión necesaria para que ésta, ahora convertida en taco, sea sumergida después en el caldo sin deshacerse. Mi mamá se sirve un vaso de Coca-Cola y me observa de reojo para verificar que su “pecadito” no haya sido descubierto por mí, esta vez guardo silencio, pero el próximo vaso debe ser de agua pura. La terquedad del diabético es el síntoma más común. A pesar de la exterioridad en la que estoy situada, me reconforta enormemente tenerlos frente a mí mientras ellos me hacen partícipe de sus conversaciones, como somos gritones por naturaleza, entonces escuchar lo que discuten adentro no es problema alguno. Termino satisfecha de la comida y del momento de convivencia, hora de volver al departamento de Mineral del Monte. Aún tengo mucho trabajo por hacer.

23 de mayo (sábado)

Antes de partir a mi turno en Ocaranza tuve la oportunidad de empezar a darle los primeros toques a mi departamento a pesar de que todavía no tenía muy claro qué estilo quería darle ¿rústico? ¿moderno? ¿bohemio? ¿minimalista? La única certeza que tenía en ese momento, era que volvería a colocar tantos tenangos como me fuera posible.

Si hay algo que siempre me ha hecho sentir que estoy en casa es la precisión y el color del bordado tradicional de la tierra que me vio nacer. El tenango de Doria forma incluso parte del oficio familiar, mi tía Senen es la fantástica tejedora que se ha encargado de la mitad de los tenangos con los que decoré el hogar que compartía con Arturo, esos mismos tenangos son los que ahora me dispongo a colocar en el departamento rosa. Se dice que cuando los habitantes del municipio de Tenango de Doria lo dejan para irse a vivir a otro lado, éstos siempre llevan consigo un tenango, de esta manera ellos se aseguran de estarse llevando un pedazo de su pueblo. De la misma manera yo viajo con el pedazo de vida que antaño compartí con Arturo, el tenango rojo que estaba sobre la cama, me transporta a las noches de caricias, ternura y sudor; el tenango azul que cubría el sofá de la sala, las tardes de póker y café con los amigos; el tenango

amarillo, la televisión que nunca logramos hacer funcionar; y el tenango multicolor que mandé encuadrar y que se encontraba colgado en el comedor, la mala comida que yo solía hacer pero que se compensaba con las habilidades culinarias de Arturo. De todas las virtudes que heredé de mi madre, cocinar como ella lo hace fue la única que no adquirí. Observo mis tenangos y me digo que pedirle a mi tía que me teja unos nuevos sería la manera en la que yo podría comenzar a llenarlos de historia nueva, así cuando tenga que volver a mudarme, los observaré y recordaré a aquella mujer que pudo reconstruirse en la casa rosa ubicada en Mineral del Monte.

Llegando a Ocaranza recibí la noticia de que la segunda ola de contagios estaba teniendo lugar, siete pacientes más habían dado positivo. Pedro, Teresa, Pilar, Mayra, Reynalda, Maura y Blanca, todos de Jazmines, estaban siendo aislados cuando llegué a la Unidad Médica. En esta ocasión el protocolo de acción lo teníamos tan claro que rápido acondicionamos las camas donde estas siete personas *lo* vencerían. Yo tenía la convicción de que, así como Cleotilde, Blanca, Carmen, Merced y Neri habían logrado recuperarse, ellos también lo lograrían. De todos los pacientes Pilar, quien en su juventud fuera una bióloga de renombre, era la única que lograba dimensionar lo que estaba sucediendo cuando nos vio entrar con nuestra ropa de extraterrestre. “No estoy lista para morir”, me dijo. Tranquilizarla y asegurarle que haríamos lo mejor para que eso no ocurriera es un arte que todo médico desarrolla durante su formación, pero cuando se trata de un hospital psiquiátrico, puedo asegurar que rara vez me he visto confrontada a dar este tipo de consuelos. Probablemente mientras *él* siga rondando en el hospital, tendré que comenzar a hacer del consuelo, un hábito.

Le tomé por última vez la temperatura a Cleotilde, Blanca, Carmen, Merced y Neri, ninguna tiene fiebre. Me llenó de júbilo saber que incluso como pacientes de alto riesgo que eran, todas lograron vencer *lo*. Por precaución vamos a esperar aún un par de días antes de darlas de alta, se les hará la prueba nuevamente y, de salir negativo, podrán regresar a Jazmines.

24 de mayo (domingo)

He terminado de colocar los tenangos de la antigua casa y me tranquiliza ver que la nueva va tomando forma. Sigo sin estar segura del estilo que va tomando, pero siempre he sido de las personas que actúan sin un plan preconcebido. Pero al paso en el que voy, tal vez al final termine incluso instaurando un nuevo estilo de decoración: “el hidalguense” o algo que se le asimile...

Súbitamente soy víctima de un calor sofocante a pesar de que en Mineral del Monte las noches son gélidas. Desciendo mi mano derecha y reconozco la hipersensibilización de la parte baja de mi cuerpo, es mi cuerpo el que arde. Tanto me había abandonado que incluso había olvidado entregarme a mis propios placeres. La parte inferior de mi cuerpo me reclama cuidados, debo dejar de escribir porque el placer apremia.

25 de mayo (lunes)

Me despertó el ruido del motor del vecino, otra vez no funciona su carro. Después de tomar el café con un plátano, me puse mis pants para salir a caminar a las montañas de alrededor. Desde que vivo en la casa rosa tengo el hábito de comenzar la jornada ejercitándome, la depresión me había llevado a tener sobrepeso y esto puede ser fatal si me llevo a contagiar. La lucha contra mis fantasmas internos, ha sido también una lucha exterior. Es así que durante una hora y media realizo una caminata en el bosque, esto me ha permitido trabajar sobre mí misma, pienso en el pasado pero esta vez no lo hago con nostalgia, sino como si fuera aquello que me obliga a construirme como la mujer del presente que quiero ser: libre, agradecida, fuerte. Ni siquiera él me genera ya miedo, lo vencimos una vez, lo venceremos dos veces.

26 de mayo (martes)

Cleotilde, Blanca, Carmen, Merced y Neri regresaron hoy a Jazmines. Este evento fue tan memorable para nosotros que las enfermeras organizaron doble fiesta: la fiesta de partida de la Unidad Médica y la fiesta de bienvenida en

Jazmines. Pancartas, globos, música, pompones de colores y un almuerzo en compañía de los habitantes de Jazmines que no habían dado positivo, fue lo que permitió a todo el equipo de Villa Ocaranza celebrar los esfuerzos que habíamos dado para sacar adelante a nuestras usuarias. Al observar la fiesta no pude evitar pensar en el refrán: “después de la tempestad, viene la calma”, aunque esta vez además de estar invadidos por la calma, lo estábamos también de júbilo. El día 26 de mayo será sin duda recordado como el día en el que Villa Ocaranza *lo* venció.

27 de mayo (miércoles)

Mientras tomaba el desayuno leía el periódico *El Sol de Hidalgo* y el suplemento de hoy llamó mi atención. Se trataba de un artículo que hablaba de la historia de la medicina pero, para mi sorpresa, la autora de este escrito decidió empezar el relato a partir de la vida de Metrodora, quien fuera la primera médico griega. Leyendo su historia, me doy cuenta de cuánto Hipócrates y su juramento han ocultado el trabajo de esta mujer y lo relevante que fue para la ginecología. Invadida por la rabia me decido a nombrar la doble lucha que he emprendido durante este mes en su honor, esperando así, que si alguna vez este diario cae sobre las manos de otra mujer, ésta tendrá presente que la lucha que hemos emprendido para salvarnos y para salvar al otro, ha sido de largo aliento.

Al subir a la cima del monte, volteo hacia atrás y veo el camino recorrido. Grito con todas mis fuerzas, me siento plena. Sé que la depresión ha quedado atrás, estoy curada.

No soy una heroína, soy una intensivista

Mariana Janeth Hermosillo Ulloa

*“El tipo puede cambiar de todo: de cara, de casa,
de familia, de novia, de religión, de dios.
Pero hay una cosa que no puede cambiar,
no puede cambiar de pasión”
El secreto de sus ojos (2009)*

Suena la alarma —06:00 horas—, es pesado levantarse, como todos los días, en especial por la pesadez del día anterior. En las noticias se anuncia el primer caso confirmado de coronavirus en México, 27 de febrero del 2020, ya está aquí. Sólo tengo una pregunta en mi cabeza, ¿qué haremos? Llego al trabajo, tenemos seis pacientes en la terapia intensiva, “surtido rico”, lo usual, pacientes neuro críticos, choque séptico, politrauma, cosa de todos los días. Los médicos adscritos comentan sobre el primer caso confirmado, veo al jefe preocupado, esto no es normal, ahora todo se trata de leer artículos médicos que mandan los científicos chinos, de la experiencia en Wuhan, los italianos empiezan a tener números rojos. Y aquí en el Estado, aún no tenemos casos, pero esperamos, ya lo esperamos.

Todos vemos con asombro el ir y venir de los jefes, juntas, reuniones, pláticas en los pasillos, todo es coronavirus. Mis compañeros y yo escuchamos, atentos, a las indicaciones.

Nos llega marzo, debemos capacitarnos para el uso correcto del equipo de protección personal, nos hacen énfasis en lo peligroso que es el desvestido, nosotros, al ser el área más crítica, somos los primeros en capacitarnos, y a nuestra vez, capacitamos a personal de enfermería, a personal becario, a personal de intendencia, seguimos esperando...

12 de marzo del 2020, confirmado en Aguascalientes, ingresa a nuestro hospital, luego ingresa a nuestro servicio. Con todos nuestros sentidos percibimos el pánico que va creciendo alrededor del personal, es difícil ignorar lo que las redes sociales nos han enseñado que ha sucedido en los demás lugares del mundo, desde ahora se acabó la rutina. El personal de enfermería busca hacer cambios administrativos para alejarse de las áreas críticas, nadie quiere laborar en la terapia intensiva. NUESTRA terapia intensiva, antes prestigiada, ahora es rechazada, lo mismo nos pasó con los compañeros médicos, huían de nosotros,

aún nos evitan en los pasillos y en el comedor y demás áreas comunes, ya apestamos.

Cuando mi mente se pone en blanco recuerdo cuando tenía 16 años, lo recuerdo porque no pesaba en mí tanto dolor propio y ajeno, tantos desvelos, tanto estudio y tampoco tanta satisfacción, sin embargo, lo recuerdo también porque fue cuando encontré dentro de mí un fuego intenso que iba creciendo, ser médico, como mi papá, en un mundo lleno de hombres, pero eso fue algo que en la familia nunca nos plantearon como limitación. Después, cuando tengo un poco más de tiempo para seguir pensando, recuerdo que a los 23 años en mi Servicio Social de la carrera de Medicina, decidí la rama de la Medicina de Urgencias y luego, un paso más, la Medicina del Enfermo Crítico; todos los días pienso dónde encontraba ese fuego que inició en un momento de paz y me incendiaba en cada momento de adrenalina, en algunos momentos se trata de acompañar a un lado de una cama, observar en los monitores, números, gráficas y ver cómo nuestras intervenciones hacen que se vaya modificando el curso de la enfermedad, el premio al final del camino de cada paciente que cae en nuestras manos, es lograr su mejoría.

Claro, nunca había tenido tanto tiempo para reflexionar sobre la maravilla de mi profesión, el hambre de leer más, estudiar más y saber más para ser mejor para los pacientes, la libertad de modificar tratamientos basados en la ciencia y en ocasiones en la intuición que sólo es confiable con la experiencia, de tener como instrumentos mis manos y mi conocimiento, que no guardan en ellos tecnología, ni aditamentos, pero que hasta ahora me han sido suficientes para diagnosticar cualquier mal que afecta a un paciente, a un ser humano como yo.

Al despertar de mis pensamientos, me encontré enfrente de un paciente con neumonía atípica, ¿COVID-19?, si, confirmado, tuve que repasar en mi mente la capacitación del Equipo de Protección Personal para no cometer errores, en orden me colocaba las capas de ropa: bata desechable, overol, doble guante, de pronto mi percepción cambió, la mascarilla N95 me quedaba chica, los *goggles* grandes, y mi visión limitada, nunca había tenido lo que después mi amigo psiquiatra diagnosticó como “anticipación catastrófica”.

Comencé a sentir un calor anormal, no sabía si era por la cantidad de ropa que traía encima o por el temor que iba aumentando dentro de mí, en cámara rápida comencé a visualizar imágenes en mi cabeza, me vi contagiada, vi a mi familia enferma, a mis amigos intubados, la sala de terapia intensiva llena de pacientes graves, mi corazón se aceleró, comencé a sudar por todos mis poros, quería llorar, correr, morir; entonces me di cuenta y fui consciente por primera vez que nos íbamos a enfrentar a una situación que no nos enseñaron en la escuela de medicina, que en mis 31 años de vida no había vivido algo así, que no conocía a nadie que pudiera decirme cómo sentirme, cómo comportarme, incluso qué protocolo seguir; eso se veía incluso en las autoridades, miedo e incertidumbre, nos encontrábamos haciendo historia.

Conforme pasaban los días y recibíamos cada vez mayor cantidad de pacientes con más afluencia y regularidad que antes, aprendimos mucho de la enfermedad y nos fuimos haciendo expertos, así que, mi preocupación después fue dirigida a otras situaciones; en circunstancias normales el servicio tiene como prioridad la calidez humana, debido a que no siempre se tiene interacción con los pacientes, en ocasiones se encuentran en sedación y no es regular su interacción con el mundo, ahora con los pacientes COVID pude ver que aun los que estaban despiertos y conscientes, estaban solos, incomunicados, estaban aislados emocionalmente; ser testigo de esto ha sido una de las partes más dolorosas.

Empecé a tener pesadillas, noche tras noche y al día de hoy no han parado, soñaba con pacientes intubados en filas que no tenían fin, en ocasiones esos pacientes tenían caras conocidas, sin embargo, el sueño más recurrente, ha sido mi propia intubación, parte de la experiencia que he tenido de los pacientes que terminan en esta necesidad (o suerte), ha sido la más fatalista, la gran mayoría evoluciona pésimamente, se complican cada vez más, al no poder quitar la asistencia de respiración externa se requiere hacer procedimientos más invasivos todavía, los llamaría incluso grotescos y obviamente en el peor de los casos el final es la muerte, que como dije, llega a ser la gran mayoría.

Cuando tuve el valor de compartir el contenido de mis sueños con mis compañeros, descubrí que no era la única con este problema, mis compañeros sufrían de trastornos similares a los míos, insomnio, depresión, ansiedad y otros más.

En el día a día ya estábamos aislados, sin estar contagiados. Desde el día 1 dejé de ir a ver a mi familia por el temor a contagiarlos, imaginaba lo peor que había visto hasta ahora, igual que mis pesadillas. Las videollamadas se empezaron a hacer cotidianas, sin embargo, había días en que no soportaba la idea de saber que tenía que estar lejos, había días en que sólo quería dormir, aunque no descansara realmente u olvidar y así también me alejé de mis amigos. Me aislé de todas las formas en las que era posible.

Ya era el 22 de abril del 2020, noté que no percibía el aroma del café de mi hermana, anosmia, al probar mi desayuno no encontraba el sabor de mi pan favorito, disgeusia, una alarma se activó dentro de mí, de inmediato recapitulé los procedimientos, pacientes y contactos que había tenido en los últimos días, lo encontré, hubo un procedimiento de riesgo que realicé con mis compañeros, intubamos a una paciente de 19 años de edad, con cuatro pruebas para COVID negativas, pero con pruebas de imagen que nos indicaban todo lo contrario.

Una semana después, nos realizaron la prueba de PCR a mí y a otros tres compañeros. Fue el sábado siguiente cuando me llamó mi jefe para comentarme que el resultado fue positivo. Tuve una sensación de vértigo y de pronto todas mis pesadillas regresaron a mi mente, recordé el último artículo que había leído sobre

la mortalidad en la Unidad de Cuidados Intensivos, 95% dicen los estadounidenses. Todos los pensamientos y sentimientos que tuve durante más de dos meses se reunieron en mi núcleo: miedo, coraje, impotencia, fastidio y después tristeza, una muy profunda y miedo otra vez.

Todo seguía dando vueltas mientras salí de mi turno, veía a la gente salir a la calle de manera prácticamente normal mientras me dirigía a mi casa, resonaban las noticias de cómo linchaban a nuestros compañeros en todo el país que trabajaban en cualquier puesto de un hospital, pensaba y me preguntaba si tan

sólo pudieran comprender lo que pasábamos nosotros, ¿harían diferentes las cosas?

En ese entonces no fui la única, otros cuatro compañeros también resultaron positivos. Todos temíamos lo peor.

Emocionalmente tener ese conocimiento fue lo peor, creo que lo peor incluso que he sentido en mi vida, el saber que no existe todavía un tratamiento específico, la incertidumbre de la evolución en cada paciente, ¿cómo iba a resultar para mí?... Este hecho hizo que viera que mi vida no es sólo medicina, no sólo era el trabajo y no sólo era una rutina. Empecé a escribir, me permití enamorarme nuevamente de las cosas que había dejado de lado, de la música, la pintura, vería qué más. Ahora estaba aislada y estaba contagiada, haciendo parte en la estadística local de casos nuevos confirmados y encima de todo de personal de salud contagiado.

Los días pasaban a cuentagotas, pensar en el futuro incluso el inmediato me asustaba. Veía videos in memoriam del personal de salud caído por COVID-19, ya todo el contexto de la pandemia tenía un aire de beligerante, seguimos estando en una guerra donde tenemos como armas las manos y la cabeza; vivía con angustia, lloraba, y por primera vez, temía a la muerte también yo. Me encontré ante mi propia mortalidad, descubrí que en realidad no era una heroína con piel de acero, encontré que mi piel, mis órganos y mis sentidos son frágiles, finalmente, hice las paces conmigo misma, dejé de lado mis complejos y me perdoné, ya sólo quedaba esperar y esperar.

Diez días pasaron y me vi obligada a volver a trabajar, más que por una autoridad u obligación, por mi ánimo trastocado. Esta vez ya no había más miedo, ya me había contagiado, mi más grande miedo ya había sucedido, por el momento.

Se volvió a hacer la rutina, nuestra “nueva normalidad”, todos los días se sigue repitiendo: entramos, nos vestimos con el equipo de protección personal, vemos a los pacientes, estamos dentro del área asignada como COVID hasta 18 horas continuas, sin ir al baño, sin comer, sin beber agua, sin ver a nadie, con el calor usual, la pesadez del equipo, la respiración limitada, tenemos pacientes en

su día 26, 30, tal vez más, me frustro al verlos, débiles, con *delirium* los que están despiertos, aún intubados otros, con infecciones sobreagregadas, con todas las complicaciones de una estancia prolongada en terapia intensiva, nunca visto, pacientes en su día 33 en terapia intensiva, vivos, pero vivos, ¿cómo?

Si antes lo hacía, ahora más que nunca les hablo, les digo que su familia los quiere, les tomo de la mano, les digo que le echen ganas, que sus hijos los esperan, que su esposa está al pendiente diario, que sus papás están pidiendo por él, que su pareja anhela su regreso, que su nieta está bien, lo digo casi gritando, porque con la mascarilla no se escucha mi voz. Lo digo casi gritando porque siento un nudo en la garganta de ver a mis pacientes así, en ese estado, que jamás había visto o imaginado, sabiendo que el daño pulmonar es extenso, que necesitará rehabilitación pulmonar en el mejor de los casos, que necesitará cuidados especiales para la traqueostomía. Trato de que no tengan miedo, porque yo lo tuve. Les explico qué les pasa. Les digo mi nombre, “Hábleme si necesita algo, no tenga miedo, aquí nosotros estamos con usted, la/lo estamos cuidando, ¿Tiene frío?” Les acaricio la cabeza.

A los pacientes, los menos que mejoran y se pueden extubar, los abrazo, con la mejor proyección de triunfo les digo que lo lograron, que están bien, sin embargo, es un abrazo frío, un abrazo sin contacto, el equipo de protección personal hace una muralla entre mi paciente y yo, entre un ser humano y otro, mi mano enguantada acaricia su mano, estará bien, vamos a salir de esta; pero cuando llego a casa, lloro. No he leído en ningún texto científico que alguien esté preparado para todo este torbellino de emociones, yo no lo estoy.

Mis pacientes fallecen, sin poder llevar a cabo el ritual que sus creencias les indiquen, es una despedida sorda e inhumana, se avisa a los familiares vía telefónica, no puedo dar mi cara ante ellos y decirles cuánto lo siento porque se han convertido también en mi familia, sólo logro que escuchen mi voz diciendo las palabras más temidas una y otra vez a familiares que no conocí, hijos, esposos, padres, que permanecerán en el anonimato de lo físico y que sólo su voz entrecortada y desgarradora hará eco en mi memoria.

El 14 de junio del 2020 decidí donar plasma del convaleciente, de siete personas que acudimos a realizar la donación únicamente dos fuimos candidatos aceptados. Esperaba con todas mis fuerzas haber creado anticuerpos y que esto le ayudara de otra manera más potente a mis propios pacientes.

Es julio, ya estamos cansados, casi no hablamos, nuestro personal de enfermería es nuevo, mucho personal rotante, no conozco a los compañeros dentro del área, todos somos iguales, *goggles*, overol, caretas con filtros, ya no somos personas. Empezamos a etiquetar nuestros uniformes para poder reconocernos, no nos conocemos las caras, menos las sonrisas, de cualquier forma, hace mucho que no sonreímos.

Después de un tiempo de calma ocurre un miedo mayor: mis padres comienzan con síntomas sospechosos. Todo se quebró, me derrumbé una y mil veces y caí a un precipicio que no tenía fondo, esta vez ya no era miedo, era terror. En ese momento mi papá está luchando por respirar, trato de ser objetiva, pero siempre es indicado que un médico no puede tratar a su propia familia, cuando lo revisé sólo podía pensar “es un paciente, no es tu papá, ¿qué vas a hacer?, necesita oxígeno, necesitamos llevarlo a urgencias, veo el miedo en mi mamá, mis hermanos, la preocupación, la impotencia... no pienso en nada más: “necesita oxígeno”.

En mi mente sólo está una idea: “intubación”, “intubación a mi papá”, “mi papá intubado” “mi papá en terapia intensiva” “mi papá en MI terapia intensiva”. Lo llevé a urgencias y ya no lo vi, mis maestros lo revisaron, la trabajadora social me entregó en una bolsa transparente su ropa, sus zapatos, su cinturón, todo cabía en una bolsa de plástico, me sentí minúscula, insignificante, inútil.

Me llené de pendientes para tener algo que hacer, avisar a la familia era el primero, a sus hermanos, a mis primos. Estaba viendo a uno de los pilares de mi familia así, como mis pacientes, temeroso, indefenso.

Papá se quedó hospitalizado; “Diagnóstico: neumonía por COVID-19 (U07.1). Estudios de laboratorio y gabinete: PCR prueba positiva para COVID-19”, no era un paciente, era mi papá. Mamá aislada en casa por prueba positiva con síntomas leves. Mis hermanos en casa de mis padres. Y yo, en el hospital, viví en

el hospital ese fin de semana, como muchos otros, pero esta vez fue como ninguna.

Experimenté dentro de mi cuerpo y mi corazón lo que es tener un paciente en terapia intensiva con COVID-19, como todos los familiares anónimos, a la vez viví la experiencia de ser el Médico intensivista de mi propio padre.

Pasaron cuatro días y cuando escribo estas páginas sé que soy afortunada de tenerlo en este momento. Continuó en rehabilitación pulmonar, sin embargo, con el egreso y al no tener un ambiente controlado en casa, a pesar del uso de equipo de protección personal, tuve nuevamente síntomas, así es, nuevamente positiva.

Esta vez el dolor de cuerpo era insoportable, sin embargo, el ver a mis papás recuperándose me dio tranquilidad, esta vez, ya no existió el miedo.

Escribo esto en el día 6 de inicio de los síntomas, segunda ocasión, estoy esperando otros cuatro días más para reincorporarme a mi trabajo, primera vez en algún tiempo que tengo oportunidad de sentarme a reflexionar sobre todo este tema.

Mi trabajo es de alto riesgo para muchas cosas, no sólo para enfermar de COVID, al ser intensivista, pero esta enfermedad tiene la particularidad de que requiere constantemente manejar vía aérea de personas contagiosas, en esta unidad, los pacientes críticos tienen cargas virales más altas que en el resto de los enfermos, pero algo pasa, cuando llego a la guardia y voy pensando en lo pesado que es estar en el área, con todo el equipo de protección personal, con el estrés de los compañeros de enfermería, con mi propio estrés y el de mis colegas, con la gravedad de los pacientes a la que me enfrento; en cuanto entro a este espacio físico, esto desaparece: ahora son mis pacientes, mi responsabilidad, mi lucha. Están ahí, esperando ser vistos, poder ir mejorando, de pronto me olvido de la careta, no siento el calor y el mejor éxito de todos ¡mi paciente va mejorando!

Entre todo este caos, la contingencia, los cambios, pasó algo inadvertido, me enamoré de mi rutina, redescubrí mi pasión y reencontré la inspiración, el universo que he descubierto durante todo este año me asombró.

Ahora puedo decir que he tenido muchas enseñanzas, nos pasamos el tiempo quejando de esta situación, pero ¿qué hemos aprendido? ¿qué hemos ganado? ¿qué hemos perdido? Aprendí que en mi vida hay otras áreas que quiero explorar, como el arte, aprendí a ser humilde, a ser empática, a ser compañera. Aprendí que somos mortales, que nadie se escapa, aprendí que soy afortunada, muy afortunada al tener una familia y un trabajo. Aprendí a adaptarme, a ser resistente y resiliente, el equipo de protección personal ya no estorba, ya es parte de mí.

Aprendí que soy mujer, que soy médico y que soy humana.

Ana Luisa, una mujer en medio del COVID-19

"Juleth"

“Mujer”, la simple palabra evoca fortaleza, sacrificios, liderazgo, amor, empatía, valentía y un sinfín de cualidades que, si enlistáramos, nunca terminaríamos. Porque el significado de ser mujer, va más allá de simplemente ser, al ser mujer se es madre, hija, hermana, nieta, esposa, trabajadora, amiga, confidente, consejera, y mucho más.

Esta historia es la de Ana Luisa; así como podría ser la de tu mamá, tu hermana, una amiga o la tuya misma.

Antes de la pandemia.

Ana Luisa trabaja en un hospital, es trabajadora social y elabora seguimientos a aquellos tratamientos y pacientes que así lo requieran. Al ser el único sostén de su pequeña hija, es el pilar de su hogar en todos los aspectos. Trabaja de 8:00 a 16:00 horas, un buen horario, comparado con otros, sin embargo, los trayectos de casa al trabajo y viceversa, no son cortos, lo que no permitía una convivencia completamente eficaz entre Ana Luisa y su pequeña, ya que una tía es la encargada de llevar y recoger a la pequeña en la escuela, así como de darle los alimentos que ya dejaba preparados todas las noches para el día siguiente. Sin embargo, ambas saben y entienden que el esfuerzo que hace todos los días Ana Luisa, es para el bienestar de las dos.

Durante la pandemia

Cuando en las noticias empezaba a resonar la palabra COVID-19, Ana Luisa ya tenía conocimiento de algunos casos positivos que habían llegado a su trabajo, sin embargo, no pensaba que su vida fuera a cambiar tanto debido a la contingencia sanitaria.

Fueron pasando los días y en las noticias se escuchaban cifras de contagios de personas fallecidas, se mostraban mapas con códigos de colores y graficas que enumeraban a los contagiados. Aunque Ana Luisa no trabajaba directo con los pacientes contagiados de COVID-19, entendía bien lo que había detrás de las cifras de esos gráficos, no solo era una persona con síntomas

graves, era una familia preocupada por el familiar, era un hogar en riesgo por todo lo que conlleva el tener que aislarse, tienen que dejar de trabajar, pero no pueden dejar de consumir, especialmente alimentos y ahora medicamentos para el tratamiento. Toda la posible estabilidad de un hogar, se viene abajo cuando un familiar enferma por COVID-19.

Al poco tiempo de que empezó a resonar en las noticias el virus, Ana Luisa fue informada de que apoyaría en varias actividades para la detección de pacientes con COVID-19 y daría seguimiento a los pacientes que resultasen positivos. Para este entonces, su pequeña aún asistía a clases a la primaria, por lo que las dos, al llegar a casa, se lavaban perfectamente las manos y desinfectaban todo lo que llevaban.

Ana Luisa, empezó a estar en contacto directo con posibles contagiados de COVID-19, su sorpresa fue grande al recibir los primeros resultados y ver que cinco de diez fueron positivos, el 50% de la población que había acudido a realizarse la prueba, se encontraban contagiados.

Su mayor temor en ese momento era contagiarse del virus, un virus que puede generar síntomas y complicaciones que llevan a la muerte en muchos casos o que no genera ningún síntoma, pero que te hace portador del virus, volviéndote un foco rojo para todas las personas a tu alrededor. Ana Luisa temía contagiar a su pequeña, ya fuese porque ella fuera portadora del virus o porque lo llevará en la ropa a casa.

Su rutina cambio por completo, ella llegaba por la tarde-noche a su casa y en lugar de poder abrazar a su pequeña como todos los días, llegaba sin poder tocarla, sin poder tocar nada, directo al baño a despojarse de sus pertenencias para meterse a la regadera a bañarse. Saliendo de la ducha, no podía regresar todo a su normalidad, porque tenía que desinfectar el camino por el que entró, meter su ropa a lavar de inmediato y volver a lavarse y desinfectarse las manos, ritual extenuante que le llevaba hasta dos horas. Su pequeña hija veía todo lo que hacía su mamá por cuidarla e intentaba ayudarla a limpiar mientras ella se bañaba, lo que la ponía en riesgo de contagiarse; muchas veces Ana Luisa habló con ella para que no lo hiciera, pero la pequeña veía el cansancio en los ojos de

su mamá y solo quería ayudar a apresurar el momento en que pudiera por fin abrazarla y descansar juntas.

Pasaron los días y el miedo de Ana Luisa aumentó razonablemente. Ya no solo usaba el cubrebocas en el trabajo y en la calle, empezó a utilizarlo también en su casa. Se lo hacía a un lado para comer, pero inmediatamente volvía a colocárselo, hacía la comida, lavaba la ropa, planchaba la misma, lavaba el baño, tendía las camas y todas las actividades que se realizan en el hogar sin quitárselo. Ana Luisa y su pequeña hija dormían juntas, el temor de contagiarla en caso de que ella fuera asintomática, le taladraba la cabeza, por lo que inclusive, dormía con cubrebocas, no importaba si en la noche hacía calor y se sofocaba, o si le dolía la cabeza debido al haber utilizado el cubrebocas por más de 12 horas seguidas y ahora también usarlo toda la noche. La presión que ejercían los resortes sobre su cabeza y el cubrebocas sobre su cara, no importaba más que la salud de hija, la cual estaba primero, mucho antes que su comodidad o cualquier otra cosa, como toda mujer al convertirse en madre.

A finales de marzo, se publica en el Diario Oficial de la Federación el mandato de que las clases se suspenderían debido al gran número de contagios que se reportaban día a día. Ana Luisa sintió un poco de alivio al saber que su hija ya no tendría que salir a exponerse para nada, al salir a la calle y a la escuela, sin embargo, ella seguía siendo el foco rojo en su casa.

Ana Luisa tiene la fortuna de que su abuelita, Antonia, continúe con vida. Es una mujer de 101 años que se encuentra lucida y siempre le ha gustado jugar con la pequeña bisnieta. Durante la cuarentena, preguntaba mucho por ella, siempre la ha llamado "Ely" de cariño y ahora ella también estaba preocupada por su salud. A la abuelita Antonia la cuida Beatriz, hermana de Ana Luisa, una señora que es el pilar de su hogar, el cual se constituye por sus dos hijas, abuelita Antonia y ella. Cuando la cuarentena dictada por el gobierno empezó, las hijas de Beatriz, tenían que continuar con sus actividades escolares y laborales, por lo que no podían mantenerse en casa; así que tomaron la difícil decisión de cambiar de residencia para no poner en riesgo a su mamá y principalmente a la abuelita Antonia, que debido a su edad es una persona de alta vulnerabilidad.

Al paso de los días, la abuelita Antonia se preocupaba mucho por sus tres bisnietas, por lo que se tomó otra difícil decisión en la familia. Ana Luisa decidió separarse de Ely y así procurar su salud, al llevarla a vivir por un tiempo a casa de abuelita Antonia y Beatriz, en donde pasarían la cuarentena sin salir de casa; los víveres y artículos de primera necesidad, se los harían llegar las hijas de Beatriz hasta la puerta.

La pequeña Ely, una mañana guardo la ropa que más le gusta ponerse, los juguetes con los que más juega y un peluche especial que le recordaba a su mamá, así conformo sus maletas para irse de casa. Ana Luisa se despidió de su hija con un gran beso en la frente y la incertidumbre de no saber cuándo la volvería a ver, porque los contagios por COVID-19 iban en aumento, sin embargo, se quedó tranquila al saber que estaba cuidando de su pequeña al alejarse de ella. Efectivamente, como lo dicen las recomendaciones de la secretaría de salud y el gobierno, la distancia la cuidaría del virus.

Mientras la pequeña de Ana Luisa se encontraba resguardada en casa de su bisabuela, Ana Luisa continuó atendiendo a los pacientes con COVID-19, ahora pudiendo dedicar más tiempo a los seguimientos de las personas contagiadas y dedicarse por completo a sus actividades sin el remordimiento de que pudiera contagiar a su hija.

Durante sus labores a lo largo de la pandemia, Ana Luisa vio un sin fin de historias de compañeros, amigos y pacientes afectados por el virus a los cuales ayudo desde su trinchera y a veces un poco más. Lamentablemente el equipo que les proporcionaban para su protección no era suficiente, por lo que Ana Luisa y algunos compañeros se vieron en la necesidad de comprarlo ellos mismo.

La primera historia cercana a la que Ana Luisa se enfrentó, referente al virus, fue la de su compañero Víctor, del mismo hospital donde trabajaba. Lamentablemente se contagió y llevó el virus a su casa. Ana Luisa dio el seguimiento a él y sus familiares, observó el proceso de recuperación de su esposa e hijos, quienes respondieron bien al tratamiento, lamentablemente dos sobrinos de Víctor perdieron la vida a causa del virus. Cuando Víctor, su esposa y sus hijos salieron del hospital, Ana Luisa acompañó en su dolor a su amigo a la

distancia, dado que no se les permitió realizar alguna celebración funeraria para evitar más contagios. Otra compañera del trabajo, también se vio afectada al estar contagiada y llevar el virus a su mamá, ambas tuvieron que alejarse de lo que aman por poco más de un mes al tener que ser internadas por la gravedad de los síntomas, Ana Luisa acompañó a sus familiares en el duro proceso de hospitalización al ver, que tenían que ser intubadas ya que se les dificultaba reparar por sí solas. Ana Luisa fue un gran apoyo para la familia que se sentía impotente de no poder hacer más y saber que podrían no volver a verlas con vida. Al final ambas corrieron con la suerte de poder reunirse con su familia; fortuna que no todos los que cuentan con un diagnóstico positivo tienen al enfrentarse a este virus, como la familia de Juan, otro de los compañeros de Ana Luisa en el frente de esta pandemia. Para Juan el final no fue tan reconfortante, mismo que al ser asintomático, contagio a su familia sin darse cuenta, pasaron los días y él no sabía del daño que ya les había generado, incluso siguiendo las mismas medidas que Ana Luisa. Al llegar a casa, se desinfectaba y corría al baño para poder lavar cualquier residuo de contagio proveniente de sus labores. Sin embargo, al sentirse en casa, pensaba que no podría ya pasar algo, pues había dejado el peligro en el trabajo y en las calles y no utilizaba su cubrebocas cuando estaba reunido con sus seres amados. Al transcurrir de los días, Juan y su familia tuvieron que pasar por el trago amargo de la pérdida de uno de ellos. Al poco tiempo y por protocolo, se realizaron una segunda prueba, recibiendo una noticia de esperanza al ver que los resultados de toda la familia eran negativos. Con el dolor de la pérdida y aun sabiendo lo que significaba el regresar al frente de la línea, Juan decidió una vez más salir a luchar a lado de sus compañeros y hacerle frente a la pandemia, apoyando desde lo que él sabía hacer. Esto no duró por mucho tiempo, ya que, a las pocas semanas de haber regresado a trabajar, comenzó a sentirse cansado, con dolor de cabeza y esa tos tan característica del virus. Fue entonces que Juan al realizarse por protocolo una prueba más, recibió los resultados donde decía de que nuevamente era paciente COVID, pero con la diferencia que en esta ocasión era sintomático. Afortunadamente, sus familiares ahora no se vieron afectados y se tomaron las medidas de aislamiento en casa.

Juan ahora forma parte de ese grupo de pacientes que corroboran que no necesariamente al ser contagiado, generan una inmunidad al virus, sino que pueden volver a contagiarse un sin número de veces.

Para este momento, Ana Luisa tenía la cabeza llena de preocupaciones, entre sus compañeros contagiados, los pacientes a los que les daba seguimiento y su pequeña Ely, a quien no veía desde hace más de un mes, a quien solo escuchaba vía telefónica y veía por fotos. Sin embargo, ella sabía que debía continuar todos los días en el hospital apoyando en las tareas y apoyando moralmente a sus pacientes. Ella siempre ha entendido que el trabajo se aligera si están unidos, así que todos los días llega con una sonrisa, con palabras de aliento para sus compañeros y pacientes, no importa si se quiebra por dentro al verlos mal, o si les lleva la mala noticia, ella siempre encuentra las palabras y el temple para tranquilizar a las personas, ella siempre ha sido así.

Un día, Ana Luisa se encontraba vaciando bases de datos de los pacientes contagiados de COVID-19, tras haberles hecho las pruebas dos días antes, cuando María, su amiga de la infancia, le habló por teléfono:

María: ¡Ana Luisa, tengo mucho miedo! tengo todos los síntomas de la enfermedad y estoy encerrada con mi familia.

Ana Luisa: Tranquila, muchas veces las infecciones respiratorias son confundidas con COVID —respondió inmediatamente, intentando calmar a su amiga.

María: Un conocido de mi marido acaba de fallecer por eso. Me siento muy mal, me cuesta trabajo respirar, ¿Ana Luisa me voy a morir? ¡Mis hijas! ¿Qué va a ser de ellas?

Ana Luisa: ¡María ten calma! —Ana Luisa interrumpió a María, quien estaba empezando a llorar— Necesito que estés calmada o te podría costar más trabajo respirar y ahí sí ¿qué hacemos en este momento?

Ana Luisa le sugirió a María que al día siguiente acudiera al centro de detección de COVID a partir de las 7:00 horas a realizarse la prueba para que ambas estuvieran más tranquilas. Le pidió que llegara muy temprano para que alcanzara ficha y pudieran realizarle la prueba ese mismo día, así mismo le suplico

que fuera con todas las medidas de seguridad, que en ningún momento se quitara el cubrebocas para evitar más contagios en caso de que su resultado fuera positivo. Así paso la mañana siguiente, María acudió muy temprano, alcanzo ficha, lleno un formato de identificación y le realizaron la prueba. María paso con temor cada segundo de la prueba; observo a la doctora con una bata impermeable, un gorro en la cabeza, que solo había visto portar a los cirujanos antes de entrar a quirófano, gafas plásticas y un cubrebocas N95 que eran cubiertos por una careta transparente, la doctora también usaba guantes largo, que cubrían por encima de los brazos y de la bata impermeable, por último, al bajar la vista, observo que usaba unos protectores plásticos sobre los zapatos, ese era todo el equipo de la persona que le metió un hisopo largo en la garganta y otro en la nariz, para depositarlos en un tubo plástico con un líquido color naranja que sería llevado al laboratorio. María observo como lo fechaban e identificaban con su nombre al terminar la prueba, Ana Luisa le explicó que ellos la llamarían en el transcurso de tres días si es que su prueba saliese positiva y que ella u otro personal de la institución les daría el seguimiento pertinente.

Ana Luisa se quedó con una preocupación más, al ver que su amiga tenía todos los síntomas. Al paso de dos días, llegaron los resultados, lamentablemente era positivo. Ahora el seguimiento lo tendría que dar a su amiga y su familia. Se comunicó con ella y le dio el resultado, intento calmarla lo más posible y le pidió que todas las personas con las que estuvo en contacto se realizaran también la prueba, por protocolo, los doctores acudieron al domicilio de María a realizar las pruebas pertinentes a todos, esto para evitar la propagación del virus. Los resultados salieron tres días después, todos fueron malos, para ese momento se encontraban contagiados María, su esposo, sus dos hijos menores de 18 años, sus padres mayores de 70 años, los cuatro hermanos de María de entre 50 y 60 años, las esposas respectivas de estos y sus hijos, así como dos hermanos del padre de Marí, todos vivían muy cerca, en una misma unidad habitacional, por lo que el contacto fue inminente.

Lamentablemente esta historia tuvo una complicación, varios de los familiares de María fueron internados por ya no poder respirar por sí solos, el

problema más grande de esta historia fue que en el hospital en dónde se encontraban, no tuvieron respiradores suficientes, así que canalizaron al papá de María, sin embargo no notificaron a los familiares, por lo que ellos, al llegar a la visita y no encontrar a su familiar, pensaban que ya había fallecido, estuvo por 6 días perdido, el hospital solo informaba que estaba canalizado pero no les decían a donde, por lo que solo imaginaban lo peor. Ana Luisa intentaba a toda costa descubrir a donde lo habían canalizado para tranquilizar a su amiga, debido a que en el seguimiento que realizaban como parte de su trabajo, podía tener acceso a la información más rápido. A los dos días de la desaparición del papá de María, llegó el informe de que uno de los hermanos de éste había fallecido a causa del COVID, por lo que, en lugar de llamar a María para darle noticias de su padre, la tuvo que llamar para darle el pésame por su tío. Ana Luisa intentaba como siempre tranquilizar a toda la familia, daba palabras de aliento, aunque esta situación, nunca son suficientes. Al día siguiente tuvo que leer otro informe de los reportes, en donde se notificaba que el otro hermano del padre de María, acaba de fallecer. Ana Luisa no sabía cómo dar el pésame a su amiga, cuando un día anterior lo acaba de hacer, sin embargo, espero a salir del trabajo para realizarle una video llamada, le mandó abrazos a la distancia y se quedó platicando con ella por más de dos horas. Después de tres días más, llegó el informe del padre, ya sabía en qué hospital se encontraba, así que le marco inmediatamente a María para darle un poco de tranquilidad en medio de todo el caos que había causado el COVID a su familia. Tras unas semanas, el papá se recuperó, sin embargo, la noticia de sus hermanos fallecidos lo dejó más triste que nunca. Ana Luisa aún continúa con el seguimiento, ahora psicológico para esta familia.

A la lista de casos positivos de COVID-19 que terminaron en fallecimientos, se sumó uno más a los pocos días. Este fue el caso de Froylan, una persona cercana a la sobrina de Ana Luisa, quien acudió al hospital debido a que llevaba días con síntomas de un resfriado común. Aquello se fue intensificando al punto que Froylan se vio forzado a realizarse la prueba de COVID, esto definitivamente preocupó a su familia y les dejó la incertidumbre si aquellos síntomas eran

realmente de COVID o algo incluso peor, habiéndose realizado la prueba, era solo tiempo de esperar los resultados, Ana Luisa explicó nuevamente las instrucciones tras realizar la prueba: Si en tres días no reciben alguna llamada del sector salud, llamen a estos teléfonos para corroborar el resultado, seguramente no son positivos.

Sin embargo, no fue así para Froylan, la llamada llegó antes del tiempo estipulado. Fue confirmado, había sido contagiado y ahora con certeza sabía de donde procedían esos escalofríos y dolor de garganta, incluso su falta de gusto a la poca comida que ingería. Ana Luisa, junto a su familia, tomaron cartas en el asunto, realizaron los movimientos necesarios en casa para poder mantenerlo aislado mientras se recuperaba y se le daba el seguimiento pertinente.

No había transcurrido ni una semana, cuando Froylan sufrió un preinfarto, esto derivado de lo que venía sintiendo y su historial familiar. Ahora en el hospital transcurrieron los días, la incertidumbre crecía en la familia. Como ya todos los sabemos, es difícil mantener comunicación con los pacientes dentro y aún más cuando se encuentran en algún tipo de terapia intensiva, sin embargo, se las arreglaba para poder llamar a su familia y sus dos hijos.

Pasó una semana más y los síntomas habían disminuido, era sábado, Froylan tuvo una llamada con su mamá, después con sus hijos, les comunicó que estaba recuperado y listo para volver a casa, el domingo sería su alta. Les comentaba lo feliz que estaba y el cuanto deseaba poder estar con ellos, contaba las horas para que por fin los pudiera sentir cerca, incluso solo el verlos sería la mejor medicina. Desafortunadamente, esa fue la última llamada que tuvieron de Froylan. El domingo en la mañana sonó el teléfono, era personal del hospital avisando que había fallecido. Y así se fue, dejando atrás sueños, proyectos, a sus dos hijos, su esposa, su madre y por demás decir a toda la familia y amigos que lo querían y esperaban volver a verlo una vez más.

Ana Luisa platicó con su sobrina y le explicó que el COVID-19 a veces así evolucionaba, parece que están recuperándose y de un día para el otro sufren recaídas, también le explicó que Froylan ya no estaba sufriendo, porque los

síntomas de este virus son muy fuertes y dolorosos, la joven encontró un poco de paz en sus palabras, sin embargo, ninguna de las dos esperaba lo que pasaría unas semanas después.

La sobrina de Ana Luisa (quien es una de las bisnietas de la abuelita Antonia, quien se fue a vivir con su novio para prevenir un posible contagio a su mamá, a la abuelita y a Ely) le avisó que necesitaba realizarse la prueba ella, su novio y una prima de éste, puesto que esta última estaba embarazada y no había querido ir al hospital del sector salud a realizarse el chequeo mensual, por temor a contagiarse, por lo que acudió a un doctor particular, el problema fue cuando a los dos días de ir a su consulta, les marcaron del consultorio para informarles que el doctor que la había atendido, salió positivo a COVID-19, por lo que era necesario que ahora ella y las personas con las que tuvo contacto se realizarán la prueba.

Ana Luisa les comunicó lo que tantas veces ya había hecho; tenían que acudir temprano al centro de detección de COVID, no quitarse el cubrebocas en ningún momento hasta que les tomaran las muestras y volver a ponérselo. Así lo hicieron, acudieron desde las 6:30 horas y esperaron, en el centro de detección. Se dieron cuenta del gran peligro que corría la prima del novio, debido al embarazo. Se realizaron las pruebas, posteriormente Ana Luisa platicó con ellos para calmarlos, les explicó sobre el tiempo que deben esperar.

Hoy, los tres esperamos los resultados, nos encontramos llenos de miedo, pero sabemos que mi tía Ana Luisa estará al pendiente de nosotros en caso de que los resultados sean positivos, sabemos que ella se quedará en la línea como lo ha hecho con todos los pacientes a los que les ha dado y sigue dando seguimiento. Ana Luisa espera que no solo nuestros resultados sean negativos. Espera que los resultados positivos de todas las pruebas que se practican diariamente, disminuyan, que los contagios poco a poco desaparezcan y de esta forma terminar con la pandemia. Ella espera todos los días que esto pase para volver a reencontrarse con su pequeña Ely, quien tiene más de tres meses sin ver.

Sentimos que Ana Luisa es una de las muchas mujeres que se han visto en medio de la pandemia de COVID-19, quien igual, es madre, hija, hermana, amiga, confidente y sobre todo parte de un gran equipo de apoyo contra esta contingencia que estamos viviendo.

Estos datos los indagamos mi novio y yo mientras nos encontrábamos encerrados por la cuarentena, en lo que esperábamos los resultados de nuestras propias pruebas de COVID-19.

Desde mi silencio

"Kath Love"

Hoy doy gracias a la vida que me inspira, me renueva y me da la oportunidad de evolucionar diariamente. Gracias al lugar donde estoy aquí y ahora, pues este lugar necesita de mí, y yo de él. Gracias a todas las personas maravillosas que están en mi vida y me llenan de amor, fortaleza, luz, enseñanza y magia.

Desde mi trinchera nace este texto, estas líneas, este sentir, esta voz. Desde mi trinchera nace este grito de reconocimiento al valor, valía y valentía. Nace mi agradecimiento a la vida, a nuestra madre tierra, a nuestra naturaleza, a nuestro infinito universo y toda su energía, a nuestra luz y oscuridad y por supuesto a nuestra humanidad entera, a los adultos mayores, a los niños, a los adolescentes, a los bebés, a los hombres y a las mujeres benditas mujeres.

Estas líneas son por ellas y para ellas...

Un día cualquiera, común, normal y cotidiano del año 2020, el mundo entero se detuvo. La noticia a nivel mundial se escuchaba con el título: Coronavirus, COVID-19, pandemia, aislamiento, cuarentena, confinamiento, distanciamiento social. Puedo hacer mención y una descripción de cada uno de estos conceptos pero de sobra estamos muy bien informadas de esto que venimos viviendo en carne propia desde hace siete meses y contando. El brote estalló en Wuhan China en diciembre del año 2019. Las indicaciones inmediatas por cuestiones de seguridad y precautorias para evitar contagios fueron quedarse en casa debido a que el virus se puede contraer por contacto con otra persona que se encuentre infectada, lavarnos las manos, usar gel antibacterial, desinfectar todo lo que venía del exterior. Las personas mayores y vulnerables con más probabilidad de contagio son quienes presentan afecciones médicas previas como hipertensión arterial, problemas cardíacos o pulmonares, diabetes o cáncer, personas de la tercera edad. Con el virus avanzando a nivel mundial se fueron implementando más y más medidas sanitarias de seguridad, conforme crecía el número de personas contagiadas y la gravedad de ello, nos fue llevando por un rumbo inimaginable, se fueron paralizando de poco en poco las actividades laborales, empresariales, industriales, sociales, religiosas, deportivas, culturales, se cancelaron los vuelos, se pospusieron los viajes, lo que conocíamos como una

vida normal se volvió desconocida, todo aquello que suponíamos seguro se convirtió en inseguro, aquella economía que construimos en años de esfuerzo y trabajo constante comenzó a desmoronarse, a destruirse, a terminarse con el paso de los días y meses. Iniciaron varios cierres de fábricas, restaurantes, comercios, cines, empresas, etc.

Comenzamos a sumergirnos en una burbuja de sentimientos y emociones oscuras como el miedo, el pánico, la preocupación, la desesperación, la angustia, el dolor, la tristeza, la desolación, la incertidumbre, la duda y más y más preguntas y suposiciones, creencias, sugerencias, consejos. Investigamos, nos informamos y todo nos llevó a resguardarnos y protegernos en un llamado urgente de cuídate, cuídame, cuídanos.

Hoy es un buen momento para hacer un alto, tomar un descanso, parar, detenernos y observar para agradecer y valorar a todas las heroínas de este capítulo de nuestra historia, hablar de las mujeres, las mamás, las doctoras, las abuelitas, las enfermeras, las maestras, las científicas, las hermanas, las esposas, las contadoras, las amigas, las pintoras, las novias, las hijas, las embarazadas, las tías, las amas de casa, las primas, las niñas, las abogadas, las atletas, las que están solas, las que viven violencia intrafamiliar, emocional y física, todas y cada una de las mujeres fuertes y valientes que estamos viviendo esta etapa y el reto que se nos presentó así sin previo aviso, sin preparación, sin una guía, sin un libro previo, sin un curso intensivo. Y hablando de todas y un poco por todas entre tanta información y desinformación, noticias, criterios, opiniones, notas rojas, preguntas muchas preguntas algunas con respuesta, muchas más sin ella, otras tantas solo suposiciones.

Hoy nace este texto con el único fin de agradecernos a todas la lucha cotidiana por continuar respirando, reconociendo, agradeciendo, viviendo.

Honro y reconozco a todas y cada una de las mujeres que vivimos esta evolución de consciencia y transformación.

Comenzando por mi círculo de mujeres, mis mujeres, mis heroínas, mis valientes, mis invencibles e indestructibles mujeres, mi tribu, mi colonia de

mariposa, mis mujeres con alas, con grandes alas, que aman y se aman, que se entregan con pasión, que viven en libertad, que confían en su corazón rompiendo con aquello que no las deja crecer, que abrazan su sombra y sanan sus heridas, que conocen sus límites y los respetan, que son fuente de mi inspiración total y absoluta.

Mis abuelas desde el cielo, mi madre, mis hijas mi ángel en el cielo y mi ángel en la tierra, mi hermana, mis tías, mis primas, mis sobrinas, mi suegra, mis cuñadas, mis amigas hermanas del alma, mis maestras. Todas y cada una de ellas son mi espejo donde me reflejo para aprender, compartir y crecer desde el amor infinito.

Las doctoras, enfermeras y todas las mujeres trabajando en un hospital, personal médico y no médico sin excepción que se enfrentaron de un día para otro a un virus que no conocían, que cada instante arriesgan sus vidas en el intento de salvar otras y la suya misma, viviendo la desesperación e impotencia de ver enfermar y morir a muchos de sus pacientes, amigos y familiares sin poder ofrecerles una cura, un medicamento acertado, una vacuna, mujeres que a su vez son madres, esposas, parejas, hijas que en su oportunidad de unas horas de descanso decidieron quedarse a dormir en una banca, camilla, silla, asiento de su auto por el miedo de llegar a sus casas y contagiar a sus familias. Mujeres que vibran, sienten, lloran, gritan al unísono con el mundo entero un lamento de dolor, de desolación por la muerte de millones de personas.

Las abuelitas que comenzaron a vivir en la preocupación y agonía por ser uno de los índices de población con mayor riesgo de contagio debido a la edad y a las enfermedades crónicas que presentan, aunado a la angustia de que muchas de ellas viven solas, muchas tienen la necesidad de trabajar para comer y solventar sus gastos de primera necesidad, además mencionar la preocupación que les genera la familia y su bienestar.

