

Hola a tod@s! Soy Mariajo, de Burgos, de la parroquia del Espíritu Santo. Participo en un equipo de Vida de ACG, y aunque ahora mismo no estoy al cien por cien en el equipo ni en la asociación, mi vida siempre ha discurrido entre planes de vida, proyectos de equipo, revisiones de vida y compartir oración en equipo.



Soy enfermera. Enfermera de atención primaria por convicción y vocación. Me gusta el trato directo con las personas, el seguimiento a largo plazo, creo firmemente en la educación para la salud, en la motivación para el cambio de hábitos y en el acompañamiento a las personas. Actualmente trabajo en un centro de salud rural, en un pueblo de Burgos de unos 6.600 habitantes con un montón de pueblecitos casi despoblados dependientes del mismo. Como en casi toda Castilla, la mayoría de nuestra población es de edad avanzada, pluripatológica y con problemas sociales añadidos como soledad, aislamiento y escasos recursos.

El año 2020 estaba declarado el año de la enfermería y se habían organizado un montón de actividades a diferentes niveles para dar a conocer nuestro trabajo. En nuestro centro empezábamos con muchísimo entusiasmo actividades de educación para la salud en los colegios y en el instituto, un grupo de trabajo con personas con diabetes, seguíamos participando en la comisión de lactancia materna de atención primaria y con mis compañeras, estábamos preparando un trabajo para llevar a un congreso de

enfermería. La segunda semana de marzo, se suspendieron todas las actividades grupales en los centros de salud. El día 14 de marzo, cuando se decretó el estado de emergencia sanitaria, estaba de guardia en el centro de salud. A partir de ese momento, nuestro trabajo comenzó a ser otro: teníamos que blindar el centro y ser accesibles desde el teléfono. Asegurar la asistencia de nuestros pacientes sin que acudiesen a nuestro lugar de trabajo. A diagnosticar, tratar y hacer seguimiento sin tener a la persona delante, sin poder tocar, oír o sentir cómo está el otro. Muy complicado. Además, entre compañeros empezamos a separarnos físicamente, a ponernos una mascarilla y desinfectar todo con lejía. Afloraban los miedos personales al contagio, al control de pacientes, al seguimiento... La primera semana fue un terremoto de protocolos, cambios de protocolos, situarnos, medidas de protección, EPIs, falta de material, falta de manejo en el material... un esfuerzo entre todos para situarnos en nuestro papel de sanitarios para cuidar a nuestra población de la mejor manera posible.

Teníamos pocos medios, escaseaban las mascarillas, los guantes, los equipos de protección individual... desde nuestra gerencia no tenían material para todos. Y ahí comenzaron los milagros. Como si de panes y peces se tratase, de la gente del pueblo comenzó a llegarnos un poco de todo: Chen, el chino del bazar, que meses atrás había vivido la dureza de la enfermedad en su propia familia en China, nos trajo mascarillas de las que vendía en su tienda. La mujer del centro de estética nos regaló también mascarillas. Los agricultores comenzaron a llevarnos equipos de protección de los que utilizaban para fumigar el campo. Pantallas de protección para la cara fabricadas por personas que disponían de una impresora 3D en su casa. Ayuntamientos de

pequeños pueblecitos que nos ofrecían el presupuesto de sus fiestas patronales para comprar material de protección para nosotros... El panadero nos regaló una empanada. El de la repostería, torrijas el viernes santo. Una de las vecinas nos acercó a la guardia un flan casero... Y así, cada uno aportaba según de lo que disponía, cuidándonos para que pudiéramos cuidar.