La mujer ejecutiva que de pronto se encontró laborando en línea sin el *glamour* de un buen traje sastre y zapatillas, con el bebé a un lado dándole el biberón, los niños brincando en la cama, el cabello medio mojado, medio recogido y sin maquillaje porque tuvo que levantarse temprano a preparar el desayuno y

recoger un poco la casa porque la empleada doméstica dejó de ir a trabajar por miedo al contagio en el transporte público.

Las mamás que han vivido entre la incertidumbre y el temor de que alguien de su familia se contagie, siguiendo todas las medidas precautorias entre desinfectar todas las compras del supermercado y mantener limpia la casa, han encontrado el tiempo para convivir y disfrutar más cada momento, valorar más la vida y entre la fe y la esperanza continuar día a día elevando oraciones para que pronto se logre una cura que acabe con el virus.

Las amigas que de pronto se sintieron frágiles y vulnerables ante tanto bombardeo de información, mucha de ella alarmista y fuera de contexto, causándoles sentimientos y emociones de miedo, tristeza, coraje y ansiedad. Llevándolas a enfermar sus cuerpos por contener tantas emociones.

Las adolescentes que dejaron de lado su vida escolar, laboral y social y comenzaron sus clases en línea, dejando las clases presenciales y las aulas vacías, haciendo una pausa sus metas y objetivos. Con la esperanza de que todo esto pase para salir y luchar por vivir en un mundo mejor donde puedan cumplir todos y cada uno de sus sueños.

Y así todas y cada una de las mujeres sin excepción enfrentamos el COVID19 desde nuestra trinchera, con nuestra propia historia vivida a través de los días de cuarentena que cada día fueron en aumento, primero un mes, después quince días más, otros quince días más y así hasta el día de hoy, entre semáforos de reincorporación a la vida normal o a la nueva modalidad de vida, un día es naranja y al día siguiente es rojo y cada día despertamos esperando escuchar que hoy es semáforo verde, hemos seguido con los protocolos de seguridad como usar el cubrebocas, el distanciamiento social, quedarnos en casa, desinfectar y sanitizar, lavarnos las manos, lavar la ropa cuando salimos a la calle, ducharnos y ponernos gel antibacterial y todo esto para evitar el contagio físico del virus. Todas y cada una de las historias cercanas o lejanas de las mujeres son para reconocerse y valorarse, para escribirse y contarse, todas han mostrado su valentía ante esta era del COVID-19 reinventándose, transformándose,

evolucionando, aceptando y agradeciendo ante toda adversidad día con día el nuevo día.

Algunas comenzaron a hacer ejercicio, aprendieron a tejer, tomaron varios cursos en línea, clases de baile, de cocina, de inglés, de francés, de manualidades, descargaron varios libros, mucha música, vieron las series favoritas por medio de las diversas plataformas, disfrutaron de una película completa, varias películas completas, la novela pendiente, hicieron por primera vez video llamadas con la familia, con amistades con compañeros de trabajo, con el jefe, retomaron la carrera en línea, se graduaron en línea, comenzaron esa maestría deseada, otras comenzaron a emprender pequeños negocios que van desde las ventas por catálogo, venta de comida, postres, bolis, tortillas, frutas y verduras, venta de cubre bocas, gel antibacterial, sanitizantes, tapetes sanitizantes, *Lysol*, venta de ropa y calzado para toda la familia, paseos de mascotas, lavado de autos, limpiar casas, jardinería, y hasta cuidar niños y ancianos y todo a domicilio para que no te pongas en riesgo, con el paso de los días comenzaron las ventas de artículos del hogar, un bazar en línea de artículos que resultaron ya no ser necesarios, desde juguetes, herramientas, muebles, plantas, electrónicos, hasta artículos de cocina.

Algunas más iniciaron proyectos pendientes, ofrecieron servicios en línea tales como cursos, consultas, asesorías, clases, terapias, coaching, lectura de cartas, se abrieron grupos de lectura, de oración, de memes, de chistes, de *tips* y consejos. Y como dicen por ahí, la cosa es buscarle, porque el sol sale para todas.

Hoy es buen momento también para hacer una introspección y analizar que hemos, que estamos haciendo para cuidar nuestro centro interior alimentado diariamente de bombas de información y desinformación, noticias negativas, muerte, desesperanza, angustia y preocupación. Todo esto nos ha llevado a desarrollar enfermedades que nuestro cuerpo físico ya no resiste. Y han comenzado a manifestarse en forma de dolor de cabeza, dolor estomacal, migraña, insomnio, gripa y tos común, dolor de garganta, cansancio.

Estamos viviendo tiempos difíciles muy difíciles en el mundo entero, a veces las cosas no son como parecen, no hay que confundirnos con lo que escuchamos, con lo que vemos, con lo que nos dicen, con lo que sabemos y con

lo que creemos saber. Es un momento de transformación para una evolución de acuerdo a lo que cada alma necesita para lograrlo, es un momento de hacer silencio para observar desde adentro como nuestra tierra se está regenerando, mostrándonos su poder inmenso a la humanidad entera, que no hemos querido hacer conciencia y tanto daño le hemos hecho, estamos viviendo ese dar y recibir que es una de las leyes de vida, todo lo que damos, Dios, la vida y el universo nos lo devuelven multiplicado.

Es un momento que estamos viviendo una gran lección de la que no tenemos, sino queremos aprender aceptar y elegir desde el amor, desde nuestra luz sin olvidar nuestra parte de oscuridad, reconociendo nuestro ser en una forma total, salir adelante, desde adentro, desde tu interior, desde tu amor, tu fe y esperanza, desde la unión con tu familia, con tu entorno, con tu comunidad, con tu pedacito de mundo, desde tu vibración, desde tu silencio.

Agradecemos esta oportunidad de cambio para el mundo y sanemos lo que necesitamos para evolucionar, trabajemos en nosotras, en nuestra paz, en lo que cada una necesitamos para comprender realmente quienes somos y qué hacemos aquí.

Yo vivo este tiempo, esta era de evolución desde mi trinchera, con mi propia historia, reconociendo y aceptando que no ha sido fácil, que trabajo todo el tiempo desde mi interior. Yo elegí desde los primeros días de esta era del COVID-19 vivir desde el silencio, mi silencio interior. Elegí vivir en la plenitud de Dios...

Elegí aceptar todo lo que la vida me presenta bueno y malo, afrontarlo y enfrentarlo como llega casi siempre inesperado, vivo de instante en instante porque eso me ha enseñado la vida, mi vida, me perdono, me acepto, me reconozco, tengo claro que viviré el resto de mis días conmigo misma. Sé que en la vida se gana y se pierde, se sube y se baja, para mi es como una gran rueda de la fortuna, se nace y se muere y la historia siempre continúa y siempre se puede empezar de nuevo.

Ahora mismo yo puedo decir basta a los hábitos que me destruyen, a mis propias cadenas. Ahora mismo le puedo decir basta a todos mis miedos.

Hace algunos años me encontraba sumergida en un abismo de tristeza y ahí me encontré a uno de mis más grandes miedos y era la soledad.

Sumergida en el miraba y buscaba hacia atrás y no estaba nadie, miraba y buscaba hacia los lados y no estaba nadie, miraba y buscaba hacia abajo y solo encontraba oscuridad, miraba y buscaba hacia arriba y encontraba el cielo a lo lejos, giraba y giraba mirando mis seis puntos arriba, abajo, atrás, adelante, izquierda y derecha y no encontraba a nadie. Un sentimiento de inquietud con una sensación de búsqueda me hizo mirar hacia un punto diferente, miré y busqué dentro de mí y encontré la luz divina recorriéndome, iluminándome, estremeciéndome algo no terrenal y que no conocía habitando dentro de mí, destellantes luces de colores en forma de espirales conectando con todas mis arterias, mi sangre, mi oxígeno, cada partícula de mi ser. Mi espíritu estaba ahí presente bañándome con su luz, en ese momento descubrí que lo que siempre busqué afuera lo llevaba adentro. Hay que vaciar la copa cada noche para que Dios la llene de agua nueva cada día.

Hoy estoy aquí escribiendo mi historia, hoy saludo a la luz y abro mi alma para gozar. Mis pensamientos, mis deseos y mis anhelos nacen y los comparto con una alegría que no necesito proclamar. Cuando la vida me presenta oportunidades no las dejo escapar, porque sé que jamás se repiten, jamás vuelven, llegan otras pero no las mismas.

Antes posponía todo por largo tiempo y el dejar las cosas para después me atrapaba en una trampa que no me dejaba avanzar, hoy salgo completamente de la rutina y la mecanización del día a día. La vida es un constante aprendizaje, mientras tenga vida no dejaré de aprender, cada día me proporciona la oportunidad de nuevas experiencias y a mí me toca decidir qué valor les doy y como las utilizo.

Descubro mi felicidad en todo lo que hago.

No me gustan las despedidas porque no creo en los finales. Creo en los comienzos, creo en el nuevo día, en el “ama-nacer” y las oportunidades que nos brinda, creo en el amor, tengo fe y esperanza, creo en el universo, en la energía y su magia. Creo en la transformación interior y espiritual.

Creo en el agradecimiento por el simple hecho de respirar. Agradezco por todas las experiencias que se han presentado en mi vida los últimos meses para mi crecimiento y evolución, me suelto y me libero con amor de lo que ya no se ajusta a mis intenciones. Me abro y me permito recibir los cambios y las nuevas conexiones positivas que vibran en una frecuencia más elevada que me ayudaran a brillar en la siguiente fase de mi vida.

Creo en la familia, mi familia que en cada paso y decisión me brindan su amor incondicional. Creo en las amistades que no saben de tiempo y espacio y saben todo de almas. Creo en los sueños, en el esfuerzo, la lucha y la entrega para lograrlos. Creo que cada momento me regala un nuevo aprendizaje, no resistir es clave para la libertad. Mi libertad no requiere que las circunstancias a mi alrededor sean perfectas y sin contrariedades. No resistirme a las situaciones hace que experimente mi libertad ante cualquier desafío en la vida. Incluso cuando determino ir en la búsqueda de cambios deseados, no necesito que ocurran de cierta manera o en un tiempo determinado para sentirme satisfecha conmigo misma. Suelto mi apego a que las condiciones externas satisfagan mis deseos. Nada fuera de mí puede proveerme satisfacción verdadera. Al tener esto presente, me siento libre de corazón. Me torno flexible al andar por el sendero de la vida. Al aceptar lo que es y acoger lo que el momento presente me brinda, experimento paz duradera.

Creo que somos instantes.

Instantes dura la vida.

Instantes dura un abrazo y una sonrisa.

Instantes dura un momento inolvidable.

Instantes dura la felicidad.

Instantes dura un beso y una caricia.

En un solo instante nos cambia la vida

Todo es un instante y una oportunidad, la misma muerte no es un adiós, no es una despedida, es un nuevo comienzo, es un nacimiento, no morimos...nacemos a la eternidad.

La vida es para ser apreciada y disfrutada. Mi alma desea remontarse cada vez más alto. Habiendo sido creada a imagen y semejanza de Dios, nací para expresar libremente quien soy. Si siento frustración, confío en Dios y recuerdo mi naturaleza auténtica.

Tengo fe en que las corrientes sagradas de vida, en lo profundo de mi ser, me energizan para superar cualquier desafío.

Nunca me rindo, nunca me rendiré. Es la única forma de conquistar aquello que dices amar. Luchar, es mi única constante. Caerme y seguir hacia adelante. La única forma de vivir es no rendirme. Ser valiente y mirar al frente. Ir con todo siempre. Compartir mi historia, reconstruir mi alma cada vez que sea necesario, disfrutar al máximo, mirar al cielo y esperar con paciencia. En mis luchas más difíciles, en mis mayores contratiempos, en esos momentos en los que no creí en mí misma aprendí a conocerme a descubrir un nivel más profundo de mi ser y mi propósito de estar aquí.

He luchado y he sobrevivido Dios nunca deja de sostenerme no estoy sola...

Los ladrones de tristezas

"Luca"

Mi nombre es Lucía Ledesma Torres, nací el 4 de febrero de 1982 y a partir de ese día ha existido una palabra que me describe a la perfección: Curiosa. Treinta y ocho años buscando nuevas cosas que aprender, que probar y que innovar. Nunca fui de pedir muñecas, al quitar la envoltura de un regalo esperaba encontrar juegos de química y anatomía. Siempre encontré el cerebro humano fascinante, ese órgano que nos hace tan peculiares y singulares. Fui creciendo con los ojos bien abiertos, siempre buscando nuevas aventuras y conforme fueron pasando los años, aumentaban a la par, mi altura y mi curiosidad.

Cumplí dieciocho años y llegó el momento de tomar la primera decisión que iba a marcar el resto de mi vida, había llegado el momento de elegir lo que iba a estudiar. Me decidí por psicología, creí que me iba a permitir conversar con el cerebro humano y jugar con unos nuevos kits de anatomía, pero conforme fui estudiando fue creciendo en mí un sentimiento de vacío, de que algo me faltaba. Un día entró al salón de clases el Dr. Rafael Martínez, una persona que sin intención y sin saberlo me iba a cambiar la vida. Rafael Martínez trabajaba en el hospital psiquiátrico, con una pasión infinita por ayudar y enseñar, flaco, alto, siempre trajeado, con gafas en perfecto estado, su bata con su nombre bordado en azul y sin un pelo fuera de lugar. No había nada que lograra esconder la pasión que desbordaban sus ojos al narrar su trabajo y en ese momento supe que eso era lo que yo quería hacer con mi vida. Espere a que terminara la clase y me acerque a pedirle que me diera la oportunidad de ayudar en el hospital, él me respondió que aún era demasiado joven y que me faltaba mucho camino por recorrer, pero él no contaba con que si algo no me falta es necesidad. Insistí hasta que dijo que sí, que me vería en cuatro meses en el hospital y lo que para él fue un asunto que dio por terminado confiando en que fuera un capricho momentáneo, para mí fue el comienzo de mi más grande aventura.

Pasaron los meses y al fin llegó el día, me desperté, taché el recuadro en mi calendario, me vestí y como prometí me presente a las nueve en punto en el hospital. Cuando el doctor pasó caminando, pensando en las mil y un cosas que tenía que hacer y todo lo que en el día podría ocurrir, jamás se le cruzó por la mente el suceso que estaba a punto de vivir. Se encontró con una niña parada en

el pasillo, sonriendo y comiéndose el hospital con la vista. Se quedó viéndome perplejo, pero igual que el primer día que lo conocí, esta vez no había nada que pudiera esconder su asombro y felicidad. Me asignó al pabellón psiquiátrico y desde aquel día que entré al hospital, no tuve la intención de salir jamás. Me sumergí de lleno en este mundo. Me apasionaba todo lo relacionado con la salud mental y al poco tiempo de terminar mi licenciatura regrese a la misma universidad, esta vez para dar clases. Me inscribí a la maestría de psicología de la salud y empecé a innovar e inventar nuevos modelos y procedimientos que me permitieran cambiar tantas vidas como fuera posible. Nada me hace más feliz que centrar mi curiosidad en algo que pueda ayudar.

Hoy, han pasado veintiocho años desde aquel día que entre por primera vez al hospital y sigo creyendo que fue la mejor decisión que pude tomar y la que más me ha cambiado la vida. O bueno, tal vez en este caso exista una que me ha marcado un poco más. Un día cualquiera, en búsqueda de algo nuevo que curiosear me topé con un diminuto individuo. Se acercó a mí, olfateando y buscando algo un pequeño Puig que me dio un sentimiento de familiaridad y ahora sé por qué, ahora sé qué era lo que ese pequeño estaba olfateando, estaba en busca del nuevo objeto de su curiosidad. Su nombre es Harley, Harley “El Tuerto” para sus amigos, apodo que se ganó en un incidente en el que ya se imaginaran lo que perdió. Pero él está bien, este suceso le permitió ver el mundo desde una perspectiva nueva y curiosear todo lo que ya conocía como si fuera la primera vez que lo veía.

Han pasado tres años desde que nuestros caminos se cruzaron y desde ese momento nuestras vidas han sido algo fuera de lo normal y es que Harley y yo estamos hechos de lo mismo, una gran dosis de curiosidad. Harley ha tenido como misión acompañar a un sin fin de personas que, sin saberlo, necesitaban un abrazo suyo para poder atravesar sus peores momentos. No puede faltar mencionar que entre sus múltiples talentos uno de los más notorios es su habilidad para bailar (sin duda la mejor pareja de baile que he tenido en años). Juntos, nos hemos vuelto el elemento más peculiar en el trabajo. La gente está acostumbrada a verte todos los días forrada de blanco en los pasillos pero no

esperan que a tu lado se escuche el sonido de cuatro patitas y al voltear ver un pequeño peludo forrado de verde y cuatro manchas amarillas, cuatro botitas andando a toda velocidad.

Llegó el momento de una nueva aventura, llevábamos meses de preparación, investigación, adaptación, nuevas ideas, y diversos protocolos de protección mientras observábamos y analizábamos el avance del COVID-19 por el mundo y cuando llegó a México estábamos listos para un nuevo reto. Nos transportamos al hospital que tan bien conocíamos que en esos momentos parecía una estación espacial. El primer día fue de lo más extraño, entre tantas máscaras y trajes era difícil saber quién caminaba por los pasillos, supongo que esto es lo que sienten las personas miopes cada vez que alguien los saluda y al no poder distinguir al remitente debatir entre levantar la mano o voltear atrás esperando encontrar al receptor del saludo.

Todo era un poco confuso y muy incómodo, era de lo más difícil respirar o por lo menos sentir que estabas respirando, ni hablar de ir al baño, después de horas de preparación para poner las distintas capas y objetos de protección no había nada que en mi sano juicio valiera lo suficiente para que me los quitara. No, a mi cuerpo le tocaba ser fuerte y aguantar. El problema es que conforme pasan las horas el cuerpo se cansa de jugar ese absurdo juego de “a ver quién puede más” y era como si me dijera, “no tienes diez años Lucía, ya sabemos que aguantas más que tu primo Roberto bajo el agua, por favor ya no queremos jugar”. Y es en ese momento donde empieza la desesperación, después de horas de trabajo, de adrenalina y agotamiento el cuerpo solo quiere un sorbo de agua, un poco de comida y, en algunas ocasiones, no le importa brincarse todo eso y simplemente quiere descansar. Me llegó mi primer ataque de pánico. No lo vi venir, pero de pronto fue como si me hubieran cortado el oxígeno, como si estuviera atrapada dentro de un sarcófago del que no podía escapar. Intente mantener la compostura por mis compañeros y por los pacientes que estábamos atendiendo, pero por más curiosa que sea no estaba del todo lista para sumergirme tan pronto en este mundo nuevo. Tuve que salir por unos instantes y

llegaron esas cuatro patitas a regresarme de golpe el aliento y a recordarme que todo iba a estar bien y que no nos íbamos a dejar vencer.

Conforme fueron pasando los días nos fuimos acostumbrando a esta nueva realidad, a esos pasillos de nuestra segunda casa que hoy recorríamos como si fuéramos astronautas preparándonos para despegar. Había días más difíciles que otros, en los que llegaba a encontrar a mis compañeros con cara larga, llorando por los rincones por la muerte de algún compañero o algún paciente, por un familiar infectado o simplemente por el sentimiento de venir de una noche más lejos de casa. La tristeza de haber dormido y despertado solos en un hotel por miedo a regresar a sus hogares y que con ellos llegara ese inquilino al que nadie quería invitar. Entre estas malas noticias llegaba Harley a dar consuelo a todos aquellos que estaban sufriendo.

Mientras Harley iba de lado a lado se me acercó una doctora a pedirme que por favor me lo llevara, que los perros le causaban pavor y saber que Harley estaba cerca la llenaba de angustia. Le pedí que me diera la oportunidad de presentarlos, le prometí que no me iba a separar de su lado y que si en cualquier momento decidía que se sentía agobiada por la presencia de mi compañero yo me encargaría de que sus caminos no se tuvieran que volver a cruzar. Después de unos momentos de duda, la doctora accedió. Dejé que Harley hiciera su magia, Ana se sentó en el suelo y dejó que él se le acercara lentamente. Fue como si Harley entendiera a la perfección lo que Ana necesitaba, caminó hacia ella moviendo la cola y con la lengua de fuera, lo hizo con mucha cautela y cuando estuvo frente a ella le recargó sus dos patitas frontales en las piernas y la vio esperando su reacción. La ternura con la que se vieron me dejó claro que, aunque tuvieron un encuentro breve, ese momento iba a acompañar a Ana por el resto de su vida. Era hora de volver a trabajar, continuamos con las rondas, visitando pacientes y compañeros y Harley siguió repartiendo abrazos a diestra y siniestra.

Terminó el día y nos fuimos a casa, llegamos rendidos, pero emocionados de saber que por fin llegaba la hora de dormir.

Al siguiente día nos despertamos y comenzamos nuestra rutina, la alarma sonaba a las 4:30, despertaba a Harley y lo llevaba a pasear, desayunábamos y a

las 6:30 estábamos listos para salir. Nuestra rutina tuvo un pequeño detalle este día, nos llegó la noticia de un trabajo que sin duda sería difícil de completar. Martín era un hombre de treinta y cinco años, alto, de complexión robusta, con una sonrisa eterna de oreja a oreja y sobre todo enamorado, estaba cumpliendo seis meses de ser un hombre casado.

Unas cuantas semanas antes su vida había cambiado, la sonrisa se esfumó de su rostro al darse cuenta de que habían dejado la puerta abierta y en ese descuido se había logrado instalar aquel inquilino no deseado. El papá de Martín, Don Ignacio, ya era un señor grande, era un poco chaparro, regordete, con un bigote blanco y poblado, hacía años que se había quedado calvo de frente y parecía que llevaba una nube a los lados. Lo más característico de él era esa sonrisa de oreja a oreja, misma que su hijo había heredado. Don Ignacio se despertó un día sintiéndose mal y antes de que terminara la semana lo tuvieron que internar. Pasaron los días y tanto Martín, como su mamá y su hermano comenzaron a sentirse mal. Martín y su madre tuvieron que ser internados, el hermano menor se pudo quedar en casa y Macarena, la esposa de Martín, se quedó a cuidarlo. Pasaron las semanas y Don Ignacio no pudo más, había perdido la batalla y hoy Harley y yo le daríamos la noticia a Martín de que no vería más a su papá. Habíamos desarrollado un consultorio virtual con el que buscábamos ayudar a los pacientes y a sus familias a estar en contacto y en los momentos más difíciles mantenerlos tan unidos como fuera posible. Antes de salir hablé con Macarena, cuando se logró calmar un poco decidimos que lo mejor sería que ella le diera la noticia, era imposible que lo hiciera de forma presencial así que una pantalla tendría que bastar.

Una vez más, colocamos capa por capa y nos alistamos para comenzar a trabajar. Llegamos al cuarto de Martín y me detuve un momento antes de abrir la puerta, ¿Listo? le pregunté a Harley. Él me miró fijamente, respiré hondo y giré la manija de la puerta.

Mi nombre es Martín, tengo treinta y cinco años y hace poco más de un año tomé la mejor decisión, le pedí matrimonio al amor de mi vida.

Queríamos una boda pequeña, nada muy extravagante, una ceremonia íntima con nuestra familia y amigos más cercanos. Para mí lo más importante era tomar del brazo a mi mamá y presumirla mientras caminábamos por el pasillo y por supuesto poder abrazar a mi papá y agradecerle por todo lo que me había enseñado, por volverme el hombre que era y que me había permitido enamorar a la mujer de mis sueños.

Hace unas semanas nuestras vidas cambiaron cuando el nuevo virus se instaló en nuestro hogar, en un abrir y cerrar de ojos mi papá estaba gravísimo, sin poderse levantar ni respirar. Tuvieron que internarlo y a los pocos días mi mamá y yo tuvimos que acompañarle. Mi hermano menor logró quedarse en casa y Macarena, mi esposa, que era la única que había burlado al virus se quedó a cuidarlo.

No sé cómo explicar ese momento de desesperación cuando sabes que te van a internar, de saber que estas a punto de entrar a un mundo totalmente desconocido, la angustia de no saber si vas a lograr salir de ahí y claro, la preocupación por tus seres queridos, saber que Macarena y Luis estarían en casa librando su propia batalla y preocupados por saber cómo nos iba a nosotros en las trincheras. Sabía que tenía que ser fuerte, necesitaba recuperarme y regresar a ellos, no importaba lo que tuviera que pasar si al final podía abrazar a mi familia una vez más.

Por un momento mientras entraba al hospital me imagine que me internarían junto a mis papás y pensé en sacarle lo bueno a la situación, volvería a reunirme con mi papá. A los pocos segundos se esfumó esta idea cuando me pusieron en el único lugar disponible que encontraron y después de unos minutos en los que me empezaron a acorralar máquinas y tubos me di cuenta que aunque mis papás estuvieran a mi lado yo no los iba a notar. Conforme fueron pasando los días no sabía que era peor, el dolor físico que sentía, que era como si cada hueso en mi cuerpo se rompiera con cada movimiento y un constante dolor al respirar o el sentimiento de soledad que no me dejaba en ningún momento. Era como si me

estuvieran oprimiendo el corazón y cada vez era más difícil aguantar, cada vez se volvía más tentadora la idea de dejar de luchar pero cada vez que cerraba los ojos veía los rostros de Macarena, de Luis, de mi mamá y mi papá. Había personas esperándome y yo no los podía defraudar.

Pasaron los días y yo lo único que pedía era una buena noticia, saber que mis padres y Luis se encontraban mejor. Escuché como se abría la puerta y aunque no podía voltear porque los tubos no me lo permitían, noté algo peculiar, dos pasos normales y... ¿Cuatro más? Mientras intentaba descifrar ese sonido una doctora comenzó a hablar; “Hola Martín, soy la doctora Lucía y junto a mi está Harley, mi pequeño compañero de cuatro patas. Es un pug al que sus amigos llaman Harley “El Tuerto” por un incidente que tuvo y hoy te queríamos visitar, ¿Cómo estás? ¿Cómo te sientes?” Los tubos no me permitían hablar, así que, simplemente levanté un dedo para decir que estaba bien, “bien” una palabra que había perdido todo sentido para mí pero seguía vivo y por el momento eso bastaba. Después de lo que pareció un eterno silencio la doctora volvió a hablar, “Martín hay alguien especial que quiere hablar contigo, los voy a comunicar”. Frente a mí en una pantalla apareció el rostro de Macarena, por unos segundos mi cuerpo se llenó de emoción al verla pero luego me inundo un sentimiento de preocupación, algo andaba mal esto no podía ser normal. Al verla fijamente noté la tristeza en sus ojos mientras hablaba; “Hola amor, ¿Cómo estás? ¿Cómo te sientes? Por favor sigue luchando, necesito que te recuperes pronto, te extraño mucho y estoy ansiosa por verte y volverte a abrazar. Quiero que sepas que tu hermano ya se siente mejor y que todos los días le preparo su comida favorita. Hablé con la doctora Lucía en la mañana y me ha dicho que tu mamá va bien, creen que en una semana va a poder regresar a casa.” Macarena hizo una pausa eterna, me vio fijamente y abrió la boca sin emitir sonido alguno. Era como si de pronto se le hubieran borrado las palabras, cuando por fin logro hablar le temblaba la voz y aunque ya sabía de lo que se trataba no lo quería creer, me quería aferrar a esos segundos en los que a Macarena le faltaban las palabras. “Amor, tu papá es el guerrero más tenaz que he conocido, pero tristemente el virus ganó esta batalla y hoy por la mañana después de pelear hasta el último aliento, falleció”.

Me quedé helado, de pronto se me olvidó el dolor que sentía en los huesos, algo dentro de mí se rompió, supongo que esto es lo que se siente cuando alguien dice que se le rompe el corazón. Quería gritar, decir lo injusta que era la vida pero los tubos no me lo permitían, cerré los ojos y cada vez escuchaba más distante la voz de Macarena que entre lágrimas me decía cuanto me amaba, que aunque físicamente no podía estar conmigo su corazón siempre me acompañaba. Empecé a sentir las lágrimas rodar por mis mejillas y fue el primer indicio en semanas de que seguía vivo, de que todavía tenía la capacidad de sentir algo más que aquel dolor de huesos. Sentir que volvía a estar vivo por ser capaz de experimentar ese dolor, únicamente me hizo desear regresar a sentirme medio muerto, de pronto echaba de menos el dolor de huesos.

Sentí que algo tocó mi mano y con los dedos pude sentir una patita peluda, “Harley” me dije a mi mismo y fue otro recordatorio de que estaba vivo y de que tenía que luchar, que en unas semanas podría sentir, al igual que ahora sentía la patita peluda de Harley, la mano cálida de Macarena, que podría abrazarla sin ninguna prisa por soltarla. La doctora le dio las gracias a Macarena, terminó la llamada y volteó a verme para decirme que no me preocupara por mi madre, que ellos se encargarían de darle la noticia.

Mi mamá, lloré silenciosamente pensando en ella, en lo devastada que iba a estar al escuchar la noticia y sentí la frustración de no poderla acompañar, de no poder ser yo quien le diera la noticia mientras la abrazaba e intentaba reconfortarla diciéndole que sabía que nada le quitaría el dolor de perder al amor de su vida pero que ahí estaba y que jamás la iba a soltar.

Esta no era la manera en la que pensé despedirme de mi papá, siendo sincero creo que hasta ese momento nunca había visto a mi papá como un mortal, suena ilógico pero siempre creí que sería eterno. La última vez que lo había visto fue cuando lo dejamos en el hospital, le apreté la mano antes de que se lo llevaran y le dije cuánto lo quería, que iba a salir de esta y que lo íbamos a estar esperando en casa con su periódico y su comida favorita. Que gran mentira le dije, aunque claro en ese momento también me quería mentir a mí, jamás quise afrontar la posibilidad de que pudiera perder la batalla, de que era posible que no

lo pudiera ver más. Mi papá fue un guerrero desde que nació y se había ido como los grandes, luchando hasta el último aliento y sabiendo lo querido que era. Lo único que quería en ese momento era desaparecer, olvidar dónde estaba y lo que estaba pasando, lo único que quería era ver como se levantaba ese bigote al abrirle paso a esa sonrisa que iba de oreja a oreja. Mi mente me transportó a un recuerdo que en su momento no aprecié y hoy era de mis más grandes tesoros.

Tenía 16 años y estaba bajando las escaleras para ir a desayunar, todo modorro, de mal humor, con la cara hinchada, “a quién se le ocurrió empezar las clases a las 7 am, el peor invento del ser humano”, entraba a la cocina y sentado en la mesa estaba mi papá tomando su café y leyendo el periódico y me volteaba a ver con esa gran sonrisa mientras me decía: “Buenos días, hijo, ¿Cómo estás? ¿Listo para cambiar el mundo?”. En muchas ocasiones ni siquiera le contesté, nunca pude entender cómo estaba de tan buen humor a esa hora y cuando me dignaba a contestar era con un escueto “Hola papá”, tuvieron que pasar muchos años para que entendiera el valor de esos momentos, el amor y orgullo que inundaban los ojos de mi papá al ver que me preparaba para irme a estudiar y convertirme en el hombre que él sabía que podía llegar a ser.

Me quedé con los ojos cerrados, sintiendo las lágrimas rodar por mis mejillas y me quise quedar para siempre en ese recuerdo. Repetí la escena en mi cabeza para poder apreciar cada detalle del momento, las manos de mi papá sosteniendo el periódico, la altura a la que lo ponía para poder leer las letras pequeñas (nunca quiso aceptar que necesitaba lentes pero sus ojos entreabiertos al leer lo delataban), el bigote que se asomaba por la orilla de la página y las patas de gallo que se le comenzaban a formar al sonreír cuando me veía entrar a la cocina, “Buenos días, hijo, ¿Cómo estás?” ...esta vez no espere a que él terminara la frase, lo mire fijamente y le contesté, “listo para cambiar el mundo, te quiero papá” y sabía que donde fuera que Don Ignacio se encontrara él me podía escuchar.

De pronto sentí como esa patita peluda soltó mi mano y la doctora se despidió de mí, diciéndome cuanto lo sentía, que pronto iba a salir de ésta y escuché como se cerró la puerta.

Mi nombre es Harley, perdón si sueño agitado, me cuesta trabajo hablar mientras intento que mis cuatro patas se pongan a andar a toda velocidad, Lucía me apuró tanto para salir y cerrar la puerta que ni siquiera notó que al consolar a Martín mi botita se había enchuecado y no me dejaba caminar bien, mis tres patas no saben cómo coordinar con una chueca y tenía toda la intención de sentarme y mostrarle con un poco de indignación porque no me podía apurar pero cuando volteé a reclamarle vi como Lucía estaba recargada en la pared dejándose caer lentamente y cuando su cuerpo tocó el piso, doblo las piernas y abrazo sus rodillas con los brazos. Me acerqué a ella, recargué mi hocico en sus rodillas y esperé a que estuviera lista para voltearme a ver. Habíamos llegado hasta aquí gracias a ella, nos encontramos por casualidad, pero ella vio algo especial en mí y nos construyó una vida fuera de lo normal, me contagió su curiosidad, sus ganas de ayudar a todo aquel que se pudiera y cada día, por más ganas que tuviera de quedarme cómodamente en mí cama, al verla a ella levantarse con determinación y con ganas de ser mejor yo me levantaba inmediatamente.

*En estos tres años jamás me había dejado de sorprender la entrega de Lucía y sus colegas, todos los días se levantaban para dar lo mejor de ellos, para ayudar en todo lo que pudieran y siempre buscaban nuevas maneras de innovar lo que ya existía para poder ayudar más. En esta ocasión me habían dejado verdaderamente asombrado. Para mí era más fácil, a mí me encanta que me abracen y me den amor, para mí, mi trabajo es más como un **hobby** y aunque sé que Lucía y los demás aman lo que hacen se requiere algo muy especial para lograrlo, una gran dosis de entrega, empatía, compromiso, compasión y sentido. Desde que el hospital se había vuelto una estación espacial siempre los veía llegar con un poco de miedo en los ojos, con incertidumbre, pero siempre era mayor la determinación. No sé cómo explicarlo, pero su compromiso es tal que siempre le gana a cualquier obstáculo, están dispuestos a darlo todo por los demás y en esta nueva aventura, para algunos eso significó dar su vida.*

Hoy, Lucía necesitaba un empujoncito mío para levantarse y cuando levantó la cabeza y me miró pude ver las lágrimas en sus ojos, tres años juntos y jamás la había visto llorar en el trabajo.

Se quedó mirándome. Nunca íbamos a saber que había pasado por la cabeza de Martín cuando le dimos la noticia y tampoco íbamos a saber que sería de su vida, era el último día que Lucía y yo estaríamos recorriendo estos pasillos. No volveríamos por un tiempo, teníamos otros lugares que visitar pero igual no se necesita leer mentes para saber que el corazón de Martín se rompió al escuchar la noticia y el de Macarena al dársela y junto a ellos el de Lucía que sintió todo el peso de la impotencia al no poder curar el dolor.

Después de un largo suspiro me sonrió y me dijo, "Venga Harley tenemos más personas que visitar". Di unos pasos hacia atrás y me paré en medio del pasillo esperando a que se levantara y mientras observaba a las personas que entraban y salían de pronto apareció un doctor, ya era grande, caminaba encorvado como sin ganas de nada, con la cara demacrada y la mirada vacía. Volteó y me miró perplejo sin poder entender que hacía un perro a la mitad del pasillo. Apenas pudo dar dos pasos y fue como si el peso de su cuerpo le ganara. Cayó de rodillas sin poder dejar de mirarme fijamente con los ojos redondos, un poco desorbitados por la impresión. Las personas creen que los perros no entendemos porque no hablamos, pero existen sentimientos que las palabras no pueden explicar, que sólo los ojos pueden demostrar y yo siempre andaba con el ojo bien abierto, listo para detectar lo que nadie más iba a notar. Al ver la mirada del doctor supe que estaba a punto de colapsar, pude ver como las lágrimas comenzaban a formarse en sus ojos y supe que era momento de actuar. Comencé a caminar lentamente hacia él, pensé que mientras más lento lo hiciera más tiempo le daría para procesar la situación, para entender que no estaba alucinando. Di un paso más y lo miré fijamente mientras pensaba, venga doctor si esto fuera producto de su imaginación no estaría caminando chueco, no tendría 4 botas amarillas y una fuera de lugar y por supuesto que no estaría tuerto. Moví la cola y saqué la lengua para agregar efectos visuales que le aseguraran que era real. Me senté en frente de él sin tocarlo, no sabía si ya había procesado la

situación y la verdad me daba miedo infartarlo. Esperé a que el reaccionara y después de unos minutos me tomó por las patas y me cargó, me quedé sorprendido con el apachurrón que me dio. Quién iba a decir que ese zombi al que había visto minutos antes guardaba en sí tanta fuerza. Me siguió abrazando y era como si con cada momento que pasaba se recargaran sus fuerzas. Me encanta mi trabajo, ayudo a los demás a sentirse mejor y a cambio recibo lo que más disfruto, unos buenos cariños y mientras más abrazos doy, más premios me tocan al llegar a casa (después de esto sin duda me tocarían mis galletas favoritas).

Que gran día, volteé a ver a Lucía y nos estaba mirando conmovida, varios doctores también se habían frenado a ver la escena, después de meses de malos ratos se apreciaban más estos momentos y a mí, me encantaba ser el centro de atención. No se preocupen pensé, hay abrazos para todos. Una de las doctoras que estaba en el pasillo le dijo a Lucía que sabía que era nuestro último día y que se quería despedir de nosotros acompañándonos con algo que nos encanta hacer, empezó a sonar música y supe que era momento de sacar mis mejores pasos, cuando el doctor me soltó corrí con Lucía para que, de una buena vez, me arreglara mi bota y ¡A bailar!

Mientras Lucía arreglaba mi bota se acercó Ana y muy emocionada le dijo, “Hola Lucía, te quería dar las gracias, ayer después de conocer a Harley decidí adoptar a un perro y en unos días tendré a un nuevo compañero”. ¡Ja! sabía que nadie era capaz de resistirse a mis encantos, a veces me juzgan por mal encarado, pero cuando se dan la oportunidad de conocerme todos caen. Lucía me cargó y bailamos, bailamos y reímos porque lo habíamos logrado, todos los días lo lográbamos porque aunque sabíamos que solos no podíamos cambiar al mundo alguien tenía que empezar a intentarlo y cada día eran más los que se nos unían para lograrlo.

Sabemos que no podemos salvar a todos pero cada día tenemos la oportunidad de salvar a uno, a uno al que le podemos cambiar la vida, alterarle el rumbo y asegurar que al dejar nuestra huella su vida jamás sea igual. Y es que a todo lo malo hay que sacarle lo bueno, ¿No? Lucía me llevaba inspirando todos los días durante tres años y en su camino sé que había hecho lo mismo con

muchos más y ahora más que nunca entendía la importancia de su trabajo y el de sus compañeros, de inspirar y también ser inspirados, de todos esos pequeños cambios que lograban cada día, de sacar lo mejor a cada situación y de vivir por estos momentos, por estos bailes, estas risas y este sentimiento con nuestra segunda familia. Lucía y yo seguiremos haciendo lo que más nos gusta porque sabemos que así es como comienzan los grandes cambios, de uno en uno hasta que el mundo no vuelva a ser igual, hasta que logremos esa famosa "nueva normalidad".

Algo en qué creer

Erin Alexia Medina

Mi piso y lugar de trabajo fueron designados como zona de alto riesgo de infección a consecuencia de la contingencia. Algunos de los médicos en mi área, que hasta hace unos meses se encargaban de otras cirugías y padecimientos, ahora se presentan en mi oficina un par de veces al día para hacer su correspondiente cambio de ropa y dejar sus pertenencias en mi área.

Llevo pocos pero tantos días cargando con la inquietud, la impotencia y el miedo que ha significado salir cada día de un espacio que se cree seguro como la propia casa para ir a lo que ahora se ha convertido en un campo de guerra. Un lugar donde cualquier cosa que toques sin una consecuente protección puede poner a todos en peligro.

Nuestro hospital es un campo de guerra porque cada día que pasa se llega al lugar de trabajo tratando y confiando estar esquivando las balas a nuestro alrededor con todo aquello con lo que contamos. Nos sentimos en guerra porque los menos vulnerables, los más jóvenes, los más sanos, hemos sido reclutados o son voluntarios para estar al frente en las trincheras y poner el cuerpo y la mente en cada una de nuestras áreas. Hemos visto y escuchado como muchas de las personas que están al frente aquí y allá no se han salvado. Lloramos la vida de nuestros compañeros y protegemos como podemos la vida de los más cercanos. Atendemos y entendemos que no sólo se trata de una sino de muchas batallas que se tratan de librar. Una de ellas, además de la evidente, es la del miedo. Nuestro hospital se ha vuelto uno de los campos de esperanza más grandes. En los que día con día nos permitimos confiar en que mañana podremos seguir viendo y volver a ver esos otros rostros que han sido enviados a resguardarse.

Esta de aquí es mi historia. Esperé seis años para entrar a trabajar a este hospital, tengo veinticinco y ahora desempeño de la mejor manera en que me ha sido posible un puesto auxiliar administrativo en un hospital de alta especialidad que atiende casos de infección por SARS-CoV-2. Hago hincapié en “la mejor manera en la que me ha sido posible” desarrollar este trabajo porque he llegado a este lugar a descifrar un mundo de procedimientos burocráticos sin ninguna forma

de capacitación o guía que me ayude a entender la burocracia misma sin llorar o sentirme insatisfecha por ello.

Era jueves cuando recibí la llamada que me pondría en este lugar. La pregunta de si estaba cubriendo guardias o no venía a mí como si el universo hubiese atendido mis plegarias. Acepté el trabajo sin pensarlo y me dije a mí misma que era necesario. Me puse el traje de agradecimiento y oportunidad y acepté el riesgo con la conciencia de que sólo predicando y actuando en consecuencia de lo que a mi respecto se llama amor, podría caminar estando segura de que mi familia y las personas a mi alrededor estarían bien. No hacerlo significaría que mi abuelo de noventa y ocho años tal vez no llegaría a la centena por mi culpa, o que mi padre deprimido terminaría por morir ya no sólo de tristeza y lágrimas en sus pulmones sino a causa de que su hija menor había y habría aceptado cualquier trabajo que pudiese permitirnos estar económicamente más tranquilos sin tener que seguir buscando formas de contrarrestar nuestro desempleo. De alguna forma, tal vez inconsciente, aceptamos la precariedad y la encarnamos en este tipo de situaciones en las que una suma de irresponsabilidades, propias y ajenas, nos han llevado al límite. En el momento sólo atendí sin duda a lo que una hija y nieta en mis condiciones hubiera hecho.

Hemos aceptado los riesgos porque se nos ha dicho que es necesario, que alguien tiene que tomarlos, que con o sin peligro, se es una persona afortunada. Pero en realidad nos hemos visto orillados a actuar en consecuencia de necesidades que no han podido ser cubiertas. En mi caso, encima de afortunada, me dicen que soy privilegiada. Que cuento con el privilegio de no ver el reflejo de tantas injusticias cuando paso por consulta externa, o por no tratar con aquéllos que llevan horas esperando a ser atendidos en una hora estipulada. Cada quien está tan seguro de sus riesgos y tareas que tienden a olvidar que el riesgo es el mismo para todos. Y me llaman afortunada como si el área de hospitalización no requiriera menos esfuerzo y protección que cualquier otra. Pero yo no digo nada, porque sé que todos aquí de alguna manera lo sentimos y de pronto nos olvidamos. Porque sé que hay quienes llevan años aceptando los riesgos y los tratos. La separación que sentimos por creer que somos todos diferentes.

Hay tantas cosas que callamos. Yo, por ejemplo, he evitado confesarle a mi padre que el trabajo que me permitió sentirme aliviada por el futuro de nuestra sobrevivencia, me pone y nos pone al borde de otro límite. El límite donde ahora mi vida, la de él, la de mi abuelo y mis primos corren un peligro que para todos es mortal.

Me llaman hipócrita, inconsciente, por no haberle dicho a mi padre que en mi primer día de trabajo había visto a una persona que había dejado su cuerpo a causa de alguna insensatez. Por mentirle a mis primos y no contarles acerca del letrero impreso en Arial 72 que advierte mantener puertas cerradas y que me recuerda cada día lo difícil que es sostenerse con la poca protección que cada quien ha podido asegurarse en tan hosco escenario.

René, la secretaria del octavo piso me ha recomendado hacer uso de toda la protección que el hospital nos brinda, para encontrarme con que tres semanas después camina sin protección alguna por todo el hospital. Temo por ella y espero que esté bien. Hemos llegado a un punto en el que estamos siempre en peligro. Con o sin máscara. Dice el Dr. L que unos más que otros, y lo entiendo. Entiendo su posición, entiendo su cansancio y el cuerpo desgastado, pero yo creo que es precisamente esa diferenciación la que aumenta siempre el riesgo de esos otros. Cuando unos olvidan que los otros también son vida y que al final, todos caminamos sobre el mismo campo minado.

La vulnerabilidad; una piensa que después de ponerse una máscara podrá estar más tranquila pero no es así, no sólo no sentimos que podemos fiarnos de ellas sino que su uso prolongado nos viene a asfixiar y despojar del aire que tanto ansiamos seguir respirando, al punto en que muchas nos las hemos quitado con la culpa y el miedo de estar haciendo todo mal. Las máscaras nos han arrebatado la sonrisa y a cambio hemos recibido el olor de ese horrible gel que me recuerda tanto a la sangre. Sí, sí, sí, ya sé lo que todos me van a decir, los respiradores desechables de tal compañía me tienen cubierta. Pero con o sin ese gran porcentaje de fiabilidad, no puedo evitar paralizarme cada vez que a mi paso los camilleros de piso trasladan a los pacientes de tubo hacia otras zonas. La vulnerabilidad no sólo está en lo que se respira, en el propio cuerpo y la

enfermedad, sino en lo que se mira. Y cuando uno no puede elegir, la cosa se hace más difícil.

La primera persona infectada a la que vi estaba siendo trasladada en una especie de cápsula. La segunda fue mi prima. Estaba sentada en la orilla de su cama, usando todas sus fuerzas para advertirme y evitar que mis pies avanzaran más allá del marco de su puerta. En mi mente y mi corazón sólo había culpa. La culpa y el miedo hecho realidad de que la exageración y prolijidad con la que suelo llevar y cuidar mi trabajo no hubiesen alcanzado a mis precauciones en cuanto a limpieza y desinfección. Recordé inmediatamente el ataque de pánico que había tenido la noche de mi primer día de servicio en las trincheras. Mis lágrimas y mi aliento cortado desesperadamente por no saber qué hacer ante esta nueva situación. El miedo compartido con mi padre de no saber cómo continuar pagando el techo que toda la vida me protegió contra el miedo callado de ser quien cargara con la bomba que probablemente acabaría con alguno de nosotros. Ese miedo se hacía realidad. Mi prima primero y mi abuelo después.

Sabía que era mi turno de cuidar a aquellos a quienes el cansancio pinta de negro sus ojos. Así que abrí la boca y respiré profundo. Un hisopo muy largo entró por mi nariz, otro raspó mi garganta. Esperé un par de días a que la Dra. A me hiciera llegar mis resultados. Negativo. Podía seguir en la batalla sin la preocupación de ser un foco real de infección. Pero seguir en la batalla significaba dejar mi lugar de descanso habitual para seguir cuidando a quienes juré procurar desde el inicio.

Mi descanso habitual en realidad ya había sido dejado. Lo dejé desde el primer día que pisé este hospital. Que salí de mi casa y me subí al metro sin saber qué me esperaba las siguientes ocho horas fuera de casa, cinco días a la semana. Todo acto realizado en nombre del amor requiere de cierta coherencia creo yo. Decidí, en parte por mi culpa y preocupación, salir de mi casa por un tiempo para cuidarnos a todos. A los médicos, enfermeras y personal administrativo en el frente y a aquéllos que ya estaban sufriendo en casa. Ahora camino al hospital para evitar el mayor contacto posible con los otros. He dejado muchas de mis pertenencias a un lado y extraño mucho a mi perro.

De las cuatro personas que conforman mi núcleo familiar, somos tres las que hemos trabajado para este hospital. Mi padre siempre me dijo que trabajar en el hospital era muy complicado. Mi hermana renunció a una plaza en el hospital hace más de tres años por lo mismo. Hablan desde su experiencia y me dicen que las relaciones son muy pesadas. Pero la verdad es que yo he experimentado otras cosas. Veo a mis compañeras con los ojos de quien ha aprendido a amar; veo a Luz y su compañerismo, preocupada siempre por su hija que también trabaja acá. Aura en la coordinación, siendo siempre tan dura pero generosa, siempre preguntándome por qué mi puerta está cerrada. Fernanda, en la dirección, insegura pero haciendo en todo momento lo correcto. A Lore, callada pero dispuesta a resolver siempre las dudas de quien las presente. Las veo a todas y me veo en ellas también. Intento nunca olvidar sus nombres para no perderlas y llenar de vidas mi vida para evitar llenarla con miedo.

He visto y experimentado muchas cosas en este hospital que ha sido difícil evitar confundir mi estabilidad emocional y mental con un puente colgante en medio de una gran selva. La verdad es que no importa si eres doctor, enfermera o parte del personal administrativo, sí se necesita mucho amor y comprensión para evitar colapsar a toda costa. Veo a aquéllas que se encargan de la limpieza y mi corazón se quiebra al saber que han regresado. Que aquella persona que limpia mi oficina con tanta pulcritud no debería estar aquí sino en su casa. Pero hay de trabajos a trabajos, dicen, y las prioridades se vuelven otras.

Dicen algunos doctores que te acostumbras, pero yo espero nunca acostumbrarme. Hasta cierto punto, me da confianza saber que no en todos es así realmente. Hay quienes expresan constantemente su cansancio. Y es que, hay muchas cosas por las cuales sentirse de esa manera en este hospital, cosas que van más allá de la actual realidad mundial. Pero necesitamos sostenernos entre nosotros. Siento que ahora más que nunca las personas en el piso han sabido abrazarse aunque sea con la mirada para proporcionar ese sostén. Vivir estos tiempos y trabajar aquí nos recuerda constantemente que hay muchas enfermedades que siguen aquejando a los cuerpos. Enfermedades del cuerpo humano y del cuerpo social, cosa que pocos recuerdan y que por un momento yo

misma había olvidado. Pero se hace necesario pensar en otras realidades que podrían llegar a ser posibles. Suavizar la existencia.

Para estar aquí, tienes que ser una mente por encima del mismo campo de batalla. Se necesita saber respirar y avanzar con todo lo que a nuestros ojos y oídos llega día con día. Nunca acostumbrarse, claro. Poner en el trabajo la dignidad que muchas veces se ha perdido. Hay veces en las que salgo del trabajo y quiero llorar porque solicitudes legales, de medicamentos, de información, siguen llegando día con día. Y los leo o estoy atenta a los debates sobre presupuestos y me lleno de coraje. Veo la cara de los doctores cuando entran a piso y salen y ya estoy lista para hacer frente a ello. Una lucha más que tratamos de combatir. He visto a Luz y a Aura sacando de sus propios bolsillos y comprar sueros para los médicos. De vez en cuando, restaurantes cercanos han hecho presente su agradecimiento. Y entonces te das cuenta de que, incluso cuando no eres tú quien puede proporcionar ese respiro a quienes se esfuerzan por mantener a otros respirando, te hace feliz saber que seguimos todos conectados. Y aunque algunos lo hacen a partir de esta idea no muy lejana de que podemos ser nosotros los que en algún momento podríamos regresar al hospital en ropa de civil para ser encapsulados sin saber qué pasará, es un agradecimiento y un alivio que se libera en cadena.

A veces pareciera que el mexicano es la contradicción entre tomarse todo de forma literal y no tomar nada como verdadero. Vivimos de acuerdo a lo que nuestra propia verdad nos dicta. No juzgo. Trabajar en un hospital te enseña verdaderamente lo que significa no juzgar. Y es que cada día se presenta como un desafío a permanecer presente y serena en medio de todo el dolor físico y psicológico que los otros están sufriendo.

A veces siento que olvidamos el hecho de que somos humanos y que todos tenemos las mismas posibilidades de infectarnos e infectar a otros. Mi abuelo, con sus noventa y ocho años y antecedentes médicos de enfermedad cardiovascular tiene muy bajas probabilidades de librar una infección desastrosa. Mi prima, a sus cuarenta, con múltiples enfermedades y anemia, también. Al principio me decía que la única manera de poder cuidarlos a todos era actuar como si ya estuviese

infectada y lo supiera, pero poner en mi mente esa idea sólo provocaba en mí más miedo y ansiedad.

Creer en el miedo. Creer en la ansiedad. Mi madre siempre me dijo que toda la gente necesitaba creer en algo. Ciencia, energías, Dios, la Virgen de Guadalupe. Cada uno tiene su motor, su inspiración, su fuerza redentora. Yo ahora creo en las abejas. La estructura de su sociedad codifica y descodifica información de forma innata. En mi piso hay un panal. Dicen los médicos que llevan años viviendo ahí. Parece ser que han hecho de nuestro piso su hábitat.

Escuché un día a la Dra. M asegurar que nunca habían picado a nadie. Yo la escuchaba atenta mientras imaginaba a las abejas rodeadas de un halo de hermoso color amarillo dorado volando entre pacientes encapsulados y médicos uniformados. Me gustó pensar que la razón por la cual ellas estaban ahí era para ayudar a todo aquél que se les atravesara.

Pasados unos días, me dice la Dra. que sus abejas no son las mismas, que han picado a tres personas. Dirán ustedes que es peligroso, y probablemente lo sea, pero también es verdad que por cuestiones de especie y extinción, su permanencia en el piso está protegida (qué alivio). Yo creo que así como ellas están protegidas en este lugar, nos protegen también a nosotros, mientras tratamos de proteger a los que yacen en el ala. Al día siguiente de la extrañeza en el comentario de la Dr. M, me encontré con un breve, muy breve artículo que hacía mención de una investigación que arroja datos en los que ninguno (ninguno) de los apicultores alojados en la provincia de Hubei, China, había desarrollado síntomas relativos al virus.

Crean conmigo o no. Yo elegí creer en esas abejas. Creer en algo que me lleve más allá de todo esto que por momentos puedo llegar a sentir. Creo en las abejas y en los ojos de mis compañeras. Pero además creo en la responsabilidad. He llegado a pensar tanto en lo que la palabra responsabilidad encierra que tomo como base la idea de que si no comenzamos a ser responsables de nuestras acciones personales, pensamiento y emociones, no vamos a salir nunca de esto.

Puesto que sólo tomando la responsabilidad como base esencial de nuestra vida es cuándo podremos realmente decir amar todo lo que la vida misma supone

y sin incurrir en una falta de coherencia. Sin tener que pensar en un “yo podría estar ahí “, sino en un “alguien está ahí dentro, y ese alguien, importa “. Como la vida misma. Y entonces los cuidamos y nos cuidamos, adentro, afuera, en la brevedad que supone cada instante y cada soplo.

Yo ya sólo pido que nos siga la esperanza, porque la vida sigue, a pesar del miedo y la zozobra, de lo incomprensible. De una forma mágica y dolorosa, ella sigue. Y como un acto de amor a nuestro presente, a lo que podemos y debemos cuidar, sigue. Y pido que siga, que siga en la mirada de Aura, Fer, la Dra. M, Lore y Luz, de sus hijas, hijos y esposos. Pido que nos quede la voluntad de actuar en pro de nuestras propias vidas y la extensión de las mismas. Pido también por la mirada, por el brillo de nuestros ojos y su reflejo. El abrazo que de ellos emana.

Pero sobre todo pido que nunca nos falte algo en qué creer.

Enlistada en el ejército blanco

"Meraki"

Después de una guardia de doce horas en el Instituto Nacional de Perinatología, Jehudy llegó al servicio de urgencias del Hospital La Raza, su segundo trabajo. Se cambió de ropa. Colgó el uniforme, se puso un traje quirúrgico y de nueva cuenta el incómodo equipo de protección personal para atender a pacientes con COVID-19.

Cuando le entregaron el turno, revisó los expedientes. En uno de los ingresos leyó el nombre de su compañera, le costó un par de minutos asimilarlo. Rayito, quien días antes estuvo atendiendo pacientes, ahora ocupaba un cama en el hospital. Su prueba era positiva al nuevo coronavirus y su familia no lo sabía.

Jehudy se acercó de inmediato. La encontró acostada boca abajo, dicen los doctores que es la mejor posición para que se expandan los pulmones y aminore la dificultad respiratoria. Hablaron muy poco. Rayito le contó que comenzó a sentir que le faltaba el aire y que en cuestión de horas se descompuso por completo. Ambas sabían perfectamente lo que le estaba ocurriendo. No dijeron más. Jehudy sacó su teléfono y comunicó a Rayito con su esposo.

“¿Cómo se contagió?, ¿y si en vez de María del Rayo, el expediente tuviera mi nombre?”, Jehudy no dejó de hacerse preguntas. La realidad la golpeaba sin tregua y de frente. Durante meses el hospital se negó a dar equipo de protección al personal médico. Jehudy se hizo cargo de pacientes diagnosticados con “neumonías atípicas” sin cubrebocas adecuados, sin *goggles* y a veces hasta sin guantes. Sus jefes insistían en que no era una enfermedad de cuidado y que en tiempos de austeridad se debía ahorrar material.

Después de varios días los médicos decidieron cambiar a Rayito a otro piso. Jehudy no la volvió a ver. Sabe que la intubaron, que pidió que no lo hicieran porque tenía mucho miedo. Falleció en el mismo hospital donde trabajaba. Acababa de terminar un curso de especialidad. Rondaba los 40 años de edad, igual que Jehudy. Nunca se despidieron.

No fue la primera ni la única vez que se supo de la muerte de personal médico de La Raza por COVID-19. El virus, en la primera línea de batalla, cobra factura parejo. Jehudy redobló la protección por su cuenta. Consiguió cubrebocas N95 y destinó parte de su sueldo a la compra de equipo. Lo hizo por ella, por los

demás pacientes internados y por los que la esperan en casa: a los que piensa cada vez que una mujer entra a la sala de urgencias y le dice: “Ayúdeme, mis hijos me necesitan”.

*

La primera vez que Jehudy se vistió de enfermera fue cuando estudió la carrera técnica en la Escuela Nacional de Estudios Profesionales de Iztacala. Ese primer uniforme blanco se lo compró su papá con mucho esfuerzo. Durante tres años, Jehudy estudió por las mañanas y trabajó por las tardes. Atendía una librería en la calle Madero, en el centro de la Ciudad de México. Cuando comenzó el año de servicio social dejó el empleo y se dedicó de lleno al hospital.

Su primer trabajo como enfermera fue en una clínica de reproducción asistida en la colonia Roma. En 2001 llegó al Instituto Nacional de Perinatología, en donde está por cumplir 19 años de servicio. Al IMSS entró en 2012: ha pasado por hospitales de ginecología, psiquiatría y especialidades. Ahora está asignada al área de urgencias.

Dobletea desde hace ocho años: de martes a sábado va por las mañanas al Hospital La Raza, en Vallejo; y martes, jueves y sábados hace turnos nocturnos de doce horas en Perinatología, en las Lomas de Chapultepec.

Ha visto de todo durante la pandemia: mujeres embarazadas y bebés infectados, afortunadamente han sido los menos graves. Adultos mayores que llegan con síntomas leves y los dan de alta de inmediato y gente joven, de no más de 35 años, que pierde la batalla en cuestión de días. El virus es así, no tiene palabra de honor. Jehudy es testigo de la desesperación de los pacientes por no poder respirar, de la infame tos que los agota, los dolores, los miedos y los últimos momentos en completa soledad. Le resulta desgarrador. Pasa un día sí y al otro también.

En varias ocasiones ha pedido a los médicos que antes de intubar y conectar al paciente al ventilador mecánico, le permitan ponerlo boca abajo y darle palmadas en la espalda. Hace su mejor esfuerzo para que se sienta mejor.

Aprovecha para hablar y que se sepa acompañado, tranquilo, cuidado. Al fin de cuentas el rigor de un tratamiento médico no está peleado con la empatía.

Trabajar en una sala de urgencias durante una pandemia es algo que Jehudy nunca imaginó. Dice que el problema no es atender a muchas personas al mismo tiempo sino que no existan medicamentos para curarlos. Lucha a ciegas contra una enfermedad nueva que provoca efectos devastadores. Los ve en primera fila.

Con dos trabajos, Jehudy sabe perfectamente lo que es dormir cuatro o cinco horas al día, sabe de trayectos insufribles en transporte público y de jornadas extenuantes física y emocionalmente. A lo que no se acostumbra es a pasar horas completas dentro de un traje especial que literalmente la encapsula. Para atender a pacientes con COVID-19 usa una especie de overol que la hace sudar todo el tiempo, unos *goggles* que se empañan, cubrebocas que le dejan la cara marcada y guantes que le cortan la circulación. La emergencia sanitaria ha subido el grado de dificultad a su trabajo, también a su situación personal.

*

Jehudy recibió un WhatsApp de su casera. Le dijo sin tacto que los vecinos tenían miedo de que ella llevara el virus al edificio. La intención del mensaje era pedirle que se fuera del departamento lo antes posible. Jehudy se negó. Hacer una mudanza en medio del caos no estaba en sus planes, además de que tomaba todas las medidas de prevención y no le parecía justo.

A los pocos días tocaron su puerta: un par de vecinas le dijeron que su casera había buscado al administrador para avisar que Jehudy estaba contagiada y debían tomar precauciones. Las vecinas comenzaron con el interrogatorio: “¿Sigues trabajando?”. “¿Atiendes pacientes con COVID?”. “Fíjate que mi hija está embarazada y nos da miedo que la contagies”. “Quiero traerme a mi mamá y ya es una persona grande, ¿seguirás viviendo aquí?”. El episodio fue tan inesperado como ofensivo.

En realidad el riesgo era para ella. El rumor de su contagio pudo tener consecuencias. En esos días, los medios de comunicación reportaban constantes agresiones contra el personal médico a lo largo y ancho del país. La ignorancia se manifestó en discriminación, chorros de cloro, cubetadas de agua caliente, gritos y hasta golpes. Jehudy notó que la veían diferente, que evitaban cruzarse con ella en las áreas comunes. Claramente no era bienvenida.

*

Ninguno de los pacientes que Jehudy ha atendido durante la pandemia podría describirla físicamente. No saben de su largo cabello rizado, de la sonrisa contagiosa y la brillantísima expresión de sus ojos. El equipo de protección la vuelve un soldado más del enorme ejército blanco que va de prisa por los pasillos, revisa expedientes, cambia medicamentos, verifica monitores, radiografías, inyecta, toma la temperatura. Todos parecen iguales. Trabajar en área COVID resulta una tarea titánica y prácticamente anónima.

Jehudy se ve reflejada en los pacientes. Sabe perfectamente que la vida da muchas vueltas, tantas, que un día ella atiende y al otro se convierte en paciente. En 2014, le encontraron un tumor en la glándula hipófisis. Esto le provocó una enfermedad conocida como diabetes insípida. Nada tiene que ver con la glucosa sino con la cantidad de orina que produce. Todos los días debe ponerse un espray nasal para evitar que le dé sed incontrolable y tenga que ir muchas veces al baño. Grave dificultad en área COVID donde el personal médico tiene restringidas las salidas.

Ya le ha ocurrido un par de veces. Entre las prisas y el ritual de ponerse el equipo ha olvidado aplicarse el medicamento. Ni hablar. Debe regresar al vestidor. Esto significa tirar los guantes y el cubrebocas que ella misma compra y ponerse unos nuevos para evitar contagios. Todo lo hace de prisa, en tiempos de emergencia no hay consideraciones. Sabe que sus pacientes la necesitan y no hay tiempo que perder.

Nunca se ha sentido en desventaja por su enfermedad. Al contrario. Tres años después del diagnóstico, con dos trabajos, decidió cursar la licenciatura en enfermería en el Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia de la UNAM. Durante dos años durmió horas contadísimas y sepultó de manera definitiva el “no se puede”. Se demostró a sí misma que 24 horas en un día son suficientes para cumplir metas. En unos meses hará su examen profesional.

¿Qué la hace ser tan aguerrida?, ¿de dónde saca inspiración? Sus motivos tienen nombre: Arath, Derek y Mateo. Ser mamá y ejercer una profesión tan absorbente en todos sentidos ha sido su gran reto de vida. Sabe que ha perdido tiempo con sus hijos, pero al mismo tiempo ha garantizado que no les falta nada. Quiere que aprendan de su ejemplo, no tiene duda de que esa será la mejor herencia.

A Jehudy le ha tocado ser parte de la historia. Enfrentar una enfermedad que ha puesto en jaque al mundo entero no es cosa menor, pero no ha sido su única batalla. Ser víctima de la otra pandemia, la de la violencia contra las mujeres, le ha hecho reconfigurarse infinidad de veces, ver de frente sus miedos y luchar para poner fin a la codependencia que durante años la mantuvo atada de pies y manos.

Conoció a su exmarido a los 21 años. Fue su primer novio. Comenzaron a salir en diciembre y en menos de un año ya estaban casados y esperando un bebé. Jehudy dejó su casa a pesar de que su familia le ofreció ayuda. Estaba muy enamorada. Durante años intentó replicar lo que siempre vio en casa, quería que su historia fuera como la de sus papás, no sólo con querencia recíproca sino con complicidad y respeto absoluto. Desafortunadamente el príncipe azul resultó no serlo.

En 2002 llegó su primer hijo, Arath. En 2007, nació Derek y en 2011, Mateo. Son los hombres de su vida. Los que la mantienen de pie. Lucha por ellos de la misma forma que sus padres lo hicieron por ella y sus tres hermanos. Dice que la mejor manera de demostrarle amor a los hijos es hacerlos conscientes de que nada en la vida es gratis. Por ellos aguantó una relación tormentosa. Qué ironía, también por ellos le dio un golpe de timón a su vida.

¿Cuánto fue capaz de soportar?, quince años. Quince años de malos tratos, ofensas, críticas, chantajes, desprecio a su aspecto físico y a sus decisiones. Infidelidades, golpes, adicciones y culpas. En 2017 se separó. La decisión la tomó cuando vio que su hijo mayor intentaba defenderla y amenazó a su papá con un cuchillo. Ahí supo que su historia había llegado a un punto sin retorno. Agarró a sus hijos y se fue.

El fracaso en su matrimonio se ha traducido en una de las separaciones más dolorosas de su vida: Derek vive con su papá desde hace años. Jehudy trata de que sus tres hijos convivan lo más posible, que se entiendan como un equipo, como compañeros de vida. Aun separados, ella se tiene que encargar de los gastos de su hijo. De ahí que no desista de sus largas jornadas de hospital.

La mujer que camina entre las camas de metal y saluda a los pacientes preguntando cómo se sienten carga un costal de emociones que de vez en cuando la hace colapsar. No sólo es su vida como enfermera. Es todo lo que teje de manera simultánea.

*

Un mañana, en pleno servicio, Jehudy notó que le costaba trabajo respirar. Lo atribuyó al uso permanente del cubrebocas, al calor y al estrés. No acostumbra a sugestionarse, pero como el malestar venía acompañado de un constante dolor de cabeza, pidió que le hicieran una radiografía de tórax. Un médico residente de toda su confianza la interpretó: no había nada de qué preocuparse. Sus pulmones se veían limpios.

Un par de días después, uno de sus compañeros se acercó a ella para decirle que tenía fiebre. Fueron con los jefes y Jehudy pidió que les hicieran la prueba de COVID. Para entonces ya había un brote entre el personal médico de La Raza y ella seguía con el malestar. Les tomaron la muestra, el resultado tardaría un par días. Los hicieron regresar a trabajar.

Jehudy extremó medidas en su casa. Para empezar tuvo que separarse de sus hijos. Los llevó con su papá. Mateo es asmático y de ninguna manera podía

ponerlo en riesgo. Vaya que la preocupación comenzó a robarle el sueño. ¿Y si era positiva?, ¿y si el virus había avanzado? La imagen de Rayito apareció de la manera más infame. Pensaba en sus hijos, en sus planes, en los qués y en los cómo. Jehudy recordó a los pacientes graves, pero también a los que vio salir del hospital sin mayor problema. Puso al miedo de copiloto, no le cedió el control. Típico de una mujer valiente.

Mientras cambiaba un suero, una enfermera se acercó para decirle que la esperaban en la jefatura de urgencias. El resultado ya estaba sobre el escritorio. Las manos comenzaron a sudarle, respiró profundo y no titubeó. Encargó al paciente con su compañera, le explicó lo que le hacía falta. Posiblemente le impedirían regresar al turno y quería dejar todo en orden. Así fue. Las palabras en aquella hoja blanca jugaban en su contra: Sars-CoV-2 positivo.

Se cambió y salió del hospital. Lo primero que hizo fue avisar a su exmarido. Sus hijos debían estar vigilados en todo momento. Cualquier síntoma, por mínimo que fuera, se tenía que atender de inmediato. Llamó a su otro trabajo, al que ya había dejado de ir por la sospecha de contagio. De camino compró algo de comer. Entró a su casa, se recostó y se quedó dormida.

Durante dos semanas estuvo completamente sola. Se hizo experta en pedidos a domicilio. La solidaridad de sus amigos no falló. Le mandaban despensa, le ayudaron a distancia. Ella se encargó de cocinar. Algunos días con mucho entusiasmo, otros, de plano, sin ningún tipo de esmero. Aparecieron las fiebres de 39 grados, el dolor de articulaciones y de pecho. Llegó la tristeza y el fantasma de la depresión. Veía a sus hijos a través del celular. Curioso, esa pequeña pantalla resultó ser una medicina efectiva.

La mujer que había estado al pendiente de decenas de pacientes positivos a COVID-19 ahora estaba contagiada. La diferencia es que nadie la cuidaba. Afortunadamente su caso no fue de gravedad. Lo sorteó sola, con entereza. Sabía que tenía dos opciones: instalarse en el sufrimiento o entender su situación como algo pasajero. Optó por la segunda. Como siempre.

En el 2006, los hermanos y los padres de Jehudy se fueron a Estados Unidos. Todos viven en Frankfort, Kentucky. Ella decidió quedarse en México con

la esperanza de rescatar su matrimonio. Fue su apuesta y asume el resultado. Tres mil 200 kilómetros la separan de las personas que más admira en el mundo. En 14 años no ha podido abrazarlos. Estuvo sola en el nacimiento de Mateo, en su separación, en el ingreso a la licenciatura y ahora en el contagio de COVID-19. La animan por teléfono. Nunca podrá acostumbrarse a vivir así.

Ser positiva a coronavirus también la hizo padecer la burocracia. Tramitar la incapacidad fue un verdadero viacrucis. Con todo y malestares debía ir a la clínica cada cinco días para que le validaran la baja temporal. Se formaba a las seis de la mañana para ser la primera. Qué contradictorio: le pedían reposo y aislamiento absoluto; y al mismo tiempo que fuera personalmente para evitar problemas con su sueldo. Cumplió. Pese al malestar y el riesgo, cumplió con el trámite.

El encierro no la detuvo. Conforme pasaron los días se animó a prender la tele, a retomar lecturas que dejó pendientes, a limpiar y a preparar su cambió de casa. Finalmente decidió entregar el departamento y evitar problemas. Las cosas no cambiaron con los vecinos y como ahora sí había dado positivo a COVID, temía que la agredieran o le hicieran algo a sus hijos.

*

Jehudy ya se reincorporó a sus trabajos. Volvió a pasar lista en la primera línea de batalla. Ahí se mantiene. Su caso es uno de los 416 mil 179 registrados en México hasta el 30 de julio. Todos los días se pone el equipo de protección que tanto le estorba, pero que echó de menos durante el encierro. Sabe que todas las pérdidas provocan ganancias: hoy se entiende como una mujer afortunada, fuerte y bendecida. Está lista para celebrar su cumpleaños 41 el próximo 20 de agosto.

Sin saberlo, cuando Jehudy tomó la decisión de ser enfermera, se enlistó al ejército blanco que en 2020 lucharía contra un virus desconocido y altamente contagioso. El COVID-19 tiene paralizado al mundo. Cambió las dinámicas de todo y de todos. Las salas de urgencia son, ahora mismo, los lugares más caóticos, confusos y tristes. Jehudy no es la misma persona que en abril, que en

mayo, que en junio. Con la pandemia ha descubierto que la compasión tiene diferentes rostros.

Un día, al terminar la jornada en La Raza, la jefa de urgencias alcanzó a los enfermeros que iban de salida y les pidió que regresaran al área COVID. Una mujer de entre 65 y 70 años estaba a punto de entrar. Sus familiares la llevaron tapada, aseguraron que casi no respiraba y tampoco se movía. Cuando las puertas se abrieron y entró la camilla a la sala, todos cruzaron miradas. Por protocolo intentaron tomarle el pulso. Ya no había nada que hacer.

Jehudy pidió a sus compañeros que la ayudaran. Le estiró el brazo y acomodaron sus piernas. Arregló su cabello y la vieja pijama rosa que llevaba puesta. La cubrieron con una sábana y cerraron las cortinas del cubículo. No dijeron una sola palabra. Así, en silencio, también se dignifican las despedidas.

Mi vida en una pandemia

Aline Gabriela Ortega Montaña

Me levanté gozosa de empezar un nuevo día, un nuevo día de descanso total, lejos de mi lugar de trabajo, de todo ese ajetreo que se vivía por saber que mi hospital había sido nombrado un Centro COVID.

Por la mañana desayuné con mi esposo, como hace mucho no lo hacíamos, un martes, mi segundo día de vacaciones... ¡qué bien se sentía!

Decidí, después de cuatro meses, por fin subirme a la caminadora que habíamos comprado en fin de año, y es que no había podido aprovecharla por las duras jornadas de trabajo donde lo único que deseaba al final del día era darme una ducha y acostarme a descansar; ya avanzada en mi ciclo de principiantes y aún más motivada por la música que escuchaba, sonó a lo lejos mi celular, no quise interrumpir mi rutina así que seguí y seguí, pero volvió a sonar, estaba segura que era algo importante ya que sonó inmediatamente después del primer tono, pensé inmediatamente en mis padres, así que me detuve y respondí a la llamada.

Cuando vi la pantalla de mi teléfono el corazón me latió de prisa ya que era mi jefa de servicio (piso de cirugía general), ¿presentimiento?, ¿intuición?, contesté y lo que no esperaba, cancelaron mis vacaciones y debía regresar a laborar al día siguiente por instrucciones del director del hospital.

Al colgar, se me vinieron tantas cosas a la cabeza, miedo, un inmenso miedo de contagiarme, y es que era la primera vez que me enfrentaba a una pandemia, pensé en mi esposo, el poder contagiarlo, pensé en mi familia que tendría que dejar de ver, pero también estaba mi profesión, lo que me hace sentir feliz, plena, me llena de satisfacciones.

Es que desde niña me visualizaba en un hospital ayudando a los enfermos, enfrentándome a situaciones inesperadas, ser parte de la mejoría de un paciente, el olor a hospital, cosas que sólo otra persona con la misma pasión podría entender, por lo que volví a sentirme fuerte, motivada y recordé mi misión en esta vida: servir al prójimo dando en cada cuidado todo de mí.

Al día siguiente regrese a mi hospital, no se sentía como antes, se respiraba tenso y callado el ambiente, se murmuraban muchas cosas, empezaron a modificar el servicio de urgencias, mover la plantilla del personal conforme a las

necesidades del hospital, éramos muchos al principio y poco a poco fueron desertando, y no por contagios, sino por que abundan trabajadores hipertensos, diabéticos, embarazadas; los que pudieron irse se fueron y los que quedamos no nos dábamos abasto.

Con el paso de los días fue incrementando el número de pacientes, en urgencias y terapia intensiva rebasaba el índice enfermera-paciente, así que decidieron ocupar un nuevo piso (el quinto, que correspondía a medicina interna) y de ahí siguió el cuarto, yo me encuentro en el tercer piso y sentíamos que pronto llegaría el momento de ser parte de los pisos que se convierten en área COVID.

Las cirugías se empezaron a cancelar y sólo recibían urgencias, así que hubo un aviso que probablemente nos uniríamos a la lista, pasaron tres semanas y eso no pasó, pero el personal que se encontraba en aquellas áreas estaban cansados, desgastados y ahora sí se empezaron a escuchar que ya había casos positivos entre el personal, eso hizo que las plantillas empezaran a descompletarse aún más.

Ante todo eso se decidió empezar a rolar al personal, mandándonos de apoyo a esos servicios, hubo mucha inconformidad entre todos los compañeros, y no los juzgo ya que todos nos encontrábamos con miedo de poner en riesgo nuestras vidas, por más que nos preparemos siempre hay cosas nuevas, desafortunadamente retroceder ya no era una opción.

En mi piso se hizo un rol en el que uno de nosotros debía bajar, te podía tocar urgencias COVID, terapia intensiva, quinto piso, cuarto piso, depende de cuál necesitara apoyo.

Imaginaba cómo era ahí adentro, cómo se veía un paciente con COVID, surgieron muchas dudas de la colocación del equipo de protección pese a tantas capacitaciones que nos daban, era el miedo que nos invadía nuevamente, así es que la espera terminó para mí, era mi turno e indiscutiblemente me tocaba Urgencias COVID.

Una noche antes me puse a acomodar mi maleta, el protocolo es que al salir de esa área debes bañarte y cambiar de ropa, así que guarde todo lo que necesitaba, tuve una conversación con mi esposo antes de dormir, me recalaba y

pedía que me cuidara mucho y fue así como terminó mi día, poniendo mi vida en manos de Dios.

Al día siguiente, un jueves, llegué a mi trabajo, y me dirigí directamente al área de Urgencias, fue grato ver caras conocidas, en especial una de mis supervisoras y compañeros que conocía de vista, que sólo nos saludábamos por cortesía en los pasillos del hospital.

Me proporcionaron mi equipo, una pijama quirúrgica desechable, una bata, un cubre bocas KN95, careta, dos pares de guantes, botas quirúrgicas, gorro quirúrgico y *goggles*; en mi mente recordaba y repetía la colocación de mi equipo, fui minuciosa, aunque ya ahí me indicaron modificaciones como colocar cinta en los puños para sellar los guantes con la bata y evitar el contacto de piel con algún área contaminada.

Las compañeras encargadas en apoyar nos ajustaban las batas y cerraban cualquier abertura que pudiera haber, ya lista con todo el equipo puesto y a punto de entrar, los *goggles* de protección empezaron a empañarse, yo casi no sudo pero a los minutos empecé a sudar de cualquier parte que se pudiese, eso no me lo dijeron en las capacitaciones, por tantas cosas encima no era fácil moverme y ni se diga el respirar, el KN95 me sofocaba, pero ya estaba ahí y tenía que entrar ya.

Al entrar reconocía perfectamente las instalaciones del área de urgencias porque antes de la pandemia había rotado por ese servicio, pero se notaba diferente, veía pasar a mi lado a personas vestidas igual que yo, intentando reconocer sin éxito, hasta que uno de ellos se acercó a mí y me indicó que me dirigiera con el encargado para que me diera la distribución de los pacientes que me tocaban.

Camine en su búsqueda, las piernas me temblaban, anhelaba un vaso de agua y quitarme desesperadamente mi equipo, pero reaccioné y me concentré en lo que tenía que hacer, observé detenidamente cada paciente, cada área, y simplemente no lo podía creer, todo el personal dentro se enfocaba en sus actividades, ministrando medicamentos, corriendo por material para poder realizar alguna intervención, dos camilleros y una enfermera platicaban con una

supervisora de un paciente que en el cambio de turno falleció y ahora se debía amortajar.

Escuchaba tosidos por un lado, tosidos por otro lado, tosidos por todos lados; hasta que por fin encontré quien pudiera decirme qué pacientes me correspondían, sólo ese día me tocaron cinco, un paciente con apoyo ventilatorio y cuatro más delicados pero consientes.

Llegué a la sala que me correspondía, y como siempre presentarme con mis pacientes, no pude evitar sentirme triste porque de 10 que se encontraban en la sala, cinco estaban inconscientes, el resto en posición de pronación (boca abajo), nosotros la llamamos maniobra de decúbito prono y ayuda a tener una mejor ventilación respiratoria, se veía tan irreal ya que no es común ver a los pacientes así, todos oscilaban entre 50 y 57 años(pensé en mis padres), tenían un semblante igual que el de un paciente normal a excepción de mi apoyo ventilatorio.

De nuevo aterricé y empecé a trabajar, era una jornada normal, con los mismos procedimientos pero un ambiente más pesado, incluso platicué con una paciente que no dejaba de llorar porque no sabía qué hacía ahí, ya se quería ir a su casa, me acerqué a ella dándole consuelo y escuchándola ya que sólo el desahogo podría servir para que sintiera un poco de paz ante la situación que vivía, pero el ambiente no ayudaba, a donde voltearas no era nada grato.

Uno como enfermera no debe perder la visión ni la misión y a pesar de lo que se ve ahí adentro así que hice doble esfuerzo para animarla y sobre todo hacer lo que me tocaba, estar al pendiente de su tratamiento y con la ayuda de Dios ellos tendrían nuevamente su salud, no podía ni siquiera imaginar cómo sería estar ahí como paciente, Dios me cuide, me proteja y proteja a todos los enfermos, me decía.

Pude terminar sin eventualidades, sólo esperaba poder entregar a mis pacientes estables al siguiente turno, ya todos cansados, fatigados, procedimos a salir de área COVID para darnos un baño, hacer nuestras necesidades básicas, ya que en una jornada de ocho horas no lo puedes hacer por el equipo, tomarnos un

trago de agua y dar un verdadero respiro, aunque sentía ese pesar en mi corazón de dejar a todas esas personas ahí sin saber qué pasaría con ellos.

Al salir del hospital me dirigí a mi casa, cansada pero motivada que esta pandemia tenía que pasar, pude marcarle a mis papás ya que ellos vivían con el temor e incertidumbre porque sabían el riesgo que tenía, recibí bendiciones por parte de ellos y ahora era yo la que les pedía que por favor se cuidaran y no creyeran que esto era mentira, los convencí de que era una realidad.

Días como ese pasaron, aunque no siempre estaba en la misma área, un día me tocó el área de admisión, ser el primer contacto no es nada fácil, adentro los pacientes se encuentran con todo lo necesario para estar “estables” pero los que vienen de su casa en calidad de emergencia al hospital son algunos los más graves, con síntomas agudizados por aguantarse para evitar pisar un hospital, unos llegan, otros simplemente no duraban o no había más que hacer.

Era una impotencia y coraje que los pacientes no creyeran en la enfermedad o no se quisieran dar cuenta, pasaban los días y el aumento seguía y seguía, tantas historias, tantas anécdotas; llegaban maestros, taxistas, gente de todo; ver afuera de urgencias cómo los familiares no podían ni despedirse, sólo dejar a su paciente y volver a salir, con el miedo de ser la última vez que pudieran verse, los que entendimos estamos en primera familia o con algún caso positivo cerca.

Después de haber terminado mi turno de rotar por esa área, regresé a mi servicio normal, empezando el turno y en el enlace de turno nos encontrábamos en la jefatura de Enfermería esperando que nos dieran la distribución de los pacientes y llegó un doctor para informarnos que iba a entubar a una paciente (estaba en la cama 319), necesitaba ayuda con el procedimiento y que consiguiéramos un equipo de protección.

Sorprendidas, aún no entendíamos por qué necesitaba equipo de protección, se le preguntó y respondió que ese día en la mañana se le había tomado como caso sospechoso, en ese momento mis compañeras y yo nos quedamos viendo entre todas, a esa paciente la habíamos tenido sin protección completa (sólo cubrebocas y careta), no nos dieron tiempo de pensar más, así que

mi jefa se movió para conseguir la petición del doctor, llegó la hora de la hora, y la pregunta de todas es quién de nosotras entraría a asistir, a diferencia de todas, la semana anterior estuve en COVID así que decidí por iniciativa propia entrar.

Empecé a colocarme el equipo, ya con más confianza que las veces anteriores, recuerdo que le dije a mis compañeras que ya empezaba a agarrarle amor al COVID y sólo se reían de mi expresión.

Le mandé mensaje a mi esposo para contarle que no podría hablar con él hasta finalizar mi turno por lo sucedido, me cuestionó por qué yo, que si no podía entrar otra persona, que no era mi turno, que esta semana no me tocaba a mí y toda frase que pudo decirme para que me arrepintiera, sin embargo le dije que no había marcha atrás, lo único que le quedó en ese momento fue decirme que me cuidara y que me amaba.

Con esa motivación me dirigí a esa habitación, ahí ya se encontraban dos doctoras anesthesiólogas que no recuerdo haberlas visto en el hospital y el doctor que fue a “alborotar al gallinero” resultó que ya no entraría, razones fuertes para justificarlo no las había; ya casi por entrar verifiqué nuevamente la colocación de mi equipo y ahora si “vamos a la guerra”.

Encontré a mi paciente somnolienta, no podía pronunciar ni una palabra, le puse el oxímetro y no me marcaba ni un número, las doctoras inmediatamente me dijeron que le pasara una hoja de laringoscopio y una cánula, la paciente había caído en paro cardiorrespiratorio, intentaron intubarla con el aparato o invento que se hizo en los hospitales, consiste en una caja de acrílico que se coloca arriba del paciente a la altura de la cabeza, para que al momento de la intubación y los aerosoles que se generan no provoque tanta riesgo de contagio y sólo les deja meter los brazos para realizar el procedimiento; no fue funcional, así que las doctoras al ver la limitación decidieron quitarlo.

No quiero ni soy feminista, pero he pasado por esta situación tantas veces y nunca me había tocado ver tanta pasión como esa tarde por hacer vivir a una paciente que ya estábamos perdiendo, me consta, puedo decir, que las tres en ese cuarto nos aferramos a hacer lo que nos tocaba hacer, no somos Dios para

decidir si alguien vive o muere, pero si somos instrumentos para hacer la voluntad de un ser divino.

Nunca pensamos ni siquiera en nuestras vida, nunca pensamos que estábamos más expuestas al haber retirado ese aparato, sólo nos importó salvar una vida más, salvarle la vida a una mujer que era madre, esposa e hija, sólo pensamos en darle una esperanza a su hija que se encontraba fuera de la habitación llorando por saber qué había pasado; lo hicimos, luchamos hasta el final y la paciente vivió, las doctoras me agradecieron el apoyo, nos sentíamos satisfechas por lo que pasó en esa habitación, así que ya estabilizada la paciente, salieron del cuarto después de todo el ritual que se hace para retirarte el equipo.

En área COVID no se puede salir hasta finalizar tu turno, no se puede ir al baño ni tomar agua, no puedes retirarte nada ahí dentro porque sería un doble gasto para el hospital en cuanto a insumos, nosotros como enfermería no podemos quejarnos tanto de eso porque en situaciones normales al final del día somos las que permanecemos más tiempo con el paciente, los médicos nos hacen indicaciones, pero si no los requerimos para casos urgentes no los vemos ni nosotros ni los pacientes, así que al irse ellas yo me quede sola con la señora Mary, mi paciente que por segunda ocasión habían entubado, esa paciente que días atrás ya empezaba a hablar y que sólo esperaba tener las fuerzas suficientes para levantarse.

Recordé cómo ya ansiaba tomarse un vaso de agua pero aún seguía en ayuno, y ahora estábamos ella y yo, pero ella inconsciente a causa de un sedante que se le puso, traté de ordenar lo más posible su espacio, ya que después de un procedimiento así queda todo un relajado, a ella la limpié y empecé a colocarle medicamentos que le tocaba, desgraciadamente al paso de una hora su presión arterial empezó a bajar, los latidos de su corazón disminuían, avisé desde adentro al doctor en guardia e iniciaron un medicamento para estimular su corazón, sólo duró una hora “estable” y empezó a disminuir su oxígeno a pesar del ventilador artificial conectado a ella a su máxima capacidad, sólo me quedo orar por ella, orar por su vida y poniéndola en manos de Dios.

Hice cuanto pude ahí dentro, pero sólo bastó unas horas para entender nuevamente que nosotros no decidimos quién vive, Mary volvió a caer en un paro respiratorio y esta vez fue fulminante, pude despedirme de ella, su hija también lo hizo, esa fue de las experiencias más fuertes que en medio de una pandemia pude vivir.

Los días pasaron y las cosas en el hospital no mejoraban, el ambiente seguía igual, el cansancio se nos veía en cada gesto, en cada expresión, yo en lo personal aprovechaba cualquier descanso en mi casa.

Era domingo, fui con mi esposo a comprar algo para comer, formada en la fila sentí movimientos raros en mi estómago, acompañados de un cólico que me hizo buscar desesperadamente un baño, me dio diarrea, una diarrea que no pude controlar; al llegar a casa no le dimos tanta importancia, así que terminamos nuestras actividades sin complicaciones.

Al día siguiente me levanté e inicié un nuevo día, hice todo lo que hago antes de irme a trabajar, otro día normal, gracias a Dios no había hecho diarrea, y en todo el día fue así, pude confirmar que algo me había caído mal en mi fin de semana, y eso me hizo sentir tranquila.

Para el martes amanecí con gripe y dolor de garganta, tanto que al pasar saliva me dolía, eso ya no me gustó; cuando llegue al trabajo le comenté a mi jefa y supervisora lo que me pasaba e inmediatamente me dijeron que fuera a urgencias, pasaron tantas cosas por mi mente, miedo, negación, incertidumbre, tristeza, y muchas cosas más que no podría explicar.

Llegué primero al área de Rayos X porque supuse que me pedirían un placa de tórax, la realidad era que no quería dirigirme a urgencias COVID, así que esperé a que me tomaran la placa y ya después pensaría en tomar fuerzas para ir con el doctor.

Como coincidencia paso un doctor urgenciólogo que conozco y le conté de mis síntomas, me dijo que si no había fiebre, que no me preocupara, que al tener mi placa fuera a verlo a su consultorio para que la revisara, me cayó como “anillo al dedo”, sentí alivio y felicidad; al tener ya la placa de dirigí al consultorio 6 (consultorio de urgencias normales), el doctor revisó mi placa , ¡Buenas noticias!,

me dijo el doctor, todo estaba muy bien, sólo era una faringitis, así que me dio medicamento para la infección y paracetamol, y después de eso sentí alivio nuevamente, fui a cambiar mis recetas a la farmacia para empezar con mi tratamiento, me sentí bendecida por segunda ocasión, era algo no grave y eso me hacía feliz.

Dos días después de iniciar mi tratamiento estuve de mal humor, tenía una sensación de calentura solamente en mi nariz pero sin fiebre, y en repetidas ocasiones tenía sangrado de la nariz con dolor de cabeza, y ese mismo día en la noche llegué a casa para tomarme una ducha como de costumbre, a diferencia de las veces pasadas con la urgencia de acostarme a dormir para descansar.

Al salir del baño sentí una calentura en mis manos y pies, me tomé la temperatura y sí, tomé el termómetro y tenía fiebre de 38.5, ahora entendía todo, otra vez esa incertidumbre y miedo me inundaban, decidí ir a mi clínica de medicina familiar por sugerencia de mi jefa de enfermeras, al llegar me clasificaron para *triage* respiratorio, pensaba que no me podía estar pasando eso, no podía creer que yo días antes estaba haciendo y poniendo todo mi esfuerzo para salvar vidas.

Camine hasta llegar al consultorio de *triage*, salió una doctora vestida con su equipo de protección así como yo había estado en urgencias COVID, con la diferencia que ahora me encontraba del otro lado, ahora era a mí a quien me veían y me tenían miedo, ahora ellos se protegían de mí, ¡qué ironía!

Al pasar al consultorio la doctora me preguntó mis síntomas, qué ocupación tenía, y cuando respondí la última pregunta volteó a verme y me dijo que me daría incapacidad inicial de 14 días por caso sospechoso, que era probable que desde que inicié con diarrea ya tenía el virus, todavía dentro de mi negación le dije que me habían tomado placa de tórax el día martes de esa semana y que había dicho el doctor que estaba bien, me respondió que una placa no es algo que determine si lo tenía o no, pero los síntomas estaban y el antecedente de haber estado en contacto con alguien contagiado también estaba.

Al regresar a mi casa me detuve a pensar qué había pasado, en qué momento la vida me había puesto en ese lado, cómo pudo haber pasado, en eso

entró una llamada de mi esposo, al ver su nombre pensé en cómo decírselo, así que contesté y sin más le dije que ya estaba de incapacidad, no se hicieron esperar las llamadas de mis papás y de mis hermanos.

Después de eso mi fin de semana no estuvo tan mal, con mi nuevo tratamiento no presenté fiebre, pero la tos cada día era más intensa, el dolor de cabeza era insoportable, a partir de ese fin empezó mi aislamiento, sólo con mi esposo porque él se rehusaba a creer que yo tenía COVID19, yo me cuidaba para protegerlo a él, incluso le rogué para que se fuera a casa de mis suegros ya que yo dentro de todo me encontraba estable, pero no quiso, me dijo que no abandonaría el barco y como habíamos prometido cuando nos casamos, “en la salud y en la enfermedad”.

El día lunes no amanecí tan bien, empezaba a sentir que al hablar me sofocaba, al estar acostada sentía una presión en mi pecho que no me permitía respirar como estaba acostumbrada y tenía que levantarme para dejar de sentir esa sensación, paso el día y traté de relajarme poniéndome a caminar, pero cada hora que pasaba me sentía peor.

Mi esposo trabajaba en la parte baja (*home office*), de rutina subía a verme frecuentemente, subió y al verlo me solté a llorar, él asustado me preguntó qué me pasaba, le dije que ya no aguantaba, que me estaba cansando, que con el paso de las horas sentía como mi respiración era rápida, me sentía agotada, yo conozco que eso, se llama <taquipnea>.

Él se asustó, nos bajamos a la sala porque en mi cuarto me sentía muy ansiosa, di varios pasos en la sala tratando de controlarme, pero me sentía peor, algo me decía que debía irme a urgencias que no podía aguantarme más, pero otra parte me decía que no, me recosté en mi sillón, pude sentir cómo me desconecté por segundos pero regresé y eso fue porque mi esposo después de terminar de hablar con mi papá, me sacudió como pensando que había perdido el conocimiento por completo.

Como pude me incorporé y le dije que nos fuéramos al hospital, él aun en shock por lo que le dije, subió por una chamarra y agarró los papeles importantes que para una emergencia ya tenemos preparados en un fólder, nos subimos al

coche y nos dirigimos al Hospital Regional de Alta Especialidad Bicentenario de la Independencia ISSSTE donde yo laboraba.

Yo sabía el protocolo, sabía el procedimiento al llegar a urgencias, pensé todas las posibilidades al llegar ahí; mi esposo entró directo con nuestro coche hasta la puerta de urgencias, antes de entrar pude ver a papá, a mi mamá y a mi hermana en la entrada, tratando de buscar en mí una reacción que pudieran consolarlos, sólo pude quedarme con esa imagen porque ni siquiera pude hacer una acción ni decir palabra.

Llegué al lugar que nunca quise llegar como paciente, la sala de espera estaba llena, se acercó a mí una compañera enfermera y me colocó el oxímetro, mi oxígeno estaba en 86 por ciento, me colocaron puntas nasales con oxígeno, descansé, ignoré toda esa noche lo que pasaba a mi alrededor, sólo quería dormir aunque fuese en una silla incómoda; no supe en qué tiempo pero escuché que gritaron mi nombre, me tocaba entrar a consulta, mi esposo entró conmigo, le expliqué a la doctora como pude darme a entender ya que la garganta la tenía cerrada.

Por la evolución que tuve durante los días anteriores decidió realizarme una nueva placa y de ahí decidiría qué hacer conmigo, no fue sino hasta el día siguiente que pudieron tomármela porque para mí mala suerte el tomógrafo estaba descompuesto, mientras esperaba a que me llamaran de nuevo para consulta vi que compañeras enfermeras ahora del turno matutino estaban realizando las pruebas de COVID.

Con una lista ellas las tomaban a quien estuvieran en ella, yo estaba, me dieron las indicaciones para la toma, sólo pude sentir una ligera molestia al meterme por la nariz un *cotonette* tres veces más grande que normal, enseguida gritaron nuevamente mi nombre para entrar a consulta pero ya con el médico del turno matutino.

Al ver mi placa me dijo que se veía comprometida pero que él prefería que me fuera a casa con aislamiento y si había manera de conseguir oxígeno mejor, me recetó nuevos medicamentos y me fui a mi casa, otra vez la vida jugando con mi mente, ¿y si sólo era creación de mi mente?

Por otro lado la sofocación no se me quitaba, aumentaba con el calor del sol de las 2:00 de la tarde, definitivamente no me sentía bien pero la esperanza de un nuevo medicamento me traía cosas positivas a mi mente.

Al llegar a mi casa recibí una llamada, ahora era mi supervisora, contesté y me dijo puntualmente que debía regresar al hospital, que yo no estaba bien, literal era una orden.

Mis compañeras y jefas de turno hablaron con la asistente de dirección para pedirle apoyo a una nueva valoración para mí y una tomografía, accedió gracias a Dios.

Aun se me cortaba la voz y casi ni se me entendía, pude notar cómo hubo lágrimas del otro lado al hablar y que me escucharan mis jefas de enfermeras, se lo comenté a mi esposo, y me dijo “vamos”, si es para estar más seguros tenemos que ir, y yo asentí con la mirada.

Una vez más haciendo el recorrido de mi casa al hospital, otra vez sentir esa amargura en mi corazón, otra vez quitándoles la paz a mi familia, pero al final dicen que lo que tiene que pasar va a pasar, yo sólo me puse en manos de Dios.

Al llegar al hospital, mi esposo marcó a mi jefa para decirle que ya habíamos llegado, ella le indicó a donde debíamos dirigirnos, ahí ya me estaba esperando mi jefa de servicio, dos camilleros, la asistente de dirección y una camilla lista para llevarme al estudio.

Me subí a ella y pude notar que el camino en el que me dirigían los camilleros no era el que yo conocía, mi corazón se aceleró al ver que me llevaban al área de hospitalización COVID, me entró impotencia el ver que sin preguntarme me metieron, enojo porque yo sólo había regresado para mi estudio sin necesidad de entrar al lugar más contaminado del hospital sin protección, solo con mi cubre bocas tricapa, triste porque no pude despedirme de mi esposo, que me imaginaba se encontraba desconcertado afuera, me enojé y le pedí a una compañera que deseaba hablar con alguna supervisora de ahí, necesitaba una explicación.

Pasaron minutos, minutos que parecieron horas para que pudiese hablar con la supervisora, por fortuna mía no me quitaron mi teléfono celular al entrar así que en cuanto pude calmarme le mande un mensaje a mi esposo para decirle que

yo estaba bien, que no se preocupara, le pregunte a él si ahí afuera le habían dado una explicación de por qué estaba yo ahí, sólo me contesto que de ahí me pasarían a mi estudio, que era más fácil.

Mi supervisora se acercó y me lo corroboró, aun así seguía molesta, decepcionada y traicionada, por qué arriesgarme más de lo que ya estaba (eso pensaba yo).

Transcurrió una hora y me avisaron que me llevarían a mi estudio, después de llorar y llorar por fin me harían el estudio y podía irme a casa, me levantó el ánimo, me dio risa nerviosa porque al salir de ahí junto conmigo y el camillero iba con nosotros el servicio de fumigación que son los encargados de ir desinfectando por donde pasa una camilla que sale de un área contaminada, cuántas veces había visto eso pero desde otra perspectiva.

Al llegar al servicio de Rayos X me coloqué en el tomógrafo, al que no se le puede esconder nada, duró literal no más de cinco minutos, esperé unos segundos para volver a salir ya que teníamos que esperar a fumigación porque la sala estaba contaminada, mi cara no se hizo esperar y le pregunté a la radióloga qué había visto en mi placa, sólo me dijo que para su punto de vista ella no necesitaba tener una prueba mía, me dijo “sí lo tienes”.

No puedo decir que eso ya no lo podía creer, ya me lo habían dicho pero yo no quería aceptarlo, así que regresé otra vez a urgencias COVID, ahí la doctora de hospitalización me daría el reporte.

Esperé en la camilla, yo sabía que ya no podía contagiarme ahí puesto que ya lo estaba, salió la doctora y me dijo que ya había revisado mi expediente y que no entendía por qué por la mañana me había dejado ir, que no me iba a poder ir a casa, me tenía que hospitalizar, que el haberme esperado tanto y al tener un mal diagnostico aparte de COVID tenía neumonía bilateral (en ambos pulmones), eso si no me lo esperaba.

No pude despedirme bien de mi familia porque al entrar ahí existe la posibilidad de no volver a salir, tenía que tomar el teléfono y decirle la noticia a mi esposo, no sabía cómo hacerlo pero tenía que terminar con su duda, le escribí un texto explicándole y que me quedaría hospitalizada.

Sus preguntas fueron muchas, no pude evitarlo y en el mensaje le escribí cuanto lo amaba y agradecerle por estar conmigo, aproveché y les mandé mensajes también a mis papás y hermanos, era el momento de decir lo que sentía, justo pude mandar mensajes antes que me quitaran mi teléfono definitivamente.

De estar en el pasillo me pasaron a una sala , ahí se encontraban seis pacientes, me colocaron el oxígeno directo de la toma, en ese momento mi apoyo físico fue una supervisora que conozco hace tiempo, una de mis personas favoritas por siempre apoyarme antes, durante y después de alta del hospital, se llama Blanca Porras, ella fue la encargada de quitarme mi ropa y ponerme la bata de hospital, darme ese consuelo que necesitaba, pero yo no paraba de llorar, también fue la encargada de darle todas mis pertenencias a mi esposo y ser el consuelo que él también necesitaba.

Desgraciadamente para mí, ya era fin de turno y ella ya iba de salida y ahora si me quedaba sola en un cuarto durmiendo con gente que no conocía, ahora si sentí lo mismo que mis pacientes cuando yo me iba al terminar mi jornada y volví a repetir lo que dije en alguna ocasión “Que Dios me cuide y nos guarde a todos los que estamos aquí”.

Toda esa noche no pude conciliar el sueño, aunque ya descansaba por tener el oxígeno no podía evitar voltear a mi derecha y a mi izquierda, a mi derecha estaba una señora como de 70 años quejándose que ya quería irse de ahí, a mi izquierda un señor que no paraba de toser, el que estaba junto lo estaban revisando los médicos porque saturaba al 80 por ciento.

Mi primera noche y observé cómo se lo llevaban a la sala donde llevan a los graves, traté de cerrar mis ojos para evitar sentir miedo, no miedo de lo que veía a mi alrededor porque yo estaba acostumbrada al entorno, tenía miedo de saber qué me deparaba el destino, dicen que Dios habla fuerte cuando estas en la cárcel y en una cama de hospital, a mí me hablo esa noche.

Al día siguiente abrí los ojos y ya había salido el sol, empezaba un nuevo día y yo pienso que se corrió la voz en el hospital que yo estaba ahí porque recibí

muchas visitas de parte de mis compañeros del hospital, gente que no le tocaba esa área pero me encargaba con conocidos de ahí dentro.

Las cosas estaban evolucionando muy bien, aunque el estar incomunicada del mundo exterior, o sea de mi familia, me dolía, pero debía ser una buena paciente, eso yo se los decía a mis pacientes y era mi turno de poner el ejemplo, y sentí como me empezaba a sentir mejor gracias a todos los medicamentos que me daban y todas las atenciones de mis colegas.

Estar postrada en una cama no me limitó de sacar lo que soy y para lo que estudié durante cinco años de mi Licenciatura en Enfermería, ayudaba a la viejita de junto a comer o si faltaba agua destilada en algún borboteador, le preguntaba al señor del otro lado por qué se quejaba tanto y cosas en que yo podía ayudar.

Ese día por la tarde me subieron a piso, estaba feliz porque en piso está más tranquilo, y eso significaba poder tener comunicación con mi familia, al subir me tocó el cuarto 433, solo éramos una paciente y yo ahí, me instalaron en mi habitación pero al entrar escuché un sonido que se me hacía familiar, un ventilador mecánico conectado a la paciente de junto.

Dios me puso frente a una persona que se encontraba sedada, en un mal estado de salud, sin tener la posibilidad de respirar por sí sola, me sentí bendecida por tercera ocasión y emprendí una oración por la señora de al lado, desgraciadamente al día siguiente falleció y también me tocó estar presente desde otro ángulo y no es fácil estar 24 horas con alguien en esa situación, ni dormir escuchando ese sonido que la mayoría de las veces significa muerte.

Estuve hospitalizada cinco días, después de salir continué con aislamiento durante 14 días más, a los cinco días después salió el resultado de mi prueba: positiva.

Hasta esta fecha cumplí 55 días de incapacidad porque aún no estoy al 100, el COVID y la neumonía me hicieron dependiente del oxígeno por un tiempo, pero cada día que pasa estoy empezando a hacer mi vida normal, siendo feliz por tener una nueva oportunidad de vivir y poder ser parte de las que pueden contar y aunque la gente no entienda mi profesión, no veo el momento de poder regresar a

hacer lo que amo, volver a estar al frente de la batalla, es algo que volvería hacer por mi país.

A raíz de esta experiencia, mi vida no volvió a ser igual, espiritualmente le doy gracias a Dios por nunca soltarme y estar siempre a mi lado en cada momento de esta dura experiencia; emocionalmente, a valorar a cada uno de los integrantes de mi familia y darme cuenta una vez más de lo amada que soy y lo afortunada de tenerlos; profesionalmente, a respetar y amar aún más mi profesión, a impulsarme a cada día para ser una mejor enfermera y servir con la misma pasión con la que luché por mi vida.

Ser sobreviviente a una enfermedad desconocida, traicionera, y completamente nueva, me hace fuerte, me hace valiente, pero sobre todo me hace consciente, hoy sé qué significa ser paciente, sé que significa ser familiar, pero sobre todo sé que lo que más amo es servir y luchar por la vida de cada persona que llega a mí.

Hay médicos y enfermeras, trabajadores de limpieza, camilleros, asistentes, que no han podido ver a sus familias desde que inició esta pandemia, que están desesperados por descansar y encontrar una cura a esta enfermedad y mientras eso sucede, yo sigo aquí, al pie del cañón, porque si de algo estoy segura es que no me rendiré.

Intentamos salvarnos de muchas formas

Ana Karen Quiñones



**INTENTAMOS
SALVARNOS DE
MUCHAS FORMAS**

Sobre cómo viví el COVID-19 en altamar

Descripción breve

La pandemia del COVID-19 conquistó nuestros barcos en altamar y tuvimos que aprender a vivir confinados en nuestros navíos. Vimos cara a cara a la desesperanza, pero también fuimos más fuertes.

Dra. Ana Karen Quiñones

Todas las emociones se triplican a bordo cuando eres tripulante de un barco. Estamos acostumbrados a estar lejos de casa por meses y hacemos amigos de todo el mundo, pero es bien sabido entre nosotros que lo más constante dentro de un barco es la fugacidad y lo efímero. La única certeza durante un contrato en altamar es que nunca en la vida volverás a coincidir con las mismas personas en el mismo lugar y que todos vuelven a casa.

Soy médico y comencé a trabajar en barcos en 2018 a cargo de la clínica de medicina estética en el *spa*. Mi trabajo consistía en prevenir y/o tratar los signos tempranos de envejecimiento de las personas que vacacionaban en cruceros de lujo. Recuerdo mi primer día con mucho cariño, el día que conquisté mi independencia y libertad.

En esta ocasión dormí en Miami el 28 de enero de 2020, expectante y nerviosa por el comienzo de mi nuevo contrato al día siguiente. Para ese entonces había recorrido 29 países y 60 ciudades. Todos en puerto se preparaban para el festejo del Gran Tazón y Miami estaba a reventar de turismo. Por suerte conocí a una pareja de la tercera edad en el hotel, ellos fueron los que le pidieron a otro huésped que me llevara a la terminal de cruceros al amanecer. Así, sin conocernos de nada, mi nuevo amigo me llevó a la puerta de abordaje. Iniciaba mi nueva aventura, vi el barco a lo lejos y sentí la misma felicidad que aquel 25 de junio de 2018, cuando subí a un crucero por primera vez.

En la puerta inició lo de siempre: conocer a la primera persona nueva, de Sudáfrica.