La segunda semana empezamos a tener casos. Casos leves, con síntomas controlados en casa. Y casos más graves que teníamos que trasladar al hospital. Si algo distingue nuestro trabajo en atención primaria es que conocemos a la población. Que no son sólo un paciente más, son Rosa, Antonio, Joaquín, Nieves,... hemos estado en sus casas, conocemos a sus esposas o esposos, a sus hijos, a sus nietos. Sabemos que salen a pasear por "la taconera", que cultivan con amor unos tomates estupendos en verano y que a menudo se "pasan" con los dulces... Por eso, cada caso, cada afectado, es como si de una pequeña parte de nuestra familia se tratase. Empezamos a llamar por teléfono para hacer seguimiento a los pacientes más leves. Cada día, vigilando que no empeorasen sus síntomas, que su estado de ánimo no flaquease y si mantenían las medidas de aislamiento recomendadas. ¡Qué duro el aislamiento! Frases como: "¿cuándo podré abrazar a mis hijas?" "yo me he aislado en mi cuarto porque tengo miedo de transmitirlo a mi hijo". Mucho más difícil acompañar en esta situación desde un teléfono... pero allí estábamos.

Llegaron también, como en el resto del país, las defunciones. La muerte en soledad en un hospital, sin poder despedirte de tus seres queridos, sin poder ver un rostro conocido o una sonrisa de ánimo. Y la sensación de pérdida de los que se quedan, sin una celebración de despedida, sin un adiós. Así de perdidos encontramos a la familia de Rosa. Cada día consultábamos su evolución en el hospital a través de la historia electrónica antes de llamar a su marido e hija para preguntarles cómo estaban ellos. La evolución no era nada buena, hasta que un día se unió definitivamente al Padre. Esperamos unos días para llamar a su familia y después, intentar sostener el duelo.

Sobre la tercera semana empezamos a vivir el drama de las residencias de ancianos. En una de las dos que hay en nuestra localidad, de pronto dan la alarma de que hay 7 personas con síntomas. Su médico está de baja por coronavirus y varias de sus cuidadoras tienen fiebre. Ancianos que se quedan aislados de sus familias al decretarse el confinamiento para toda la población, familias que en muchos casos son su única conexión con su historia de vida, con el mundo exterior... muchos pierden la poca memoria que les quedaba. No comprenden nada, no saben qué pasa... Se agrava la situación y prácticamente todos los ancianos están afectados. Algunos empiezan a ponerse malitos... tenemos que acudir a poner tratamientos, a valorar, a derivarles al hospital... La carga viral en la residencia es enorme, hay muchos afectados, es un lugar cerrado. Nadie quiere entrar. "Allí en medio de ellos estoy yo también" me venía a la cabeza cuando el miedo hacía mella. Y "lo que a uno de estos hacéis, a mí me lo hacéis". Una de las médicas del centro se decide a acudir a la residencia, en su día libre tras una guardia de 24 horas, para valorar a los ancianos, abandonados desde hace unos días. Esa noche mueren dos personas allí, con su tratamiento paliativo puesto, sin dolor ni sufrimiento. Mueren dignamente.

Esta situación hace sacar lo bueno y lo malo de cada uno, se ha comentado estos días. Yo creo que hace aflorar lo profundamente humano de cada uno. El miedo apareció también entre nosotros. Sobre todo cuando dos de nuestros compañeros estuvieron afectados por la enfermedad, uno de ellos, ingresado con infección respiratoria grave, que afortunadamente se resolvió bien. Miedo por nuestras familias, por nosotros mismos, por transmitirlo a otros... Miedo que te hace debatir entre la responsabilidad de tu trabajo y el bienestar de los tuyos. Nos han llamado héroes estos días. No somos héroes, solo personas.

Me he sentido en estos días como los discípulos de Jesús, que tras su muerte, perdida la esperanza, se encerraban por miedo a los judíos. Pero también resuena en mí ese cálido "no temáis...", que me hace aceptar mi trabajo con entusiasmo y entrega, sin miedo, con confianza. Con la esperanza de que esto terminará y seremos un poco más fuertes, mejores. Con la esperanza de la resurrección y la pascua.

Ánimo. Todo irá bien. Ya queda menos.