Platicando me di cuenta de que se incorporaba como manicurista del *spa*, o sea que trabajaríamos en el mismo departamento. Recuerdo que anhelaba con todo mi corazón un café americano y un trabajador de la terminal me regaló uno.

Mi cabina era el sitio más pequeño que jamás había visto dentro de un barco. Mi espacio libre era de un metro entre la cama y la puerta, con 70 cm de ancho. Estaba sucia y no tenía ventanas, tenía un closet de 40 centímetros por dos metros de alto, un cajón roto debajo de la cama y una repisa. La televisión colgaba de la pared a los pies de la cama; el médico anterior, al que yo relevaba, se había encargado de dejar asqueroso el sitio. El bote de basura del baño desbordaba con latas de cerveza y el WC lucía vergonzoso. Mi primera impresión fue que me volvería loca en un espacio tan pequeño. Lo bueno es que casi siempre estaría trabajando o en puerto, pues así sería la vida normal de los próximos siete meses, ¿no? Llamé a limpieza a cuarto y durante mis primeros días de trabajo me encargué de desinfectar cada centímetro de pared, mueble, techo y superficie. Instalé mi difusor de aceites esenciales con olor a toronja y menta. Pegué las fotos de mi familia, amigos y de mi prometido en la pared junto a mi cama y unas hojitas con recordatorios diarios: "Hoy no es un día cualquiera, hoy es un día de mi vida." Por lo menos mi espacio ahora era agradable y hasta acogedor; mi familia me acompañaba en energía. Todavía no imaginaba la importancia que tiene una ventana.

Era ya conocida la situación del coronavirus 2019 (COVID-19) en Wuhan, China. Las noticias habían conmocionado a la humanidad y muchos cruceros de Asia habían puesto especial atención a la situación. Un amigo fue repatriado de Inglaterra a México pues iniciaba su contrato a bordo del Costa Venezia con un itinerario en China; no pudo ser.

Mi prometido es italiano, lo conocí en mi primer barco. Sus ideas son arraigadas, culturalmente existe un abismo entre nosotros. Después de mi primer contrato fui a vivir a Italia con él por un tiempo, en teoría sería para siempre y nos casaríamos, era importante conocerle por fuera del barco; es de vital importancia conocer en tierra a la persona de la que te enamoras en el mar. Al principio yo creí que la realidad estaba conmigo a donde fuera, pero después de esta relación pude entender a qué se refieren cuando describen la vida en barco como un sueño y la vida en tierra como la realidad. En la realidad de tierra, regresé a mi casa en México a los tres meses, no pude casarme e increíblemente no encontré mi sitio.

No me hallaba lejos del mar y sin ejercer mi profesión. Tomé clases de italiano, soy una persona que se adapta fácil, pero en Italia me sentía atrapada. No sólo mis suegros eran entrometidos, sino que mi pareja buscaba a una persona que le esperara en casa, le adornara la cocina y luciera linda con una barriga para sus hijos. Mis ahorros se fueron consumiendo. Después de un año de arduo esfuerzo intentando convencerme de renunciar a mis sueños, fui fuerte y decidí volver al mar, por eso este contrato fue tan importante para mí: representaba una conquista interior. Para entonces mi prometido se fue a un barco en temporada asiática, yo me fui a un barco con itinerario en el Caribe. Él había decidido esperarme un contrato (que en mi caso dura siete meses), porque dijo que no podía vivir sin mí.

En mi barco la mayoría de los pasajeros eran estadounidenses, dejaban buenas propinas, consideraban mis tratamientos un bien necesario. Poco a poco fui conociendo a los de mi rango en el comedor de empleados; mis primeras comidas fueron con la directora y el supervisor de subastas del departamento de arte. Como iniciamos nuestro contrato al mismo tiempo, la directora y yo compartimos varios cursos de inducción a la empresa y cursos de protocolos de seguridad, protocolos médicos, protocolos de incendio, de hombre al agua, de supervivencia, de simulacros, de ingeniería, entre otros. Las primeras semanas estaba más en cursos que trabajando y no pude visitar varias ciudades porque nos pusieron cursos en mis horas libres de puerto. “Bueno...” —pensaba— “al fin que a este puerto volvemos y todavía me quedan siete meses.”

En el comedor, mi mesa de siempre se había ampliado. Ahora comía con el supervisor de tiendas departamentales y su asistente, los médicos y enfermeros del centro médico, la supervisora y asistente de las excursiones, el oficial de seguridad, el oficial de supervivencia, el bombero del barco, el oficial del cuidado ambiental, oficiales del puente y el asistente de entretenimiento.

Después del Super Tazón, la noticia más sonada era la de un crucero varado en las aguas de Yokohama Japón, el *Diamond Princess*, con 3700 personas a bordo y casos positivos de COVID-19 entre los pasajeros y la tripulación. Ya habían cancelado su itinerario. Durante las sobremesas con mis colegas manifesté mi preocupación, pues mi prometido trabajaba en un barco de

la misma línea y en el pasado había trabajado en el *Diamond*. Era bastante conmovedor ver las imágenes de los pasajeros saludando desde los balcones y relatando su sensación de olvido en las redes sociales.

Casi no hay tiempos libres cuando trabajas a bordo. No existen los fines de semana, todos los días son como lunes. Las noticias de BBC y CNN sólo hablaban de coronavirus y de cómo un segundo, un tercer, un cuarto barco era detenido en puerto, o de barcos que eran rechazados de las ciudades por temor al contagio.

En mi barco, todos los chinos con dos semanas de incorporación fueron devueltos a su país. El acupunturista del *spa* era chino y fue triste verlo obligado a irse a dos semanas de iniciar su contrato. Además, vivía muy cerca de Wuhan, se sintió como un envío al matadero.

Dos semanas después del inicio de cuarentena del *Diamond*, era entonces el lugar más peligroso para contagiarse fuera de China, considerado una incubadora para el virus. Una pareja había sido separada pues el marido fue positivo para coronavirus. Él murió en el hospital. Ella no podía salir del barco. Los pasajeros relataban en redes sociales la escasez de atención médica, la falta de alimentos, la angustia y desesperación de estar aislado en una cabina sin posibilidad de contacto con nadie. “Estas son almas desafortunadas, que quedaron involuntariamente atrapadas en las restricciones de salud, políticas y fronteras que barrieron rápidamente el mundo”.¹ Empezaron a sentirse los escalofríos; y eso que en aquel momento el virus aún no llegaba a América.

Miles de personas empezaron a quedar a la deriva en el mar. Mis clientes y yo platicábamos en el consultorio sobre la situación. Nosotros estábamos realizando cruceros “*charter*” que significa temáticos; para este entonces ya habíamos tenido el crucero de *Train*, la banda de rock estadounidense, y disfrutábamos sus conciertos en cubierta y en las salas más importantes del barco. Parecía muy irónico que, al mismo tiempo, en dos tiempos horarios y lugares distintos, unas personas pudieran estar encerradas y aisladas a bordo

¹ Ashford, Orlando. (31 de marzo 2020). “Cruceros con enfermos de COVID-19 siguen a la deriva”. *DW Made for Minds*. Recuperado el 10 de julio 2020 de <https://p.dw.com/p/3aH4f>

mientras nosotros estábamos bailando y mezclados en un concierto. Mis clientes me preguntaban cuál era mi opinión y recuerdo perfectamente cuando le aseguré a una de mis clientas que el virus iba a alcanzarnos, y que iba a estar en todos lados.

A inicios de febrero los números en China descendían, pero aumentaban en el exterior. El brote iba conquistando al mundo poco a poco, de Este a Oeste.

El 14 de febrero supimos que el virus había llegado a África, y Egipto tuvo su primer caso. En Singapur ya había 67 casos.

El 19 de febrero mi novio me envió un mensaje con la noticia de que se iba al *Diamond Princess*. Dijo que algo dentro de él lo llamaba a ir, que no era por dinero pero que el barco y la empresa lo necesitaban. “¿Estás loco? Es el lugar más peligroso del mundo, no puedes hacer esto, te vas a contagiar, qué tal si no te volvemos a ver, no puedes pensar sólo en ti en esto, por qué tienes que ir tú, no te importa tu vida, piensa en mí y en tu familia, no te digo esto como novia sino como doctora”, fueron varias conversaciones que tocamos. Al parecer, después de que él me hubiera recalado lo peligroso que era trabajar en ese barco y de qué jamás aceptaría ser transferido a trabajar ahí, aunque le pagaran más, había decidido que siempre sí. A precio de todo. En teoría sería sólo por 20 días. Él es muy bueno en su trabajo, para entonces era primer oficial electrotécnico, a cargo de los proyectos eléctricos del barco: turbinas, propulsiones, elevadores, piscinas, luces, electrodomésticos, motores, sistemas de detección de incendios, puertas automatizadas, en fin, ¿qué no es eléctrico hoy en día? Al irse al *Diamond* fue ascendido circunstancialmente a Jefe Electrotécnico, el rango más alto de su rama. Argumentó que su llamado era salvar a todas las personas de ese barco y apoyarlos a salir de ahí. Los trabajadores a bordo del *Diamond Princess* al parecer estaban estresados, cansados, muchos ya llevaban trabajando tiempo de más a bordo, y merecían un relevo. Mi prometido se martirizó y eligió salvar a miles de desconocidos, con un aumento de sueldo, a cambio de su seguridad y la preocupación de todos los que le amábamos. Después de haber estado más de un año juzgando mi decisión de trabajar a bordo, él decidió muy fácilmente su camino.

No tomó en cuenta ningún plan, no escuchó ninguna petición y lo transfirieron a Japón. Para el 19 de febrero, de 3700 habían estudiado a 1290 casos, de los cuales 454 estaban infectados, alrededor de un 40%.

Mis colegas y amigos no lo podían creer, nadie hubiera dado su propia vida a cambio de nada. Mis clientes opinaban que estaba loco. Tanta gente desesperanzada moría por salir de ese barco y él decidía entrar.

Los barcos seguían siendo foco en las noticias. Un barco de *Holland America* llevaba en mar alrededor de dos semanas, decían que llevaba muertos y nadie quería recibirlos. Otro barco no quería tocar puerto y subir el virus a bordo. Empezamos a sentir cómo se acercaba. Las noticias no hablaban de otra cosa; cuando los oficiales comíamos juntos veíamos en la televisión que el virus se expandía y los casos aumentaban en la flota. Aunque tenía una idea, nunca imaginé que el mundo pararía como lo ha hecho.

Por suerte mi prometido trabajaba desde una centralita que construyeron en puerto y no necesitaba acceder al barco; instaló todo un sistema por fuera para poder coordinarse con los de adentro y al final de turno se iba a un hotel. Hubo tres ocasiones de emergencia por las que entraron, pero él establecía que lo hacían bajo estándares muy estrictos y altamente confiables. Me aseguraba que los japoneses eran expertos del orden y en protocolos serios. Para cuando descendió el capitán del *Diamond Princess*, Gennaro Arma, el último en bajar, se habían contabilizado 712 contagios en total y 10 muertes bajo jurisdicción japonesa.

El 20 de febrero recibí a mi tutor en el barco para entrenarme en rellenos de pómulos. Pude ver su preocupación en cuanto a las operaciones, pues me dijo que ya había 9 barcos con nuestros servicios parados. Tomamos café y con esperanza pedimos buena suerte.

El 4 de marzo supimos de un caso en San Francisco. Sabíamos que la industria de los cruceros estaba comprometida y que sería desastroso. Para entonces mi novio y yo establecimos que debía mantener mi distancia y evitar espacios con mucha gente. Mi madre empezó a escribir desde casa que debía

renunciar y dejar el barco. Las noticias eran aterradoras. En Italia comenzaron por cerrar las escuelas. Por esta época recibimos al nuevo acupunturista, de India.

El 8 de marzo supe que Donald Trump quería cancelar todas las líneas de cruceros. Los cruceros se fueron cancelando uno a uno. Como todo empezó en Asia, mi prometido me daba las noticias y las recomendaciones que se seguían del otro lado del mundo. Me aconsejó no acercarme a la gente que tosiera y que me lavara las manos todo el tiempo. Me dijo que debía intentar irme a casa voluntariamente, antes de que me quedara atrapada. Parecía como si pudiera adivinar el futuro porque todas sus preocupaciones se volvieron realidad para mí.

Para el crucero que inició el 9 de marzo, se establecieron las normas de checar la temperatura de cada uno de los pasajeros al abordar el barco. En Italia las cosas ardían; una compañera italiana del máster que hice en España escribía en nuestro grupo de médicos que debíamos prestar atención y prevenir consecuencias grandes. Explicó que por suerte ella era parte de una superpotencia donde el sistema de salud permite a toda la población el acceso gratis, pero que aún con el mejor sistema mundial estaban preocupados pues ningún hospital contaba con tantos lugares de reanimación, comentó que si se convertía en pandemia las consecuencias serían graves en África, India, Venezuela, Cuba y todos los sitios donde no hay recursos. Escribió que llevaba dos semanas con sus actividades en pausa para apoyar a la gente a quedarse en casa. Dijo que faltaba poco para la pandemia y que ésta sólo podía pararse siendo serios pues no había recursos para todos. Nos dijo que teníamos la oportunidad de no vivir lo de Italia, de impedir la crisis económica. Un médico español contestó que no se lo tomara tan dramático, pues no era el apocalipsis. La doctora italiana abogó que era dramático, super dramático pues había personas con infartos, diálisis, accidentes cerebrovasculares, tumores, accidentes y no había sitio para todos. Afirmó que en poco tiempo se escogería a quién salvar. Los médicos españoles se burlaban de ella, pero a los pocos días el coronavirus arrasó con España. La doctora italiana compartió el antídoto para el COVID-19: Quedarse en casa, ser higiénicos, respeto y no pánico. Manifestó que esto era un problema de salud pública que se podía contener si cada quien hacía lo suyo, que era

necesario cambiar la rutina, ser guías de la población y hacerlo por países donde los niños se mueren de hambre, por las personas que tienen enfermedades crónicas en el mundo y no sólo en Europa, con mucha pena por todos aquellos que morirían sin una mano sobre sus cabezas por miedo o por falta de mascarilla y guantes. Italia le dijo al mundo que vencería. Pero el mundo no escuchó a Italia y se burló. El 11 de marzo, la Organización Mundial de la Salud declaró la pandemia.

El 12 de marzo la línea de cruceros *Princess* canceló todos sus itinerarios. Pretendían hacerlo por 60 días y empezar en mayo. En nuestro barco se habló de recibir sólo 1800 pasajeros de 3000 para el próximo crucero, la gente empezó a cancelar sus viajes por miedo. Los tripulantes cosechábamos incertidumbre.

Aquella semana de marzo empecé a considerar renunciar pues el barco estaría en Cozumel y, como soy mexicana, podría descender del barco antes de que las opciones se escaparan de mis manos. Pedí opinión de mi familia, mi prometido, mis amigos, mis compañeros a bordo y decidí esperar al 13 de marzo que encalláramos en Cozumel. En la oficina me dijeron que podía terminar mi contrato y que al retorno de las operaciones podía pedir mi reincorporación, sin garantía de ser tomada en cuenta. La duda entre qué hacer o no era enorme. Recuerdo el momento en que me recosté en la camilla de mi consultorio y sólo miré al techo intentando escuchar la respuesta que me daba el corazón. Esa semana tuve mis exámenes de cursos antiincendios y sobre qué hacer en caso de que estuviéramos a la deriva en lanchas salvavidas. Practicamos el uso de lancha en la alberca del barco.

En España, para el 13 de marzo los médicos decían que no se entendía el significado de aislamiento y la gente seguía saliendo a sus segundas residencias como si fuera un puente. El 13 de marzo estaba en Cozumel, desayuné ceviche y realicé un poco de compras en el supermercado, fue ahí donde el asistente de entretenimiento me dijo que era oficial que las líneas de cruceros paraban todas las operaciones. Todavía dudaba entre tomar todo mi equipaje y bajar del barco, pero a esas alturas lo mejor para mí resultó en esperar la logística que tanto mi oficina como la línea de cruceros para la que trabajaba coordinarían.

Empecé mi último crucero muy emocionada sin saber que ese sería el último en meses, pues se pararía el mundo el 15 de marzo. Ese día en Cozumel fue significativo para mí pues fue el último día que pise tierra en mucho tiempo.

Tuvimos un día de mar entre Cozumel y Miami. Disfruté mucho el último día de trabajo, donde por suerte trabajé mucho y pude hacer varios tratamientos que dejaron a mis clientas muy felices. Mientras todos intentaban ocultar la situación a los clientes, yo opté por compartirles la experiencia y les confesé que nos quedaríamos a bordo por tiempo indefinido. El capitán del barco comenzó a dar instrucciones en sus anuncios, pidiendo a todos lavar las manos constantemente y evitar reuniones innecesarias, exhortó evitar saludarse con las manos y cualquier tipo de contacto físico. Todas las terapeutas comenzaron a usar guantes en sus faciales y masajes. Al parecer, el coronavirus nos había alcanzado.

El 15 de marzo llegamos al puerto y compartimos momentos emotivos de balcón a balcón junto con los tripulantes de otros barcos que encallaron en el mismo puerto. Por sorpresa, los tripulantes no pudimos bajar del barco y quedamos confinados. Recuerdo que anunciaron que nuestro barco zarparía a Jacksonville, Florida, donde permaneceríamos hasta nuevo aviso. Subí a cubierta con el acupunturista y el estilista y disfrutamos el espectáculo de navegación de salida de Miami. Ahí fue donde quedamos a la limitación de espacio propia de un navío.

Los sentimientos que cruzaban mi cabeza eran variados. Por momentos sentía alegría por la oportunidad de un descanso después de seis semanas de trabajo pesado. Por otro lado, me preocupaba el mundo, mi porvenir y me invadía la angustia por mis familiares. Gracias a los grupos de mensajería que compartía con amigos europeos, fue que pude seguir poco a poco el movimiento del virus desde Asia hasta Estados Unidos, donde estábamos nosotros. Compartía un poco de información con algunos de mis compañeros y en el grupo de médicos estéticos se empezaron a compartir guías de Marruecos y de Serbia para tratar la enfermedad. A los pocos días, la línea de cruceros nos regaló el internet para mantener el contacto con nuestros familiares. Nos lo iban regalando en planes de 1000 minutos. Fuimos a recoger nuestra clave con los empleados de

entretenimiento. Los del *Spa* arrancamos la primera semana de aislamiento con un poco de seminarios entre nosotros relacionados al trabajo, se estableció de inicio un plan laboral donde nos prepararíamos profesionalmente para cuando los cruceros regresaran. Tuvimos también clases con los directores de *fitness*. Poco a poco todo perdió sentido, pues no tenía caso seguir trabajando, conglomerándonos en tiempos donde las noticias y el rumbo del mundo era indefinido. Se estableció que empacáramos todos los productos, realizáramos un inventario global y nuestro *Spa* quedara cerrado. Fue altamente conmovedor entrar al *Spa* con las luces y el aire acondicionado apagados, donde previamente había música, personas, trabajo, movimiento, risas, ventas, sólo quedaba un espacio oscuro, húmedo, lleno de silencio y eco.

La primera cosa que solicité cuando quedamos varados fue un cambio de habitación, pues mi cabina era tan pequeña y oscura que probablemente ahora sí terminaría volviéndome loca, con ansiedad y depresión propias de cualquier aislamiento. Estoy muy agradecida pues mi solicitud fue tomada en cuenta y me transfirieron a una cabina más amplia y con una portilla. Bendita ventana: podía despertar de forma natural con la luz del exterior, esto cambió mi mente abismalmente. La tristeza de saberme tan lejos de casa y mi gente querida quedó compensada con la iluminación de mi nuevo espacio. Adopté dos orquídeas que se habían quedado en el *Spa* y las llevé a mi habitación. Es increíble que, a pesar de amar el mar, sea tan necesario tener contacto con la tierra y qué tanta diferencia aporta una ventana. Recuerdo que, en las series de televisión, los prisioneros salen contemplando la escasa luz que entra desde la ventana y en muchas de ellas se emocionan cuando pasa un pájaro. Entendí el sentimiento inmediatamente.

Entre las cosas que recuerdo con mayor cariño están las facilidades que el barco abrió para nosotros. Pese a que nuestros contratos fueron terminados, contamos con la estancia, el servicio de restaurante, limpieza y atención médica gratuitos. Las maquinitas quedaron abiertas para nuestra diversión y también siguió adelante el servicio de cine, donde fui a ver películas con mis amigos en varias ocasiones. Hubo un par de veces donde jugamos maquinitas hasta por

cinco horas seguidas para olvidarnos de la realidad. El capitán que relevó el cargo justo cuando empezó la pandemia era italiano y su personalidad amenizó las circunstancias y elevó el ánimo de todos. Planteó incluso iniciar olimpiadas para la tripulación. Pese a que teníamos internet gratis, no podíamos abrir videos ni varias páginas. Yo quedé limitada al uso de WhatsApp e Instagram. Costaba trabajo mantenerme informada del exterior.

Por las noches, las bandas colombianas y argentinas siguieron tocando para nosotros. El baile y la música pudieron aliviar mi corazón y me hicieron olvidar el miedo y la paranoia del exterior. Me recordaba a la escena de los violinistas en la película del *Titanic*, cuando tocaron sus instrumentos para animar. El 22 de marzo escribí:

“Aislamiento. Día 7. Extraño la libertad, debí haberme ido en Cozumel, pienso a veces, estaría en casa. Podría disfrutar a mi madre en lugar de estar comiendo sola entre extraños. La paz del ocaso me inunda y respiro, calma, estás donde debes estar. Confiada, viviendo un día a la vez, pensando en qué terrible puede ser allá afuera, pero con miedo de que algo se desate dentro de este lugar flotante. Midiendo las prioridades de la humanidad, entendiendo cómo se forja el carácter, siento que estoy también madurando. Leyendo de ciencia, viendo el pánico a través del televisor desde hace tres meses, qué médicos ya fueron a casa y cuántos aún esperamos sin éxito. Músicos, meseros, masajistas, baristas, supervisores, oficiales, artistas, fotógrafos, enfermeros, estilistas, chefs, animadores, tanta gente todos los días...Nadie sabe nada, esperamos noticias de las autoridades locales. La buena, pero también mala: México sigue abierto. Juego *ping-pong* para olvidar, juego maquinitas para desconectarme, ejercito mi cordura con un juego de *Scrabble* y media copa de *Zinfandel* por dos dólares y setenta y cinco centavos. Los músicos tocan para calmar la soledad y el encierro, justo como los violinistas del *Titanic* tocaban mientras morían, intentamos salvarnos de muchas formas. Muchas veces la gente ve mis fotos y piensa, mira qué envidia, qué bien la pasa, quiero un trabajo así, pero no entienden. Hay que estar en medio del mar para entender desde adentro. Podría considerar que tengo algo muy importante que aprender de esto.”

Entre mis incertidumbres se encontraba la idea de poder tener contagios a bordo, pero para entonces no había ni un caso de coronavirus en nuestro barco y esto me daba algo de tranquilidad.

El 24 de marzo, el barco de mi novio se movió por primera vez al puerto de Mitsubishi después de haber estado parado por más de un mes. Él me iba recordando las medidas a seguir y me mantenía informada de los casos nuevos. En cierto punto empezó a enojarse porque yo estaba disfrutando mis bendiciones a bordo y me quería en casa inmediatamente, incluso llegó a pedirme que me aislara en mi cabina sin salir más que para comer. No era necesario aislarnos a ese extremo pues no había casos a bordo, pero aun así mantenía mi distancia e higiene de manos estricta.

Mantuve una rutina durante veinte días: me despertaba a las 8 am para alcanzar el desayuno, hablaba por videollamada con mi novio hasta las 10 am que eran sus 11 pm, reposaba un rato en los camastros de la cubierta escuchando la música de las bandas que tocaban alrededor de dos horas. Después me iba al gimnasio, después leía un libro o noticias, platicaba con mis amigos y tomábamos un poco de sol, me iba a bañar, jugaba en las maquinitas, iba a comer, después jugaba *Scrabble* tomando una copa de vino y finalizaba escuchando música y bailando con los latinos. A pesar de estar bien y sana, el sentimiento de incertidumbre era muy grande. No teníamos información respecto a nuestro desembarco, no sabíamos cuándo nos moveríamos, cómo llegaríamos a casa, etc.

Un mes después de haber parado, los canadienses, británicos y estadounidenses fueron repatriados. Las autoridades del barco establecían que el control fronterizo no autorizaba el desembarco de nadie más y que se organizarían vuelos *charter* en su momento. Con las guías sanitarias de la pandemia, los servicios a bordo empezaron a restringirse. Se cerraron las maquinitas y se canceló el cine. La idea de las olimpiadas se descartó. Pese a que el capitán buscaba elevar los ánimos, había también que confinarnos a las medidas del exterior.

Una noche, una masajista y yo cenábamos cuando se percató de unas luces en puerto. Nos asomamos por las ventanas y pudimos ver cómo llegaba una ambulancia a la escalerilla del barco. No había anuncios ni ruido, así que nos escabullimos al séptimo piso para poder ver más de cerca. Pudimos ver cómo un tripulante fue transferido del barco a la ambulancia y nos inundó el miedo. Como nadie nos había avisado, pensamos que podía ser un caso de coronavirus a bordo y que pronto se dispersaría entre nosotros. Envié la foto a mi familia y mi novio se asustó. Pensamos en la posibilidad de que pronto nos aislarían como habían hecho en otros barcos. En los barcos donde tenían coronavirus, los tripulantes debían permanecer dentro de sus cabinas todo el día y sólo podían salir para comer. En algunos, no podían salir en lo absoluto y recibían su comida en charolas directamente en su cuarto. En el grupo de mensajería con los médicos estéticos de toda la flota era tremendo leer sus testimonios. Algunos tenían control policial para investigar las muertes a bordo, otros no comían más que arroz y una pieza de pollo, algunos eran amenazados por las autoridades locales para no salir de sus camarotes. Poco a poco también empezaron a llegar los suicidios.

Hay que estar dentro de un barco para entender por qué algunas personas a bordo se suicidan. El sentimiento de desesperanza a veces es muy grande. Si yo estaba en un ambiente seguro y me sentía ansiosa, puedo imaginar que las circunstancias de mucha gente pudieron llevarlos a perder el deseo de vivir.

Recordemos que dentro de un barco convivimos con todas las nacionalidades, culturalmente somos diferentes, tenemos diferentes mentalidades y personalidades, diferentes creencias y formas de vivir, diferentes colores y diferentes historias, no se diga de la diferencia de lenguaje y que todos a bordo nos comunicamos en inglés. Ahora agreguemos la falta de normas y la falta de trabajo. De pronto se perdieron los límites, los horarios, las reglas. Perdimos nuestros contratos y estábamos varados en medio de la nada dentro de una pandemia. En cierto punto podía sentirse como Ciudad Gótica cuando perdió el liderazgo y llegó la anarquía. Dentro del barco, los caribeños y africanos se pelearon a golpes una noche. Pues así mismo, empezamos a leer uno y otro caso de tripulantes jóvenes que se tiraban al mar, se colgaban con las sábanas de su

habitación o amanecían muertos en sus camarotes sin una razón aparente. De ahí la importancia de la música, el baile, el internet, la comunicación y la amistad. Nadie tenía por qué estar solo en momentos de desesperanza. La soledad y el estrés pueden desmoronar a cualquiera en aislamiento. Los altibajos empezaron a cobrar la factura pues entre noticias de esperanza llegaban también las decepciones.

La oficina de aduanas y protección fronteriza de Estados Unidos (CBP) era la que controlaba aparentemente la logística de repatriación y permisos de salida. Eran ellos los que autorizaban o no la salida de los tripulantes. Mi desesperación por lo incierto empezó a ser tan grande que empezamos a contactar a los consulados de México en Estados Unidos hasta que pudimos contactar positivamente con el vicecónsul de Orlando, Florida. Gracias al vicecónsul pudimos entender que mi barco estaba bajo jurisdicción del consulado de Duval y que afortunadamente no había restricción para los mexicanos. No entendía por qué entonces no habían podido repatriarnos. Expliqué la situación de desesperanza al vicecónsul y gentilmente dijo que podía obtener cartas de autorización para que me dejaran ir a casa. Compartió conmigo la posibilidad de enviar a la policía portuaria por mí. No quisimos llegar a ese extremo, pero establecimos que abogaríamos por el derecho de repatriarme. La CBP no tenía ninguna restricción y aparentemente la traba venía desde dentro del barco. Después de varios correos y llamadas, fue posible que mi compañía en Miami comprara un vuelo a México para el 4 de abril de 2020. Había muchos casos donde los vuelos eran cancelados, pues los aeropuertos empezaban con restricciones también y el tráfico aéreo estaba cerrado en la mayoría de los países del mundo.

Afortunada y desafortunadamente el aeropuerto de México siempre permaneció abierto. El 3 de abril de 2020 se dio un anuncio en nuestro barco: zarparíamos por una semana al mar para intercambio de agua, pues en el barco se toma agua de mar y se procesa a bordo para su uso y consumo. Era imperioso mi descenso del barco la mañana del 4 de abril para poder coger mi vuelo, pero en el barco aún no autorizaban mi desembarco.

Pensé en resignarme y confiar en los tiempos del Universo. Sin embargo, al mismo tiempo me parecía una injusticia que aún con la información adecuada existieran trabas para irme. Creo que fue más el sentimiento de injusticia lo que me llevó a rebelarme tan profundamente que el mismo miedo o la desesperanza. Esa misma tarde acudí con el supervisor de todo el hotel y le pedí mi desembarco para la mañana siguiente. Dijo que no se podía, que estaba tan ocupado que no había leído los correos inherentes a mi caso, que no había recibido ningún documento oficial de la CBP para autorizarme nada. Exigí que llamara al vicecónsul. Con el vicecónsul en la línea hablamos los tres y se estableció claramente que la petición debía realizarse de la línea de cruceros a la CBP directamente, y que los fundamentos previamente presentados en correos electrónicos eran suficientes para establecer que la petición era válida y bien fundamentada. El problema era que el barco no había solicitado nada. Era tan tarde que llegué a pensar que sería imposible aún con las herramientas claras, pues las horas de oficina ya habían pasado. Con lágrimas en los ojos miré fijamente al director del hotel. Nuestras miradas estaban tan fijas que entendí que pudo leer mi alma y ver mi desesperación y desesperanza ante la oportunidad que estaba ahí y que él no estaba dispuesto a ver. Las lágrimas me escurrían sin esfuerzo, sólo se deslizaban una tras otra por mis mejillas, mientras mi tono de voz era franco y autoritario. “Soy una ciudadana de México y mi país autoriza que vuelva, Estados Unidos autoriza que vuelva, el control de aduanas autoriza que vuelva, ¿qué más va a requerir de mí?” Con la rabia y tristeza salí de su oficina, las lágrimas aún salían de mis ojos resignados cuando de pronto recibí una llamada a mi localizador. Era nuevamente el director del hotel, había sido posible enviar un correo de solicitud que afortunadamente fue bien recibido aún a altas horas de la noche. CBP había enviado la autorización. Podía irme a casa la mañana del 4 de abril de 2020.

Entré en júbilo. Inmediatamente después recibí una llamada de mi empresa con instrucciones claras para mi descenso. Todavía quedaba mucho por hacer pese a que eran casi las 9 de la noche. Debía ir a cerrar mi cuenta con finanzas, recoger mis papeles y firmar documentos con recursos humanos, ir a valoración

médica para verificar que cumplía criterios de salud para viajar, debía desechar los productos médicos que caducarían ese mes, debía empacar. Mi sentimiento de lucha y conquista fue muy grande. Pude luchar contra la injusticia y sentí cómo un cubetazo de madurez me caía en la cabeza.

La doctora del centro médico era mi amiga, así que nos fuimos a cenar juntas. Se unió el asistente de entretenimiento. Nuestra última cena. Me invadía la nostalgia, pues a pesar de toda la lucha, las personas con las que cruzas dentro de un barco se convierten en una familia temporal y se quedan en el corazón de forma permanente. Aunque lo único seguro dentro de un barco sea que todos regresen a casa, la tristeza siempre me invade, nunca estoy preparada para despedirme de la gente que marca mi vida.

Terminando la cena me fui a terminar de empacar. Sólo tuve tiempo de llamar a dos de mis amigos, quienes me fueron a despedir a mi habitación. Uno de ellos me regaló dos sobres de champú pues ya se me había terminado, la otra me había regalado una pasta de dientes unos días atrás pues los víveres comenzaron a escasear. Les dejé algunas cosas que podían ser de utilidad mientras permanecían en el barco, como desodorante y jabón de ropa.

Le regalé mis orquídeas a mi amigo de entretenimiento. Al parecer era un amante de las plantas y encontré a la persona ideal para quedarse con las que me regalaron vida y paz en tiempos de profunda violencia. A él también quería dejarle la tranquilidad y un poco de conexión con la tierra. Mi amigo me ayudó a hacer el registro en línea para mis vuelos pues él tenía un aparato con internet privado, me envió los boletos por WhatsApp y nos despedimos.

La mañana siguiente tuve que arreglar más papeles con la supervisora del *Spa* que por fin había dado la cara, tomé café y cereal velozmente, me despedí del asistente del *spa*, mexicano y de mi amiga enfermera, de Filipinas. Una amiga de Sudáfrica llegó corriendo a despedirme. Sentí éxito y tristeza al desembarcar.

Mi amigo de seguridad, de Vietnam, me ayudó a descender mi equipaje por la escalerilla y fue a la última persona que vi del barco.

Fui transportada a la CBP, donde mi autorización tomó cinco minutos y me recogió el vicecónsul. Él condujo desde Orlando para llevarme al aeropuerto de Jacksonville personalmente. Me ayudó con mi equipaje, desayunamos en Burger King. Le agradecí por mi vida. Las señoritas del mostrador del aeropuerto estaban impresionadas con mi historia pues llevaba 20 días encerrada en un barco y las noticias de los cruceros eran brutales. Me consiguieron un vuelo más temprano y partí a Miami. Mi amiga doctora me había proporcionado cubrebocas y guantes para viajar segura. Yo me había colocado mi gorro quirúrgico y mis gafas de protección. El aeropuerto estaba como nunca lo había visto: vacío. La pizarra de vuelos tenía en su mayoría la leyenda de "CANCELADO". Mi vuelo estaba dentro de los únicos tres "A TIEMPO". No tocar nada, no tocarme la cara, quitarme los guantes, lavarme las manos, desinfectar los guantes, desinfectar todo lo que toco, no quitarme el cubrebocas, alejarme de todos, intentar no comer, eran algunas de las instrucciones que repasaba en mi cabeza.

Mis papás me recogieron en el aeropuerto. No nos abrazamos. No nos tocamos. Inmediatamente al llegar a casa, entré a una habitación donde permanecí aislada por 2 semanas para proteger a los demás en caso de que me hubiera infectado en el viaje. Fue cuando más extrañé el barco, pues mi cuarentena a bordo fue mucho más alegre que en tierra. Tenía los atardeceres inmejorables, comida, amigos, música y baile, limpieza y comida. Al día siguiente supe que el 4 de abril de 2020, el Centro para el Control y Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC) prohibió los vuelos comerciales. No sería posible para ningún tripulante ser repatriado de otra forma que no fuera vuelo *charter* o privado. Volé a casa como una de las últimas tripulantes de mar capaz de hacerlo.

Los 15 días en casa estuvieron llenos de nostalgia, de recuerdos, de lágrimas, de conversaciones con todos aquellos que permanecían en el mar, entre ellos mi novio. Confinada a cuatro paredes entendí la enfermedad mental en aislamiento. Veinte días después murió un amigo, un filipino que abría mi cuarto a bordo cada que perdía o se me olvidaba mi llave, alguien que me saludaba siempre con la mejor sonrisa. Las historias del mar continuaron.

A través de internet y mensajes fui partícipe de cómo los cruceros optaron por medidas extraordinarias y empezaron a organizar la repatriación de más de 100,000 tripulantes de forma estratégica. Los barcos empezaron a congregarse en sus islas privadas para intercambiar tripulantes de un barco a otro de acuerdo con su nacionalidad, usando los botes salvavidas. Así se fueron juntando los latinos en un barco, los europeos en otro, los asiáticos en otro, los sudafricanos con los indios, etc. A cuatro meses del inicio de repatriación, aún hay muchos tripulantes que no han podido volver a su casa, entre ellos los venezolanos.

Llevan más de 120 días en confinamiento en el mar, más el tiempo que ya llevaban trabajando en sus respectivos barcos. Hay gente sin poder volver a casa desde hace más de un año. Mi novio llegó a casa, en Italia, el 26 de julio. Después de 6 meses de no vernos y fuera de todo lo imaginable que sucedió en el mundo, ya no estamos juntos.

No se puede vivir bien desconectados. "El otro" hace mucha falta. Echo de menos mi trabajo, a mis amigos de tantos países, echo de menos mi relación sentimental. Poco a poco pasaron los días y escribo esto a casi cuatro meses de haber desembarcado. Quisiera poder plasmar lo mejor posible mis sentimientos y emociones. Como médico he pasado por mucha impotencia pues la gente en tierra no creía en la gravedad del virus, muchos se burlaron e incluso tomaron represalias contra los que procuraban la salud: muchos médicos fueron agredidos tras considerarlos origen del contagio, el presidente exhortó a la población a olvidarse del cubrebocas y confiar en los santos para estar bien. La oportunidad de haber podido vivir esto desde un barco me deja claro que los peores enemigos son la ignorancia y la indiferencia. Desde marzo se intentaba exhortarnos desde Italia a ser líderes y guías para enfrentar exitosamente al virus. Soy muy afortunada por haber podido vivir esta pandemia desde tantos puntos de vista. Pude evaluar las condiciones internacionales, tener contacto con gente de tantos países, aprender de políticas internacionales de organismos diversos y conocer los movimientos marítimos de los que casi no se tiene idea.

Mis salvavidas estos últimos días fueron el ejercicio, la meditación y el contacto por videollamada y mensajes con mis amigos. Aún mantengo contacto

con la gente que permanece en los barcos, intento alentar sus corazones, decirles desde tierra que en el mar tampoco se está tan mal, y que he aprendido que lo único verdaderamente importante es disfrutar de este momento, esté donde esté. Extraño los abrazos. Estoy cansada de querer estar siempre en otro lado y de olvidar disfrutar mis bendiciones en el ahora.

La pandemia también se encargó indirectamente de ordenar prioridades y relaciones en mi vida. Con mucha sorpresa las personas más importantes de mi vida fueron las que más se alejaron; yo también he sido juzgada por ser médico e intentar educar en salud a la población. Mis padres han sido mi anclaje más dulce y amoroso. Las circunstancias me obligaron a escucharme y a enfrentarme. Trabajé en mi resiliencia y bondad. Muchas veces me hubiera gustado perder la capacidad de sentir. Reconecté con mi pasado y con mis amistades de infancia y adolescencia, de alguna manera quise volver a escuchar a mi vieja yo para aprender a reestructurarme.

La frase “esto también pasará” nunca había hecho tanto sentido en mi vida, porque pude darme cuenta de que no sólo en el barco trabajo con lo efímero. Lo bueno y lo malo se terminan. Absolutamente todo es fugaz, la “impermanencia” es omnipresente, de la noche a la mañana puede llegar un virus y romper cada uno de los esquemas y reglas. Me entra en la cabeza como un parto. Por esto, disfrutar del aquí y del ahora sigue siendo la mejor lección de mi vida. Deseo desde mis rincones más íntimos que todo marche bien.

Llegó la ropa

Brenda Raya

Estos momentos para platicar son un descanso para Sandra, después de ocho horas de trabajo con tan solo media hora para comer, ahora puede darse un respiro, refrescarse, respirar tranquila.

Su lugar de trabajo dentro de la planta de lavado, está en el área de planchado, tiene una compañera a quien llama pareja, su labor consiste en estirar las sábanas y las batas para pasarlas por los rodillos que las plancharan, cuando las estiran es cuando pueden ver si la ropa quedo bien lavada. La planta solo trabaja para hospitales y aunque siempre ha sido un trabajo riesgoso, nunca había sentido tanto temor como desde que empezó la epidemia, “el centro de lavado está dividido por áreas, chequeo, lavado, planchado y empaque. El área de chequeo es la más difícil, y es donde nadie quiere estar, porque ahí se recibe la ropa como va llegando de los hospitales, las sábanas vienen hechas bola, pisadas, y la gran mayoría traen residuos de no sé qué cosas, yo he visto de todo, placentas, cuajaronos de sangre, restos de tripa a lo mejor me imagino que es porque son como tubitos, se secan y vienen pegados a las sábanas, a veces ni siquiera después del lavado se desprenden, cuando yo recién entré hace cinco años , no sabía que era y se me hizo fácil despegarlo con la uña, mis compañeras me gritaron “¡no! ¡eso no se hace! no seas tonta, esas son tripas, hay que regresar esa sabana a lavar. Las volvemos a echar a un carrito que las lleva de regreso al área de lavado.”

Cuando platica sobre su trabajo reconoce que es un trabajo desagradable, sin embargo sabe que es muy importante “la última vez que fui a un hospital, me gustó ver las sábanas limpias, dije, estas son como las que nosotros lavamos, de por sí ya es feo llegar al hospital, imagínate llegar a donde está sucio, por eso creo que lo que hacemos nosotras es importante, además nadie sabe que detrás de todo eso estamos nosotras, las que lavamos la ropa de cama y las batas para que nunca les falte la ropa limpia, yo sé que en los hospitales la ropa se cambia diario, y de todos modos hay una que viene muy sucia, también hemos llegado a encontrar jeringas, agujas sueltas, vienen gasas, papel, bueno de todo hemos visto... de todo, ahora trabajamos más protegidas, pero la verdad antes de la pandemia no nos cuidábamos con nada, es más ahora usamos unas botas, antes

no, me acuerdo una vez que cuando estiré una sábana que no estaba bien limpia, cayó un cuajaron de sangre sobre mi tenis, y aunque lo quise limpiar, todo el día lo traje en el zapato. Así me fui a mi casa, con el zapato sucio.

Tras ocho horas seguidas de estar en el calor, este se vuelve insoportable, el cubrebocas, la careta, las batas que llevan sobre su ropa, lo vuelven todavía más insoportable “quieras que no una termina tocándose la cara, porque te tienes que estar limpiando el sudor, estamos empapadas, a cada rato hay que estarse secando, es muy cansado, no podemos detenernos, porque las máquinas no dejan de trabajar, hasta para ir al baño entre nosotras nos cubrimos, para no desatender la máquina, es mucho el trabajo apenas hicimos la cuenta, cada hora planchamos 1500 sábanas, entre cuatro personas, así que échale la cuenta son muchísimas, acabamos muy cansadas, el tiempo para comer no alcanza para nada, porque hay que formarse, calentar nuestra comida, y cuando vemos ya se fueron los minutos. Si hay ventiladores, pero unos no sirven y otros si, además no los prenden siempre hasta la luz quieren ahorrarse. Hay mucha gente que no aguanta y se va, y ahora por lo del COVID se fueron varias, es que imagínate trabajar entre pura ropa de enfermo, si da miedo, de todos modos, contratan más gente, nunca falta quien quiera hacerlo, ahora como se ha multiplicado la carga de trabajo, pues contrataron más personas, los hospitales están más llenos que nunca y pues tenemos que tenerles su ropa limpia”.

Pese a que para llegar al trabajo tiene que trasladarse dos horas y media y tomar tres transportes distintos, ella está segura que el COVID lo contrajo en el trabajo, de un aproximadamente unas doscientas personas que trabajan ahí, ella calcula que al menos veinte se han contagiado y tres personas han muerto, de todos los contagios en el trabajo, ninguno ha sido de un trabajador administrativo o algún puesto de mando, ellos no tienen contacto con la ropa, “el director nos mira desde sus vitrinas, además de que también tenemos cámaras de video, esto desde que una compañera se accidentó en una máquina, perdió sus dedos porque el rodillo se los jaló, entonces ya nos pusieron cámaras para estarnos vigilando, no debemos platicar, escuchar música o cualquier otra cosa que nos distraiga, eso ha sido siempre pero ahora son más estrictos, no podemos ni siquiera platicar entre

nosotras, aunque entre compañeras si lo hacemos porque es muy pesado estar así nomás, platicamos y convivimos lo que se puede, hay algunas muy escandalosas, a veces hasta están cantando, ya nomás cuando vemos que nos miran nos callamos para evitarnos problemas.

Antes si podía una traerse una galletita o algo para estar comiendo, pero ahora desde el virus ya no se puede hacer y pues la verdad es que no dan ganas de hacerlo, tenemos miedo todo el tiempo, ahora menos que antes, pero no deja una de cuidarse.”

Cuando llega la ropa a la planta viene separada, entre la ordinaria y la que ha estado directamente en contacto con enfermos de COVID, un grito la anuncia y es como si al espacio entrara una capa invisible pero densa que todo lo inunda, de pronto ya todos se ponen serios y concentrados, saben que el mayor momento de riesgo ha llegado nos dicen “¡llegó la ropa de contagio! Y entonces ya sabemos que hay que acomodarnos bien la careta, el cubrebocas, y de preferencia no hablar nada, aunque nosotros estamos en otra área, de todos modos, es como si estuviera ahí, porque una no sabe cómo sea ese virus, como sea que se pueda una contagiar, además ya ves que te digo que aunque la ropa ya la hayan lavado a veces todavía se quedan los residuos, una vez hace mucho también a una compañera le cayó un coagulo de sangre en un ojo, estuvo varios días con una infección rara, nunca supo que era, pero su ojo se le hincho y le salía mucha lagaña. Y no es lo único, una también se enferma de tanto calor, te puedes resfriar si no te cuidas.”

La planta de lavado da servicio a unos quince hospitales, todos están atendiendo casos de COVID, la ropa de contagio llega todos los días, así es que esto vino a cambiar el ritmo de trabajo, las condiciones, y hasta las relaciones personales entre ellas “cuando yo me enfermé, fue muy feo, estuve los quince días en mi casa, tuve que ir a un médico particular. Él fue quien me dijo que era COVID y pues me tuve que aguantar la enfermedad, en el trabajo a los patrones no les importó, bueno hasta como que se enojan de que una se enferme, pero mis compañeras cuando me vieron regresar, hasta me aplaudieron, sentí bien bonito, me sentí querida, todas aprendemos a querernos y cuidarnos entre nosotras, al

patrón no le importas, pero entre nosotras sí. Una de las compañeras que supimos que murió, tenía poco de haber renunciado, decía que ya le daba mucho miedo el trabajo, y a los pocos días se enfermó y murió bien rápido, cuando ya supimos de muertes entre los mismos compañeros, pues como que ya cambia la cosa, ya nos cuidamos más, ya vimos que esto era algo serio. Para mí ha sido difícil pensar en que puedo contagiar a mi familia, aunque yo ya lo tuve y según esto ya no contagias, quien sabe si una ande llevando y trayendo el virus”.

Además de la incomodidad y lo pesado que es trabajar bajo esas condiciones, a grandes temperaturas y ocho horas seguidas haciendo la misma acción, otro aspecto llama la atención, no existe un depósito para basura especial para los desechos de hospital, toda se va al mismo sitio “te digo que hemos encontrado de todo, jeringas, gasas papeles, mi hija dice que esa basura debería ir aparte, que debería ir clasificada como basura de contagio, pero no. Así toda revuelta se va, también el agua, bueno es que no hay como separarla, pero yo pienso que está mal que toda esa agua con sangre se vaya nomas así, al caño, huele muy mal, la planta tiene un olor feo, entre el agua y los químicos que se usan, ya no sabes cual está peor.”

Ella es una mujer joven sin embargo, el exceso de trabajo, ha hecho estragos en su cuerpo, vive con una lesión en la columna, que además de ser dolorosa, no le permite mucha movilidad, ella soporta las duras condiciones de trabajo sobre todo porque ahí está asegurada, y en un trabajo por su cuenta no lo estaría, sabe que si algún día requiere operarse esa lesión, el trabajo le puede garantizar el acceso a la salud “si yo aguanto en parte es porque sé que me tengo que operar algún día y acá me dan seguro y mis prestaciones de ley, pero la verdad es un trabajo muy difícil. Cuando mi compañera la que perdió sus dedos se accidento, en la empresa no lo consideraron un accidente de trabajo porque dijeron que ella estaba platicando y por eso se distrajo y ocurrió el accidente, lo único que hicieron fue seguir dándole trabajo, porque según ellos ya después del accidente en ningún lado la iban a aceptar, y pues si es cierto, ella ya lleva casi veinticinco años aquí, toda una vida.”

El trabajo está asignado por género, por ejemplo los hombres están en las áreas de recepción y salida de la ropa, también en el área de distribución y entrega, las áreas de lavado y planchado son casi exclusivas de mujeres “ha de ser porque una es más cuidadosa para eso, pero de todos modos también los hombres se han contagiado, mi compañero, el que se murió, estaba en el área de recepción, era muy joven, estaba chavo nada más que si era gordito y pues ya ves que dicen que eso afecta, no sé, de todos modos siento feo, porque él nada más tenía a su mamá, una mujer ya grande y sola, quien sabe que va a hacer ahora esta señora”.

Cuenta que nunca recibieron alguna capacitación especial desde que empezó la pandemia, dice que solo una plática del director “él nos dijo, bueno en tantos años en esta planta acá nadie nunca se ha contagiado de nada, así que ahora no tiene por qué ser de otra manera, y yo pienso pues ¿cómo se iban a contagiar antes si este virus es nuevo? Yo más bien veo que como que no miden el peligro, estar todo el tiempo tocando la ropa es muy peligroso, yo digo que toda la gente que nos contagiamos en el trabajo, pues fue por eso, por la ropa, yo he visto que hablan de los doctores, las enfermeras, pero de nosotros nadie habla, es como si nuestro trabajo no existiera y sin embargo gracias a nosotros los enfermos tienen su ropa limpia todos los días, yo no sé cuánto les paguen los hospitales acá en la planta por sus servicios, pero seguro son muchísimos millones, hay mucho trabajo y cada día sube y sube más, es un buen negocio ahorita , bueno para ellos porque nosotras seguimos ganando lo mismo”

Trabaja de lunes a domingo con solo un descanso cada quince días, invierte cinco horas de traslado, si con suerte no falla el transporte, cuando eso pasa pueden ser más horas: “mi día empieza desde muy temprano porque entro a las siete, entonces salgo de mi casa todavía a oscuras, solo puedo tomar algo rápido como un café por ejemplo, a las diez nos dan nuestro descanso, pero te digo que es muy poco y otra vez a trabajar, todas las personas que trabajamos acá venimos de diferentes lugares otras viven cerca, hay de todo, también gente ya muy mayor casi casi viejitos, no sé si eso sea legal, yo digo que no.”

Parece que la ropa tuviera voz propia y hablara, ella ha aprendido a identificar, la ropa que se usó en cirugía, la ropa ordinaria y también dice que hay calidades, ellos las han clasificado en cuatro ordenes, del uno al cuatro, la numero uno es la que es más nueva y la cuatro la que ya está muy vieja, rota, desgastada “un buen hospital, tiene su ropa bien cuidada, limpia, casi nueva, pero hay ropa que viene de lugares como uno que atiende pacientes mentales y esa viene muy sucia, una llega hasta con excremento, vómito o cualquier cosa que te imagines, sé que ese es un hospital del gobierno, y me da mucha tristeza ver así la ropa, como que siento que por ser para los locos no le dan importancia, casi casi son trapos.”

Dice que han recibido regaños cuando no se hace bien el trabajo “no podemos mandar una sábana sucia, hay que regresarla al área de lavado, pero también hay manchas que la verdad ya no se quitan con nada, tampoco es posible identificar todas las manchas, porque es tan rápido el trabajo que hacemos que a veces no vemos bien, con decirte que ha habido hospitales donde nos han regresado la ropa por un cabello que lleve, es lógico que a una se le llegue a caer un cabello, aunque lo tengamos recogido y cubierto, pero ha pasado y nos regañan a todos, ahora con tanta demanda quien sabe si estén revisando la ropa de regreso en los hospitales.”

Entre el trabajo y los traslados no queda mucho ánimo para hacer otra cosa, pequeñas alegrías le dan motivos para seguir, esta próxima cumplir años y piensa en que quizá pueda hacerse un festejo, también piensa en su nieto pequeño y eso le da mucho gusto. Agradece que no se haya complicado la enfermedad “es que mira, aunque ahora nos revisen la temperatura y nos estemos cuidando más, de todos modos, compartimos todo, el baño, el comedor, tomamos del mismo garrafón, yo digo que de nada sirven las nuevas medidas porque de todos modos estamos compartiendo todo.” De alguna manera ella tuvo la suerte de no complicarse más y se siente orgullosa por eso, es una sobreviviente, aunque en el trabajo sus patrones no lo reconozcan.

Los procesos de duelo con los compañeros que han muerto tampoco han sido posibles, ni siquiera a nivel de un pequeño recordatorio, ella dice que nada cuesta hacer un pequeño homenaje, una reflexión, un minuto de silencio, pero para los directivos eso no importa “cuando se murió el compañero que te digo, todas esperábamos que se le hiciera un homenaje o algo, por lo menos unas palabras, estábamos esperando que el director dijera algo, pero no. No dijo nada, todas nos sentimos mal, porque pensamos que así nos puede pasar a nosotras, si un día morimos a la empresa no le va a importar. Yo no conviví tanto con él, pero de alguna manera una se encariña y no debería ser así, que una deje la vida en el trabajo y no le agradezcan.”

Para ella es evidente que el trato no es igual para todos los trabajadores “ahora ya ni nos dan nuestros recibos como antes, todo a través de una ventanilla, las que llevamos la peor parte somos nosotras, la verdad una que se iba a imaginar que todo esto pasaría, la pandemia era algo inesperado.”

Estar en este trabajo, es algo que se vuelve como una cadenita difícil de parar ella sabe que no son las mejores condiciones pero también piensa que a estas alturas ya no debe salirse, porque ya lleva mucho tiempo acá “quisiera renunciar, pero ahora también pienso que ya fue mucho lo que les di, y no puedo ir así nomás, algo que me preocupa es que en todo lo que va del año no nos han renovado el contrato, yo creo que porque piensan que la gente va a seguir contagiándose o muriéndose y quieren zafarse de responsabilidades, la verdad eso me tiene más inquieta, que la misma pandemia”.

Ella sabe que su trabajo es esencial pero muy poco reconocido “cuando yo hablo de mi trabajo, la gente se sorprende, creo que nadie sabe que hay personas que nos dedicamos a esto, y aunque cada día tenemos miedo, no podemos dejar de trabajar, porque la ropa debe estar limpia cada día para los enfermos y eso es gracias a nosotras.”

Tal vez mañana

Salomé Ricalde Arana

*Tal vez mañana**

8 a.m.

Una mano de hilos verdes y rojos te sostiene, y se mece como una rebanada de sandía en la búsqueda de su propio equilibrio. Debajo de ti no está el perrito café con gris que cada noche entibiaba el espacio debajo de tu hamaca. Lo sé, como sé que hoy tampoco querrás mirar debajo tuyo, porque no encontrarás esos ojos luna que tienen los perros, y que en el tuyo cada mañana te saludaba en el lenguaje que solo entiende quien es madre.

Las únicas lunas que habitan ese espacio de dos por tres, son los tuyos perfectamente enmarcados con las gafas de la piel enrojecida en tu rostro, y que te recuerdan que es mejor olvidar al perro y sus lunas, a la ahijada, a las tías, a las hermanas, al padre y a la madre; porque los días así han iniciado y así continuarán por tiempo indefinido.

Das vueltas en tu hamaca en un intento por sacar de ti la ansiedad que esa realidad te provoca. Te detienes. Recuerdas que los antiguos dicen que podemos leer la muerte a través de las lagañas de los perros. Quisieras abrazar al tuyo de ojos luna, y revestir tus ojos de lagañas para usarlas como estrategia de guerra contra esta peste.

O por lo menos para saber cuántos muertos habrá este día.

8: 45 a.m.

Mamá y tú fracasaron como ninjas.

Mamá está en el patio de la casa, y la hace de alquimista que multiplica la vida de las plantas para formar nuevas macetas. Trata de hacerlo de puntitas, procurando hacer silencio para que, según ella, tú puedas descansar de la batalla de ayer; pero la escuchas perfectamente. En realidad has estado despierta desde hace casi una hora, y ya estás llorando. Aunque intentas hacerlo de manera silenciosa, no puedes. Así que aprovechas que ella hace ruidos con sus macetas a prudente distancia, para apagar los tuyos con la almohada aferrada a tu cara.

**Nota: Algunos datos fueron modificados para resguardar la identidad de los implicados y mantener el anonimato de los mismos.*

Ya mamá se ahogará a sí misma en su propia almohada entre las dos y las tres quince, cuando esté sola. Como ha hecho cada tarde desde que llegó el monstruo.

Inhalas. Exhalas. Tomas tu celular y te distraes mientras en la pantalla cuatrocientas veinticinco personas celebran el hecho de que dos hombres han rescatado a una tortuga carey que caminaba perdida dentro de una casa de verano. Sonríes, aunque ambas sabemos que esa tortuga nos sonreía, porque a ella la exiliaron dos hombres de lo que fue su propio cunero.

9 a.m.

Has pasado diez minutos en el mar y la tortuga. Colocas tus pies en el suelo, te levantas y tomas el cubrebocas de triple capa termo sellado con ajuste nasal de tela SMS en color azul que te acompañará el día de hoy. Te observas frente al espejo mientras haces el siguiente inventario.

Nací en los días finales de López Portillo, mi piel es una torcaza agazapada en el árbol de limón; tengo la frente a un metro con cuarenta y ocho centímetros sobre el nivel del mar y mis cejas son un par de copas podadas de árboles maduros. Mi cabello y ojos son retazos de troncos del jabín; tengo un lunar muy cerca de la boca; un mechón blanco que la difunta abuela me ha heredado insiste en acechar mi cabeza, y mi voz es firme y áspera como la suya; dicen que en mis breves manos las agujas no se sienten y que por eso mismo mis pies son colibrís en el quirófano, y el quirófano soy feliz. Mi nombre es Addy: A, D, D, Y. Addy; no Ady, ni Adi. Addy.

Repites tu nombre mientras, como una operación matemática, el trozo de tela va restando el lunar, los labios, tus troncos, las hojas, las plumas de tus pómulos. Hasta que die centímetros de mar han silenciado la mitad de tu rostro.

Estás bien.

— ¡Neneeeeé! — Has lanzado la señal para liberar al *kraken*. Enseguida escuchas un correteo acercándose y luego gemiditos entremezclados con una

incontrolada cola de perro azotándose en la puerta. O quizá es su espalda lo que se golpea. Inhalas y exhalas.

Sales del cuarto y el perro de ojos luna salta y se agacha y salta y se agacha y salta y se agacha mientras ladra y su hocico se vuelve grande, cada vez más grande, cada vez más cercano a una gran sonrisa. Sigue saltando y saltando y saltando mientras la risa de mamá también se acerca y se acerca desde lejos.

—Ya puse agua para el café. Hice tres huevitos con tomate. Te dejé un poquito—. Dice mamá mientras el perro merma su energía, como cuando un niño suelta la boquilla de un globo de látex verde en su fiesta de cumpleaños número siete.

Mamá lleva a la cocina su taza roja de plástico que compró el año pasado en la feria de la ciudad.

Tú tomas la taza de gatos, la cuchara de mango naranja y el plato transparente con líneas azules que has usado desde el primer día que entraste en la zona de guerra nombrada con el neologismo *covidario*.

Mezclas café en tu taza de gatos, con cubrebocas. Vacías tres cucharadas del huevo revuelto con tomate en tu plato transparente, con cubrebocas. Te desplazas por la línea de tres metros cuadrados que conforma la cocina, con cubrebocas.

Percibes que mamá ha terminado de desayunar, entonces vas a la mesa. Te sientas y bajas la mascarilla a tu barbilla, mientras tu lunar respira a un costado de tu boca. Comes y bebes el café lo más rápido que puedes, no estás segura porqué. Debajo de ti el perro con ojos luna ha dejado caer sus cuatro codos con la brusquedad que se ejerce para asentar un costal de cebollas que ha viajado doscientos kilómetros para terminar varado en el mercado del barrio de Santiago, donde compraste esta mañana. Ascendes nuevamente los diez centímetros de mar que solo respeta la libertad de tus ojos, para que puedas ver al niño de ojos luna.

Regresas a la cocina donde lavas tus utensilios mientras el movimiento constante del chorro de agua se convierte en un cilindro, casi un tubo que te recuerda al que ayer se arrancó de la garganta y de un solo golpe el paciente de la

cama B. Te imaginas la tráquea lacerada en carne viva del paciente de la cama B. El recuerdo te toma las entrañas y las exprime, como quien recibe la noticia de un hijo accidentado. O como lo que seguramente mamá sintió al recibir la noticia de tu accidente hace más de quince años. Inhalas y exhalas. Inhalas y exhalas, inhalas y exhalas, inhalas y exhalas, inhalas exhalas, inhalas exhalas inhalas exhalas inhalas exhalas.

—¡Woof!

Un ladrido del perro de ojos luna que ha visto a su madre navegar al interior de una faringe ensangrentada. Inhalas y exhalas. Inhalas. Exhalas.

—Estoy bien

Apenas han pasado quince minutos. Te sientas con mamá que ahora está hilando una aguja para hacer una nueva hamaca; y mientras llena su aguja, también enhila el panorama de la comunidad al día de hoy. Cuenta que ayer se tomaron la prueba de *esa enfermedad* al vecino de en frente, que ojalá se la hubieran hecho al vecino de al lado porque resulta que este segundo pensó que *se puso malo por esa enfermedad* cuando en realidad lo que tenía era fiebre escarlatina, cosa que desde luego supo un montón después de haber concluido su ahora inútil aislamiento de quince días por *esa enfermedad* y notar que no hubo ni tantita mejoría, pero claro que no iba a mejorar si no era *esa enfermedad* lo que tenía. Pero qué chingados iba a saber el pobre muchacho si nunca le hicieron la dichosa prueba. Que por cierto está carísima, y con eso de que lo corrieron del trabajo. Es que *de veras* que resulta más barato morir. Qué cosas, 'pos es que esa dichosa escarlatina se fortaleció un montón en el muchacho y ahora está bien agresiva, tanto que el muchacho ya perdió ocho kilos. O la otra vecina del otro lado, que es pariente de este mismo muchacho que te digo. Es decir, la de al lado. No, la del otro. Sí, esa, esa, la vecina del problema en el corazón pues, la que tiene ochenta años y su sangre no circula. Resulta que la internaron porque se puso mala, no por *esa enfermedad*, sino por otra cosa, Dios no quiera que ahí agarre *ese mal*. Dios no quiera. Qué cosas Addyta. Qué cosas.

Dice mamá que ya ha terminado de llenar su aguja con un largo hilo rojo.

Tú la escuchas y le dices que hay que tomar precauciones, precauciones y precauciones. No tienes más que decirle. Podrías decirle que quisieras hacer del tiempo una cuerda para saltarla como un juego, llevarlos al último piso de la torre *Trump* para que el virus no los alcance, fusionar a seis científicos con *Chuk Norris* para encontrar la cura, tener un bunker-hospital-militar sólo para ellos, navegar dos mil quinientos treinta y siete millones años luz hacia la Andrómeda. O por lo menos volver a ese pasado tan pasado, donde ellos aplaudían y pelaban las encías mientras tú sostenías la *lámpara de la luz* y una voz en off decía a tu paso: “Mejor promedio de la generación de enfermería dos mil cinco”.

Mamá usaba un vestido rojo, o tal vez azul. Papá vestía cada una de sus traslaciones solares frente al crepitar del hierro encendido sobre el carbón a la espera de ser martillado.

El tiempo pasa mientras mamá y tú cocinan un caldo de pollo alcaparrado; mientras vas por los tomates y papas; o mientras el perro de ojos luna lloriquea al haber descubierto su juguete favorito que estaba escondido en el cesto de la ropa sucia próxima a lavarse. Y mientras registras la gracia del animalito que ha recostado la cabeza en sus patitas, tú sientes el sol cociéndote el cráneo como aviso de que ya es cerca de medio día.

12 p.m.

Una cascada llega a tu cabeza, recorre tu frente, tu nariz, el ombligo, las rodillas, los pies, el suelo, la coladera, una alcantarilla. Piensas que cada vez es más complicado bañar al paciente de la cama C. Ayer resbalaste al intentar moverlo. Sentiste un rasguño en tu traje, o quizá fue un jalón en la ropa, pero no puedes asegurar nada. A estas alturas el monstruo podría venir del paciente de la cama C, o de la carnicería de en frente. No estás segura, así como tampoco precisas lo ocurrido en el accidente de columna que tuviste hace más de quince años. Pero sí precisas cuando los médicos aseguraron que debían escudriñar tus vértebras en carne viva, o quizás no volverías a erguirte sobre tus muslos.

Tenías 19 años y una pulcritud ejemplar que conservabas hasta antes de que el monstruo llegase. Antes lo cotidiano era sinónimo de treinta minutos frente

al terreno de torcazas que se dibujaba en el espejo, luego colocabas un cimientito de base, corrector y polvo compacto; añadías acuarelas en los ojos, los labios; cincelabas la línea de los ojos con una herramienta; cepillabas con sumo cuidado las pestañas previamente dobladas en el ángulo preciso; instalabas las cejas de tal forma que hubiese proporción exacta entre cada punto dado a natura, y cada adorno. Luego el cabello, lugar en el que el cepillo era un meticuloso perro ovejero necio, insistente y aferrado en llevar a cada oveja dentro del rebaño.

Pero así como hoy, en ese otro tiempo de incertidumbre tampoco ejecutaste ese estricto ritual de preparación. En ese otro tiempo tu cuerpo descansó equidistante a la línea horizontal del techo durante días, casi meses, y mamá te miró como recién salida de sus entrañas, así que volvió a entibiarte al agua para dejarla correr en tu cabeza enjabonada sobre el colchón recubierto por un ahulado amarillo de cincuenta y tres pesos.

Un brazo de materiales que no reconozco te abrazó el torso día y noche hasta que transitaste de la cama a la silla de ruedas, de la silla a las muletas, de las muletas al corsé, del corsé a una faja, de la faja al ahora que estás erguida frente al espejo con el cuerpo humedecido. Y mamá celebró, como la vez primera, que de nuevo tu columna endurezca.

De igual modo tú celebrarás si el paciente de la cama C se levanta sobre sí mismo y un día cualquiera lo encuentras caminando en el pasillo tres del mercado de Santiago, portando una camisa azul en la que una guacamaya descansa.

Pero estás aquí, frente al espejo, con el rostro desnudo. Inhalas. Luego exhalas.

Diez centímetros del mar secuestrarán tu reflejo de nuevo. Hoy tu rostro vestirá de plástico y telas. Hoy tu rostro sufrirá un eclipse. Hoy tu piel será un terreno limpio. Hoy no habrá aretes, ni reloj, ni nada que no sea azul o blanco o transparente, o de tela, o de plástico. Hoy tus ojos se seguirán enmarcando con tu piel enrojecida.

Y mañana será lo mismo.

1 p.m.

Las papas te saben a polvo entre los labios. Pero le has mentido a mamá y le has dicho que qué bueno que cocinaron lo que cocinaron, porque hace mucho no lo hacían.

La limonada te sabe a agua mohosa. Pero a mamá le has dicho que estaba en el punto exacto de azúcar, y que esta vez no empalaga ni tantito.

Hace dos días que está bajo tu vigilancia el nuevo paciente de la cama H. Dice que vive en la flor del aire, y en el aire está su casa. Aunque en realidad tú lo has visto caminar veintitrés veces en el tramo de la calle sesenta que va de la cuarenta y uno a la sesenta y tres del centro. Lo has visto dormir cuatro veces entre cajas que dibujan un paisaje con árboles de naranjas con la bandera de Estados Unidos. Estás casi segura de que lo viste dos veces pidiendo dinero en la puerta de un banco sosteniendo un vaso de fiesta rojo, y que en una ocasión te pidió una moneda con su lengua de aguarrás. Pero ahora él está aquí y dice que quiere regresar al aire.

—¿No hay algo para que tome? — Dice mientras hace un gesto con las manos que asemeja a una botella al tiempo que su respiración se entrecorta.

—Sí hay. Hay agua, hay sueros. Pero si quiere puede imaginar que el agua es una chela bien fría y un poco insípida ¿Le traigo una? — Le dijiste. Te confirmó con la cabeza y fuiste por ella

—Voy a imaginar que es una *León negra* bien muerta

—Ándale, ándele. Ahorita se la traigo, para que agarre la fiesta. Pero no mal inquiete a los otros—. Y se la bebió como quien ha pasado tres horas bajo el sol del centro de Mérida.

Pero aquí estás, bebiendo la limonada que te sabe a moho, a moho asentado en el agua. A moho asentado en el agua que habita en el fondo de un pozo. A moho asentado en el agua que habita en el fondo de un pozo abandonado en medio de un solar. Debajo de ti tu pie derecho se entibia con cada respiración que realiza el perro con ojos luna en un intento por fusionarse contigo, porque ya sabe que estás por partir.

1:30 p.m.

El calor agrieta los árboles. Hoy llegaste más temprano de lo normal al hospital, aunque te ha tocado esperar en el semáforo rojo de la avenida que se entrecruza con la calle diecinueve C. Un hombre de treinta y ocho años que conduce una moto *Italika Vitalia 150* se coloca al lado tuyo. Lleva una mochila naranja del tamaño de un garrafón de agua en la espalda. La temperatura de ese hombre que carga alimentos debe rondar los treinta y nueve grados Celsius, porque lleva por lo menos cuatro horas bajo el sol. Lo observas. Se retira la mascarilla y sustrae con sus dedos un chicle azul de su boca, para depositarla en el concreto. Percibe tu mirada y hace una mueca de vergüenza. Le sonríes para que no la sienta, pero él no puede ver lo que llevas bajo el mar.

El semáforo torna a verde y avanzas en el auto mientras tu mente se ha quedado en el cadáver del chicle. Deseas que un pájaro no lo confunda con un trocito de pan. Deseas evitar otra muerte, por lo menos otra, aunque sea de un ave. Te estacionas, entras al hospital y mientras caminas hacia el área de heridas te abruma la idea de pensar que ese pájaro tenga polluelos. Te angustia imaginar que si ese pájaro confunde el chicle con un pan, morirá pegado al suelo. Y si muere dejará a sus polluelos solos, sin alimento, y entonces morirán también.

Emilia te coloca parches de tela que se adhieren al perímetro donde se encarnarán los lentes y la mascarilla en poco más de veinte minutos.

Quizá uno de los polluelos muera devorado por el otro que con el tiempo también morirá, pero de hambre.

Has llegado al campamento militar y recoges tu paquete de protección, pero lo que a ti te aflige es la matanza de pájaros que ese chicle en medio del concreto podría desencadenar.

Mientras caminas al vestidor sostienes en tus manos el armamento de hoy, pero tú te imaginas que lo que abrazas es el nido de ese pájaro que quizá ni siquiera existe. Dentro de ese espacio te despojas del uniforme diario para revestirte con uniforme quirúrgico. Hoy elegiste traer uno con decorado de *Minnie Mouse*. Depositas el nido en una banca y lo deshaces entre tus manos para

sustraer cada parte e inicia tu riguroso ritual. Ya no hay tiempo de pensar en pájaros y nidos.

Impregnas de jabón los *goggles* y la careta facial para que no te traicionen la vista a los treinta y siete grados recurrentes de esta temporada. Después de arriba abajo te revistes otra vez: dos pares de botas, un overol impermeable cerrado hasta el cuello, un cubre bocas número noventa y cinco de cinco capas que ajustas y sellas con cintas con la precaución de quien confiesa un pecado. Te horroriza pensar que el monstruo se cuele entre una cinta mal colocada. Una fuga de aire es igual a lo que pasaría si ese pájaro hambriento se encontrase el pan que no es un pan. Después, cubres tu cabello con un gorro, fijas los *goggles* en el marco de los parches que Emilia ha puesto veinte minutos atrás. Terminas de cerrar el overol hasta tu mentón, y sólo deja visible una acotación de ti del tamaño de una semilla de mamey. Ahora la última capa: una bata impermeable, tres pares de guantes, otro cubre bocas, pero de triple capa termo sellado con ajuste nasal de tela SMS en color azul, un segundo gorro en la cabeza. La receta se concluye con la careta protectora. Hoy terminaste en un tiempo récord de treinta y nueve minutos.

Ahora pareces casi una astronauta. Te confundiría con una si no estuvieras en un hospital, o si en tu pecho no estuviese escrito con un plumón indeleble negro el diminutivo *Addyta*.

Afuera los treinta y siete grados Celsius han derretido el chicle mora azul que el conductor de la *Italika Vitalia 150* depositó en el concreto mientras esperaban el cambio de semáforo a verde. Adentro de tu traje espacial deberemos agregarle dos o tres grados para calcular la temperatura estimada con un mínimo margen de error posible. En ti los pájaros graznan asustados.

2 p.m.

Nunca he comprendido tu gusto particular hacia las películas de *Rocky Balboa*, pero para mí, eres él en este momento. Así como en sus películas, antes de entrar al umbral del ring un grupo de personas te saluda y te envía sus buenos deseos.

—¡Vamos Addyta!

—Qué Dios te cuide.

—Mucho cuidado compañera.

—¡Ve con todo amiga!

Imagino de fondo el clásico *Eye of Tiger*. Ha iniciado *el intro* y estás en el umbral del pasillo que te llevará al ring *covidario*. Cuando entra la guitarra, tú das el primer paso de los veinticinco metros que deberás recorrer con tu traje espacial que contiene treinta y nueve grados Celsius. La melodía sigue en mí, pero en cambio tú caminas en silencio mientras haces un recuento de todas las personas por las que no permitirás que el monstruo entre hoy en ti.

Irrumpen las percusiones.

Tú recuerdas que ayer el rival te noqueó diez veces y dejó detrás suyo cinco viudas, dos viudos, dos huérfanas y un adjetivo que no existente para nombrar a quienes pierden un hijo. Te alimentas del deseo de que hoy sea diferente. Te nutres con las ganas de noquear tú misma al monstruo. Inhalas la suma de todos tus miedos, y exhalas el aquí y ahora de esta batalla.

Ya estás dentro del ring. *Eye of Tiger* está a la altura del primer coro. Todo es a la velocidad del *riff*. Un paciente aquí, otro por allá. Oxímetro aquí, oxígeno allá. Supervisar el monitor cardiaco de un lado, revisar el ventilador mecánico del otro. Vigilar el paradero del termómetro infrarrojo. Cuidar el carro de emergencias. Y no hablar del continuo desfile de Paracetamol, dexametasona y anticoagulantes como la enoxaparina. Aunque cada vez se agotan en número.

Adentro de tu traje alguien ha abierto la válvula del sudor.

La jovencita de 19 años de la cama R llora de angustia porque el paciente de la cama E, que está frente a ella, entra en una crisis respiratoria. Marianita corre el pabellón del paciente de la cama E; sabemos que es ella porque hoy escribió su nombre a ambos lados del traje. Coloca el pabellón alrededor de la cama del paciente E para que la joven no lo mire, y él pueda recibir asistencia. La paciente de la cama R grita y tú te acercas para calmarla. Le dices que es joven y que pronto volverá a su casa. Detrás del pabellón el primer noqueo ocurre a las

3:02 p.m. Vino del hombre de cuarenta y ocho años con obesidad y diabetes que descansó tres días en la cama E.

Estamos en el segundo coro de la canción y tú estás sudando.

Han pasado sesenta y cuatro minutos desde el primer golpe. Te acercas al paciente de la cama A, quien ha derramado los primeros cuatro bocados de su comida entre el catéter y las patas de la cama. Uno, dos, tomas la cuchara. Tres, cuatro, depositas 10 mililitros de caldo de pollo en ella. Cinco, seis, llevas la cuchara a la boca de la mujer que te recuerda a mamá. Siete. Ocho, mamá ha llorado de dos a tres en su hamaca de pitahaya. Sudas. Nueve, diez:

—Enfermera, enfermera, este ya no se mueve— dice la paciente de la cama G de Gabriela, como el nombre de quien la ocupa. El gancho al hígado ha ocurrido desde la esquina donde ya solo se encuentra el cuerpo del paciente de la cama F.

De fondo suena el puente musical final de *Eye of Tiger*.

El réferi otorga diez segundos, o quizá minutos para que te recuperes en lo que Elías y Roberto le colocan una sábana enciman. Tienes sed pero no puedes tomar agua. Sudas de calor e impotencia. El paciente de la cama F se ha ido para regresar a casa reducido en una cajita de madera de veinte centímetros de alto con un cristo plateado atornillado en el frente.

Para cuando la canción termine y cuelgues los guantes de box por hoy, cuatro golpes habrán terminado por noquearte. Sabes que hoy el cinturón será de nuevo para el monstruo. No es una sorpresa.

Ahora dentro de tus *goggles* hay una pecera de sudor y lágrimas, y detrás de ellos nadan tus ojos de corteza.

6:30 p.m.

Su hoja de datos lo nombra Francisco. Ha venido desde un pueblo donde no hay dispensario, ni sueños cercanos. Sus padres fallecieron hace años. Su esposa hace unos meses. En la casa de ambos nunca hubo juguetes qué recoger. Está solo, como una fuente arraigada en medio de un patio escolar durante las vacaciones de verano. Sus órganos lo han traicionado desde tiempo atrás, o quizá

solo están garapiñados de tanta azúcar que ha ingerido. La hoja de datos señala a lo menos tres padecimientos crónicos, pero también indica que hoy es el primero de treientos sesenta y cinco días donde contestará que tiene cincuenta y dos años. Francisco pasará este día boca abajo en un lugar azul y blanco, con una mascarilla que le proporciona oxígeno y almohadas debajo del ombligo.

Recuerdas a la abuela en tu propio cumpleaños del año pasado. Ese día instalamos todo en la terraza. Entonces llovió y como quien corre por rescatar su tendido de las garras del agua, todos los que asistimos entramos a la casa en una estampida salvaje compuesta por globos, tus cuatro amigas, sus hijos, las sillas, mamá, papá, una mesa, una tía, la abuela, las botanas y nosotras tus hermanas en combinación con el centro de mesa. Sonríes, aunque apenas un destello de tus ojos sonriendo se cuela entre tu traje espacial a manera de secreto que no quiere contarse.

Las tres amigas, casi hermanas —ahora batallón de guerra—, se organizan para una estrategia militar. Y mientras platican sobre los hábitos alimenticios de sus propios hijos peludos con ojos luna, Alegría ya le ha hecho honor a su nombre y ha improvisado un gorro de fiesta con una carpeta manila color verde de gramaje cien, y cinta adhesiva *scotch* 33 de doble vista. Marianita y tú han elaborado la decoración para la fiesta secuestrando otra carpeta manila de gramaje cien, pero en color amarillo. Con plumones verdes, azules, rosados, rojo y negros decoraron la leyenda “*Feliz cumpleaños*” que yace en el fondo amarillo del cartel, mientras la plástica ha fluido hacia la compartición de nombres de tiendas de alimento para perros con precios razonables para sus respectivos hijos de ojos luna.

—Way, sale igual de caro un perrito a un niño.

Francisco está recostado en una cama con los ojos extraviados mientras recuerda a su esposa meciéndose en su hamaca. No lo sabe, pero dentro de un rato las tres enfermeras se acercarán a él y rodearán su cama para decirle:

—Don Francisco, vamos a cantarle por su cumpleaños— mientras sostienes el gorro y el cartel. Él no sospecha que en unos minutos le pedirá a la enfermera Rocío que grabe el festejo en su celular para que se lo manden a su hermano, único familiar vivo. No lo sabe, pero sonreirá cuando le coloquen el

gorro y mire el cartel y entonen *En un día feliz* para él y solo para él. Don Francisco no sabe que le obsequiarán el cartel y el gorro y que ambos reposarán en su cama mientras él los mira y piensa en su mujer.

Don Francisco no se imagina que después del canto tú soplarás una vela imaginaria en un pastel imaginario deseando que mañana algo sea diferente para él o para ti, y agradecerás no haberte puesto las lagañas de tu perro, pues habrías visto lo inútil que será el haber deseado un feliz cumpleaños para Don Francisco que estará al lado de su esposa mañana.

8:27 p.m.

El cloro es el olor de nuestra infancia. Las manos de mamá llenas de cloro y detergente acompañaron la ropa de Arturito, Francisquito y Eduardito. Arturito tenía tu edad, Francisquito la de nuestra hermana y Eduardito la mía, pero ellos tenían cuaderno de pasta dura y colores prisma color. Nosotras no. Compartimos con los tres niños salones de clases, pero también compartimos a mamá, al menos en cuanto al lavado de ropa. El cloro y mamá proporcionaron a la vaquita para nuestro crecimiento un porcentaje equivalente al porcentaje de papá. El cloro y mamá aportaron la mitad de las comidas. El cloro y mamá pagaron algunas colegiaturas de tu escuela de enfermería. El cloro y mamá costearon una parte de la ropa que usábamos.

El matrimonio entre el cloro, mamá y la ropa de otras personas se disolvió cuando obtuviste tu primer empleo. Y ella descansó en su casa.

Ahora mismo Rubén rocía cloro diluido en agua sobre tu vestimenta a lo largo de tus ciento cuarenta y ocho centímetros de humanidad. Entonces la astronauta inicia la ruta de regreso a la tierra, y en ese trayecto hay doce estaciones que cada embajada condiciona con una respectiva lavada de manos ejecutadas con una combinación de cosas parecidas al cloro. El punto de partida es en el momento en que te retiras dos pares de guantes. Con el guante que te queda te retiras la careta, y te lavas las manos; luego la bata, y te lavas las manos, a continuación el primer gorro, y te lavas las manos; le sigue el cubre bocas de tres capas, y te lavas las manos; posteriormente el overol, y te lavas las

manos. Los *goggles*, y te lavas las manos. El último gorro, y te lavas las manos, ahora los dos pares de botas, y te lavas las manos. Retiras el último par de guantes y te lavas por novena vez las manos. Te retiras la mascarilla número noventa y cinco y te lavas las manos por décima, onceava y novena vez, estás últimas tres hasta la altura de los codos. Corres. Corres hasta las duchas como si el monstruo te pisara los talones y al llegar te bañas entera. Te tallas en un intento de arrancar la posibilidad del monstruo.

Una vez afuera intercambias miradas con Rubén, Marianita, Alegría, Emilia. Te dicen buenas noches, nos vemos, hasta mañana, qué bonito nos quedó el cartel, quedó más bonito el gorrito de fiesta, mi mamá compró taquitos al pastor, el viernes salgo de vacaciones, tengo mucha hambre.

Pero en sus ojos vislumbras el terror de quien está condenado a mirar la eternidad sin morir. Llegas a tu vehículo. Inhalas, exhalas, y al exhalar te rompes en toda el agua que hoy ha pasado por tus manos.

Así como será mañana.

9: 11 p.m.

El perro con ojos luna ha avisado a mamá que te encuentras a dos kilómetros de la casa, y de nuevo es un kraken en batalla escandinava. Mamá lo apresa y se lo lleva a su habitación junto a papá, junto a su llanto de 2 a 3 p.m. y junto el miedo que ha tenido a que esta vez seas tú quien reciba un proyectil de cloro y ácido mientras subes o bajas de tu vehículo.

Entras a la casa revisando que el horizonte este vacío, y que mamá, papá y el niño de ojos luna se hayan encerrado juntos en su habitación. Te retiras el calzado en la puerta en la terraza de la casa y tomas una mezcla de líquidos con olor al pasillo de detergentes del supermercado, para echárselo en las suelas. Corres al patio y te retiras la ropa como si fueran cucarachas atacando desde cada esquina. La remojas en una cubeta con cloro. Tomas la manguera, abres la llave del agua para bañarte de nuevo y te tallas en un intento parecido al de arrancarse una capa de petróleo crudo de la piel. Te secas. Tomas una muda previamente colocada sobre la batea y entras a la casa.

Las estrellas han sido voyeristas por días.

9:43 p.m.

Masticas un sándwich de carne molida mientras el perro de ojos luna te está mirando desde el ángulo adecuado que sobresale de su cuerpo enrollado recostado sobre tus pies. Tragas el bocado de carne insípida. Engulles con la rapidez de las aves hambrientas, pero tú no tienes hambre. O tal vez sí, pero te sabe a polvo. Lo importante es terminar de comer y cubrirte la cara para evitar la posibilidad de que salga el monstruo, si es que hoy está contigo. Colocas el sándwich en tu plato transparente de líneas azules y bebes en tu taza de gatos.

En la televisión mamá acompaña a la competidora del equipo azul que corre en la arena para colocar un balón rojo en lo más alto de una red tendida desde dos cables resistentes. Mamá se frustra tanto como la competidora a quien le ha resbalado el pie izquierdo, pero la anima a seguir avanzado. En esa escena, tú has lavado ya tus utensilios y lo has exiliado, así como quisieras hacer contigo misma. Te sientas a un metro con ochenta centímetros de ella quien le ha bajado el volumen de la televisión para escucharte. La plática es breve, apenas comentan el día. No hablas del paciente F ni de ninguno.

Mamá no debe conocer los escombros de la guerra.

10: 08 p.m.

Un supermercado oferta una promoción de tres por dos en desodorantes con olor a *men*, o tal vez eran solo cangrejos congelados, o quizá escobas. Los clientes se empujan para entrar como abejas en un panal golpeado. Una mujer resultó con lesiones. El video dura ciento cincuenta y nueve segundos.

Marisol vive en la calle 9B de la colonia Emiliano Zapata, Ramiro en la quinta etapa del fraccionamiento Almendros Caucel y Ofelia por el rumbo de la avenida Fidel Velázquez. Cada uno ha regresado a su casa con piñatas gigantes de *Baby Shark* para las fiestas de sus hijos. Serán este sábado en sus respectivas casas. Encargaron pasteles con diferentes pasteleros, pero cada pastel fue encargado para cincuenta personas. Marisol pasó en la calle cincuenta y ocho por

cincuenta y siete del centro en el momento exacto en que un fotógrafo de prensa digital buscaba material para su portal. La foto de Marisol obtuvo doscientas ocho reacciones negativas. De los otros, no habrá más testigos que sus propios invitados. En total serán treinta y dos nuevos casos.

El auto *Jetta* rojo que terminó insertado en la pared de las oficinas del restaurante en Los Cocos aglomeró a cuarenta y un personas alrededor. La mayoría estaba colocada una al lado de la otra, a menos de sesenta centímetros de distancia entre sí. Un tercio llevaba las mascarillas cubriendo apenas los labios y con la nariz expuesta. Sumarán once nuevos casos.

Don Remigio tiene sesenta y nueve años, diabetes e hipertensión. Vive en una colonia del Sur de la ciudad. Hoy le tocó hacer la fila del transporte público al lado de Martha a quien le contó que no pudo continuar haciendo la cuarentena porque en su trabajo no podían seguirle pagando si no asistía. Don Remigio se jubila en tres meses. Tú, Martha y yo deseamos que llegue al tiempo de su jubilación y que el monstruo no lo infecte. Pero tú y yo sabemos que es difícil estando de pie en doscientos metros de acera, acompañado de ciento cuatro personas sanas y veinte dos asintomáticos que tomarán diferentes rutas para sus trabajos en el Norte de la ciudad.

Te detienes. Piensas en papá que cada mañana convierte metales en puertas y portones que instala en la zona donde trabaja Remigio, ahí donde hay comida y dinero de sobra hasta para decorar las casas en estos días aciagos. No como a lado de la casa de don Remigio, donde la puerta no es de metal, sino de madera y lleva colgada una tela roja en señal de hambre.

Inhalas como si en la aspiración aspiraras los hechos, y exhalas como quien saca de un soplido el polvo de una rendija. Cada noticia te enfrenta a que tu realidad no será diferente mañana, ni en quince días. Quieres romper la pantalla, gritar o morder las sábanas de tanto coraje. Así que solo lloras, y enciendes el televisor para que mamá y papá no escuchen. En la pantalla se reproduce la escena de la película en la que él soldado religioso regresa por sexta vez al campo de batalla. Tu respiración lentamente se controla. Te calmas, y yo quisiera acariciarte el cabello y trezártelo, como tú me hacías cuando era una niña y mis

ojos se convertían en húmedos cenotes. Ese tiempo en que tú llevabas un precioso fleco más alto que una ola australiana.

Ha iniciado *La Sirenita* en el televisor. La has visto alrededor de cuarenta y un veces, porque es la película favorita de nuestra hermana. Ahí está el fondo del mar. Entonces recuerdas cuando hace años hundías tus pies en el malecón de progreso y comías pescado frito sobre el muelle. Mamá tomaba una cerveza *Montejo*, papá una cerveza *León* negra. Nosotras bebíamos refresco en un vaso aderezado con arena. Corres hacia una palmera y realizas una pose, como de quien sostiene un matraz Erlenmeyer imaginario. Pides que te tomen una fotografía. Mamá lo hace y vuelve donde está su plato. Yo me acerco a ti y te pregunto qué estás sujetando. Me contestas que sostienes un bisturí, porque cuando crezcas quieres llegar a ser *una enfermera de las que operan*.

Mamá, papá y Pau están sentados mirando hacia al mar. Tú tomas una toalla y me cubres para que mi piel no enrojezca. Yo inhalo y exhalo. Tú haces lo mismo.

La película ha terminado. Tus ojos están cerrados, y guardan dentro de sí el secreto de algún lugar donde has decidido huir por tan solo unas horas. Estás bien, y mañana será otro día.

Epílogo

Detrás de tus ojos se yergue una obra de arte. Es la primera vez que asistirás una cirugía a corazón abierto. Siempre habías esperado este día. El paciente ha sido inducido en anestesia y está listo para la invasión. Le colocan un catéter central, luego la línea arterial, la sonda para expulsar orina y por último el termómetro rectal y el esofágico. Siempre habías querido asistir la cirugía con este doctor que es un artista del bisturí. Corta el esternón y abren las carnes como una obra de Francis Bacon. Dentro, el corazón late soberbio, es la certeza de la vida misma intervenida por el hombre. El equipo prepara el órgano para detener sus latidos naturales por completo. Cada arteria, cada vena, cada parte se conecta a los tubos de un aparato alquimista llamado *bomba de circulación extracorpórea*, y que supe al sistema circulatorio, a los pulmones y que garantiza la oxigenación

del cerebro y los otros órganos del cuerpo. El hombre que observamos en la cama de operaciones es una paradoja, pues está muerto y a la vez vivo. Es la amalgama de Dios y la ciencia, y participas hoy en ello.

Tú sostienes un bisturí y recorres el quirófano como colibrí alrededor de las flores, mientras sonríes como aquel día en la playa. Mientras sonríes porque ahí donde estás ahora no existe el monstruo.

Inhalas y exhalas.

Tu cuerpo descansa tibio y se mece recostado en una sandía. Estás tranquila, hasta que despiertes y te encuentres con el espacio frío y vacío debajo de tu hamaca.

Pero tal vez mañana algo sea diferente.

Donde no nutre el aire

Alicia Romo

Para ganarse el título de heroína se requiere algo más que estar cerca de la enfermedad o de los sitios contaminados por el virus. No debiera lograrse de un momento a otro, sino por haber hecho más actos heroicos. Eso aplica para mi amiga de la infancia Paty Arizmendi Nolasco cirujana especialista, por muchos motivos, incluyendo lo que hace y sé que seguirá haciendo durante la era COVID-19.

Lo que para algunos —hombres o mujeres, no importa— es causa de desmayos o crisis nerviosas, provoca un corte en la respiración, lo terrible y trágico, es para ella su *pan* de lunes a viernes y si cubre turnos de sus compañeros, queda disponible durante cualquier minuto de sus noches o días de descanso. Su temple —como ella misma reconoce— le permite actuar donde hay accidentados, heridos, violentados; donde la sangre se dispara desde las venas. Ella alivia el sufrimiento en un hospital público de la capital del Estado de México, en salas donde muy pocos nos atrevemos siquiera a mirar.

Ha tenido siempre gran habilidad manual, cree que fue herencia de sus abuelos, porque pintaban. Tal vez, por eso su papá —Don Toño— fue tan buen mecánico, con esa destreza para resolver detalles en las zonas difíciles de motores y maquinarias. A ella también se le dio el dibujo, recuerdo que a nosotras sus amigas de la pandilla de secundaria nos regaló pequeñas esculturas de jabón, además de las que hacía de migajón y otros materiales. Seguro que esa precisión y buen pulso le han ayudado en su carrera como cirujana, ella misma considera que el arte tiene relación con la vocación en cirugía *...porque hay muchas artes —asegura—. Es como quien que toca bien un instrumento, alguien que opera bonito y bien es un prodigioso, un artista. Hay quien puede saber mucho, pero en el quirófano no es tan bueno, es lento, torpe o simplemente no se le da, puede tener muchos errores. Si juntas alguien que sabe y estudia mucho, que tiene vocación y habilidad manual, entonces es un súper médico. Es lo ideal.*

No se me había ocurrido que la estética tuviera relación con vísceras, órganos, arterias y partes viscosas o sanguinolentas del cuerpo humano —como maquinaria perfecta, sí—, mucho menos que alguien que pudiera supiera sanarme, llegara apreciar desde esa óptica ese *amasijo hecho de cuerdas y tendones* que es el interior de cuerpo, parafraseando a Silvio Rodríguez e hiciera cirugías bonitas o feas, hasta que ella me habla de que un cirujano de este tipo no corta de más, ni permite que los órganos sangren demasiado que, como dice el dicho: “En la forma de agarrar el taco, se conoce al que es tragón”, recuerda que un colega muy exigente le dijo:

*‘Fíjate en la manera en que toma el bisturí, desde ahí, sabes si el médico es bueno o es malo’. Un maestro me enseñó que están los **rudos** y los **técnicos**: ‘¿De cuáles quieres ser tú?’, me preguntó. Obviamente yo lo decidí ser técnica, no alguien que opera rápido y mal hecho no solo por fuera, sino por dentro y lastimar lo menos posible los tejidos. Operar me ha gustado tanto, que tengo anotada cada una de las cirugías que he hecho desde que empecé, año por año. He tenido muchas satisfacciones, pero las que más recuerdo son las que pude haber hecho mejor.*

Hay algunas cirugías que te ponen los pelos parados, por lo difícil. Por ejemplo, si pido un material y no lo hay, si la instrumentista está distraída, me empiezo a poner nerviosa y todo se hace lento. No me puedo poner mal yo, he tenido mucho cuidado en mantenerme lo más ecuánime posible porque no hay quién me sustituya. Eso me recordó el terremoto de 2017. Yo estaba como a la mitad de la cirugía con el paciente despierto de la cintura para arriba, para comunicar una vena con una arteria. Se sintió horrible, los tanques de oxígeno se cayeron, se oyó un ruideral, cayó polvo; todos dejaron de operar. Yo estaba como a la mitad de la cirugía. Se oyeron gritos de las otras salas, se cayeron mamparas, todos gritando. Los de otros quirófanos se fueron. De mi sala, la anestesióloga se empezó a salir poco a poquito, la enfermera y el residente le corrieron y yo me quedé con el paciente; le agarré la mano y le dije: ‘Tranquilo, no pasa nada, yo me voy a quedar aquí contigo’. Cuando acabó y regresaron, les dije que íbamos a

terminar; se me quedaron viendo como preguntando: ‘¿Qué no lo va a cerrar ya?’ Solo dije: ‘Vamos a terminar’. Estaban muy nerviosos.

Saliendo de la cirugía, dije: ¡Fui, ya la libramos! ¿Cómo le hice?, no supe, creo gracias a que mantuve la calma. Nada por más de ver al paciente ahí abandonado, pensé: ‘No puedo dejarlo ahí.’

No dudo que después de eso, la persona que quedó con las venas abiertas durante el temblor, haya querido besarle las manos a Patricia, abrazarla, o cuanto pudiera hacer por una especialista que sin conocerle, se mantuvo ahí, en el que pudo ser su lecho de muerte. Quizá no por aplastamiento, pues en el

Valle de Toluca no hubo derrumbes de edificios, sino por desangrarse de a poco, inmovilizado por la sedación de sus piernas, en espera de que alguien lo cerrara. Solo, entre luminarias, ruidos de paredes crocantes y gritos histéricos a la distancia.

Esa persona estaría de acuerdo conmigo en otorgarle a Patricia Arizmendi Nolasco el título de heroína.

Donde no nutre el aire

Ahí, donde la enfermedad impide respirar el aire gratuito, omnipresente, pero no oxigena la sangre; donde dolor y angustia se instalan con horario de entrada, pero no de salida; donde ninguna tarjeta de crédito ilimitado puede pagar por la vida; donde la risa y las conversaciones amables escasean; donde faltan camas e insumos y no abundan las palabras de consuelo y cariño; donde el virus se aferra a los pulmones de ricos o pobres por igual, el que en una semana o dos días puede convertir a una persona aparentemente sana, en cadáver. Ahí es donde ella está.

En salas de las que algunos médicos con expresiones de molestia a manera de máscara para ocultar el miedo se rehúsan a atender el COVID-19, bajo el argumento de que no compete a su especialidad y otros más han huido amparados por cláusulas sindicales. Ahí hace su trabajo Patricia, angióloga y

cirujana cardiovascular (capaz de restaurar, unir, desbloquear venas y arterias en distintas partes del cuerpo), madre, esposa y amiga; *la doctora de la familia*.

Sincerota, como decimos en México, un tanto mal hablada, espontánea y cruda al referirse a sus emociones, quizá para disimular su gran sensibilidad y altruismo. De trato ligero, observación aguda y de poco sueño, acepta hablar de sí misma: —*Para que se sepan las cosas*—, de las vidas salvadas, de las que se le han escapado de las manos, de su trabajo, de los riesgos que corre; y con la naturalidad con que platicara de su comida favorita, de una tarde de cine o de una ocasión frustrada en que no practicó alguno de sus deportes extremos favoritos, dice: *Si me muriera ahorita, no tengo problema. No tengo miedo porque ya tuve una vida plena.*

El día a día

Suena la alarma, no para recordarle que se conecte con sus jefes a través de un aparato. Abre los ojos. No tiene idea de si escuchará quejas, gemidos, aullidos de dolor, estertores de muerte, ideas absurdas, agresiones, acusaciones infundadas o algún agradecimiento extraviado entre paredes y pisos blancos, adaptaciones precarias o en proceso de terminación, equipos o materiales insuficientes del hospital donde atiende enfermos vestida con algo parecido a una pijama, una especial. No la que últimamente se ha usado en todo el mundo frente a la cámara desactivada de una computadora o teléfono conectado *en línea*, no para entregar información, impartir cursos o recibirlos desde su recámara o en un cómodo sillón de la sala. Ella se viste así al llegar bien despierta al edificio, con ese overol poco seguro de uso civil o si insiste y tuvo suerte, uno de los pocos Equipos de Protección Personal (EPP) de buena calidad que consiguió, uno que oprime, silencia, limita los movimientos, y/o llega a generar alergias en la piel.

A diferencia de las instrucciones que deja a su hija para que no salga y evite contagiarse, ella va directo a donde se encuentra el virus, con mayúscula, el que ha regado pánico en el mundo entero, el que eleva la temperatura corporal, impide la respiración, tumba hasta al más alto, exuberante y vulnerable que encuentre a su paso. Ella se va, después de preparar el desayuno, atender,

aconsejar o tal vez confrontar uno que otro punto de vista con su esposo, pues si se quedara, como se lo ordena a su querida Nadia de 15 años, si se quedara en casa como hacemos todavía muchos, más personas morirían.

Enfrenta el agotamiento rezagado, el tiempo contra reloj, los diagnósticos, las decisiones de vida o muerte que a veces toma en segundos, la adrenalina, el compromiso, la impotencia en ocasiones, la preocupación por la salud —de otros más que de la suya, pues confiesa ser muy mala paciente—; convive con eso como si fueran los más asiduos compañeros de trabajo, los que no evade, además —por fortuna— están otros médicos, enfermeras y distintos trabajadores del Hospital General de Toluca, sección 220, con quienes comparte gran parte de su vida —desde hace 25 años— y con mayor intensidad desde hace tres meses al estar atendiendo pacientes COVID-19. Aunque no solo esos días, sino durante su periodo de *descanso*, en la tercera semana de julio 2020, sin haberse recuperado de la dermatitis que le hiere el rostro por el uso del excesivo del cubrebocas.

Hay trabajos en que la remuneración económica es un incentivo más, algunos aportan un gran placer, profesiones y tiempos en que se reciben saludos, felicitaciones y abrazos, tal es el caso de locutores, informadores, youtuberos, actores, actrices, conductores de programas de radio, televisión, redes sociales y a últimas fechas, líderes mediáticos en *webinars*. El de Patricia no es de los mejor remunerados, es anónimo. Especialmente en tiempos de pandemia difícilmente recibe reconocimiento o gratitud, aunque arriesga su salud o vida e indirectamente la de su familia. En lugar de eso, sabe que escuchará cualquier cantidad de comentarios absurdos o hirientes, como: *¿Por qué no te encierras en un hotel después de trabajar, para que no contagies a nadie?* o *¿Cuánto les pagan a los médicos por cada paciente que matan?* Y otros tantos de quienes no creen en esta realidad, piensan es una maldición Divina y que así como vino, se irá con oleadas de oración.

No sé de dónde vino —dice Patricia— si fue robado y luego liberado, si de un murciélago, lo que sé es que sí existe y está aquí; más letal de lo que habían dicho los gobiernos. La mortalidad está elevadísima. Mucho más que en otros países por las pandemias que tenemos de obesidad, hipertensión y diabetes.

Cuando personas con esos cuadros se enferman, en un dos por tres están súper mal. Un día hablan y caminan como si nada y al día siguiente ya están intubados, con traqueotomía. Está muy difícil. Lo he pensado mucho. No creen que exista y si llegan a aceparlo sienten que los médicos los vamos a contaminar. Incluso han agredido personal en la calle.

El grado de cultura tiene mucho que ver, en general, en el Estado de México, en los pueblitos cuando van a esterilizar, se ponen al brinco, creen que les están echando el virus. Se habla de cosas increíblemente falsas como que ya salieron vacunas y medicamentos comprobados. Dicen: 'Tómame esto', o 'No es tan grave, no les creas'. Si la gente no cuida su salud, si sienten que por estar gorditos son muy saludables, si son diabéticos y no se hacen un chequeo, mucho menos van a tomar consciencia del peligro que corren al contagiarse. Si no lo creen, no sé a dónde vamos a llegar, porque se está muriendo mucha gente.

Los primeros contagios

A principios de marzo 2020 había un solo piso con COVID-19, solo atendido por internistas; había consultas con las precauciones sanitarias y se hacían cirugías selectivas por especialidad, todavía durante la tercera semana; pero en solo dos días se cancelaron todas. Reunieron a los colaboradores por áreas, para capacitarlos: enfermeras, personal de limpieza, camilleros, instrumentistas, médicos, gente de intendencia, de nutrición, asistentes sociales; a todos se les capacitó. A quienes atienden pacientes les dijeron cómo usar el overol, careta, guantes, cómo llenar el Certificado de defunción o hacer el Manejo del cadáver, a cada uno de acuerdo a sus funciones.

El 16 de marzo, comenzaron a tomarse más precauciones, fue cuando solicitaron voluntarios. Ella levantó la mano, pero su jefe se negó a que participara, no porque tuviera mala salud o por sus 57 años de edad, sino por ser la única especialista en cirugía vascular en el hospital y, según las estadísticas oficiales, el tercer municipio con mayor número de contagiados y la segunda en casos de muerte, de los 122 que conforman el mexiquense.

Desde su trinchera, Patricia afirma que los números nos son del todo acertados porque se basan en aproximaciones. Por ejemplo, si toman una muestra, se manda al Instituto de Diagnóstico y Referencia Epidemiológicos (INDRE) en Ciudad de México, porque en Toluca y Metepec no lo hacen y tarda 10 u 11 días en llegar al hospital, no se tiene pronto el resultado. Cuando son pruebas rápidas se hacen en hospitales privados, pero tienen apenas el 30% de efectividad, en el Chopo y Salud Digna sí, en las demás ella no confiaría.

Cuando son certificados tardan, mínimo, 4 días. Si uno de esos pacientes no se recupera, en la causa de deceso se anota: “Probable neumonía por COVID-19”, muchos fallecen antes. Entonces, si de más de la mitad de los pacientes en esos casos no tienen diagnóstico confirmado y no se hace el registro inmediato, las cifras no quedan actualizadas, Puede tardar bastante tiempo en quedar claro.

Esta enfermedad es muy cara, no tanto por el tratamiento, sino por el costo y cantidad de pruebas; es muy grande la población para hacérselas a todos; el Equipo de Protección Personal (EPP) se tiene que tirar a diario, además de lo que se ha invertido en hacer las adaptaciones en los hospitales. Poquísimos o ninguno en México —platica nuestra galena— está diseñado para atender esto, se necesitan áreas privadas donde el personal y los médicos se puedan poner y quitar todo el equipo, hay que hacer muchas adecuaciones: puertas de acrílico de acceso para el personal y mantener aislado a cada paciente. Gran parte de la contaminación es porque el hospital no está adaptado. No hay dinero que alcance y aunque en otros países, como Estados Unidos se cuenta con recursos, hay cantidad de muertes porque tienen más altos índices de diabetes, obesidad o Enfermedad Obstructiva Crónica (EPOC).

En nuestro país alrededor de 20 a 25% de los afectados se ven saludables, tienen mucho riesgo quienes tienen insuficiencia renal, quienes tienen leucemia, cualquier enfermedad que baje las defensas puede agravar o complicar el cuadro, por ejemplo los asmáticos, los que tuvieron problemas por fumar o quienes cocinaron con leña. No todos los enfermos de otros padecimientos se contagian, si alguien tuvo cáncer y se curó, no tiene riesgo.

Ver morir

En la tercera de nuestras largas conversaciones, imagino el lugar y el ambiente en el que se desenvuelve tantas horas de su vida, el ese mundo tan complicado de sufrimiento y enfermedad, donde pasa más tiempo escuchando quejas e intimidades de personas que quizá nunca vuelva a ver o pacientes de tiempo atrás que con sus personas más queridas. Me estremece pensar en la responsabilidad y compromiso que debe tener, en todos esos tiempos que ha robado de su vida amorosa o maternal, para invertirlo en el bienestar de otros. Pienso en el pulso tan preciso que debe tener con su instrumental y en sus manos cuando opera, para contener o reactivar el flujo tan vital que nos llena de rojo por dentro y energiza cada uno de nuestros movimientos; en su habilidad, conocimientos y capacidad para restablecer las vidas y la salud y me intriga saber cuándo fue la primera vez que se sintió atraída por eso.

Entonces mira en sus recuerdos y ve a la pequeña Paty con cinco añitos de edad. Un día de kínder, que habría sido como cualquiera, si algo muy inesperado no le hubiera impactado para bien, y para siempre:

En la escuela me machucaron un dedo y se me desprendió un pedazo; la maestra me llevó al hospital. No sé bien si no había sala de espera o porque estábamos donde pasaban los que llegaban a urgencias. Desde chiquita me acuerdo de que me gustaba ver sangre, bueno no que me gustara, más bien no me asustaba. Quedé muy contenta ese día. Vi pasar primero a una persona a la que le habían dado dos balazos, la llevaban toda ensangrentada, medio caminaba todavía.

Luego metieron a una muchacha que acababa de tener un bebé y la llevaban muy mal; no supe qué tuvo, creo que alguna infección. La estaban tratando de reanimar. La vi así, bien bonita, joven, con una buena figura y se murió la muchacha que acababa de tener un bebé.

Dijeron que el baleado tenía que ir pronto a cirugía. Estaban las enfermeras rompiéndole la ropa y actuando muy rápido. En ese tiempo eran mis héroes los médicos y las enfermeras, así lo viví. Así lo sentí. Me gustó, era como una zona de

guerra y pensé: ‘Esto es lo mío’, aunque en ese momento no dije: ‘Voy a ser médico’ sino que me inclinaba por otras cosas, a estar juegue y juegue.

Un poco más grande, me seguía fascinando lo relacionado con las lecciones de biología. En la secundaria, abrimos un conejo para ver sus nervios o algo así, y me encantó verlo por dentro.

Había un programa, ‘Emergencias’, se trataba de paramédicos que atendían accidentes; me fascinaba y pensaba: ‘Tengo que estar ahí, recogiendo accidentados’ y cosas así. Me gustó estar en el lugar en que se necesitara.

Decidí ya que estaba en la preparatoria. A una tía que era enfermera le platiqué que quería ser como ella, me dijo: ‘Tú tienes qué ser médico, no enfermera’ y pensé: ‘Pues sí, ¿cómo voy a ser enfermera si a mí lo que me gusta es ver sangre, operar, abrir animales, ver cómo están los cuerpos por dentro?’ Así que estudié en la Universidad Autónoma del Estado de México. Era una buena Facultad de Medicina, había personas de mucha partes de la República y de otros países, tenía mucho prestigio hace casi 60 años.

Atención médica y contagios al interior

Volvemos al dos de julio de 2020; aproximadamente 25 médicos de 100 que hay en ese hospital en todos los turnos y de todas las especialidades han enfermado; ninguno ha muerto, aunque uno de ellos está en Terapia intensiva. Quienes se fueron con permisos o pidieron licencia ya regresaron y los obesos, con hipertensión o diabetes siguen de incapacidad. Algunos se enferman y se recuperan o no tienen síntomas, así que no se sabe exactamente cuántos han sido los afectados. Han fallecido dos enfermeras, un repartidor de alimentos y, un dato extraño: esposos de enfermeras y enfermeros jubilados que ya no trabajan ahí. A pesar de atender tantos casos, no ha podido establecer con precisión el momento en que el virus se infiltra en el cuerpo, ni cómo comienza a actuar.

En junio, como anunció Obrador, contrataron médicos generales por 6 meses y están específicamente para atender esos casos. Hay entre 2 y 5 médicos en 2º. y 3er. turnos y, en la mañana hasta 7 por cada piso. Hay más gente que apoya, pero se siguen incrementando los casos. Su preocupación no es tanto al

atender a los pacientes, sino por la falta de protección con que tienen que hacerlo porque el EPP es de mala calidad:

El equipo que nos dan es chafísima, no es el de la donación especializada que ha llegado en los aviones desde China, sino del que compra la Delegación Toluca. Ya me enteré de que los cubrebocas N95 que tenemos se los compararon a unos mexicanitos riquillos que tienen una empresa de mármol y en esta situación dijeron: 'Vamos a hacer nuestro agosto'. ¡Compraron millones!, pero son de grado civil, no de grado médico y los vendieron al IMSSS. Se rompen, se les cae el resortito, igual los overoles, a veces se abrían a la hora de ponérselo, subías el zíper y te quedabas con el broche. Solo había una cápsula para transportar a los enfermos. Desde un principio yo he preferido comprar parte del equipo que pueda conseguir.

Cuando vi eso, les platicué cómo estábamos a los del club al que pertenezco (Club de Exploraciones de México) y empezaron a cooperar. Me preguntaron: '¿En qué te podemos ayudar?', así que donaron como diez cápsulas, cuatro en donde estoy yo, otras a Salubridad.

Mandaron a hacer 50 overoles lavables y recuperables. Tienen donada una cantidad de dinero, pero las autoridades del hospital nunca se enteraron y siguen dando el equipo que se rompe, les escribo y ni me contestan, viven en otro mundo.

La corrupción nos ataca a todos, un ejemplo: pedí un cubrebocas para ver un paciente y la enfermera me dijo que no tiene de más. Están contados. Que tenía que ir hasta el almacén porque dicen que nos los robamos, que al rato ya no hay. ¡Y sí es cierto! Si les dan las cajas completas y se descuidan, en un ratito ya se los volaron. Así son con todo, con el gel, con todo. Si del nivel más ínfimo de corrupción nos vamos al más alto, ¡está cañón!

De poder cambiar la situación, cambiaría a los directivos (ríe muchísimo) por gente más consciente, que no solo vea números. Que vea las necesidades de quienes trabajan en el hospital y de los pacientes. Ellos ni miedo deben tener porque no entran a los pisos. No hay contacto con enfermos, están más en lo de

las estadísticas, o algunos, viendo qué mejoras pueden hacer. Bueno, eso dicen... (ríe más todavía). Está muy difícil cambiar, tendríamos qué volver a nacer.

El remedio

Acerca de lo que sucede con los pacientes una vez hospitalizados, se especula muchísimo debido a que por órdenes superiores, los médicos deben prohibir el paso de los familiares desde que entran al *Triage* de urgencias (sitio donde se clasifica el nivel de gravedad y el área de canalización), no pueden hacer visitas, se les informa diariamente acerca de la evolución o involución de la enfermedad por teléfono. Y según Paty Arizmendi, no hay un tratamiento concreto para curar. En lo general, se usa antibiótico, antiparasitario, anticoagulante, algún esteroide dependiendo de la gravedad y, a veces, otro antibiótico adicional. Eso sí, a todos los hospitalizados se les suministra oxígeno. Si no necesita intubación, el periodo de recuperación varía entre 8 y 20 días.

En caso de que baje la saturación de gases en sangre, hay criterios que se deben seguir, sobre todo cuando es menor a 65%, que es cuando se aplica; las dosis varían, si tiene 10 litros por minuto y menos de 70% de saturación de oxígeno, se le llama a la familia, si el paciente está consciente, él mismo puede firmar la aceptación para que lo intuben. Si no se intuba, se seda, de lo contrario, cae en paro. De todas maneras se le avisa a la familia que está en riesgo de muerte.

Cuando sí se autoriza, se le relaja muscularmente, como ponerlo en coma inducido y después de la sedación, se inserta un tubo en la tráquea conectado a un ventilador que hace la función de los pulmones. El familiar no puede ver todo eso, porque nunca está en el hospital. Los muy graves mueren a los dos o tres días. La mortalidad es más del 11 por ciento ahí. Desafortunadamente, hasta ahora *...de los que se intuban, todos mueren. Al menos en nuestro hospital no ha salido ninguno vivo*, aclara mi amiga. A los allegados únicamente se les permite regresar si van a recogerlo por Alta o por Defunción para reconocer el cadáver, como si su enfermo hubiera fallecido en un accidente y, antes de entrar en la

morgue, se tiene que poner el EPP completo. ¡Terrible que ningún externo tenga derecho de visita!

He pensado mucho en algo que podría funcionar para tranquilizar a la gente. Me parece que sería bueno que el familiar, cuando lo lleve a urgencias, vea la tomografía y se dé cuenta de lo mal que dejó a su enfermo. Aun cuando no sepa interpretar una radiografía, se lo pueden explicar en Rayos X para que compare entre una de alguien sano y la de su enfermo grave, porque no tienen evidencia de nada, creen que lo dejaron muy bien, hablando normal y todo.

Puertas adentro

Se piensa que los médicos son inmunes al dolor, que no están expuestos a lo mismo que cualquier mortal, que siempre deben tener la capacidad de resolver los problemas que se presenten, que son insensibles a lo que le sucede al resto. Muchos olvidan, o ni siquiera consideran que —ante todo— son personas, con cualidades muy especiales, sí; sin embargo, igual de falibles, sensibles o vulnerables en muchos aspectos a cualquiera de nosotros. Olvidan que tienen necesidades, dudas, distintos estados de ánimo, problemas. No toman en cuenta que también son parte de familias por quienes se preocupan y ocupan, que les duele perder a un amigo o compañero con quien han compartido tanto. No saben que quizá —momentos antes de atender a alguien— luchaban en batallas personales, que pueden sentirse cansados, débiles o molestos por sus propios asuntos.

Desconocen por completo que en las instituciones públicas les hacen llenar muchísimos reportes, atender en 15 min. a cada paciente subsecuente (que ha ido antes a consulta) y en 20 minutos, si son de primera vez; una situación muy mal planteada, pues a veces son viejitos y en lo que les ayudan a acostarse, quitarse los zapatos; tardan más de media hora y apenas los comienzan a interrogar.

No saben qué hace poco les subieron la cuota a 12 personas de primera vez, y 6 subsecuentes, que no faltan los recomendaos, los que llevan por los pasillos detrás de los consultorios, que en promedio atienden de 20 a 22 personas

por día, tres veces a la semana. Que si hay casos muy complicados tienen que ponerse a estudiar para hacer diagnósticos atinados.

Patricia Arizmendi dice: *hay que tener mucha suspicacia para buscar cosas raras, que sí existen. Cuando los atiendo, siempre trato de ofrecerles, por lo menos una sonrisa, un chascarrillo, algo. Vienen enojados porque otros médicos se echan la bolita. Casi todos acaban contentos con la consulta. Soy como más humana, no solo les digo: ¡Quítense el zapato, siéntese ahí!*

La gente de fuera no imagina la complejidad del mundo existente de los consultorios hacia adentro, las tragedias y tristezas que también se viven, como en el caso de Adelia, una de las enfermeras.

Yo la conocía muy bien —cuenta Patricia—, trabajaba en Hemodiálisis donde yo estoy. Tenía 39 años y mucho miedo de enfermarse; no sé por qué llegó ya muy grave al hospital un martes en la madrugada. Tenía dos niñas chiquitas y diabetes. Se mete la jefa a verla, sale llorando y dice: ‘Híjole, Adelia está pidiendo que la intuben. Ella misma lo está pidiendo, sabiendo que todos los intubados se mueren’. Fue impresionante, ella lo había visto y ella misma lo pidió porque se sintió tan mal, que no podía respirar. En ningún momento se adhirió a la cláusula de licencia del sindicato. Yo no sabía que era diabética, a lo mejor ni ella misma. Esas cosas conmueven.

El compromiso

Entonces, igual que otros de sus amigos cercanos quiero saber qué es lo que lleva una mujer como ella para cumplir con el servicio público, en lugar de dedicarse a hacer dinero poniendo su clínica particular, convencida de que continuará del lado de los que atienden y no de los que requieren atención en esta Era COVID-19. Un tiempo sin precedentes en la humanidad, en el que incluso he visto y escuchado niñas y niños jugar al *Coronavirus*, en lugar de a *Las traes* mientras cantan: *Cruz-cruz, Coronavirus. Cruz-cruz, Coronavirus*; tocan a otro niño y echan a correr hasta que el *infectado* los alcanza. ¿De dónde viene su fuerza, cómo se prepara para convivir con muerte diaria y seguir? ¿Cree que tiene las vidas de un gato, o qué? Dice que sí y suenan sus carcajadas.

Solo me nace, creo que se llama temple. No hago nada, no sé ni meditar. En cirugías poco frecuentes me pongo a repasar cómo hacer las cosas. Cuando me estoy lavando las manos, digo: ‘En tus manos estamos, Diosito’, como que me encomiendo, es como decir: ‘Estás operando tú Diosito, con mis manos’. Confieso que aunque no soy muy religiosa, es una costumbre que tengo desde hace mucho tiempo y me siento bien haciéndolo.

Me siento muy fuerte físicamente —no porque sea una súper atleta, sino porque trato de comer bien, dormir bien, cuido lo más que puedo el cuerpecito, lo trato de mantener en buena forma para que aguante alguna enfermedad—. Digo, por cuestiones de la edad tengo varias cosas, pero en general, estoy bien. Soy feliz, tengo una familia que me encanta, Dios nos provee con mucha comida siempre. Por todos lados nos llegan cosas buenas, me va muy bien, no me puedo quejar.

Hace unos tres años tenía un amigo que falleció en Perú, por una avalancha. Me quedó muy grabado que él era muy, muy positivo. Nunca le oí decir algo negativo, toda la vida estaba contento, entonces dije: ‘Voy a tratar de ser como él’, porque yo era de esas personas renegonas, siempre diciendo cosas malas y negativas, como: ‘¡Chin, amaneció nublado!’ ‘¡Ay!, me duele esto’, ‘se paró mi teléfono’. Y ahora, desde que inicio el día, pienso: ‘Amanecí. No me duele nada. Tengo trabajo. Hay que empezar bien’. A ver qué nos depara el destino, pero empezar bien.

El miedo

Está convencida de que tenerlo hace bajar las defensas, hace más propenso a caer, o si da la enfermedad será más fuerte. No tiene miedo a enfermarse o morir, aunque confiesa que antes aguantaba más cosas, ahora es un poco aprensiva, por ejemplo acerca de chocar cuando va en el coche y su esposo maneja muy rápido, por si atropella a un perro en la carretera o algo parecido; le da miedo entrar a los rápidos del río porque una vez se estaba ahogando, pero no la muerte. *Estoy satisfecha —sonríe—. ¿Cómo hacer para no tener miedo?, eso sí que no lo sé.*

Los riesgos

Dos veces ha estado a punto de ahogarse en los rápidos, además de haber quedado días atrapada en la cueva de un río subterráneo durante una expedición. Y ante tantos peligros, hay interrogantes obligadas: ¿Qué relación crees que tiene tu fascinación por la adrenalina con tu carrera? *Mira —contesta— cuando llega un paciente sangrando, me emociono porque sé todo lo que puedo hacer por él, como que ese es mi medio, es algo con mucha adrenalina igual que cuando voy en alta montaña o en kayak. Es extraño, ahora me dan más miedo los deportes extremos que las cirugías, los disfruto mucho, siempre hay adrenalina aunque sea algo sencillo.*

Se dice que cuando se vive en ciudades complicadas uno sabe que va a salir, pero no si va a regresar a su casa, para ella éste es uno de esos riesgos; no termino de preguntar, cuando me interrumpe: *Yo estoy segura de que voy a regresar, a menos que me den un balazo (ríe con ganas), ahora eso es más riesgoso; es más fácil que me baleen en la calle o que me atropellen, a que me enferme y si me da, solo pido que sea leve.*

La muerte

Le sigue doliendo ver morir a pacientes, a pesar de que lo ve muy seguido. Así que debe aislarse, no volverse insensible, sino más bien sin encariñarse con ellos, porque si les pasa algo debe tener un recurso, una fortaleza que le permita no caer en depresión o ponerse a llorar con los familiares al momento de dar una mala noticia. *¡Imagínate! —alega Paty—, es horrible ver a alguien que entró caminando y muere en el quirófano por alguna causa que no estuvo en tus manos resolver; es terrible de verdad. Cuando observas muy grave a la persona te haces a la idea, pero cuando hubo una complicación o fue un error médico, sí te queda un sentimiento de culpa.*

La médica de la familia

La tercera semana de julio su querido hermano, su esposa y su sobrina se contagian de COVID-19. Junto con un colega y amigo, decide atenderlos en su tiempo libre, aunque la situación es compleja; su cuñada está muy deprimida porque hace poco murió su hermano por la misma enfermedad. Así es más difícil sacarla adelante. En este tiempo, más que buscar apoyo entre los suyos, olvidarse de los problemas de trabajo por unas horas o días, ella y su amigo son quienes los sacan adelante. *No damos abasto*, me dice en confidencia.

Se dice entre médicos que lo mejor es no atender a su propia familia; yo no tengo problema, casi siempre he estado en cirugías de familiares o he atendido los partos de mis cuñadas. No lo veo mal, pero también lo entiendo. No me causa conflicto.

¿COVID o no COVID?, ese es el dilema

A fines de la primera semana de julio, del hospital la mandaron a su casa, por sospecha de contagio, fue cuando un amigo suyo le aplicó una dosis de ozono; se sintió muy bien y salió a hacer ejercicio pero volvió a sentirse al borde del Sumenage cuando regresó de su recorrido en bicicleta. Se aisló varios días hasta saber los resultados.

Demacrada por haber dormido muy mal, con irritación en la garganta, una fuerte alergia en las mejillas a causa del cubrebocas y en recuperación de un fuerte dolor de cabeza que le duró varios días, esperó los resultados de la prueba. Negativos, por fortuna.

Que no le cuenten cuentos

A la siguiente semana volvió al trabajo y aunque le digan: *No te arriesgues tanto, cuídate más*, Patricia Arizmendi se aferra a su convicción: *Creo muy difícil poder cambiar eso, yo soy así y así voy a seguir. No me veo esperando en la interconsulta sabiendo que se necesita ayuda en otras áreas. Atender COVID no es tan adrenalínico. Estoy para ayudar, para ver por mis propios ojos lo que está sucediendo, quiero estar ahí, ver si es correcto lo que dicen los censos, saber por mí misma lo que pasa, que no me cuenten cuentos.*

Aquí estará, aunque escuche de los ajenos: *Lo llevamos bien y lo mataron. A los doctores les dan un bono para matarlos. Están en contubernio con el gobierno,* no se engancha con tonterías y de los más cercanos, tanto del hospital como de fuera: *¿Para qué va a ahí?, ¿para qué se mete?, ¿para qué da tanto?, nadie se lo va a agradecer,* cierra la tercera de nuestras largas conversaciones, con una sonrisa grande y espontaneidad deliciosa: *Mucho de lo que dicen me parece irreal. Realmente me vale madres lo que me digan. No espero que nadie me lo agradezca, ¡simplemente me nace y ya!*

Leonas para custodiar el tiempo

Alma Karla Sandoval Arizabalo

De niña le queda un listón blanco vuelto moño, sustituye a la cofia porque Samantha Herrejón García es enfermera incluso cuando sale a tomar café. De mirada aguda, rasgos de la costa y voz firme, nadie le creería las lágrimas (estuvo separada de su pequeña hija más de dos meses), el cansancio (cada mañana se coloca un pesado equipo de diez prendas) o el temor (se contagió de COVID). Además, le toca ver la muerte de dos a cuatro personas cada tercer día en el piso diez de un hospital del IMSS. Tal vez por eso repite una palabra: tiempo.

Y a tiempo llega a nuestra conversación.

El semáforo naranja se interpreta como verde en Cuernavaca, Morelos. La gente sale a inventar una normalidad que no tiene nada de nueva más allá de los cubrebocas, la distancia, el gel. Estamos en la terraza de una cafetería. Samantha esconde sus veintiséis años con una actitud madura en cuyas pausas toma aire. Estuvo a punto de perderlo.

No ha sido una juventud fácil. Entró a estudiar enfermería en el Politécnico, luego hizo su cambio a Medicina, pero por cuestiones personales tuvo que dejar los estudios. Los continuó en una escuela particular. Madre soltera sin decirlo, lo da a entender con orgullo como si ese diploma fuera más importante que el otro, el que ahora la define (eso tampoco lo dirá con frases planas): el de la joven leona de oídos desarrollados con los cuales detecta nítidos cambios en la respiración de los pacientes, pero también con los que escucha consejos, historias de vida de quienes ahora están y luego ya no.

“Cada minuto cuenta”, repite.

Cuando pronuncia estas dos palabras: “Área COVID”, lo hace sonriendo con timidez, pero disimulando el entusiasmo, esa pasión que mantiene su sistema inmunológico. Contra lo que cualquiera podría pensar, esa línea de combate no la asusta: “Como somos de los más nuevos, nos dieron un contrato más largo, de seis meses, pero específicamente para esa área, pues no teníamos base. La verdad, está todo muy aislado, se designaron los pisos nueve, diez y once solo para COVID”.

Los elevadores de ese edificio poseen fama de “latosos”. La joven enfermera admite: “Casi nunca funcionan, de repente sí, de repente no. Así que

ahorita los únicos que sirven son para transportar pacientes con la enfermedad. Y cuando no sirven, nos toca subir por las escaleras. Es impredecible. Por ejemplo, la semana pasada, estuvimos llegando a pie tres días”.

El uniforme con que entra al trabajo es completamente diferente al del equipo que debe usar en COVID: “Hay un *transfer* donde llegamos y nos cambiamos. Encima te pones un overol, una bata desechable, abajo un par de guantes, luego otro par o dos; botas quirúrgicas, un cubrebocas N95 que nosotras hemos adaptado y lo amarramos de la parte de atrás para que selle completamente y no tengas riesgo de que te puedas contaminar. Pero pues sí, es un arma de doble filo, pero es más seguridad para nosotras. También nos ponemos *goggles* y a veces es opcional que llevemos un gorro debajo de todo eso u otra gorrita para terminar con la careta, la que es completa. Lo que sí, tienes que encontrar los pares de guantes que se te acomoden porque si no, no puedes manipular a los pacientes, te andan bailando las manos”. El turno en el que ella labora comienza a las siete de la mañana y termina a las tres de la tarde cada vez con menos crisis de ansiedad.

La joven recuerda que al comienzo fue difícil adaptarse porque el enemigo es un virus del que nadie sabe aún lo suficiente. Durante los primeros días a algunas compañeras les daban crisis nerviosas, comenzaban a hiperventilar, se les disparaban taquicardias o la presión les bajaba, sentían que les faltaba el aire. El poder del miedo las mantuvo alertas. Pero Samantha se contagió: “Cuando entré a ese piso me dio mucho miedo, el hospital había cambiado, ya no teníamos la misma forma de trabajar. Luego de dos semanas comencé a tener mucho dolor de cabeza, de oídos, me sentía muy débil. Por protocolo, cualquier personal que presenta síntomas, lo mandas a valoración de urgencias.

Ya en la clínica que me corresponde, me pidieron hacer las pruebas. Salí positiva. Me dieron 18 días de incapacidad, luego regresé a laborar normal”, relata como si estuviera hablando de un gripe común y corriente o de un resfriado severo. No se permite el lujo de detalles morbosos. Profesional hasta la médula, sale de ese tema que la convirtió en paciente para recordar que en México no teníamos la infraestructura para enfrentar una pandemia de estas dimensiones.

Advierte que no todos se hacen la pruebas, que no todos reaccionan igual frente al virus y vuelve a su tópico favorito:

“Se supone que te dan los resultados de tus pruebas en 72 horas, pero a mí me tardaron 16 días. Durante los primeros diez no me pude levantar de la cama. Sentía que la cabeza me iba a explotar. También me dolía la garganta, pero nunca tuve dificultad para respirar, eso era lo que me preocupaba, que yo no saturara bien, que mi cuerpo no recibiera el oxígeno necesario porque bueno, yo ya había visto cómo se complica esta situación en los pacientes, ya sabemos a lo que vamos, lo peor que podemos esperar como consecuencia de todo esto. Después de la primera semana supe que la había librado. Solo tomaba Paracetamol para el dolor de cabeza; fue lo único que me recetaron. Así que me la pasaba durmiendo todo el día porque solo así me podía levantar en la noche al baño. Fue muy difícil”, remata con la voz quebrándose despacio al tiempo que se truenan los dedos. Lleva dos anillos plateados y de cuando en cuando los mira.

Más allá de lo complicado de esa experiencia, sumémosle el hecho de que Samantha tuvo que regresar a trabajar lo más pronto posible, sólo días antes del cumpleaños de su hija de cinco años a quien no pudo ver mientras estuvo convaleciente y durante los dos meses que siguieron. Tanto la abuela como la tía se hicieron cargo de la pequeña. He ahí uno de los trances más amargos de los padres en tiempos de coronavirus: explicarles a los hijos la distancia, los cuidados, la ausencia física. En suma, decir que el amor es otro tipo de presencia; que no solo se pierde el gusto y el olfato cuando te contagias, sino lo que eran tus ideas sobre el universo.

La nueva pareja de Samantha Herrejón García también es su compañero de trabajo y la cuidó en casa durante los días que el virus se hizo presente, “compramos un sanitizante, estábamos con cubrebocas todo el tiempo. Él me daba de comer, pero la verdad es que casi no me daba hambre, no me sabía a nada la comida.” Fue un riesgo medido.

Antes de entrar al área COVID, la enfermera le comentó a su hermana que tal vez no la iba a librar porque “ni idea teníamos de la enfermedad”. No obstante, tomó el contrato con precauciones: compró un seguro de vida que garantizara la

educación de su pequeña, “tenía que considerarlo todo. Ella es lo único que tengo”, repite con el aire maternal de las leonas.

Lógicamente, no se arrepiente de esa medida. En su opinión, “de que me iba contaminar, me iba a contaminar. El riesgo es muy alto. Yo creo que la mayoría del personal de salud está contagiado y muchos de ellos son asintomáticos. Es lo que se cree porque muchos tienen sintomatología, pero dos o tres días, un ratito y ya”. Lo cierto es que también Herrejón admite que, a pesar de todo, tiene un trabajo seguro, por ello le teme un poco más a la delincuencia desatada debido al alza de los precios o porque mucha gente está siendo despedida de su empleo.

Sobreviviente de la enfermedad de la pandemia de este siglo, insiste en que eso sí la preocupa, pues tuvo la posibilidad de cambiarse de área en el hospital morelense y se negó a hacerlo: “Ahora puedo decir que me gusta estar ahí, aunque es un lugar complicado, es un área donde estás aprendiendo mucho, aprendes del virus, de las distintas formas que tiene de impactar en cada sistema, en cada persona, rango de edad; ves las complicaciones y no te las están contando, te constan”.

“También aprendes la técnica, te adaptas a una forma nueva de trabajo. Eso es muy importante, al menos para mí lo es en todos los aspectos de mi vida. Sobre todo, porque con esta práctica comprendo que cada minutito tiene un valor, que los segundos no son solo eso; puedes hoy estar bien, hoy platicar, comer tú solito. Pero pasan las tres de la tarde, entregas el turno y a las cuatro el paciente no respira, el paciente tiene un tubo, se está bronco aspirando y el paciente se muere.

Entonces valoras cada instante de tu vida. Todo el tiempo estamos viendo eso. Te puedes morir en un parpadeo que ni sientes. Es muy común que cambias de un enfermo a otro y entonces con el que estabas, ya dejó de respirar, ya no puedes hacer nada. Y es que no es que te acostumbres, es que hasta cierto punto te haces un poco más fría para afrontar esa situación. No puedes crear tantos vínculos con los enfermos, si no me la pasaría llorando con cada persona que fallece”.

“Es como en una familia, si uno de los pilares importantes se empieza a debilitar, tienes que haber otro que lo apoye para seguir, que saque la casta, que defienda el equilibrio de la mente. Lo mismo es en el hospital, si una familia está muy triste, no puedes llorar con ellos. Tiene que haber alguien que les dé un poquito de esperanza para sentirse un poco mejor. Creo que muchos del personal de salud o muchos compañeros que yo conozco, somos de esos, de los que tratamos de hacer un poco menos doloroso ese proceso. No lo vemos normal, pero somos muy realistas, entendemos que cuando alguien ya está sufriendo mucho o le estaba batallando con todo sin resultados, es mejor dejarlo ir.

De ahí que la terapia afectiva sea consuelo o llave maestra para una posible recuperación cuando la potencia de la comorbilidad parece invencible. Basta con platicar con los enfermos, darles los cuidados que requieren, cambiarlos, bañarlos en cama mientras se les escucha. No es una labor sencilla porque las enfermeras la llevan a cabo con el equipo que les pesa, las deshidrata, “si antes de que llegara todo esto, era complicado porque hay pacientes de todo tipo, medida, o de tu talla, ahora con diez prendas encima, imagínate”.

Trabajar en esas condiciones que arrancan el hambre o roban tiempo hasta para ir al sanitario, sumando las obligaciones que afuera deben continuar como madre y pareja, pero además con secuelas del virus, es una carga que a veces resulta muy difícil de asimilar, “esto te deja molestias, los síntomas no desaparecen del todo, quiero decir, no es que se te quite como por arte de magia. Por si fuera poco, estás con los nervios de si te vuelve a dar, aunque cada proceso es diferente. Pensar eso ayuda, pero nosotras entramos a COVID y llega un punto en el que es sofocante. El cubrebocas te sella tanto que comienzas a respirar tu bióxido de carbono y esto te genera complicaciones: te hipotensas, te duele la cabeza, te quedas con marcas porque el equipo debe ir sellado. Por eso a veces la careta se te empaña, te comienza a correr el sudor en los ojos. En ocasiones nos toca agacharnos y literal estar frente al paciente cuando él tose y tose. Al poco tiempo ya ves eso como algo normal”.

No hay manera de saber quién, luchando contra el virus en ese hospital del IMSS, vivirá para narrarlo. Es cierto que el personal de salud observa la evolución de cada contagiado, pero algunas historias sorprenden, “son pocos los casos que creemos que se van a complicar, pero la libran. De hecho, hay quien llega a urgencias sin problemas para respirar, pero sus signos no están completamente estables, no están saturando en el promedio, 95 a 100, sino en un 75.

Tampoco sabemos cuánto tiempo estará una persona hospitalizada, pueden ser diez días, veinte, no importa, no la puedes arriesgar a que regrese a casa hasta que se estabilice. Y sí, hay de todo, como una paciente joven, de unos 32 años, intubada, qué no sabemos cómo se recuperó. El caso es que tal vez el efecto del sedante se pasó y ella se comenzó a poner inquieta y se sacó el tubo con la mano para respirar. Quienes están en esa situación, mayormente, se van porque no aguantan. Pensamos que se iba a morir, pero esta chica la libró, se fue de alta. Creo que no tenía otras patologías. Otro paciente, obeso y con más años, también se extubó. Le costó mucho más trabajo recuperarse, pero volvió a casa.”

Las personas recuperadas salen también en aislamiento, pero las enfermeras les echan porras, les desean lo mejor, les aplauden, ya que la convivencia en esa área parece acortar el tiempo (otra vez esa palabra) porque este se mezcla con el espacio. Tendríamos entonces lo que se conoce como cronotopo, concepto que deviene de la teoría de la relatividad de Albert Einstein que los griegos ya habían descubierto y nombrado Kairós, la temporada de la oportunidad, horas que se acortan, días sin sentirse o al revés: tiempos sin tiempos, pues Cronos, tal como lo habíamos vivido, aún no regresa.

“En COVID nada es igual, ahí dejas de preocuparte por el reloj. Te enfocas en los pacientes, en el cariño que les das y la gente mejora, aunque sea en ese ratito, ellos se muestran más desahogados, no sienten que están tan solos, que la situación es tan complicada”, he ahí la moral de victoria con la que se juega el presente el personal de salud en México.

“Algunos enfermitos se muestran diferentes a quienes fueron, tratan de cambiar la actitud. Ellos mismos te lo dicen, te hablan de sus arrepentimientos, de

lo que hicieron mal, de lo dejaron ir, de lo que no disfrutaron. Pienso que es por lo mismo, porque saben que tal vez no se recuperen. Muchos comentan que deberían querer más a su esposa o a sus hijos porque en ese momento no los pueden ver. Nos ha tocado que escriben cartas que no pueden mandar (ningún objeto puede salir del área) y te las leen y es muy fuerte escuchar lo que confiesan. Sobre todo, la gente mayor te da consejos, te recomienda que no te aferres a nada, que cumplas todos tus deseos.

Así que no creas, a pesar de que tratas de mantener la distancia, creas vínculos con ciertos pacientes. Me pasó que una vez que me sentí muy identificada con una chica como de mi edad, que estaba mal y tenía meses de no ver a su hija, igual que yo, así que salí a llorar sin poder detenerme, lo hice hasta que me cansé. Me ha pasado ahí, en el hospital, como unas tres veces. Es que se trata de una carrera humana y si tienes solidaridad o mucha empatía con los demás, pues sí te pasan a traer sus historias sobre todo ahí, que los enfermos están incomunicados”:

En contraste, los médicos no permanecen tanto tiempo en los pisos con la gente infectada. Como deben estar valorando, revisando los casos, se rotan. No suelen ser suficientes. Los especialistas no abundan y se tienen que esperar sus indicaciones para intubar o no. Además, el equipo es poco, no se cuentan con suficientes ventiladores. Sin embargo, se hace lo que se puede con lo que hay.

El protocolo es informar al doctor que un enfermo no está saturando bien incluso con las muchas técnicas que tenemos para ayudarlo a mejorar su respiración. Una de ellas es pronarlos, ponerlos boca abajo, con esa posición retoman aire, pero algunos tienen mucha secreción y eso no les funciona, por eso se le llama al médico, pero si el paciente fallece antes de que se le atienda de urgencia, el especialista ya no entra. Ha pasado que tienes a la persona con todo listo para intubarla, pero si no hay ventilador, no es posible hacerlo.”

En medio de esa escena no queda más que esperar, así que cada instante es decisivo como el batir de alas de arcángeles de vida y muerte que son las enfermeras. Al preguntársele a Herrejón cuántos ventiladores existen en el

hospital de Plan de Ayala, ella dice que no sabría decir un número exacto, pero afirma que hay muy, pero muy pocos. También subraya que el COVID no es siempre el que mata, sino que complica otras enfermedades que ya se traen, aunque sí, afecta rápido muchos órganos vitales: pulmones, estómago, riñones, etc. Pero la comorbilidad por eso se llama así, porque suele ser decisiva. Una persona hipertensa puede sufrir un shock y se va; un asmático tiene pocas opciones. México, con índices alarmantes de diabetes u obesidad, resulta un blanco fácil para esta peste. Por tal motivo se piensa que el área COVID en los hospitales llegó para quedarse. Quizá se generalice o entre dentro de las demás enfermedades respiratorias.

Samantha explica lo anterior dejando ver con más soltura sus tatuajes y con el largo vaso de su café vacío. Racional, de nuevo con la voz bien plantada, dice que se ven muchos doctores con dibujos en la piel, que no es la única, “eso de los prejuicios es cosa de antes”. Acto seguido, muestra la leona, la flecha y la luna verdes del antebrazo. Son marcas de fuerza, de entrega. Su pareja tiene el mismo tatuaje, pero con un sol en pleno.

En el otro brazo, la enfermera escribió para siempre el nombre de su hija, Fernanda. Suspira muy hondo y abre la galería del celular, “mira, también tengo una flor de loto en el muslo izquierdo, además de una palmera que me recuerda quién soy. Mi familia es de la costa, por eso extraño la brisa. En unos años me veo trabajando junto a la playa, tal vez en Mazatlán”.

Es fácil imaginarla rodeada de más luz, del marítimo movimiento de la vida, del tiempo que ya no deja ir.

El lado del corazón

Perla Santos

Ya no sé de cuántos días se compone una cuarentena. Las verdades matemáticas no bastan para nombrar la realidad que nos envuelve. Estamos desbordados a veces, por los días que parecen lunes, a veces, por domingos interminables que, de tan comunes, han perdido la gracia. La semana se disuelve para una mayoría que parece no tolerar estar consigo misma. ¿Cuándo dejó de ser hogar el espacio que habitamos?

En la soledad de las calles se siente en hueco de los corazones que ya no palpitan. Porque ya no somos todos los que éramos y nos seguirán faltando los que adelantaron su partida. La sombra de una pandemia llena de impotencia los abrazos que no pueden darse para consolar las pérdidas.

Desde la seguridad de mi casa, escucho las voces de los que no pueden quedarse y salen, porque la vida se defiende también a costa del riesgo de perder la propia. Allá van también con miedo los mortales que no tiene más opción que ser héroes. Ellos y ellas, invisibilizadas, además, por la costumbre de nombrarlo todo en masculino, siguen caminando.

Los pasos de Alma esconden dolorosas despedidas. Tenemos en común, desafortunadamente, los adioses constantes de seres queridos desde iniciado el año. Dos mil veinte entró con la furia de un huracán. Luego, un virus, que llegó a México primero en forma de memes, vino a quebrantar la cotidianidad y la aparente estabilidad que nos sostenía. En el trabajo, Alma mira la muerte de cerca todos los días. ¿Cómo se habla de eso?, ¿cómo se dibuja el dolor con palabras?

Conozco a Alma de casi toda la vida. La vi crecer y convertirse en enfermera, fortalecida siempre con el uniforme blanco y la cercanía de su familia. Una supone que ella está preparada para enfrentar lo que se presente, como si gozara de una omnipotencia que la cofia le otorgara por solo usarla.

Lo primero que me encuentro son sus lágrimas: “Lo más difícil ha sido enfrentarme al abandono”, comienza diciendo con la voz ya quebrada. Entre sollozos habla de una soledad que experimenta la mayoría de los pacientes que, completamente aislados una vez que son hospitalizados, no saben más de sus familiares. “¿Cómo van a recuperarse si se sienten abandonados?”, ella lo sabe porque el personal médico son el único contacto humano y, también ellos, se

sienten solos. “Te conviertes en todo para tus pacientes. Aunque tenga miedo, no puedo dejar de darle el trato de siempre”. Veintitrés años como enfermera le han enseñado que el trato digno y el ánimo de los pacientes es crucial en la recuperación.

Como humanidad nos enfrentamos al mismo reto, pero no todos lo enfrentamos de la misma forma. En el tercer piso del hospital en el que trabaja, Alma pasa horas, también, apartada del mundo. Así nomás fueron innovando en la atención y cuidados. La capacitación, básicamente, constó de videos que plasmaban la experiencia de otros países, y de las instrucciones del doctor Gómez, del Hospital General de México, quien atendió el primer caso de COVID en México y marcó la pauta para los requerimientos de seguridad del personal médico y atención a los pacientes.

Y así, con valor y miedo, con o sin fuerzas y, casi a tientas, ser enfermera comenzó a significar otras cosas. Quizás, solamente se evidenció la carencia, la ignorancia y la crueldad que siempre habían estado ahí.

Cambiaron los modos de relacionarse entre las personas. También se ajustaron las formas de trabajar: en equipos de dos enfermeras se atienden a seis pacientes. Se turnan y solo una entra para evitar los mayores riesgos. La que entra limpia y aplica medicamentos. La que está afuera asiste, prepara y pasa el material. En varios recorridos, esos son los contactos que hay con los pacientes. Esos y la visita diaria de los doctores que, por seguridad, tampoco permanecen todo el tiempo en el piso. Son quienes, quizá, estén mayor expuestos porque son los únicos que pueden intubar, pero también son quienes están más protegidos, aunque lo han hecho por sus propios medios.

El día de Alma comienza a las cinco de la mañana. Aun así, sale sin desayunar. Lo hace camino al trabajo, mientras su esposo conduce. Fue la ventaja de los cambios por la pandemia pues los horarios se ajustaron a los de su esposo que, durante la contingencia, ha podido llevarla y recogerla del hospital.

Ya no va vestida de enfermera como medida de precaución, porque a varias compañeras las han agredido. Ése, el que era el uniforme de las heroínas, se convirtió en el basurero de la ignorancia y el miedo.

En el hospital, el área de cuidados intensivos les dio una especie de antesala, un espacio para cambiarse y ponerse todo el equipo antes de subir a piso. El uniforme quirúrgico queda escondido bajo el *tyvek*, que es un overol con capucha que cubre todo el cuerpo. Encima, va la bata quirúrgica. Se usan botas desechables, *goggles*, doble cubrebocas, una careta, otros guantes encima de los de nitrilo y, sobre el gorro del *tyvek*, va otro desechable. La preparación se convierte en ritual que dura alrededor de media hora. La ayuda de otras manos para ajustar los accesorios es indispensable. No son bailarinas listas para lucirse ni tienen un escenario donde los aplausos las esperan. Sin embargo, se preparan con el mismo ahínco y cuidado. Sus cuerpos son cubiertos una y otra, y otra vez.

Lo que queda es algo parecido a una figura humana, pero la persona se ha desvanecido bajo un mal disfraz de astronauta. Es difícil saber quién es quién a simple vista. El equipo es incómodo. Casi siempre queda chico, modifica postura y se camina torcida todo el día. Es imposible terminar la jornada sin dolor de cuello y con la piel lastimada.

Alma usa lentes, pero ya no mientras trabaja. La miopía y los *goggles* empañados son una mala combinación. La vista se tiene que forzar al máximo. En la cara quedan las marcas de los protectores. Brotan ronchas, se inflaman los pómulos, duele la cara.

Son los gafetes los que regresan la identidad. Cada nombre, unido a una voz, las convierte otra vez en personas. Tal vez el nombre nunca tuvo tanta importancia.

“Almita”, dice el de ella. Lo lleva del lado del corazón porque es desde donde busca ofrecer lo que tiene.

No es tarea sencilla ofrecer cuidados y atención. La personalidad a veces ayuda y otras lo entorpece todo. En el trabajo, Alma es muy parlanchina “aunque hay que pedirles permiso primero, a lo mejor les molesta que una les hable”. Quienes asienten, conversan con ella unos minutos. Alma siente especial empatía por las personas mayores, “atender a los viejitos es como atender a un bebé pero en grande, me conmueve mucho”. En la mayoría de los casos, son personas

amables y agradecidas, permiten las labores con cierta armonía, difícil de conseguir en tiempos de coronavirus.

Al ingresar a ese tercer piso, la realidad de afuera desaparece, incluso la personal. Las necesidades propias se dejan de lado porque tomar agua o ir al baño implican riesgo de contagio. Por horas, la sed, el hambre y el celular desaparecen; son expulsados del piso tres. Imposible pensar en limpiar la nariz o el sudor, o las lágrimas... Se termina por obligarse a no llorar. “Eso no evita sentir”.

La vida se hace tan vulnerable. Inhalar y exhalar se convierte en algo más que un proceso biológico. Se transforma en una cuerda floja sobre la que hay que caminar para llegar al otro lado. Caerse, detenerse, perder el equilibrio, todo puede derrumbarse en un instante. Y las de blanco, las que observan a diario el proceso y lo acompañan, y animan a llegar al otro lado, usan lo que tienen, lo que pueden, lo que saben, que, a veces, se resume en usar una posición que naturalmente favorezca a los pacientes. “La posición prona ayuda mucho porque libera a los pulmones de la opresión de las costillas y permites una mejor respiración. Los dejo con los brazos hacia abajo, como almohada para que tampoco se ahoguen”. Aunque colocarlos así, a veces requiere la intervención de cuatro hombres. Si las fuerzas propias bastaran siquiera para sostenerse a sí misma de principio a fin. Pero hay quiebres. Es la esperanza la que sostiene el andar cuando las piernas tambalean.

“Por eso el mejor pago es ver a los pacientes irse a su casa”. Se caminó sobre la cuerda, se llegó al otro lado y la vida ilumina con fuerza los corazones apachurrados por el cansancio. Ganar la batalla, regresar a casa, vivir... es la meta de cada día”.

Pero a veces parece que la muerte llega antes de llevarse el cuerpo. Las personas se quedan como sepultadas en las camas del hospital sin ser nunca más reconocidas. Hay abandono de pacientes. Se muere también del ánimo, de la tristeza, de la soledad: “un señor murió sin saber de sus familiares, a otro solo lo vinieron a dejar y jamás regresaron siquiera a preguntar por él”. Por eso, entre sus compañeras de turno, se organizaron para tener un celular exclusivo para los

pacientes. A escondidas de la jefa, les permiten comunicarse con sus familias. “Lo habíamos intentado primero con cartas, pero era muy riesgoso”. Con un poco de ingenio y mucha colaboración, el celular sirvió como puente para enlazarse con el mundo. El aislamiento es necesario, pero la soledad, no.

“Tener noticias les cambia el semblante”, es como descubrirse amado por primera vez. Existes para alguien que te espera, eres especial, estás vivo y lo descubres con la voz al otro lado del teléfono diciendo “te quiero”. “A veces se enteran de que toda la familia está afuera haciendo rondas a diario y, claro, se sienten motivados a salir”. La alegría del reencuentro entre quienes se aman es el abrazo que toda persona debería experimentar todos los días, del modo que sea posible.

“Lo hacemos a escondidas. Mi jefa no sabe. No nos habría dejado”. La clandestinidad no es solo un llamado a la aventura, es también un medio de supervivencia.

La experiencia de los pacientes que llevan años luchando con alguna enfermedad crónica es desoladora. Los ojos de Alma se inundan de nuevo al reconocer que después del cáncer, el VIH, la diabetes, o la hipertensión; después de todas las medidas y cuidados; después de intubar, no se salvan. “Había un señor que acababa de ser papá hacía dos meses. Tenía muchas ganas de vivir. Me dolió mucho su muerte, pero contra el virus no se puede”.

“Una ve irse a gente que toda su vida había luchado contra una enfermedad. No puedes con la impotencia. No puedes con el virus”. Casos como el de una señora que solo pedía que la ayudaran a bañarse. Era sobreviviente de cáncer de ovario. Quería ver a sus hijas. Alma se esmeró en ayudarla. La dejó limpia y fresca en la cama esperando instrucciones para atenderla porque la veía muy débil. Pero la mujer se había negado a la intubación. Murió casi enseguida, limpia, recostada en la cama.

Duele la vida que se escapa frente a los ojos. ¿Cómo atrapas el aire con las manos? Nada es suficiente y lo que queda es honrar el cuerpo, despedirlo con la mayor dignidad posible.

“El oído es el último sentido que se pierde, por eso yo hablo siempre con mis pacientes”. Aún muertos, Alma les habla con propiedad. Pide permiso para quitarles las agujas. Los llama por su nombre, les explica lo que les va a hacer. “Le voy a quitar el catéter que le lastimaba, ya no le va a doler”. Los acomoda, cierra sus ojos y su boca, les cruza los brazos. Sabe que, probablemente, ella será la última persona que se despedirá de ellos. “Hago oración y los encomiendo a Dios”.

Alma reza y se despide. Lo hace con los que tiene enfrente porque de los suyos no ha podido hacerlo. El tío, el primo, la amiga... y pensar en su padre, fallecido en enero, y lavarse el dolor con las lágrimas que están obligadas a quedarse adentro. Romperse cuando, al final del turno, ve llorar a la más fuerte.

Darse ánimos, seguir. La empatía a flor de piel entre pares, con los otros... todo ello para dar dignidad en la muerte tanto como en la vida. Eso es lo que nos hace humanos.

Lo terrible es que lo humano encarna también lo oscuro. A veces con enojo y otras con tristeza, se reciben los cambios de turno en que es evidente la desatención. Quizás por el miedo de los compañeros o las complicaciones que se van presentando provoquen los descuidos; quizás por el cansancio o por la decisión consciente de no hacer las cosas, todo es posible. Ello implican mayor trabajo para quienes comienzan el turno.

“Hay personas que deberían dedicarse a otra cosa”. Reparar requiere mayor esfuerzo, arreglar lo que alguien más descompuso; regresarle calidad al trabajo. Mostrar la cara buena de la enfermería es más difícil cuando alguien entorpeció el proceso. “Intento hacerlo mejor, intento resistir”.

¿Qué pasa si ellas también caen? Las heroínas de blanco son tan mortales como el resto del mundo. Los sentires se acumulan también y el cuerpo reclama. El metabolismo cambia. Hay ayunos muy largos, lo que ha generado aumento de peso en la mayoría del personal. Y al salir, los horarios no son compatibles con la hora que el hospital tiene designada para la comida, así que, aunque hay recursos destinados para su alimentación, rara vez reciben algo, por lo menos ese turno.

De tanto ignorar el propio cuerpo, de tanto obligarlo a soportar, la enfermedad se presenta. Hay que descartar primero al virus contra el que tanto se lucha. Es una prueba dolorosa. Se introduce un hisopo largo en la nariz y lo giran varias veces en ambas direcciones. “Se siente cómo llega a la garganta y raspa”. También se responde un cuestionario para complementar la información.

Cuando tocó el turno de Alma, ya presentaba molestias en la respiración. “Desde la prueba, me dijeron que algo no estaba bien, que fuera de emergencia al médico. Sentí mucho miedo. Estaba sola. Yo presentaba varios síntomas del COVID”. Pese a todo, la pregunta que estaba en su cabeza era: “y, mi familia, ¿qué?”, pero su superiora ya había respondido: “Pues por eso les recomendé que se fueran a un hotel así que no te quejes”. Por fuera, silencio. Por dentro, rabia, impotencia, desolación.

Los momentos de la espera abruman con tristeza cada hora. Se pierde toda certidumbre. “Una quiere que no sea verdad lo que te pasa”. La radiografía mostraba inflamación en los bronquios. Hasta esperar los resultados oficiales, el resguardo era obligatorio. “Me reconocí entre mis pacientes y me sentí sola. Y yo estaba en casa con mi familia. Veía a mi mamá, a mi esposo, a mis hijos, a mi hermana, pero no había contacto físico. Era demasiada la soledad”.

Hubo que esperar varios días hasta que alguien pudo decirle los resultados. “Desde que me dijeron: te tengo una buena noticia, descansé”. Alma sabe que, de enfermar, estaría muy bien cuidada. Pero, ¿cómo se supera el temor de contagiar? Cada día el regreso a casa lleva consigo la misma preocupación. Más que por sí misma, Alma se angustia por su familia. La seguridad tambalea.

Sus seres queridos le han aconsejado dejar el trabajo. Ella decide, a diario, continuar con su labor. Se sabe amada, eso la llena de fortaleza. No da nada por sentado ni escatima en las medidas de precaución. La voz de su madre es un eco constante: “no te ahorres pasos, no te saltes nada. Cuida de ti”.

Alma suele convivir con toda su familia a la que ahora los ve con menor frecuencia por las medidas restrictivas. También es una forma de cuidarlos, así que se conforma con mirar y convivir a diario con los más cercanos, con los que

comparte el techo y son, quienes, sin darse cuenta, la nutren de la energía para sobrevivir a diario.

El trabajo de enfermera había sido tradicionalmente admirado y respetado hasta que el COVID ensució el uniforme y lo embarró de prejuicios. A ratos se vuelve a enaltecer y dota a quien lo porta, de un mágico entusiasmo. No debería ser tan frágil la prenda que protege a quienes trabajan para el cuidado de la salud.

¿Cuáles son las lecciones que deberíamos aprender? Explotan en medio del confinamiento. El encierro cobra múltiples formas, no está exclusivamente tras unas puertas cerradas. Las mentes pequeñas, la ignorancia, la falta de empatía resultan mucho más peligrosas.

Escuché a Alma en medio del llanto, a pausas, con la necesidad de decir, gritar, vomitar lo que vive. Quise abrazarla, ahora yo tenía que contenerme. Esa es la soledad que yo he experimentado. La imposibilidad del contacto ha hecho de las distancias una especie de infinitos que diluyen las palabras. No pude tocar a mi abuela antes de que muriera, ni a mi madre para consolarla. Ni acompañar a los míos en los funerales de mis primos, ni despedir a mi amiga con la cercanía que merecía.

Resignificar los espacios no ha sido tan complejo como dotar de fuerza el cariño a través de la voz y las letras. Era preciso escuchar a Alma. Es necesario escucharlas a todas. Quién sabe cuáles sean las historias que se tejen bajo los uniformes. Quién sabe lo que ellas necesiten para sobrevivir. Los aplausos ya no son suficientes.

El resguardo es posible gracias a muchas “Almitas” que no se quedan en caso y corren todos los riesgos para cuidar de la población. No necesitan volar ni tener capa, pero si condiciones laborales que les permita mayor tranquilidad para ellas y sus familias. El dolor de los cuerpos es menor que el de la pérdida. Ellas necesitan ganar, ganarle al virus, a las agresiones, a los prejuicios, a la indiferencia, al silencio. Ganamos con ellas, todos ganamos.

Los cuarenta días quedaron atrás hace mucho tiempo. La nueva normalidad necesita incluir la calidad de vida en estas condiciones que implican mucho más que el cuidado de la salud. En todo caso, considerar que la salud es más que la

ausencia de la enfermedad, o que la enfermedad es solo el COVID. No sobreviviremos a solas y las redes han de reconfigurarse a pesar del resguardo. La cuarentena no termina. La configuración de una nueva realidad apenas comienza. Ojalá que las sonrisas no queden sepultadas bajo el cubrebocas. Ojalá aprendamos la lección.

El amor como antídoto

"Sofía"

Creo firmemente que Dios no juega a los dados, que no hay coincidencias en el universo. Aunque vivimos y trabajamos en la Ciudad de México, mi esposo y yo tuvimos la opción de ir con su familia que vive en otro estado de la República Mexicana a pasar la cuarentena, como muchas personas que tienen esta posibilidad, decidimos alejarnos de la ciudad por temor a los contagios que se daban en las grandes urbes.

Cuando me enteré del concurso, le platicué a mi familia política, ahora adoptiva, sobre mi interés de contar un testimonio que hablara sobre la labor que realizan las mujeres en la lucha contra el COVID-19. Una prima de mi esposo me contó sobre una vecina suya por la que sentía una doble admiración, por su historia de vida y también por su labor atendiendo a personas con COVID-19 en un hospital. Mi familiar conversó con ella y le preguntó si estaría interesada en hablar conmigo y escuchar el proyecto, ella contestó que sí y así es como conocí a Isabel, la llamaré así para proteger su identidad.

En mi primer acercamiento con ella para entrevistarla, le expliqué mi intención de contar una historia sobre estas mujeres que son *heroínas sin capas* en su lucha contra el COVID-19, ella aceptó entusiasmada, lo curioso es que ella también quería compartir lo que está viviendo en su acercamiento con pacientes con COVID-19 y con el personal médico que los trata, pero no tenía el tiempo para hacerlo. Así que nuestro encuentro tampoco fue una casualidad. Tras nuestro primer acercamiento, me dejó una agradable impresión, me pareció una mujer empática e interesada en el bienestar de las personas y de la humanidad. En verdad se notaba su preocupación por sus pacientes y su sufrimiento.

Son tiempos difíciles, aún hay mucho que se desconoce del COVID-19, las grandes mentes del mundo todavía tienen más preguntas que respuestas, esto nos hace sentir temerosos y a la deriva, paradójicamente nos ha llegado a confundir todo el remolino de información nueva e incierta que recibimos a cada momento, anhelamos con esperanza demencial ese algo o alguien a que aferrarnos y que nos haga sentir tranquilos y seguros. Ponemos esas expectativas y exigencias en la gente que está en primera línea luchando contra este virus,

amamos a estos seres que nos parecen sorprendentes y no vemos lo frágiles que pueden ser.

No es ningún secreto que continuamente olvidamos que los seres humanos somos tan fascinantes como cambiantes en nuestras motivaciones y acciones, no somos ángeles ni demonios, sólo humanos, demasiado humanos. En un principio, Isabel comentó que aceptó participar en este proyecto porque deseaba ser escuchada y con su testimonio ser vocera de lo que se vive día a día en la convivencia con personas contagiadas de COVID-19. Posteriormente, conforme teníamos más entrevistas, mostró lo demasiado humanos que somos, reconoció que una primera motivación a participar y contar su historia, sonreía tímidamente como quien se confiesa por algo, fue por ego, pero conforme hablaba sobre el trabajo que realizan sus compañeros y ella, identificaba una motivación más profunda y forjada en su trabajo diario, el de ser escuchada y “que se sepa que las mujeres estamos bien cimbradas tomando muestras aún con miedo en ese momento, porque un descuido, algo que no veas, tiene el riesgo latente de terminar contagiándote, piensas en tu familia, en tus pacientes y poder expresar: ¿sabes qué? esta es mi historia, la historia de muchas de nosotras, necesito que alguien la grite, que se sepa”. “Estoy segura de que una culpa puede transformarse en nobleza si te lleva a tal redención”.

Me platicó que estudió la licenciatura en Química y que actualmente labora en un hospital tomando muestras a pacientes contagiados de COVID-19. Sin embargo, antes de hablar sobre su trabajo quisiera mostrarles las razones por la que la prima de mi esposo y ahora también yo, sentimos una doble admiración hacia ella, contar un poco de su historia para mostrarles, a través de este relato, el temple de este ser humano.

Isabel se acerca a los 50 años, es la menor de cuatro hijos. Al nacer le tocó conocer otro terrible virus, uno surgido en el corazón del hombre, y del que, aunque ha lastimado profundamente a la humanidad desde hace mucho tiempo, aún no hay cura; la pobreza. Su madre falleció cuando tenía unos días de nacida, era su cuarta cesárea, uno de sus tíos decidió sacarla del hospital, la razón, “por la falta de dinero”. La llevaron a su casa a los tres días de haber dado a luz por

cesárea y la dejaron sola, para que atendiera a sus hijos y a ella. Finalmente falleció.

Sus dos hermanos mayores, que en ese momento tenían 10 y 8 años continuaron viviendo con su padre, de él sabe que se dedicaba al transporte y que ya tenía otra pareja, por lo que fue una situación compleja para sus dos hermanos que vivían con él. El destino de la tercera y cuarta hija fue diferente, una tía se hizo cargo de ellas. Creció creyendo que ella era su madre biológica, casi no veía a sus hermanos mayores y se les prohibió que les dijeran la verdad. Fue a los 14 años que se enteró que era adoptada. Su padre le dijo que intentó recuperarlas, pero sólo se quedó en buenas intenciones, sus acciones reflejaron lo contrario. Menciona que, en la actualidad, aunque tiene comunicación con sus hermanos casi no convive con ellos, debido a razones que prefiere no mencionar.

Creo firmemente que todo adulto tiene la sagrada misión de proteger y hacer sentir seguros a los niños que tiene a su cuidado, para ellos, su casa y quienes la integran son una extensión de su corazón. Sobre la vida que tuvo con su tía comenta que, al ser hija adoptiva, llegó a un núcleo familiar bastante denso emocionalmente, no entendía porque las atacaban y rechazaban, “nos trataron mal porque éramos las hijas recogidas. Le preguntaba a mi tía ¿por qué nos tienen trabajando?, pues porque para eso las recogimos. Creían que por ser hijas adoptadas éramos las apestadas, las que teníamos que sufrir, las cenicientas”.

En su frágil desarrollo infantil, desgraciadamente conoció con dolor otra faceta del ser humano, la del depredador sexual. Tenía 8 años cuando un familiar llegó a vivir un tiempo con ellas, recuerda con culpa y dolor como este hombre la seducía con dulces y regalos para después abusar de ella. Ahora puede ponerle nombre a ese abuso que violentó su desarrollo e inocencia natural, “era un pederasta”. Lamentablemente, como suele ocurrir en estos actos, hubo silencio y complicidad, al contarlo a su familia no le creyeron y la culparon de seducirlo. ¿Qué puede hacer una niña para salir adelante en esa masacre emocional? Tomar fuerza de las profundidades de su alma y arañar con desesperación los bordes de la vida para no morir. Encontró en el estudio un medio y un refugio para protegerse, en esas circunstancias era comprensible que se pusiera por meta “ser

una erudita”, era un todo o nada, para escapar de esos sufrimientos. Lamentablemente esto trajo repercusiones que fue descubriendo en su cuerpo al pasar los años, para alcanzar esta meta, no dormía, comía poco y siempre estaba estresada, lo que le trajo un deterioro a su cuerpo “de una manera brutal”.

Fruto de la madurez que obsequia la vida a quien está atento a ella, sabe que en el mundo no todo es blanco o negro, que hay variados matices entre estos extremos y que incluso un demonio puede ruborizar a los ángeles al realizar el más noble sacrificio hacia otros y que aún el hombre justo puede cometer la peor de las acciones. Teniendo esto en su corazón, Isabel siente gratitud hacia sus padres adoptivos por el esfuerzo que realizaron “aún con sus limitaciones”, comprende que además del estudio, lo que también le dio fortaleza para salir adelante y no vivir enferma de odio y tristeza, fue “el amor como antídoto, porque ellos sembraron una semilla que hoy en día me permite ser lo que soy”. Amar no implica olvidar, también refirió que se sentía feliz y libre de haber cortado toda comunicación con algunos de los familiares que en su infancia le hicieron mucho daño.

Por mi trabajo como psicóloga clínica, escucho en los relatos de las personas que acuden a terapia, historias de sufrimiento y esperanza. Estoy convencida que cuando más desesperados, asustados y heridos nos encontramos, el odio va creciendo en nuestro interior; frente a esto podemos tomar dos caminos, uno que arrastra a un laberinto de amargura y sufrimiento u otro que puede transformarse en servicio y empatía al sufrimiento de los demás. Descubro que este último fue el camino que ella eligió, “hubiera querido saber lo que es el amor incondicional de una madre y hoy cuando lo veo, me llena de impotencia. Así como tratan a los pacientes en el hospital donde trabajo, con rechazo, así me rechazaron a mí, mi familia”.

Sobre su formación académica y lo importante que fue para ella, menciona que terminó la carrera de Química en siete años. Una parte la realizó en Oaxaca y la otra en ciudad de México, en la UNAM. Eligió Química, porque no había podido salir a hacer una licenciatura relacionada con el océano porque sus padres adoptivos no podían costearle esa carrera. Empezó en Oaxaca y no pudo

terminarla, se quedó en octavo semestre, le faltaban dos semestres para concluirla, la razón, que en ese momento “no se hallaba” y en busca de respuestas entró a un convento religioso en ciudad de México donde estuvo nueve meses. Regresó a Oaxaca, pues no continuó con el noviciado y tomó la decisión de aplicar al examen de la UNAM para concluir su carrera como Químico Farmacéutico Biólogo. Durante su formación en México, una maestra la invitó como profesora adjunta, la apoyó con becas para que pudiera auxiliarse con los gastos estudiantiles. Con el paso del tiempo, irremediamente terminó enamorándose de la carrera.

Recuerda que en la prueba de admisión a la UNAM no contestó ninguna pregunta, “o tal vez una”, a pesar de haber obtenido un promedio de diez durante toda su formación en Oaxaca. Al entregar el examen, un ingeniero de apellido Mendoza, quien aplicó las evaluaciones, le preguntó si realmente quería ingresar a la Facultad, ella le contestó que sí. Él le dijo “queremos que estés con nosotros”, y lo que sucedió después la sorprendió aún más, “un trámite que hubiera tardado seis meses salió en una semana”. Este desconocido quién le aplicó el examen le dio la oportunidad y creyó en ella.

Al hablar de su paso por la universidad, su mente le evoca momentos de esa época, recuerda que, aunque había sacado diez de calificación en Análisis Clínicos, fue una materia que no le gustó y sonriendo añade “mira dónde estoy ahora”.

No todos sus recuerdos por su paso en la universidad son felices, a sus 27 años volvía a aparecer en su vida otro depredador sexual. En una ocasión fue con un amigo a comer y después a bailar, su amigo empezó a sentirse mal, la comida le había producido una alergia por lo que terminaron en un hospital. Al salir de ahí, tomaron un taxi, les llamó la atención que el taxista manejaba muy lento y unas cuadras después, abordaron el mismo, dos hombres que los amenazaron con pistola y cuchillo, los golpearon, les quitaron su dinero y abusaron de ella. Cuando terminó el secuestro exprés, los aventaron a la calle y les dijeron “no los matamos porque se portaron bien”. En ese doloroso estado pudieron tomar otro taxi para

que los llevara de vuelta a un hospital y la pudieran revisar del abuso sexual del que había sido víctima.

Sobre su vida sentimental comenta que conoció a su exesposo cuando tenía 30 años, ambos trabajaban como representantes médicos. El noviazgo duró dos años y quedó embarazada, refiere que se confió debido a que tiene un problema médico que le impedía embarazarse. El embarazo fue de alto riesgo por lo que tuvo que renunciar a su trabajo, aunado a que su exesposo no la apoyaba en el cuidado del bebé ni en las necesidades económicas, sufrió depresión post parto y su situación empeoraba con las frecuentes visitas de su suegra, “cuando sentía que la relación estaba un poco más estable, la presencia de mi suegra llegaba a desestabilizar las cosas”. Su papá era quién la ayudaba “con comidas y con dinero”.

Al hablar de estos momentos de su vida le llegan a su mente más recuerdos dolorosos, como aquel en el que se encontraba lavando ropa y su hijo comenzó a llorar, le pidió ayuda a su exesposo para que lo atendiera, pero él se negó y la golpeó, después de esta agresión tomó el valor de acudir a un centro de atención de auxilio a víctimas y levantar una denuncia por agresión. La abogada que estaba llevando su caso le preguntó “¿por qué estás con tu esposo?”. Una pregunta simple que la llevó a reflexionar y a tomar la decisión de separarse y regresar a casa de sus padres con su bebé de cinco meses.

La separación fue un proceso duro que le permitió vislumbrar la urgencia de conseguir un trabajo, de salir avante volviendo a arañar la vida por sus bordes. Recordó que unos meses atrás había dejado una solicitud laboral como química para un hospital de la ciudad de México, pero no la llamaron así que volvió a intentarlo e insistir hasta lograr que le dieran un trabajo. Refiere que comenzó con un contrato temporal y con perseverancia al pasar los años le dieron la base.

Cuando ella consiguió el trabajo en el hospital, necesitaba que alguien cuidara a su hijo y viviendo en casa de su papá, le pidió ayuda a su exesposo, pero lo que obtuvo de él fue que se robó cosas de la casa. A partir de ese momento comenzó a tramitar el divorcio. En varias ocasiones su exesposo la iba buscar para agredirla porque no regresaba con él.

Cuando la contrataron en un hospital de la ciudad de México, estaba angustiada por su hijo, lo tenía que dejar para irse a trabajar a otra ciudad, se dijo a sí misma: “¿a dónde voy a dejar a mi hijo? Dios puso sus medios y ahí estuve”. Tenía que llegar a las 7:00 a.m. al hospital y viviendo en otro estado, terminó por pagar a una cuidadora de las 4:30 a.m. a las 8:00 a.m., que era la hora en que abría la guardería.

A base de constancia y esfuerzo, consiguió que la cambiaran a la ciudad donde vive actualmente, ya que “mi salud estaba al límite pues fue un esfuerzo muy grande lograr la base y viajar todos los días”. Era frecuente que no comiera lo que la llevó a una desnutrición y desequilibrio. Se sintió afortunada cuando logró el cambio, “me dediqué a empezar a mejorar”. Cree que todo el esfuerzo y privaciones que ha tenido que hacer a lo largo de su vida le ocasionaron un severo deterioro en su cuerpo y aunado a una serie de alergias que no le detectaron en la infancia, fueron determinantes para ser diagnosticada con fibromialgia, osteoartrosis e hipotiroidismo.

Actualmente trabaja tomando muestras a pacientes contagiados de COVID19, en un hospital. Su labor inicia a las 7:00 a.m., recolectando muestras, se toma rápido un café, arregla y deja todo en orden porque ha tenido cambios de área que implican mucho trabajo. Si termina temprano, cuando es semana COVID, se dedica a lavar caretas y programar y preparar reactivos para los análisis del día siguiente, pues son procesos largos porque implican muchos pacientes. Los horarios son estrictos y hay que dosificar micro cantidades por placa y con cronómetro en mano.

Me explica que dentro del hospital para la toma de muestras se dividen en dos formas, una en los cubículos en los cuales los pacientes entran y salen el mismo día y en la otra, en la que a los pacientes hospitalizados se les toma la muestra todos los días. Sus compañeros y ella toman entre 70 a 90 muestras al día en cubículo. Cada semana se van turnando, una semana le toca tomar muestras en cubículo y otra en piso. Otra semana del mes le toca tomar muestras a pacientes con sospecha de COVID-19 o que ya padecen de COVID-19. Al principio le daba miedo tomar las muestras por los riesgos al realizar esta prueba,

sobre todo cuando algunos pacientes tosen frente a ella, entonces, como mantras, le vienen a la mente los pensamientos “cada paciente merece un sumo respeto y mi mejor trabajo” y “Dios ilumíname”.

Comenta que la mayoría del material que reciben por parte del hospital es por donativos, esto incluye batas, cubrebocas y guantes. Reflexiona sobre esto y concluye que el COVID-19 saca lo mejor y lo peor de las personas y las instituciones, en el trabajo tiene que enfrentarse a temores que siente que la van a desbordar y aprendió a irlos afrontando. En esos momentos de tensión “sacamos la adrenalina que nos fuerza a generar acciones, ya sean positivas o negativas, según sea nuestro bagaje cultural, familiar y social, y lo que he observado es que ha habido de todo, hay personas que se han volcado a dar y a apoyar o sencillamente a generar ideas positivas en conjunto y que nos hacen ser mejores seres humanos. También hay quienes quieren sacar provecho de la situación, desde una empresa que sólo reparte material de protección de donaciones y nada que haya realmente comprado para protegernos, o los propios compañeros que están robando cosas a sus otros compañeros, o enfermeras que por miedo no entran a hacer su trabajo con los pacientes en el área de COVID”. Ve con preocupación y tristeza que su trabajo es azotado por el robo hormiga de quienes laboran ahí, lo que empeora la precaria situación en la que se encuentran trabajando, “si yo saco una gasa pido permiso”. Le disgusta que algunos de sus compañeros no valoren la empresa, es un lugar de alto nivel. “La empresa está para que le demos porque se está desmoronando, no para que le quitemos”. En una de las pláticas que tuvimos, comentó con tristeza que en esos días habían entrado a su área de trabajo, forzaron su candado y le robaron materiales.

Alguna vez escuché que un buen médico o en este caso, un buen trabajador de la salud, no lo es sólo por dar el mejor diagnóstico, sino también por proponer un tratamiento. Cree que el problema del personal de algunos del área de la salud es que en muchos casos no han sabido elegir su vocación, “hay que saber elegir tu vocación y amar lo que haces. También es aprender a amar lo que haces y si decides amar lo que haces”.

En una ocasión, ella llegó muy cansada y quejándose del trabajo, su hijo al verla en ese estado le dijo “madre, pero para eso te contrataste”. Confieso que me hubiera gustado ver el rostro de Isabel en ese momento, como toda madre, no recuerda el momento exacto en que su hijo se fue convirtiendo en esa persona madura quien la apoya en las noches oscuras del alma. Imagino que sonrió orgullosamente hacia sus adentros mientras pensaba “mi hijo me dio toda una sacudida”.

En su convivencia con pacientes con COVID-19, observa que en cada persona la repuesta y expresión de infección es completamente diferente, aunque aún falta tiempo para encontrar una vacuna para este terrible mal, descubre con asombro el papel que el amor juega en el trato con sus pacientes, “respeto lo que sucede en el proceso de cada paciente y aunque considero que mi percepción puede ser no tan basta, mucho depende de nuestro estatus emocional, por ello hacer la labor que me corresponde con gusto y con temor, con eficacia y cuidado, pero sobre todo con amor, me lleva a desear transmitirles esa energía, una luz de presencia y alguna frase que sea valiosa para ellos en los momentos que están solos y aislados. Aun cuando sólo sean unos cuantos minutos con cada paciente”.

Al estar en contacto con pacientes que sufren por el COVID-19, experimenta ternura por ellos, al poner en palabras las actividades que realiza en su trabajo, descubre que en la convivencia en el hospital con los pacientes, se crean lazos parecidos a los de la familia, sabe que tienen miedo y lo angustiante que puede ser para ellos estar en el hospital, su propio sufrimiento le ha hecho empatizar con el de ellos, aunque tiene el deseo de abrazarlos, sabe que no lo puede hacer sin que se ponga en riesgo, porque “está el covichito”, así lo llama ella. Para trabajar con pacientes con *covichito* debe cuidarse, tarda 40 minutos para ponerse el uniforme y todo lo que necesita para protegerse.

La ciencia y la fe van de la mano en su trabajo, recuerda la ocasión en que una compañera le pidió ayuda para tomar una muestra de sangre, les era difícil encontrar la vena y más porque en el piso donde estaban no había luz, lo que hacía casi imposible realizar su labor, dicen que “no hay ateos en las trincheras”, estar frente al dolor del otro puede hacernos experimentar valentía y una temeraria

confianza en un poder superior, fue en ese momento, que estando frente a este paciente de venas tímidas, tuvo el que quizá fue uno de sus rezos más devotos de su vida al suplicar “Dios guíame y así hago la punción”.

Entre los relatos del día a día, le ha tocado vivir la muerte de pacientes por el “covichito”, en algunos casos pueden estar ahí acompañándolos en sus últimos momentos de vida, pero en otros casos y debido a la carga de trabajo que los rebasa, no se dan cuenta cuando alguien muere, “en una ocasión saliendo del instituto colapsé, era problemática tras problemática. Traigo el olor a muerte, la desesperanza de ver a los pacientes que no pueden siquiera pedir un vaso con agua. Llegue con mi hijo ese día y traté de explicarme lo que es el *amor*”. Se siente dividida, una parte de ella quiere seguir atendiendo a pacientes que sufren por el “covichito” y al mismo tiempo tiene miedo de contagiarse y morir, le preocupa que su hijo quede desamparado, aunque le reconforta saber que ya puede salir adelante en la vida a sus 17 años. Quiere animar a su hijo y que no se angustie por ella, que comprenda la labor que realiza, le dice “mi amor, ya me puedo ir, sólo entiende que el amor significa poder ver al ser humano del otro lado, empatizar, hacerlo bien sin lastimar. Es ponerte una careta y respirar y hacer el trabajo lo mejor posible”. Cuando llega a su casa, lo primero que hace es desnudarse, dejar su ropa y zapatos en una tina, bañarse y posteriormente convivir con su hijo, sabe que al cuidarse a sí misma lo cuida también a él.

Es ahora cuando la advertencia del filósofo Nietzsche tiene más sentido para nosotros, “cuando miras largo tiempo al abismo, el abismo también mira dentro de ti”, compruebo que al tratar con cosas oscuras éstas mostrarán nuestra oscuridad, como personas y como humanidad, y creo que el *covichito* es la oscuridad que nos espeja. A Isabel le sorprende las actitudes irracionales que han tomado algunas personas y autoridades frente al virus, desde argumentar que no existe, la minimización de sus efectos al creerse inmunes o las agresiones que ha habido por todo el país hacia el personal médico, vive en carne propia el mensaje de desesperación que un compañero del gremio médico subió a redes sociales invitando a reflexionar sobre “¿qué pasaría que ante esa situación todo el personal de salud decidiera abandonar los hospitales?, ¿quién te va a atender?.

¿Si a ti no te importa la vida de los médicos y sus familias, por qué el personal de salud se tiene que sacrificar por la tuya?, ¿por qué ellos tienen que poner en riesgo su vida y la de su familia a cambio de la tuya y los tuyos, afectada por tu irresponsabilidad?, ¿crees que la única vida que importa es la tuya y la de tu familia? Estás muy equivocado ciudadano inconsciente, hasta hoy han muerto médicos en todo el país, grandes médicos, personas honorables y de bien, personas que dieron todo por mantener tu salud, gente valiosa para la sociedad, hermanos de profesión, personas que no debían morir, personas que murieron por atenderte a ti que te valió y te sigue valiendo la contingencia. Murieron también enfermeros que se partieron el lomo y dieron mente y corazón por sacarte adelante. ¿Crees esto justo? y tú que te vas al Oxxo, haces fila para comprar cerveza, haces fiestas....

El personal de salud está agotado física y mentalmente y sobre todo decepcionado por tu falta de empatía. ¡Esto es un grito de auxilio desesperado por mis colegas que están en la primera línea en este campo de batalla, por ellos y por sus familias, ya basta!”. Para Isabel es importante que las personas escuchen este mensaje, sin importar el medio por el que sea, porque el silencio es una segunda muerte para todos los trabajadores de la salud que dieron su vida por otros en su lucha contra este terrible virus.

A pesar de lo que ha vivido, Isabel no pierde la esperanza, su vida le ha mostrado que, así como hay actos que promueven muerte, también hay actos que promueven vida. Creo que a esto se refiere cuando me dijo “entiendo que el calibre humano no tiene medida”. Le pide a Dios que le permita seguir haciendo su trabajo y que le dé la fortaleza que necesita en todos los sentidos, “hoy siento que me parto en mil pedazos y sólo necesito pegarme de nuevo y sacar fuerzas de Dios, de la Vida”.

Al ver a las personas hospitalizadas, en la soledad de sus camas, cansadas y adoloridas por los tratamientos que han recibido y también por los días que llevan internadas, mira con ternura sus cuerpos, son los vestigios de una vitalidad y fortaleza que antes brotaba de ellos, percibe su tristeza, sabe que se sienten prácticamente abandonados, dudando si volverán a ver a sus seres queridos,

rogando por una segunda oportunidad al Dios en el que cada uno cree. Es en esas horas oscuras que el trato humano y compasivo de médicos, enfermeras y todo el personal que los asiste, los hace sentir que hay esperanza, que no todo está perdido. Sabe que el amor no curará a las personas que tienen *el covichito*, pero está segura de que ningún tratamiento médico esta completo sin él.

Cree que los seres humanos somos más que materia y circunstancias, lo que somos, sea médico o paciente, no depende tanto de lo que hacemos, sino de lo que somos capaces de hacer cuando menos lo esperamos. ¿No consiste en esto el origen de una joya?, una joya no es más que una piedra que ha sido sometido a calor y presión intensos. No existen coincidencias y lo extraordinario siempre se esconde en lugares donde la gente nunca se le ocurriría mirar.

Al escuchar la historia de Isabel, recuerdo las palabras del filósofo español Ortega y Gasset, “soy yo y mis circunstancias” y descubro que no sólo somos héroes por las proezas que realizamos sino también cuando sanamos nuestro sufrimiento. Este relato es un fragmento de la vida y testimonio de Isabel, no es casualidad que la palabra testimonio tenga su cuna en la palabra mártir, si hacemos memoria, un mártir era aquella persona que en la tribulación daba su vida por aquello en lo que creía y amaba. Así percibo a personas como Isabel, mujeres que luchan y entregan su vida por aquello en lo que creen y aman, y que en momentos de adversidad encuentran su fortaleza en su vocación de servicio a los demás, y que al añadirle amor a lo ordinario, a lo que va haciendo a lo largo de su vida, lo ha ido transformando en extraordinario, en un antídoto para muchos males.

Dama Azteca

"Sofía D. Norcross"

Esta historia está basada en una mujer increíblemente fuerte y a la vez, con una dulzura inmensa e inagotable. Dedicada a cada parte de su vida, con el objetivo de ser una mujer bien preparada, no importando si se trataba de hacer el mejor rollo de carne, atender a un paciente en estado grave, instruir a nuevos Técnicos en Urgencias médicas o siendo la jefa de turno más competente, ella siempre daba el 100%. En su vida no había cabida a la mediocridad ni la falta de dedicación, y aunque esto le podría ganar enemigos, no estaba dispuesta a tolerar poner la vida de una persona en peligro por falta de instrucción.

Esa mujer era mi mamá, Irma Teresa Sánchez Rosas.

Mi mamá intentó, realmente intentó, mantenerse a salvo, y a tantas personas como pudiera. También trato de no preocuparse de más, tenía miedo, como todos los trabajadores de la salud, pero le gustaba lo que hacía y tenía mucho que demostrarle al mundo, al sistema y el ámbito machista al que pertenecía profesionalmente.

Ella era el ejemplo de muchas personas, sobre todo mujeres, no solo en su familia, también en su trabajo como T.U.M. (técnico en urgencias médicas) en la base Fénix del municipio de Tlalnepantla de Baz, como instructora en Cruz Roja Mexicana Cuautitlán, en cada curso que dio, a civiles y a profesionales. A todo aquel con quien tuvo que convivir, dejó una huella, incluidos sus pacientes. Con 20 años ejerciendo esa profesión que tanto amaba, la cantidad de pacientes que vio no podrían contarse.

Ella sabía lo poco que realmente podía hacer con lo que les dijeron en la junta de “Procedimientos para pacientes de COVID-19”, la mala calidad de la información, la mala calidad del equipo médico y, sobre todo, el poco profesionalismo con el que tratarían todo. Así que busca la manera de complementar la falta de información; lee la ficha técnica de los trajes Tyvec, artículos sobre protección de riesgos para el personal sanitario o la ficha técnica de las mascarillas N95.

Porque, entre los muchos obstáculos a los que se había tenido que enfrentarse en la vida, uno muy recurrente y por el cual se había dedicado a ser una de las instructoras más estrictas, era la falta de calidad humana y profesional

de algunos; no solo T.U.M., también médicos, enfermeros, camilleros, y hasta policías.

Tenía muy claro que para ser un profesional de la salud había que tener vocación, tenías que querer hacerlo, pues no era nada fácil enfrentarse a lo que se podía presenciar si no estabas convencido de que lo que querías hacer era ayudar a las personas que lo necesitaban.

No tenía mucho que la habían promovido a jefa del tercer turno de nuevo, por lo que ella se sintió con la responsabilidad de cuidar a sus compañeros, pues sabía que ellos también tenían familias a quienes cuidar. Y ellos confiaban en ella, pues tenían muy claro que, si alguien estaba preparada, ese alguien sería Irma Sánchez.

Ella tenía sus vacaciones programadas para principios de abril, y recién comenzaban los primeros casos en México, y en el estado; fue cuando llamaron a todos para la junta. Pero estaban desinformados, como casi todo el gobierno. Y no precisamente en el manejo del paciente, sino en el material, la desinfección y el desecho de insumos médicos contaminados.

Ella decidió investigar por su cuenta y, con ayuda de su esposo, logró recabar la información e insumos correctos. Entrenó a su equipo de trabajo con las técnicas adecuadas y así minimizar los riesgos existentes en medida de lo posible para todos. Porque era una excelente líder.

Sí salió de vacaciones, consciente de que ahora sus compañeros estaban preparados para hacer las cosas correctamente, aunque ella no estuviera en persona, pues aún en su ausencia, ella seguiría supervisando y reportando todo conforme a las reglas.

Ya había demostrado anteriormente su capacidad como jefa, pero cada vez que llegaba una nueva administración, la destituían porque no creían que una mujer pudiera ser buena al mando. Pero ella sabía que las personas caen por su propio peso, y que al final se darían cuenta de que las personas con palanca no sabían cómo hacer bien el trabajo. Mientras tanto, ella seguiría trabajando, siendo la profesional que las personas merecían.

Y lo era, una muy buena, siempre cálida y atenta con sus pacientes. Actuaba tranquila ante las situaciones difíciles, les hablaba con firmeza y claridad, dándoles la seguridad de que ella sabía lo que estaba haciendo y les ayudaría. Claro que no era igual de cálida con todos, los pacientes difíciles, como conductores ebrios o asaltantes, personas que ponían en peligro la vida de los demás, además de la propia, no eran de su simpatía. Pero le gustaba su trabajo y lo hacía de igual manera, por muy difícil que fuera, la situación, el paciente o incluso sus compañeros.

Ella ya había procurado por su familia antes de que empezará la cuarentena, dándoles información sobre cómo debían cuidarse, cuáles eran los cubrebocas efectivos, regalando esos mismos cubrebocas a su mamá y su abuela, incluso una careta, para que no tuvieran contacto directo con nadie.

Durante sus vacaciones, se mantuvo al pendiente de su trabajo, reportando todos los posibles casos de COVID-19, monitorizando la salud de sus compañeros, resolviendo todas las dudas que tuvieran, tanto ellos como sus amigos, alumnos y familiares, dándoles calma y seguridad en medio de tanta incertidumbre.

Organizó una pequeña comida conmigo y mi familia por el cumpleaños de mi papá, dado que los planes originales habían sido cancelados. Jugamos, comimos y nos divertimos mucho. Ambos se mantenían en casa, pues ella había previsto no salir y había hecho la compra de la despensa. Hicieron reformas en casa, planearon a futuro actividades y reuniones, los viajes, pues le acababan de prometer un viaje a la playa a su nieta para celebrar su cumpleaños.

Antes de que ambos volvieran a trabajar, se organizó otra comida solo con nosotros. Fue la última vez que pudimos vernos de cerca. Y fue un día muy bueno. Le deseé mucha suerte a su regreso y que se cuidara mucho, pues ella me preocupaba especialmente ante la falta de insumos en su trabajo y su historial de problemas bronquiales, lo que la hacía vulnerable a pesar de ser una mujer joven y saludable.

Mi papá le consiguió, de su trabajo, mascarillas N-95 para su protección. Ella compró cubrebocas quirúrgicos con su propio dinero, e incluso se planteó

seriamente comprar una máquina nebulizadora para poder desinfectar de manera más completa y correcta a sus compañeros que regresaran de servicios con pacientes sospechosos de COVID-19, pero tendría que ponerla de su bolsillo y eso afectaría su economía de manera importante, ya que el municipio no estaba dispuesto a comprarla.

Durante sus vacaciones, hubo un incidente en otro turno de su trabajo, y tras una decisión apresurada y mal manejada, se cambió a todo el personal de los tres turnos, lo cual hizo que el equipo que ella había capacitado y con el que sabía que podía contar pues era profesionales bien entrenados, se cambiara y ella tuviera que volver a empezar la capacitación. Pero el personal que ahora llegaba al turno a su mando era poco capacitado, además de irresponsable y problemático, con quien ella ya había trabajado y probado sus conocimientos de primera mano, siendo estos ineficientes.

De igual manera, ella trató de seguir al pie de la letra los protocolos establecidos. Le habilitaron una unidad específica para pacientes sospechosos de COVID-19, les dieron trajes *Tyvec* y los dejaron a su suerte.

Ella tomaba la temperatura de todos al entrar al turno, mandaba las fotos de su personal y de la toma de temperatura al chat oficial en donde se reportaba todo lo relacionado a la pandemia, como parte del protocolo que el municipio les había pedido. Pero su protocolo también decía que los trajes especiales debían guardarse durante tres días y podía ocuparse de nuevo, cuando en el mundo entero, los especialistas decían que era de un solo uso y debían desecharse con extremo cuidado.

También se decía que debían bañarse los paramédicos que hubieran tenido contacto con pacientes sospechosos inmediatamente después de regresar de un servicio, sin tocar nada ni tener contacto con nadie, pero sus compañeros no hacían caso, ni siquiera al momento de comprar sus cubrebocas llevaban los correctos. Las indicaciones internacionales avalaban cierto tipo de mascarillas, no cubrebocas civiles, tenían que ser especializados para trabajadores de la salud.

Cada vez tenía más pacientes sospechosos, ella los reportaba todos, fueran o no trasladados al hospital. Sin embargo, sus compañeros caían en

errores que no se podían permitir en esos momentos, como tomar mal los signos vitales o reportar de manera incorrecta a pacientes que, al final, no se sabía si eran o no sospechosos.

Ante tantas complicaciones, ella se planteó salirse de ese trabajo, ya que el riesgo era muy alto, pero no lo hizo, decidió seguir adelante por ella, por su familia y por sus pacientes. Por una atención adecuada.

Ni siquiera temía por ella tanto como temía por los demás, por su esposo. Tenía miedo de que él se infectara, y hablaron mucho del tema. Recordaron sus promesas de volver a casarse en sus ya cercanas bodas de plata, de llegar juntos a viejitos y tener una casa donde pudieran tener a sus perros y sus plantas. Donde las cenas familiares pudieran tener a todos sus nietos corriendo y jugando. La promesa de partir de este mundo juntos en cama, abrazados, cuando llegará la hora.

También hicieron el pacto de no ir a ningún hospital si se enfermaban, de quedarse en casa hasta las últimas consecuencias, sin tubos, ni solos. Pero ellos creían que no pasaría, tenían fe en ello. Sin embargo, los planes salieron muy diferentes a lo que esperaban, a lo que todos esperábamos.

El sábado dos de mayo, ellos van a casa de su mamá y su abuela para ayudarles con la mudanza, pues se cambian del quinto al primer piso. Van con toda la protección adecuada y no comen ahí. Ella trabaja el día siguiente, momento en que le hacen la prueba de COVID-19 porque ya han salido infectados entre sus compañeros, y le lastiman las mucosas. Presenta dolor de garganta después de la prueba, pero debido a la lesión, no le preocupa demasiado.

Vuelven a ir a casa de su mamá, para terminar de la mudanza y ayudar a colocar todo en su lugar, con la protección adecuada. Hablan de llevar una dispensa, pues la situación es complicada y no hay mucho dinero, además de que hay que pagar renta en el nuevo departamento.

De regreso, el plan es pasar a dejar a mi papá al trabajo, pero él la nota decaída, por lo que le toca la frente. Tiene fiebre. Él avisa a su trabajo que no puede ir, y ellos le permiten ausentarse todo el tiempo que necesite, al igual que ponen sus recursos a su disposición.

Yo le pregunto cómo está al día siguiente, dado que mis alarmas se encendieron por un estado de WhatsApp. Me explican la situación, pero me dicen que esperaran los resultados de la prueba, que se los entregan el día siguiente. Tengo miedo y espero que sea otra cosa.

Los resultados salen negativos, sorprendentemente, pero hay antecedentes de pruebas contaminadas por mal manejo, por lo que no esperan más tiempo y comienzan el tratamiento recomendado. Los medicamentos, en su mayoría, son puestos por ellos, pero reciben algunos de parte del trabajo de mi papá.

Y a pesar de todo, ella sigue reportando a su trabajo los casos sospechosos de COVID-19, aun con la fiebre y el dolor. Hasta que ya se siente demasiado débil para seguir.

Mi papá nos hace videollamadas para darle ánimos, ya que vernos siempre la hacía sentir más animada. Cada vez está más ronca, y la fiebre solo se da por ratos, pero aun sonríe debajo del cubrebocas. Mi papá no deja de cuidarla y llenarla de mimos; la besa en todo momento, a pesar de las quejas de mi mamá, pues él también presenta algunos síntomas a la par de ella, pero ya no sentía nada. Quería que sintiera todo su amor y su apoyo incondicional.

Comienza a necesitar oxígeno, pues le duele la cabeza. Después, la insuficiencia se hace más notoria, ahora ya siente que no puede respirar. Debido a esto, casi no come, así que necesita soluciones intravenosas; su gastritis también empeora dado todos los medicamentos que debe tomar. La fiebre deja de ceder.

Hablamos por mensaje es el 10 de mayo, donde le pregunto cómo se siente y la felicito por la fecha. Me dice que irá a su clínica para tomarse una radiografía y ver sus pulmones. Le mando un abrazo no muy fuerte, para no lastimarla, y le digo que cuando se sienta mejor vamos a comer un pastel todos juntos, para celebrar los cumpleaños y su recuperación. No sabía que sería la última conversación con ella.

Ese mismo día vienen a mi casa a pedirme un favor, hacer un respaldo de las radiografías por si acaso no se ven. Y esa sería la última vez que la vería, de lejos y al otro lado del carro, saludándola y solo escuchando un débil *hola* de su parte, pues casi no podía hablar ya.

Al día siguiente, sería el primer intento de hospitalizarla, pues el oxígeno parece que ya no le ayuda con la insuficiencia respiratoria. Pero la clínica saturaba bien, así que la regresaron a casa. La noche del día 12 de mayo, es la última noche que pasaría en su cama. Al día siguiente, ella sería hospitalizada; la debilidad le impedía caminar, pero ella aún hacía el esfuerzo.

Mientras estuvo hospitalizada, encontró antiguos alumnos suyos que estarían con ella, entre ellos su mejor alumna, que era su amiga y como una hija para mis padres.

Gracias a ella, mi papá pudo tener contacto con ella por llamadas y videollamadas.

Durante la primera semana en que estuvo en el hospital, toda la familia se mantuvo al pendiente, se le consiguió un medicamento para abrir sus vías respiratorias que no tenía ahí, se le estuvo hablando y parecía haber mejoría.

Pero durante la madrugada del martes de la siguiente semana a su ingreso, presenta una dificultad importante para respirar, y el médico toma la decisión de intubarla. Esperamos que ella supiera, mientras se quedaba dormida, que no estaba sola.

Durante una semana más, estuvo intubada. Mi papá siguió mandándole notas de voz que le ponían los enfermeros que eran sus conocidos, al igual que sigue con las videollamadas. Y aunque el diagnóstico es reservado, su condición es estable y eso mantiene vivas las esperanzas de sus familiares y amigos.

El viernes 22 de mayo le informan a mi papá que se le pudo bajar la intensidad al ventilador, así que el panorama pinta mucho mejor. Le darán antibióticos de amplio espectro para evitar infecciones. El domingo le dicen que, si todo sigue igual, esperan poder despertarla a más tardar el martes. Todos tenemos mucha esperanza de que pronto salga de todo esto.

Pero el lunes, a mediodía le informan que la fiebre ha regresado y que los antibióticos no parecen surtir efectos. También han tenido que subir la intensidad del ventilador al máximo; dicen que intentarán darle antibióticos más potentes. Pero ambos sabemos que eso no es una buena noticia. Y el miedo hace mella en nuestros corazones.

A pesar de ello, mantenemos las esperanzas de que ella saldrá bien de esto, por muy desolador que se vea el panorama. Mi papá reza por ella, mi hermano también, y aunque yo no sea una persona creyente, decido intentar conectar con ella para darle fuerzas esa noche, antes de dormir.

No me permití en ningún momento pensar en que tal vez ella no lograría ganar la batalla. Pensamientos negativos podían atraer cosas negativas a nuestras vidas, o al menos eso creía. Por lo que no estaba preparada para lo que pasaría en unas horas. Creo que nadie estaba preparado para ello.

En la madrugada del martes 26 de mayo, a la 1:30 a.m., cae en paro. Tratan de reanimarla por treinta minutos. Pero la sepsis se ha apoderado de su cuerpo.

Aún estaba despierta cuando sonó el teléfono. Y en cuanto entra la llamada, lo sé.

Contesto esperando algo diferente a lo que ya temo, solo porque no quiero saberlo. Al otro lado del teléfono, la voz destrozada de mi papá me dice que mi mamá ya está descansando. El dolor me cierra la garganta, pero mantengo la compostura y pregunto con voz ahogada si hay algo que pueda hacer. Al colgar, me quiebro.

Lloré media hora a grito tendido. Llamé a mi hermano, no dijimos nada. Llamé a mis abuelas, a mi tía; pasó lo mismo. Dormí dos horas y acompañé a mi papá a la clínica para el acta de defunción y el cuerpo.

No se puede hacer un funeral, pero ya hay algo planeado para despedirla. Mi papá puede entrar a verla una última vez para el reconocimiento, dice que parece que esta dormida profundamente, que se ve tranquila.

No he asistido a muchos funerales ni homenajes póstumos, pero me atrevo a decir que lo que ese día presencie en su honor fue la despedida más bonita que le podrían haber hecho.

Se inició una procesión desde la clínica, liderada por la carroza fúnebre y seguida por nosotros. Escoltándonos, patrullas y policías motorizados, deteniendo el tráfico a nuestro paso. Detrás nuestro, todas las ambulancias de su trabajo, más ambulancias de la Cruz Roja Mexicana Cuautitlán, y también de Tlalnepantla,

siguen con sirenas encendidas y en orden la procesión. Familiares y amigos vienen entre ellas.

Llegamos a la Av. Mario Colín, en el centro de Tlalnepantla. Y paramos en la estación de bomberos, donde todos los camiones y los trabajadores sociales, además de los bomberos y otros socorristas la esperan para darle un toque de sirenas.

Durante por lo menos cinco minutos, todos los camiones de bomberos, las patrullas y las ambulancias mantienen las sirenas encendidas en su honor. Sobre la carroza, y posteriormente sobre nosotros, algunas personas sueltan pétalos de claveles blancos. Mientras los demás aplauden o solo se mantienen en respetuoso silencio.

Y ahí, en medio de todo, mi papá y yo lloramos desconsolados, pero juntos. De dolor, de admiración, de agradecimiento.

Después, la procesión sigue hasta su lugar de trabajo, donde ya tienen una lona con su foto rodeada de coronas de flores que probablemente a ella no le gustaban, pero que estoy segura agradecía infinitamente. La carroza entra y se estaciona de modo que la caja quede viendo hacia todos los presentes reunidos. Mientras yo voy por la familia, le acomodan su foto y las flores junto a ella.

Su jefe inmediato da unas palabras en su honor sobre lo buena que era en su trabajo y lo mucho que hizo y aportó a su comunidad, además de lo mucho que la extrañarían. Después cedió el micrófono a mi papá.

Él les dijo a los presentes lo agradecidos que estábamos de que estuvieran ahí, y dejó en claro que el mejor homenaje que le podían hacer era ser unos buenos profesionistas, nunca dejar de estudiar y de cultivarse, dar lo mejor de sí. Pidió que se cuidaran mucho, pues ya había demasiadas bajas entre el personal de salud. Dijo también que ella era la mejor en todo lo que hacía, y no dejaba de ir a cursos y de aprender cosas nuevas para brindar la mejor atención a sus pacientes.

Al finalizar sus palabras, se hizo un pase de lista, en donde se la nombra como la comandante Irma Teresa Sánchez Rosas. Se le dio un minuto de

aplausos y otro minuto de toques de sirenas, en donde todo su equipo de trabajo, tanto el antiguo como el más reciente, aplaudieron para ella.

Después de eso, fuimos a Cruz Roja Mexicana Tlalnepantla, donde se le otorgaron un reconocimiento *post mortem* por su labor en la institución. Muchas personas que trabajaron con ella en sus inicios, o que la vieron como estudiante aun del curso de T.U.M., contaron hermosas anécdotas sobre ella y alabaron su trabajo. Dieron un último minuto de aplausos, además del toque de sirenas.

Al finalizar, la mayor parte de las ambulancias regresaron a sus bases, aparte de las que ya se habían retirado por los servicios que habían salido. Hablamos con la enfermera que la cuidó, la que era como su hija, quien nos dijo, entre lágrimas, que ella la había cuidado lo mejor que había podido, que se había ido tranquila, sin sufrimiento.

Nos quedamos ahí hasta la hora de ir a incinerarla, donde algunos amigos aun nos acompañaron. Cuando la pasaron a los crematorios, un camión de bomberos y una ambulancia le dieron el último adiós con las sirenas mientras los hornos hacían su trabajo. Luego de eso, sólo quedó esperar.

Casi 24 horas después de esa triste llamada, tenía a mi mamá en su urna en mi regazo, abrazándola. Regresábamos a casa.

Han pasado ya dos meses desde su partida, sus cosas han sido reubicadas entre sus amigos y familias, ella está en su altar y la vida sigue su curso, como siempre.

Escribieron dos artículos sobre ella, le hicieron videos, subieron muchas fotos de ella agradeciéndole todo lo que había hecho por las personas, hicieron un reportaje en su honor. Y no podemos sentirnos más orgullosos de ella.

Todo lo que hicieron a su memoria nunca habría sido posible si no hubiera sido por su excelente trabajo. Todos los homenajes fueron porque ella era una profesional increíble, aunque no estuviera en horario de servicio, jamás dudó en ayudar a nadie. Familia, amigos, vecinos, conocidos o desconocidos, si había alguien enfermo o accidentado, podías recurrir a ella por ayuda, un consejo o una crítica constructiva. Era la mujer más increíble que haya conocido, y se merece toda la admiración que le tienen. Y espero que algún día podamos volver a verla.

La piel detrás del traje

"Soun"

*“Solo puede aliviarnos la ternura,
el afecto que surge entre los humanos,
tristes criaturas que han aprendido a contar las horas”*

Rafael Narbona en:
‘La peste’: Albert Camus en los tiempos del coronavirus

Algo sabíamos, las noticias en las redes, la televisión y la radio habían estado anunciando la expansión *del virus* como una ola que nace en un estanque a punto de derramarse. Algo sabíamos sí, pero cuando el estanque es demasiado grande tenemos la ilusión de que la ola llegará empujándose, débil. La realidad es que en la medida en que se desplaza se hace cada vez más grande hasta que finalmente nos golpea y nos sumerge por completo.

La mañana del 30 de marzo fue así, como una ola que nos cubrió sin saber cuándo sería el último respiro. Así fue para mí, a pesar de que días atrás se había discutido quiénes seríamos los primeros en estar al frente de la primera terapia de COVID-19 en la torre de especialidades. A pesar de eso, la mañana que finalmente ingresé sentí cómo el agua nos golpeó en seco, sin que nadie tuviera realmente certeza de nada. Con esto no quiero decir que en mi hospital no se tomaran las medidas necesarias para recibir a los primeros pacientes porque, en realidad, todo había sido montado con la premura necesaria. Lo que quiero decir es que de pronto todos estuvimos frente a la ineludible realidad de que el cuerpo médico no está conformado por máquinas que acaten indicaciones sin chistar, ni tampoco por respiradores que puedan suplir todos los cuidados que una enfermera o un enfermero brinda a su paciente. Está constituido por seres humanos cuyas vidas personales de la noche a la mañana se vieron amenazadas por un panorama extraordinario que rápidamente impuso condiciones contempladas sólo dentro de una asignatura fría y lejana de la formación académica, y nunca como una realidad que súbitamente nos pudiera alcanzar hasta tenerla literalmente en la cara de todos, especialmente en la cara de quienes más amamos.

Fue esa serie de pensamientos y no otra cosa lo que brotó de los semblantes de mis compañeros de hospital cuando estábamos reunidos

decidiendo quiénes cubriríamos la primera terapia COVID de la torre de especialidades ¿quiénes seríamos los primeros en recibir a los pacientes? ¿cómo haríamos para proteger a nuestros familiares en casa? ¿quién cuidaría de nosotros si llegásemos a enfermar? ¿Y de ellos si llegáramos a faltar?

Así, durante esa reunión se buscaron muchas justificaciones para lograr estar lo más lejos posible de la terapia. Se aludió desde luego a los hijos, a los padres, a los abuelos, a todos aquellos en quienes pensamos cuando nuestra vida se pone en riesgo. Pero también, en secreto, y precisamente pensando en ellos, ese día asomaron entre las palabras pequeños gestos, miradas que dejaron de manifiesto quienes se creía tenían menos que perder; para que fuera ese otro y no nosotros quien pasara al frente.

La respuesta era natural, todos teníamos miedo. Miedo que asomaba de cada palabra que se blandía para alejar la amenaza y poner una barrera entre ese *virus* invisible y los nuestros, entre *el virus* y nuestros hogares. ¿Alguna vez el cuerpo médico se encontró en una situación como esta? ¿Había estado alguna vez ante el escenario de una enfermedad que se expande y continúa dejando miles de muertes a su paso por los cinco continentes?, que asoma en todas partes, que paralizó y cambió el mundo. Pero, sobre todo, que nos dejó ver lo frágiles que son hasta los mejores sistemas hospitalarios cuando cayeron desbordados, impotentes ante la incapacidad de brindar suficientes camas y respiradores para todos los enfermos que lo requirieron. Enfermos, además, que en el peor de los casos fallecieron sin poder volver a ver a sus familiares, luego de haber pasado una solitaria agonía apenas con la compañía que su enfermera o enfermero haya podido procurarle.

Como mis compañeros, temía por la familia con la que vivo: mis padres, mis hermanos, mi sobrino; y aun por la familia que todavía tengo pero que deseo. Sin embargo, al ver como los rostros de mis compañeros se giraron evadiendo los ojos de ese paciente que aún no estaba ahí, pero que muy pronto sólo nos tendría a nosotros para salir adelante y volver con los suyos, simplemente no pude voltear a otro lado. La decisión de entrar o no entrar ya estaba tomada.

—Bueno, a ver, compañeros. Está bien, yo entro, pero propongo que nos rolemos todos. Somos un equipo y nos necesitamos mutuamente. Además, vivo también con mis papás que también son mayores. Y no, no tengo hijos ni estoy casada, pero eso no me hace menos importante «no me hace menos valiosa, más prescindible, menos mujer.» —Pensé—. En mi casa también me necesitan. Nos rolamos y de esa forma es justo para todos. Así también nos aseguramos de poder descansar para no enfermarnos y poder atender bien a los pacientes.

La mayoría estuvimos de acuerdo, aunque hubo quienes buscaron licencia para evitar ingresar a la terapia COVID de cuarto piso; ese cuarto piso que se convirtió en un símbolo de entrega, sí, pero también de soledad, aislamiento y renuncia.

II

Eran las 5:00 de la mañana del lunes 30 de marzo, apenas mi alarma sonó ya tenía los ojos abiertos para comenzar a prepararme. La primera terapia había sido habilitada tres días antes y ese día yo me encontraría con mis primeros pacientes. Durante el fin de semana había estado preparando todo para ingresar. Ya tenía armada mi maleta con toda la ropa necesaria, mi equipo, objetos para baño y de higiene personal, zapatos, sandalias, y sobre todo el material que me protegería del contacto directo con los pacientes. Había procurado comprarme por lo menos lo más esencial desde antes, porque, si bien en el hospital nos dijeron que nos proveerían de todo el equipo: *goggles*, cubrebocas, caretas, guantes etc., todos habíamos sido testigos de innumerables videos y publicaciones que se habían difundido en redes sociales de colegas que denunciaban el desamparo en el que su institución los había dejado. Todos temíamos enfrentarnos ante una situación de desabasto de insumos. «Dios, yo los cuido si tú me cuidas. Yo los ayudo si tú me ayudas a no enfermarme» rezaba mientras salía del baño y comenzaba a arreglarme.

Esa mañana, aunque no acostumbraba a hacerlo, comencé a prepararme un desayuno completo antes si quiera de que saliera el sol, antes si quiera de tener hambre. A partir de ese día tendría que ser muy meticulosa con mis propios

hábitos: dormir bien, comer bien, beber suficiente agua y realizar actividad física, aunque fuera desde casa. Tendría que mantenerme fuerte para poder cuidar de mis pacientes y no enfermarme. Una vez que terminé el desayuno y bebí suficiente agua entré a mi habitación, tomé mis cosas y me despedí de mi madre.

Al llegar al hospital vi desde la rampa de urgencias la torre iluminada por las mismas luces fluorescentes de siempre, pero, de pronto me pareció que el cuarto piso brillaba con un aire particular, enfermo, sombrío. Sentí entonces una opresión en el pecho, como si me faltara el aire. «Dios, yo los cuido si tú me cuidas. Yo los ayudo si tú me ayudas a no enfermarme.»

Entré a los vestidores que a partir de ese día se convertirían en nuestra antesala a la terapia. Me cambié la ropa de civil y me despojé del poco maquillaje que llevaba; ese maquillaje que durante tantos años siempre había caracterizado a Ani. Encontré el traje especial que usaría el resto del día hasta terminar mi jornada: el gorro, los *goggles*, el cubrebocas N95, los dos pares de guantes, la bata, el pantalón y las botas quirúrgicas. «Dios, yo los cuido si tú me cuidas. Yo los ayudo si tú me ayudas a no enfermarme.» Respiré profundamente y me miré en el espejo. No quedaba nada de mí, me había convertido en ese traje, en un personaje anónimo dentro de la batalla contra el COVID-19. Ingresé. Apenas puse un pie dentro de la unidad me recibieron mis compañeras y compañeros de la guardia nocturna, estaban todos en shock.

III

Soy enfermera desde hace 14 años y enfermera intensivista desde hace 4. Decidí tomar esa especialidad porque siempre me había sentido insegura cuando me tocaban pacientes graves. Sabía que mi temor se fundaba en el desconocimiento. Como no sabía cómo cuidarlos temía que se presentara una situación ante la cual no supiera cómo actuar, qué hacer, cómo auxiliar. Una enfermera, sin embargo, desde mi perspectiva siempre tiene que ser capaz de saber qué hacer ante una emergencia. Así que durante toda mi carrera siempre había buscado prepararme para enfrentar cualquier situación. Ese día, sin

embargo, me di cuenta de que hay situaciones ante las cuales uno siempre vuelve a sentirse inseguro, vulnerable.

¿Alguna vez realmente me imaginé en una circunstancia como esta? ¿Cuántas enfermeras y enfermeros en el mundo habrían podido estar verdaderamente preparados para enfrentar una pandemia? Lo que tambaleaba dentro de mí no eran mis conocimientos, sino la certeza de que todo volvería a ser como antes, de que cuando esto terminara nos sentaríamos en la mesa a desayunar los mismos que éramos antes. En ese momento, sin embargo, debíamos actuar. Ir en contra del primer instinto de supervivencia que nos incita a darnos la vuelta y ponernos a salvo; ir en contra del temor y de la incertidumbre para poder estar al frente y ser capaces de tender la mano, de tendernos mutuamente la mano.

Eso fue lo que hicimos, así lo viví cuando mis compañeras y compañeros de la noche salieron. Porque, a pesar de que pude sentir zozobra y desconcierto en ellos a través de sus trajes, sus *goggles* completamente empañados y sus voces que se perdían entre la barrera del cubrebocas y la careta, ahí se encontraban otros seres humanos que pese a todo lo que pudieran sentir ahí estaban, haciéndome saber por lo menos lo más básico para conocer a lo que me enfrentaría. Ahí estaba otra enfermera, otro enfermero, dándome un gesto de solidaridad. No sabía quiénes eran, no podía reconocerlos. Sin embargo, en ese momento sentí que estábamos todos juntos en eso como un equipo.

IV

Las siguientes semanas, sin embargo, a pesar del primer impulso se volvieron una prueba de resistencia. Pronto nos encontrábamos todos los compañeros de la primera, y las recién inauguradas segunda y tercera terapia, en el mismo bote tratando de remar hasta que finalmente la ola descendiera.

Poco a poco los signos de la batalla comenzaron a aparecer entre nosotros, en nuestras caras, en las heridas que los cubrebocas nos abrieron en el arco de la nariz; en nuestras manos lastimadas por el excesivo uso de guantes, geles, jabones y desinfectantes; en nuestra forma de mirar, de mirarnos a nosotros

mismos cada vez más aislados. Pero sobre todo en la hostilidad con la que los demás comenzaron a mirarnos.

Parecía como si *el virus* se hubiese instalado en nosotros a través de las huellas que nos fue dejando la batalla que librábamos diariamente, haciéndonos ver ante los ojos de los otros como portadores que tenían que ser exiliados del resto del personal, de las instalaciones del hospital.

Primero, fueron los incidentes alrededor del área de vestidores donde una vez salíamos con el cabello mojado —prueba irrefutable de que éramos personal COVID—, los compañeros de otras áreas nos evitaban a toda costa no con aire de precaución, o de sana distancia, sino con ademanes de rechazo; incrédulos de que hubiéramos completado a cabalidad todo el protocolo de higiene para poder circular por áreas comunes. Luego, fueron las señalizaciones, los gritos infundados, las llamadas de atención irracionales aun por parte de médicos con los que tuve la desgracia de cruzarme al momento de acudir al departamento de fomento al trabajo donde comenzaban a darnos seguimiento.

Habían sido gritos venidos del miedo más primario, del mecanismo de autopreservación más profundo dentro de la mente humana. Esto es así y ahora lo entiendo. Cuando la amenaza es invisible tratamos a toda costa de adivinarlo a través de signos que sí nos sean visibles: alguna huella, una forma, un cuerpo, una cara que podamos reconocer para hacerla retroceder, atacar o huir. Desafortunadamente, para muchos el personal de las terapias COVID nos habíamos convertido en ese signo, esa huella que fue dejando *el virus* a su paso.

Entender esto quizás es fácil estando afuera, pero vivirlo en carne propia, sentir como poco a poco la propia piel comienza a volverse para uno mismo y para los demás en un traje contaminado que te hace desaparecer ante los demás no sólo como mujer, sino como persona, produjo en mí una desolación honda y profunda que nunca había experimentado. El COVID-19 nos estaba aislando.

Comenzó a excluirnos del resto del personal de trabajo y pronto, allá afuera, ocurrió lo mismo. En mi vida personal se sintió primero como un reproche por haber aceptado estar dentro de la unidad de atención COVID y haber decidido no mudarme a una habitación o departamento que a la larga me habría resultado

imposible pagar; luego, como una sentencia de responsabilización ineludible si algo les sucedía a mis padres, y después como una disminución de llamadas y mensajes de personas con quienes creía contar y que se fueron alejando poco a poco sin que yo los pudiera culpar.

Así, poco a poco, mi vida comenzó a girar única y exclusivamente en función de mi labor como enfermera dentro de ese traje. Ese traje que usaba durante 8 horas seguidas y que una vez que me quitaba por momentos parecía haber consumido la persona que era antes. Y que hoy reconozco que, efectivamente, hizo de mí a una Ani distinta después del traje, una Ani distinta detrás del traje.

V

Así pasaron once semanas desde la primera vez que ingresé a la terapia COVID-19. Las fotografías que fui tomando de la evolución de mi cara habían dejado registro de una profunda transformación en mí que iban más allá de las marcas y las heridas que el equipo de protección hubieran podido dejar. Desde ese primer día fui testigo de primera mano de la magnitud de la prueba a la que nos enfrentábamos. Pero, sobre todo, de la enorme contradicción que existe entre la realidad que vivo a diario al interior del hospital, y la aparente negación, y en algunos casos sumo egoísmo, con el que muchas personas continúan con sus vidas al no saber lo que pasa al interior de los hospitales. Aunque quizás en el fondo las entiendo, yo misma no comprendí la dimensión de la ola hasta que la tuve enfrente, hasta que no me sumergí en ella.

A lo largo de esas semanas vi a hombres y mujeres despedirse de sus familias por teléfono sin tener esperanza alguna de poder volver a ellos. Pude sentir su pena y hasta la desesperación de sentir cómo el aire en cada respiro se les fue acabando; la impotencia de ver morir pacientes por haberse negado a usar un respirador a pesar de que su capacidad pulmonar ya no les permitía continuar respirando. Se trataba de la experiencia del dolor humano, de vidas de hombres y mujeres apagadas en un ambiente que habría estado del todo vacío a no ser por quienes estamos ahí, detrás de esas dos capas de guantes, de esa careta, de

esos *goggles*, de ese traje. Quienes a pesar de no contar con un medicamento que pueda asegurarles la salud, sí tenemos en nuestras manos el poder de hacer un pequeño cambio, de depositar en ellos un gesto de humanidad. Porque, finalmente entendí el alcance que tiene la soledad, las huellas que va dejando en el cuerpo, los signos que deja a su paso sobre el paciente grave que ahí dentro sólo nos tiene a nosotros. Lo supe al recibir pacientes intubados a los que no se había aspirado por temor a contaminarse, cuando vi el comportamiento hostil con el que algunos pacientes ingresaron luego de haber recibido malos tratos, después de haber sido tratados como apestados.

Así que eso cambió en mí, nunca fui tan consciente del alcance y el poder de sanación que tiene en un paciente el cuidado y la atención brindada con verdadera intención y calidez humana. Porque, allá adentro y aquí afuera, cada día fui haciéndome más consciente del impacto que produce en el paciente y en uno mismo el aislamiento. Pronto me di cuenta la necesidad que tenían ellos, y yo misma, de recibir una señal de solidaridad, algún gesto de empatía, de contacto humano. Porque, así como vi las marcas que dejaba *el virus* en hombres y mujeres que no se recuperaban, también vi la evolución favorable de pacientes que a pesar de no poder reconocernos a través de los trajes tan pronto como podían preguntaban por los enfermeros que habíamos tenido con ellos la consideración de hablarles, de limpiarles con delicadeza la cara, de darles un verdadero baño y no sólo de remojarlos, de manipularlos con cuidado, de darles ánimo. En fin, de recordar que ellos, como nosotros, a pesar de estar de este lado de la batalla contra el COVID-19, son seres humanos, no sólo números, cifras o cuerpos infectados.

Las heroínas son mortales

Marisol Torres Cruz

Las heroínas son mortales

Marisol lava sus manos. Frota palma con palma, se limpia entre los dedos y detrás de las manos, los pulgares y la uñas; el agua corre, y mientras enjuaga sus manos, ahora la dinámica de antes y la sonrisa de aquella vez regresa a sus labios.

Ecurría la jerga y volvía a trapear el piso donde de uno de los niños había vomitado. Notaba a los pequeños cansados y aburridos. Así que se le ocurrió una idea. «Ay, ¿qué ahí abajo?» Trataba de sacar la escoba. «¿Qué será?». La soltó y se asomó, esperando llamar la atención de los chiquillos que, interesados, se movían para mirar lo que Marisol intentaba atrapar. «Las tengo, casi las tengo». En cuclillas cerró sus manos enguantadas, las agitó como si algo dentro de ellas se moviera. Las zarandeaba de arriba hacia abajo. Daba pasos, giraba y los niños aguardaban ver lo que ella traía en sus manos. Después de tanto ajeteo, se detuvo en la cama del niño que vomitó, abrió sus manos y sus dedos tocaron ligeramente el estómago del chico que a carcajadas se río por las cosquillas.

Marisol camina ágil entre la gente que está en los pasillos del hospital. «Manita, buenos días», saluda a una enfermera y sigue su camino. «¡Marisol! ¿Traes flanes?» uno de sus compañeros le grita al verla. «Flanes, Carlota, gelatina, lo que quieras» «¡Guárdame tres flanes!» Marisol asiente y sigue su camino hacia el séptico para lavar la jerga y cambiar el agua. Abre la puerta con el peso de su cuerpo sin soltar la cubeta y la escoba, al entrar observa el trajín de sus compañeros, una de ellas enjuaga un cómodo, otro echa en los contenedores las sábanas sucias y otra exprime la jerga.

«¿Ya mero, Mary?» dice una de sus compañeras alistado su herramienta de trabajo. «Me falta el piso 2» Mary echa el agua sucia en la tarja, abre la llave y deja correr el agua mientras espolvorea detergente sobre el trapo. Su compañera abre la pesada puerta y antes de cerrar le recuerda que hoy se pone la señora de las gorditas.

Marisol y otras compañeras suben al elevador. Dejan pasar a algunas personas que habían llegado antes que ellas. Presionan el botón de planta baja.

Risas, un estornudo, el timbre de un celular, la apertura de una bolsa de frituras y la voz de una niña que canta una canción escolar, irrumpen el silencio en el elevador. Las personas entran y salen hasta que el elevador se vacía.

El olor a grasa impregnado en el aire se cuele por los barrotes verdes que separan el hospital de la calle, y que rebosan las fosas nasales de todos los que andan por ahí. De camino al puesto de gorditas, Marisol y sus amigas escuchan la sirena de una ambulancia que se detiene en urgencias. Ellas, pendientes, observan que alguien cubierto por un traje blanco de cabeza a pies, con cubrebocas y *goggles* se baja y abre las puertas traseras de la camioneta para que otros, ataviados como él, bajen una especie de cápsula con una persona. El personal cercano se mueve rápido y abre paso para que puedan pasar.

Mientras Mary y sus amigas esperan el pedido de gorditas, hablan sobre lo sucedido «¿Vieron?» «Sí, parecían extraterrestres» «Era como una incubadora, ¿verdad?» «¿Sus gorditas con todo?» La señora espera la respuesta con una mano sobre el perejil. En la radio los anuncios sobre lavarse las manos, usar cubrebocas y tomar una sana distancia, se diluyen entre el ruido del motor de los autos, la música de algunos puestos y el griterío de los demás.

Al principio sospechan que aquel paciente es el primero con COVID-19, más tarde se confirma.

Sí, el virus ha entrado al hospital sin previo aviso, así de sorpresa tal como lo ha hecho en mundo: Invadiendo cuerpos, arruinando planes, creciendo y destruyendo vidas.

En el hospital los pacientes infectados empezaban a desplazar a otros enfermos con distintos padecimientos. Unos seguían llegando en cápsulas de aislamiento y otros llegaban arrastrando los pasos o tomando aire a bocanadas.

Todo se transforma, limpian las paredes, refuerzan las puertas y los elevadores se restringen. La poca libertad que se podía sentir dentro del hospital también moriría.

A Marisol y a sus compañeros les piden que en las diluciones usen más cloro, les reparten el equipo de protección personal y les explican cómo tienen que ponérselo: «primero las botas, luego la bata, la gorra, los *goggles*, el cubrebocas

N95, guantes y finalizamos con la careta». Mientras les dan indicaciones, Mary observaba los rostros tensos de sus compañeros, la saliva que se atora por segundos en la garganta y que cuesta tragar y las miradas atemorizadas que unos a otros se intercambian. Pero después de aquello, nada.

«No olvides tu cubrebocas» le dice una compañera a Mary, se lo sube y se acomoda la careta. Toma su escoba, su cubeta con más desinfectante y la jerga, pero antes de salir uno de los jefes del departamento les comunica sobre los nuevos cambios laborales. «A partir de ahora se formarán equipos de trabajo. Se mandarían cuatro personas a cada ala. Los primeros empezaran de 8 a 11 horas, tienen que limpiar los cuartos y sacar la basura; el siguiente equipo empezara de 11 a 14 horas y se encargaran de los pasillos, los baños, el control de enfermería y el área de elevadores. ¿Quedó entendido?».

Mary camina por el pasillo de un área restringida casi a tientas pues los *goggles* se le empañan. El cubrebocas le incomoda, respira su propio aliento que nota pesado y caliente, pero si quiere vivir tiene que acostumbrándose a su nuevo traje.

Frente al primer cuarto, intenta no pensar en el virus. Moja la jerga, la pone sobre el cepillo de la escoba y entra. Se mueve rápido entre una cama y otra. Sin mirar, sin detenerse, sin bromas ni sonrisas, ella se da prisa. Su paso por el cuarto es veloz. Sale y nadie se ha enterado de su visita. Marisol continúa así durante dos hora más.

La falta de aire le provoca a Marisol nostalgia por aquellos días en que llegaba a las 7 a.m. con ganas de trabajar, de provocarle una sonrisa a los pacientes y aminorar su dolor. Recuerda que después de asignarle el área que tenía que limpiar y preparar su herramienta: cubeta, jabón, cloro, cruceta y trapos; desayunaba junto con sus compañeros y compartía alimentos.

Entra y sale de los cuartos aprisa y decaída. Al fregar el piso, Mary nota como la limpieza también ha cambiado y aunque ella quisiera dejar las camas, la mesa donde comen los pacientes y las ventanas rechinando de limpio, no puede. Hay que tener cuidado de no mover cables y salir de los cuartos lo más pronto posible.

Marisol ve la hora, siente la boca seca. Es el tiempo del relevo. Toma sus cosas y camina sobre el pasillo por donde pasa alguien, ¿quién? no lo sabe, debajo de ese traje ya nadie se reconoce y entonces el trabajo se vuelve pesado, impersonal y mecánico.

Una vez fuera del área de riesgo, Marisol se quita la careta, el cubrebocas y los *goggles*, se sostiene de una tarja pues siente que las piernas se le doblan y le falta el aire. Uno de sus compañeros la ayuda a llegar a una de las sillas, ella se sienta y comienza a respirar. Pide agua, un vaso para calmar la sed que la está venciendo. «Deberías pedir tu licencia, Mary». Ella sorbe la última gota de agua.

Marisol echa a la maleta de su hijo, Axel, un paquete de salbutamol. «Pero quiero estar aquí, mami». Ella lo escucha sin dejar de llorar, pero sabe que dejarlo en casa sería arriesgado y ella no quiere que él vuelva a pasar por el infierno de la neumonía. «Es mejor que estés con la abuela, solo será por un tiempo». Cierra la maleta y su esposo de Marisol se acerca la abraza y le dice que es lo mejor.

Otro día de trabajo y el panorama parece empeorar. Al llegar al hospital el olor a comida también ha sido destituido. Ahora el hospital huele húmedo. Se siente un frío cadavérico y el dolor hace eco.

Y qué decir de las personas que en su ignorancia pasan en autos y desde ahí lanzan botellas de vidrio llenas de cloro contra unas enfermeras o pacientes «mueran, infectadas» «Traen el COVID» «Son COVID que no se nos acerquen».

Pero la ayuda llega, la Guardia Nacional custodia a los pacientes, a los familiares y a los servidores del hospital.

Pero muchos de los trabajadores prefieren pedir su licencia que arriesgarse. La solicitan porque están diabéticos, son hipertensos, algunas chicas están embarazadas o varios tienen familiares del grupo vulnerable. El hospital se va vaciando y queda con menos del 50% de su personal. Entonces, vienen las contrataciones y los bonos. Surge el apoyo de instituciones con desayunos y despensas. Pero no hay nada que apacigüe el temor que todos sienten.

Marisol piensa si será mejor pedir su licencia o seguir. Si no es por ese trabajo y el de su marido, su hijo no estaría bien. Mientras se pone el traje al que aún no se acostumbra, piensa que así podría convivir con su hijo, pero... Un

silbato suena y a Marisol se le estruja el estómago. Escucha con atención esperando que el policía grite “código victoria”, pero su ánimo decae al oír “código verde”. Y ahí va un infectado más. La constancia de los “código verde” y las de los “código morado”, muerto por COVID-19 se reproducen como «búlgaros».

Las indicaciones son sencillas: si hay gente caminando por los pasillos y oye un “código verde o morado”, tiene que detenerse o alejarse. Los “código verde” llegan por urgencias, los suben al elevador COVID-19 ya sea al tercero o quinto piso. Cuando pasa un “código morado” detrás de la camilla vienen tres personas: uno desinfecta el ambiente, otro esteriliza el piso con cloro y el último limpia las paredes.

Marisol inicia su jornada laboral en un área COVID-19. Sin detenerse a saludar a quién va del otro lado, entra a un cuarto y por primera vez, después de mucho tiempo observa a los pacientes. Se ven jóvenes. Recuerda cuando en otras áreas puede conversar, pero aquí, donde la mayoría de la gente tiene oxígeno o está intubada no puede. Sin embargo, piensa en ¿Quiénes serán? ¿Qué pendientes habrán dejado? ¿Dónde estará su familia? «No, yo no puedo dejarlos e irme. Ellos luchan por su vida y yo los voy a apoyar, a ellos y a mis compañeros».

Los días avanzan y con ellos las muertes, no solo de los pacientes, también los doctores, las enfermeras, los compañeros de Marisol y de sus familiares.

«Marisol, nuestro jefe murió». Ella no puede creerlo, tenía pocos días de haberlo visto. La mamá de uno de sus compañeros también falleció y la familia entera de otro de sus compañeros al que ya no le quedaban lágrimas por derramar.

Y a ella las palabras de aliento se le habían terminado.

De camino a su quehacer diario Marisol siente, parada en medio de varios pasillos que los han lanzado «al matadero», así nomás. ¡Cómo le gustaría que sus jefes o alguien se acerca a preguntarles: ¿te hace falta algo? ¿Cómo te sientes?, pero quién si los demás están igual.

Marisol termina su jornada. Llega al séptico deja su herramientas y baja a las duchas. Abre la llave y respira hondo. Mientras se enjabona recuerda que al llegar a su casa comía, descansaba un rato y se ponía a jugar con su hijo. Ahora

llega, se desinfecta, se quita los zapatos que deja en la puerta, lava su ropa con cloro y se vuelve a bañar. Cierra la llave, toma su toalla y se viste.

«Extraño a Axel» le dice Marisol a su esposo quien le soba los hombros. Ella solloza, pero sabe del riesgo que corre si lo trae de nuevo a casa. Lloro. Su esposo la abraza y ella en un murmullo reza a dios no contagiarse.

Marisol quiere correr al ver tantos muertos, pero «¿cuándo he tirado la toalla? ¿Cuándo lo he hecho?», se pregunta mientras su llanto cae sin medida sobre el pavimento. «No es justo para los pacientes ni para compañeros. Este es uno de los momentos en los que más nos necesitamos». Marisol quiere creer en lo que dice, pero también ella tiene miedo. Se limpia las lágrimas, respira y afirma «Voy con todo y que sea lo que dios quiera». Se persigna.

«Quizá los de limpieza no seamos tan esenciales comparado con los médicos y enfermería, pero con nuestro trabajo prevenimos focos de infección, al limpiar el área, se previenen enfermedades», Marisol pega sobre la mesa ante la petición de su esposo de pedir la licencia. «Tienes razón, amor, si nos toca nos va a tocar. Tenemos que dejar de vivir con miedo».

Marisol cada que llega a su casa tiene un padecimiento distinto, un día le duele la espalda, otro día es el pecho. Amanece también con dolor de garganta y cabeza. «Sugestión» se dice mientras viaja en el transporte público y observa que muchos de los pasajeros no traen cubrebocas.

Es la quinta vez que Marisol ante la desesperación por saber de tanto muerto llora en el patio. Esta sola y no sabe cómo parar. Le habla a ella, su madre con quien ha llevado una relación distante. «Mamá ya no puedo?» Su mamá, al otro lado del teléfono le dice que ella puede, que si no la conociera lo dudaría, pero que puede». Las palabras de su madre la tranquilizan. Se despabila y entra de nuevo al hospital.

«¿Quién sobrevivirá?» Es una pregunta recurrente en el día a día de Marisol.

Fuera del hospital se escuchan gritos o llanto. Las personas quieren ver a sus familiares, saber de ellos, pero el protocolo es claro y una vez que los internan, no se les puede ver; y la mayoría de las veces ya no los vuelven a ver,

pues una vez muere un paciente entra a patología y de ahí la funeraria espera para cremarlo.

Pocos son los que salen. A Marisol le ha tocado la fortuna de escuchar el pitido del policía y gritar “código victoria”, entonces por un momento, el hospital se ilumina y los aplausos suenan alegría y un olor a fresco llena los pasillos.

Aun así, el dolor y la depresión vuelven a opacar la luz blanca de los cuartos. Las malas noticias no paran y los días se vuelven interminables. Marisol quisiera ayudar, pero no puede, no sabe cómo pues igual que ellos, ella también es vulnerable.

«Marisol, no puedo seguir cuidando a tu hijo», ella lo sabía, su mamá también está enferma y algún día de estos terribles meses, recaería. «Está bien, mamá, gracias». Mientras come Marisol piensa en las medidas que deberá tener con la llegada de su hijo.

El tiempo avanza y Marisol está a punto de colapsar. Son tantos los pacientes que pasan uno y otro en camillas «¿Cuándo a terminar esto?» le pregunta a su mamá que, al teléfono, le cuenta que la vecina, el señor de los tacos y la señora de la tienda han muerto.

«Hoy estamos, mañana no lo sabemos» le dice Marisol a su mamá al tiempo que ve volar a un pájaro.

«¿Y ahora que va a pasar con sus hijos?» pregunta Mary a la trabajadora social, refiriéndose a Doña Carmen, una mujer de aproximadamente unos cincuenta años, que llevaba a su hija de veintidós años a las quimioterapias. «¿Qué será del chico que tiene discapacidad y del más pequeño?» La trabajadora social le dice a Mari que lo indicado es contactar a la familia de Puebla, pero aun así no promete nada.

Marisol observa la cama que ocupaba la señora Carmen y piensa en los niños. «Tendrán a dónde vivir» «¿Qué será de la chica con leucemia?»

Parece que la alegría de Marisol también hubiera enfermado y estuviera agonizando.

«No puedo, ya no puedo». Se dice al ver, desde una ventana que limpia, las tiendas cerradas, las calles sin puestos de comida y las bancas vacías.

Marisol lleva tiempo de no ver a su familia, prefirió tomar distancia por miedo a ser asintomática. No podría con la culpa de saber que puede contagiar a alguien. Por lo tanto, una vez llega del trabajo no sale a ningún lugar y si lo hace a donde quiera que vaya, usa el cubrebocas. Pero y ¿convivencia?

Marisol ha presenciado gente que aún no cree que exista el virus, lo creen cosa de gobierno, una cortina de humo para hacer tus tejes y manejes. Pero es cierto, y la mayoría de los pacientes que dudaba, han fallecido.

Marisol ha elegido seguir apoyando a su familia: los pacientes del hospital la Raza y a sus compañeros.

Ella, una mujer con miedo y vulnerable, a pesar del riesgo ha decidido ponerse en los zapatos de aquellos que están solos, que necesitan de una sonrisa, de esas palabras que los alienten y quizá también de un adiós.

Ella, Marisol, es una heroína mortal.

Cicatrices femeninas en tiempos del COVID

Ximena O. Vettoretti

Dejar a un familiar convaleciente de COVID-19 en un hospital, es similar a buscar un féretro en un gran cementerio, ambas provocan una misma impotencia de no poder estar a un lado de nuestros seres amados, aunque sea para despedirnos.

Son las 10 de la noche del 24 de julio, acabo justo de regresar a casa de terminar mi turno de 8 horas y esta noche me ha afectado más de lo habitual. Una señora joven, a la que le permitieron hablar con su esposo, le dijo llorando, que se sentía muy mal, que no sabía si la iban a tener que entubar, que tenía mucho miedo, que por favor cuidara mucho a sus niños. Cuando terminó la llamada, la ayudé a recostarse en la camilla y me preguntó, como si fuera una niña, con los ojos llenos de temor, si yo sabía si iba a morir.

Me desesperaba la sensación de no poder responder con certeza que iban a sobrevivir. Traté de decirle algo que la tranquilizará pero esta vez no pude. Tenía que salir. Me dirigí hacia la entrada del área de urgencias. Sólo había recorrido apenas unos pasillos cuando fui consciente de un sentimiento de impotencia creciendo en mí. De sentirme completamente sola. De ir a ninguna parte. Me parecía cada vez más intenso el hecho de que estaba avanzando a través de la nada. A través de una nada inmensamente fría. Sólo pensaba en cómo hemos perdido el sentido de la humanidad. ¿Cómo pudo pasar esto al mundo? ¿Quién tenía el derecho de privar a la señora, el ver a sus hijos, si es que fuera a morir? ¿Qué hemos hecho a nuestras vidas? ¿Podemos culpar a alguien o algo?

Llegue a la entrada del área de urgencias casi sin aire, y me regresó una imagen que a menudo me perseguía, por un sueño que comenzó a repetirse, después de que el subsecretario de salud, anunció el aislamiento social, el martes 17 de marzo. Íbamos en la carretera, dentro de un autobús; mi mamá, mi hermano y yo junto con otros pasajeros sentados en toda el área de en medio y delante de nosotros, y cuando se daban cuenta que no había conductor, la gente empezaba a pelearse, se gritaban y hasta se golpeaban. Ninguno tenía la intención en algún momento de dirigirse hacia el asiento del conductor y tomar el volante. Mientras cada vez nos acercábamos más y más hacia un precipicio. Sabíamos que todos

íbamos a morir pero aun así, peleaban por otros asuntos sin ningún sentido, y no me dejaban llegar al inicio del autobús para tomar el volante y poder salvarnos.

¿Estaban fuera de control? ¿No había nadie en condiciones de detenerlo? ¿Podría seguir y seguir? Tenía que salir, tenía que saltar, tenía que detener el tiempo.

Recuerdo que ese día, el 17 de marzo, quedó marcado para siempre en mí, al escuchar las noticias cuando, el subsecretario de Salud, Hugo López Gatell, anunciaba que la epidemia iba a tener una duración de por lo menos 3 meses en nuestro país, recuerdo que mi jefe discutía con una doctora médico internista sobre la entrada de la fase 2 de la epidemia del COVID-19 en el país. Mi jefe era bastante incrédulo, y pensaba que eran asuntos políticos, mientras la doctora le argumentaba que en nuestro país era muy probable que los contagios fueran mayores a nivel comunitario. Ella creía que por lo menos se necesitaba de un aislamiento completo de tres meses para no terminar como Italia, decía que había que cerrar totalmente la Ciudad de México. Mientras que mi jefe no creía que esto fuera una pandemia, aunque lo hubiera declarado como tal, la Organización Mundial de la Salud. Después de escucharlos, ese día, sabía que tenía que hacer algo más.

Todavía no habían cerrado las estaciones de Metro en la ciudad de México, así que le llamé a mi mamá y le dije que no se preocupara, que iba a tener que cubrir el turno de un compañero enfermero que había pedido incapacidad por ser de alto riesgo. Tomé el metro hacia CU, y mientras marchaba, había algo dentro de mí que sentía que tenía que dirigirme hacia los lugares que marcaron mi vida. Llegué a CU, me quedé fuera del metro y empecé a recordar todo lo que me había costado llegar hasta donde estoy hoy.

Terminé la Universidad aproximadamente en el 2009. Estudié en el Politécnico la licenciatura en enfermería, y en ese entonces me encontraba haciendo el servicio social. Pero tenía otro sueño, que era estudiar Química, quería ser químico bacteriólogo parasitólogo, así que hice mi examen, y afortunadamente me quedé.

Mientras hacía el servicio social estaba estudiando la otra carrera en contra turno. Fueron tiempos muy extenuantes, porque cuando uno es pasante, no hay dinero, no tienes mucha economía, pero el amor que le tenía a la enfermería y a la otra carrera, me hacían sobrevivir con 10 pesos en la bolsa.

Y me acordé entonces, como había días en los que no llevaba ni para el boleto del metro, y me quedaba fuera del metro CU parada, viendo alrededor como si estuviera perdida, y pidiéndole a dios que me ayudara, pues no sabía qué hacer. No tenía ni para el boleto del metro, no tenía ni para comer. Recuerdo que pasaba una maestra que después se volvió mi amiga, y me decía: "Gretel, ¿estás bien?". Yo no le contestaba nada, más que estaba esperando a un amigo, de tanta pena que me daba. Hubo muchos días así, y entendí entonces, porqué había regresado ahí, a la entrada del metro CU. Y es que jamás pasó por mi mente desertar, así el mundo pareciera que se estuviera cayendo en pedazos, y yo estuviera en una pesadilla, había algo en mí, que no sabía qué era, pero que me permitió seguir adelante, a pesar de que no dormía, de que eran jornadas extenuantes y que ni siquiera comía bien. Y ese mismo sentimiento regresó, sabía que tenía que moverme de ese hospital en el que estaba.

De regreso a casa, tomé las rutas ya conocidas pero esta vez, habían cambiado, prácticamente no había nadie en las calles, se veían diferentes, y yo me sentía como si me estuviera conociendo de nuevo. Muchos de los lugares que mejor recordaba ya estaban desvaneciéndose. Solo los ruidos y algunas voces de gente conocida, el movimiento del autobús en el camino, eso era todo lo que había, esa era mi nueva realidad. Fue en ese preciso momento, que supe que estaba dejando atrás un mundo del pasado, el lugar donde crecí con miedos.

Cuando llegué a casa me sentí con una sensación de alivio inmensa, estar de nuevo con mi familia, rodeada de objetos familiares. Tener en mi mente una mejor imagen de lo que estaba pasando en el mundo, en mi mundo, de las calles y de la ciudad que me rodea. Fue como tener el mundo restaurado para mi otra vez. Nunca había lavado mis manos con tanta felicidad. Me levanté esa mañana y le hice el desayuno a mi madre y a mi hermano. Me sentía muy feliz de estar saliendo de la zona gris de pasividad, volviendo a la acción y a la vida otra vez.

Básicamente entre marzo, abril y mayo empezamos a ir viendo como los compañeros se iban con incapacidad, otros fallecieron, y de otros, sus familiares se contagiaron y también fallecieron. Nuestros propios compañeros del área preventiva se empezaron a ir. De toda la Clínica somos como 300 trabajadores, yo le cálculo que de esos 300 como un 30 % y sus familias salieron afectados, ya sea por retirarse por factor de riesgo, o por quedar infectados. Fue bastante estresante, te daba miedo que aunque fuera la distancia de metro y medio, se te acercaran.

En mi trabajo las cosas se pusieron cada vez más difíciles, porque nuestros jefes no creían todavía en la Pandemia, era un completo caos; no nos daban equipo de protección adecuado, no teníamos las medidas de higiene necesarias, no se hacía limpieza, no se hacía desinfección. La clínica empezó a tener modificaciones estructurales para poder atender a pacientes contagiados por COVID-19. Sentía que había un “contaminadero”, porque no eran las áreas adecuadas. No había una ruta de área limpia, ni de área sucia, y después de que se entraba con un paciente, se tocan puertas, salen, tocan las que siguen. Fue y sigue siendo a la fecha un caos. Por ejemplo, el área de urgencias estaba en el frente del lado derecho y el área para evaluar pacientes con problemas respiratorios con probable COVID, estaba hasta el fondo de la clínica del lado izquierdo, entonces para llegar desde la entrada, que es donde está urgencias al fondo, todo lo que tenías que pasar de un lado al otro, se volvían pasillos de muerte. Además la gente todavía no estaba bien sensibilizada; no se lavaban las manos, estornudaban en la palma de la mano, tocaban todo. Fue muy estresante porque hasta de nuestros mismos jefes nos sentíamos desprotegidos. En una ocasión, uno de mis jefes, me vio desinfectando mi área de trabajo, y me dijo, lo mismo que le había escuchado decir a la doctora médica internista: “Ay Greta, ¿a poco cree usted en esto?, esto son puras cuestiones políticas”. Y yo le contesté: “Jefe, pues si fueran los chinos o fueran cuestiones políticas, la enfermedad existe, si la causa es algo diferente, eso es otra cuestión, pero la enfermedad existe, y eso es algo real. Ni con su falta de creencia se va a detener, es algo que va a suceder y que nos va a rebasar”.

Es un virus nuevo, ahora ya sabemos que se puede transmitir por personas que no presentan síntomas, yo creo que por eso al inicio fue fatal, porque el contagio interno por los asintomáticos. Por supuesto no porque quisieran, sino porque simplemente el mecanismo de la enfermedad aun no lo sabíamos al 100 %. Y en esas condiciones era bastante estresante llegar, porque teníamos que enfrentarnos además con unos jefes que se supone debían de protegernos y dar las armas para salvaguardarte a ti, e incluso hasta a ellos, y a nuestras familias, y no lo hicieron. Por eso con lo que estudié de salud pública, que tiene que ver con epidemiología, pues intenté poner al cabo mis principios básicos. Afortunadamente ahí donde trabajaba tenía buenos compañeros enfermeros, y de manera interna mis 10 compañeros y yo trabajamos en equipo y nos ayudábamos con higiene, medidas de transmisión, precauciones de aislamiento, desinfección de superficies, a pesar de que no nos quisieran hacer desinfección en la unidad, nosotros la hacíamos. Porque nunca nos capacitaron de manera profesional, a pesar de que teníamos tiempo de sobra, pues no había mucho trabajo. Solo nos dieron una pequeña plática muy general de 15 minutos, en medio de un pasillo, sin ningún tipo de material didáctico, para que al final les firmáramos de que habían cumplido con la capacitación, y con ello, se respaldaban, porque esas listas con nuestras firmas se enviaban a la Central confirmando que habían capacitado a todo su personal. Hoy esta situación me causa mucho dolor por todo lo que pasé después. No es posible que a sus empleados, sus enfermeros, su mano derecha, no les den un tiempo y un espacio digno y buenas herramientas para tan siquiera capacitarnos como se debe, porque esto era un beneficio para todos. Sabemos que se juegan intereses políticos, económicos y de poder. Pero nuestro argumento era que por lo menos nos dieran equipo de protección adecuado.

Sabía que tenía que moverme. Después de casi tres meses de haber empezado el distanciamiento social, un poco antes de haber anunciado oficialmente el inicio de la fase 2, me parecía que los recuerdos de mi mente, han ido atenuándose cada vez más, como si hubiera pasado años. Tal vez sea porque todavía no acepto lo que estamos viviendo no sólo en México, sino en todo el

mundo. Es difícil recordar los detalles con tanto agotamiento, no sólo físico, sino también espiritual.

Me preocupa mucho, que para entender esta pandemia, éste presente, buscar su verdadero origen, y no sólo sea necesario, sino también tal vez urgente lograrlo, para retener la plenitud de la humanidad.

Tal vez además sea una necesidad psicológica, ¿o lógica?, ¿o es una necesidad histórica?

Una nota, casi al margen de la Pandemia, sobre la sonrisas. Ahora, cada vez que sonrío, soy aún más consciente del gesto de sonreír, quiero decir, soy consciente del movimiento, incluso se podría decir, de la necesidad de sonreír en estos tiempos. Creo que la verdadera razón, es porque obtengo una sonrisa de vuelta. Al contrario de las sonrisas a distancia, o incluso cubiertas por un cubre bocas, que obligatoriamente tenemos que portar. En ellas, en esas sonrisas, no hay una verdadera reacción, uno nunca obtiene nada con sus propias sonrisas, si no hay alguien a quien dirigirlas y podamos reflejarnos en ellas. Es como enviar mensajes sin destinatarios. Consecuentemente, puedo sentirme segura de continuar sonriendo, porque tengo la certeza de que su contagio, es más poderoso que cualquier otro en el mundo.

La Clínica Mexicaltzingo donde estaba, ya no había mucho por hacer, eran jornadas de 8 horas para atender a pocos pacientes, en el área en la que me encontraba. Y eso me provocaba un agotamiento mental terrible porque sabía lo que sucedía afuera y prácticamente no estábamos haciendo nada por ello. Ahí fue cuando supe que el Autódromo Hermanos Rodríguez, en la Ciudad de México, había sido rehabilitado para atenderán a pacientes con COVID-19, porque un compañero de mi trabajo me invitó a irnos para allá. Era mi primera opción, pero al mismo tiempo me daba pavor, me paralizaba, no podía dormir pensando que podía contagiar a mi familia. En este tiempo, después de haber sentido la necesidad de ir a CU para lograr desprenderme del pasado y vencer mis miedos, entré a una terapia psicológica, fuera de la Clínica, que me ayuda a regresar mi fuerza y mi amor propio para darme mayor seguridad y tomar finalmente la decisión de irme como voluntaria, coincidiendo además en el momento que mi

compañero me da la noticia de que habían abierto el CRIPT de Iztapalapa para convalecientes de COVID-19, el cual me quedaba cerca de casa, como a media hora por transporte público.

Ese mismo día le dije a mi mamá que me cambiaba de hospital, le tuve que mentir que me habían obligado porque la situación estaba muy crítica. Ya que si no jamás me hubiera dejado ir. Aun así se enojó y se puso a llorar, incluso me llegó a decir que me saliera de trabajar. Por supuesto, aunque yo me decía a mí misma lo contrario, si tenía miedo al igual que mi mamá, pero que es algo que tenía que enfrentar y tenía que hacerlo por mi profesión. Mi madre, seguía llorando, y me decía: “Yo ya viví, yo ya hice lo que tenía que hacer, pero ¿ustedes?”. La agarré de la mano, después de meses de no tocarla, y también llorando, le dije, que lo tenía que hacer, que era mi obligación.

Al otro día le avisamos al delegado y mi compañero junto con otra enfermera más que se nos unió, les dijimos a nuestros jefes principales de toda la clínica y a mi jefe inmediato. Fue un caos porque nos respondieron con cierto aire de amenaza. Nos dijeron que si nos contagiábamos era bajo nuestra responsabilidad y así no podríamos regresar. Les contestamos que pues preferíamos tomar el riesgo ya que ahí no estábamos haciendo lo necesario, no éramos productivos y mejor preferíamos irnos a ayudar como voluntarios a personas donde realmente lo necesitaban, porque además estábamos percibiendo un sueldo que mucha gente no tiene y si lo estamos percibiendo era justo para ser personas productivas.

Lejos de recibir palabras de aliento, reconfirmaron sus amenazas. Por lo que con mayor razón, ya ni siquiera sentía que era sano, física ni mentalmente estar ahí. Así que tomamos la decisión de irnos a manera personal.

Siempre me consideré el mayor riesgo para mi familia. Yo llegaba de trabajar y antes de entrar a la casa, dejaba mi mochila colgada afuera en el patio. No tocaba la puerta, ellos me abrían, y antes de entrar, me tenía que quitar los zapatos. Entraba, no hablaba, ni nada, tiraba el cubrebocas al bote de basura, me lavaba las manos y me abrían la puerta de la sala e iba directamente al baño y me bañaba por completo, Mi ropa la depositaba en una bolsa e inmediatamente iba la

metía a la lavadora y me volvía a lavar las mano. Tuve que decirles a mi mamá y mi hermano que en la mesa, cuando desayunáramos o cenáramos, no probarán de mi vaso, ni agarrarán de mi plato, ni tomarán mi cuchara, ni tampoco mordieran de lo que estuviera comiendo, porque si yo ya estaba contagiada y no lo sabía aún, los podía seguramente contagiar. Fue un poco como quitarnos esos malos hábitos que los vemos como muy normales en lo cotidiano. Y al final todo lo que yo trajera de la calle, como mi teléfono celular, o cualquier cosa por más pequeña que fuera, lo desinfectaba con alcohol.

Son las 6 de la mañana del 2 de junio, me levanté sintiéndome otra vez mal, estoy algo asustada. Hoy es un día en el que debería entrar a trabajar en la noche y la verdad es que unos días antes de entrar a guardia procuraba dormir lo más que puedo, pero esta vez el insomnio fue muy fuerte, apenas había logrado conciliar el sueño y amanecí muy nerviosa otra vez. Antes pensaba que podía ser también por la emoción de que cada vez se acercaba más la fecha, para irnos como voluntarios al CRIT de Iztapalapa y atender a los pacientes infectados de covid19. Pero el dolor de cabeza que comencé a sentir era ya muy fuerte, mi mayor pesadilla parecía que se había vuelto realidad. No solo era una lucha constante, el no empezar a sentir algún síntoma con esa angustia inconsciente que se vive todos los días de empezar a tener tos, fiebre o algo que te alerte de que estas contaminado y que a lo mejor un día antes se te olvidó y abrazaste a un amigo, o abracé a mi mamá, o a mi hermano, o hice algo sin querer que los pudiera poner en riesgo.

De alguna manera sentí que sí yo aceptaba esta “cosa”, que si la aceptaba tranquilamente, entonces morirá. Porque sería como si mi habilidad de resistir, mi voluntad de resistir, se quebraría. Pero por otro lado, no aceptarlo, era inútil, ya que eso que tanto temía y me negaba a aceptar, era un hecho. Y ahora lo que tenía que enfrentar es el pensamiento de que no había escape. La idea de que iba a tener que decirle a mi mamá y mi hermano, y aceptarlo, que era muy probable que me hubiera infectado de COVID-19, para protegerlos, era vital para lograr salir adelante juntos.

Todo se volvió negro otra vez, estaba de vuelta en otra realidad, y con miedo me di cuenta, que estaba en shock, que no había sido un sueño.

Ahora lo más importante es que puedo contarlo. Yo empecé con síntomas el 26 de mayo, fue un martes 26 de mayo, que me empecé a sentir con mucho dolor de cabeza pero días antes yo lo atribuí a mi guardia, a mis guardias nocturnas. A lo mejor porque no he habia dormido bien, pero ya más de una semana constante con el dolor de cabeza y me tomaba pastillas para disminuirlo, que en el momento se me quitaba pero nuevamente regresaba el dolor de cabeza, y después de una semana que seguía en la clínica y me sentía muy mal, me recosté un rato para descansar a ver si así se me calmaba un poquito el dolor de cabeza, desperté, pero me seguía sintiendo mal. Bajé a urgencias, me revisó un médico y me dijo que había que esperar a que tuviera más síntomas. Ese día yo ya tenía dolor de cabeza, un poco de temperatura, pesadez en las piernas y me dolía un poco la muñeca izquierda. Al día siguiente, el miércoles 27, me fui a trabajar de vuelta la clínica.

No podía creerlo, al inicio fue negarlo, me repetía a mí misma que no tenía nada. Pensaba que me estaba sugestionando, o a lo mejor hasta sabotando mi gran ilusión por ser voluntaria para ayudar a los pacientes con COVID-19 y moverme a otro hospital. O podía ser también cansancio acumulado, o estrés acompañado de que te llegan pacientes con sospecha de COVID, o pacientes ya confirmados y entonces te protegías aún más, pero al fin de cuentas, parece que mi protección no fue la correcta, o no tuve cuidado suficiente y terminé contagiada. Y el día jueves 28 de mayo, me sentía un poco más mal, y empecé hacer una lista de mis síntomas, de lo que sentía. Fui con el médico de consulta externa, los que estaban en respiratorio, y le platiqué de mis síntomas, y me envió con la subdirectora. Pasé con la subdirectora, le comenté todo lo que me estaba pasando, y sólo me dijo, que me regresara a casa y si me seguía sintiendo mal, llamara a Locatel, o mandara un mensaje a COVID y ellos tendrían que ir a mi domicilio. Antes de irme me encuentro a un médico de urgencias, y me vio tan asustada, que sin decirle nada, me preguntó que si quería hacerme la prueba, a lo cual, de inmediato contesté que sí, sólo que la delegada sindical tenía que

llevárselo a la directora para que me diera su firma y sólo así me pudiera ir al Centro de Salud donde estaban haciendo las pruebas a los trabajadores de aquí del hospital, pero por mis síntomas me había dicho la doctora que tenía que regresar a mi casa, y si continuaban aumentando, entonces probablemente me convertiría en mi propio paciente, como alguien altamente sospechosa de COVID. Me regresé a casa con el corazón destrozado y con la consigna que mandará un mensaje al 51515 y esperara a que fueran a mi domicilio para que en caso necesario me hicieran la prueba.

Pasé antes con mi compañero enfermero, con quien me iba a mover al CRIT de Iztapalapa como voluntarios para atender pacientes con COVID-19. Necesitaba agarrar fuerzas de mi ilusión, para asegurarme de que iba a salir de esto para continuar trabajando en ayudar a los demás. Finalmente me fui para mi domicilio, llegué a la casa, y nada más estaba mi hermano. Hice todo el ritual de mi desinfección de cada día, subí directo recostarme, no le dije nada a mi hermano y me encerré. Pero en muy poco tiempo llegó mi mamá, y llegó asustada a buscarme a mi recámara, para decirme que mi hermano tenía COVID. No podía creerlo, esto no estaba pasándonos, ¿por qué a mí? ¿por qué a nosotros? Le pregunté a mi mamá que quien le había dicho que mi hermano tenía COVID y me contestó que lo había llevado con un médico particular para que lo revisara, y le dijo que tenía COVID. Creí tranquilizarla al decirle que no lo creía, que necesitaba la prueba para confirmarlo; “usted tranquila”, le decía, “pero por favor, mamá, no se me acerque, porque yo también estoy con sospechas altas de COVID”. Fue entonces cuando mi mamá terminó llorando, mandé un mensaje al 51515 y llamé a ISSSTeTel, pero no lograron decirme qué clínica me tocaba, solo me recomendaron ir a un hospital regional para que me atendieran. Me fui al Hospital 20 de Noviembre, le mandé un mensaje a un compañero y amigo, técnico radiólogo, para que me hicieran una tomografía y me hicieran una placa de tórax, gracias a dios salí bien, pero los síntomas persistían y aumentaban: primero tenía poca temperatura, la pesadez en las piernas, dolor de la muñeca, dolor de cabeza y después empecé con ardor en la espalda. Me hicieron la prueba y dieron mi nota, la cual envié a la clínica, con un familiar, mi tío, que por supuesto tomó todas

las precauciones posibles, se puso su cubre bocas, y fue a dejar mi nota. Mi hermana, que vive independiente, fue la única que no se contagió de toda mi familia, solamente mi hermano y poco después también mi mamá, por lo que mi hermana tuvo que ir cada día a casa para estar atendiéndonos mientras cada uno quedamos aislados en nuestras recamaras. Por supuesto, le estoy eternamente agradecida a mi hermana, porque si no la hubiéramos tenido con nosotros, quien nos hubiera atendido. No paró durante las siguientes dos semanas, tuvo que también ayudarme a tramitar todas mis incapacidades. Nos hacía de comer, y nos acercaba la comida en la puerta.

En esas semanas que estuve en casa, mis síntomas aumentaron todavía más: perdí el sentido del olfato, el sentido del gusto, me dio aún insomnio, dolor de garganta, presión en el pecho, debilidad, nos sentíamos todos ya muy cansados, tanto, que se me empezó a caer el cabello, se me cayó la mitad de mi cabello. Todos perdimos peso. Cuando ya tenía todos estos síntomas, mi hermano también los empieza a tener. A lo mejor en esos días, antes de que yo empezara a tener más síntomas, fue cuando lo contagié. Dicen que se contagia entre los primeros 5 a 7 días. Mi mamá fue un poco más lento que se le retiraran los síntomas porque ella es asmática, entonces ese dolor de pecho, el cansancio y la tos, le duró un poco más de tiempo.

Lo que me queda ahora son cicatrices. Es tiempo de dejar pasar las imágenes del pasado irse poco a poco, que han sido agotadoras para toda perspectiva física y psicológica. Realmente extraño la presencia del contacto físico con mi mamá y mi hermano, a pesar de tenerlos aquí a un lado en casa. Ya sé que no tengo que llorar pero imagina esta maldita situación. Porque es como estar en casa siendo un prisionero.

Cuando confirmé que me había infectado, me agarré de dios y de mi familia, sobre todo de mi mamá, ella es mi motor. Si algún día me preguntan por quién darías tu vida, no tardaría ni un segundo en contestar, por mi mamá. No soy mamá aún, pero yo creo que si yo me hubiera ido antes de este mundo, le hubiera dejado un gran dolor.

Incluso, antes en el desayuno, se hablaba de temas fuertes, que antes a lo mejor no contemplábamos, como el hecho de que si a mí me llegara a suceder algo, les dejaba instrucciones de cómo cuidarme si me contagiaba y para protegernos todos, qué hacer, qué no hacer. Y les dije que tuvieran la certeza de que si llegara a faltar, me hubiera ido en un momento muy pleno de mi vida. No me gustaría morirme, pero tuvimos que tocar esos temas tan fuertes en los desayunos. Hablamos también de dejar pagados los gastos funerarios de mi mamá, o míos. Temas de esta índole que los platicamos en ese momento de una manera tranquila, pero que al final del día no dejan de ser fuertes en la realidad.

Para nosotros esos 15 días fueron los primordiales para saber que iba a pasar con uno. Esos días se volvieron eternos. Fue difícil pero al final ganamos la batalla, estamos bien, estamos completos. Tratando de sacar lo más positivo de todo esto, tuvimos que ponernos en los zapatos del otro y ser muy pacientes. Pues sabíamos la bendición de seguir todos juntos, a diferencia de los que perdieron a su mamá, a o su papá, a su hermano, o algún familiar. Ahora lejos de pelear nos hemos unido mucho, hemos aprendido a expresar más las emociones entre nosotros, hasta abrazarnos y tocarnos las manos y hacernos una caricia, pues no lo hacíamos mucho antes. Nos hemos vuelto una familia más estable

emocionalmente y de alguna manera esto nos ha ayudado a no sufrir tanto en el aislamiento. De alguna manera creo que esta Pandemia también nos hizo como familia evolucionar.

Son las 10 de la mañana del 7 de julio, me levanté sintiéndome otra vez mal pero ya no de salud si no de preocupación por mi país. El día previo las cifras de defunciones y casos confirmados habían subido.

Autoridades de Salud informaron que este lunes 6 de julio, en territorio mexicano se reportaron 31,119 defunciones por COVID-19, además de 261,750 casos confirmados. En contraparte la cifra de personas recuperadas va en aumento y hasta hoy son 159,657 las que han superado la enfermedad.

Ahora donde estoy, desde el 1° de junio, en el CRIT de Iztapalapa, me siento mucho más tranquila, segura y contenta, es un lugar excelente, fue la mejor decisión que pude tomar. Los procesos son muy buenos porque hay desinfección

y limpieza cada que uno lo solicita. Hay vigilancia en el protocolo de colocación y retiro del equipo de protección. De hecho aunque sea yo enfermera, médicos, químicos y hasta intendencia puedo monitorear la colocación y retiro de equipo y les puedo hacer observaciones para que lo hagan de manera correcta, básicamente para evitar la contaminación entre nosotros.

No hay mucha capacidad, son de 33 camas, 3 pacientes con ventilador y hasta ahora tenemos solo un ventilador en uso. Los pacientes convalecientes, a pesar de estar en la última etapa de la enfermedad hemos tenido ya varios que desgraciadamente han fallecido. En cuanto a equipamiento la verdad es que están muy bien cuidados, las habitaciones son individuales, cada uno tiene su tanque de oxígeno y las dietas son elaboradas por una empresa particular.

Aquí está muy seguro porque hay toda la certeza de que se llevan perfectamente los protocolos de seguridad de limpieza y desinfección. Todo lo que entra aquí no sale. A cada uno del personal, antes de entrar nos bañan por completo con un líquido sanitizante, y lo vuelven hacer cada que uno sale y entra a distintas áreas. Todo es desechable. Los uniformes que nos proporciona ahí se quedan y ahí se lavan. Tomamos un descanso cuando se puede, de una hora nada más, lo difícil cuando entras con el equipo de protección, prácticamente solo sales a cenar. Cuando te toca dormir una hora, de trabajar 6 horas, descansas una hora y después otras 6 horas, sin parar. Es agotador.

Al principio decía, dios no me quiero morir, todavía tengo mucho planes, todavía tengo muchas cosas por hacer, pero llegó un punto en el que dije es que no tengo porque tener miedo porque al final del día la vida te lo dirá: si es mi momento y es mi tiempo, así no venga aquí, algo va a suceder y va a terminar mi ciclo en esta vida. Aprendí que tengo que vivir el día a día, a disfrutar lo que tengo. Aprendí que a veces el tenerlo todo es tener nada y tener nada es tenerlo todo. Al final del día lo único que tengo es esto y es esto que está pasando ahora. Y lo tengo porque tengo salud, tengo trabajo, tengo mi familia, tengo estabilidad emocional y esto a futuro es lo que al final me va a ser tener más. Un día dije Dios danos otra oportunidad de seguir adelante, porque ahora vemos que ante la naturaleza, ante una enfermedad no somos nada, y como seres humanos la única

batalla que llegamos a librar esta existencia es con uno mismo. Hemos perdido tanto el sentido de humanidad, que la naturaleza nos está abatiendo para evolucionar, pero no nos damos cuenta de que el problema no es lo de afuera sino somos nosotros mismos. Como enfrentas tu soledad, como enfrentas el aislamiento social. Este aislamiento no es algo más que una introspección para ver en qué estás fallando, qué estás haciendo con tu vida y con la de los demás. Que hagas algo diferente por ti, por los tuyos y por el mundo.

Recuerdo cuando escribí: Son las 10 de la noche del 24 de junio, acabo justo de regresar a casa de terminar mi turno de 8 horas y esta noche me ha afectado más de lo habitual. Una señora joven, que le permitieron hablar con su esposo, le dijo llorando, que se sentía muy mal, que no sabía si la iban a tener que entubar, que tenía mucho miedo, que por favor cuidara mucho a sus niños. Cuando terminó la llamada, la ayudé a recostarse en la camilla y me preguntó, como si fuera una niña, con los ojos llenos de temor, si iba a morir.

Para una mamá es devastador una situación así. No puede ver a sus hijos, no pueden estar cerca de ella, sosteniéndole la mano en el momento en que ella va a ser entubado. Yo me arrojaría a ella, como una manta para protegerla. Porque creo que sobre todo las mujeres jóvenes son la base de todo. Los mayores de edad ya vivieron su parte. Entran casi en un estado de normalidad, donde la muerte es una certeza, después de cierta edad.

Yo no soy mamá pero la mayor parte de mis colegas son padres de familia, y por esta razón me identifico con ella. Es como si fuera al final mi madre. Así que saber que va poco a poco mejorando, obviamente no queremos que pase nada desafortunado, pero para nosotros es algo muy alentador. Y todo esto al final nos ayuda a todos.

Ahora todos los pasillos del hospital, están palpitando, puedo sentir hasta las camillas vibrando de buena energía, de vida. Así que la cuestión no es: Porque a mí me pasó contagiarme, sino qué voy a hacer ahora mejor para mí y para los demás, con lo que me dejó librar la batalla.

Hay algo tan fuertemente depurador en este virus que o destruye a la persona o la renueva en términos de conciencia, de memoria, de intereses, de

percepción del tiempo, del lugar mismo, del mundo mismo. Uno debe recrear su propia vida. En mi caso afortunadamente tenía un núcleo central alrededor del cual podría recrearla. Esa fue mi buena fortuna.

Coordinación y cuidado de la edición:

Lic. Maricela Fonseca Larios

Centro Virtual DEMAC

Agosto, 2023