

Corazón entre dos mundos

“físicamente en la Toscana en situación de pandemia Covid-19 y con el corazón en mis dos patrias: Italia y mi amada Colombia”

A heart between two worlds

“Physically in Tuscany during Covid-19 pandemic and with my heart divided into my two homelands: Italy and my beloved Colombia”

Claudia-Marcela Ramirez¹

El paisaje de altos cipreses, carreteras curvas y angostas, árboles de olivos a cada paso y cultivos de la vid, armónicamente adornando por el trino de las aves y el canto de las abuelas haciendo pan en sus hornos de barro, es interrumpido por los sonidos de las ambulancias y el tan bien conocido y temido helicóptero amarillo sobrevolando. Todos sabemos lo que significa: Un paciente en condiciones críticas está a punto de llegar al hospital y un equipo médico y paramédico usando trajes blancos de seguridad, lo espera para llevarlo a la unidad de cuidado intensivo. Esta persona llega sola, sin familiares ni amigos; rodeado de seres humanos que no conoce, pero en quienes deposita su entera confianza para sacarlo del peligro. En sus ojos aún se ven lágrimas que brotan con la imagen de sus seres queridos despidiéndolo desde la distancia. Imagen que se repite continuamente durante estos tiempos de pandemia.

Hace un par de días reflexionaba al abrir los ojos y ver la fecha... 21 de marzo leía... justo un mes después de que en la región más afectada en el norte de Italia se identificara el primer caso. El paciente UNO, un hombre de 38 años que se encontraba con signos de insuficiencia pulmonar y a la vez la repetitiva noticia de la ausencia de un paciente CERO. Escribía unas notas una semana después y me costaba asimilar que 10.023 sonrisas con ojos de esperanza y sabiduría se habían acallado en esta batalla y tan solo 3 días después, con 101.739 contagiados, otros 1.568 abuelos, padres, hermanos, tíos, amigos, esposos, se habían ido. Italia estaba llorando, Italia estaba dolida, Italia estaba perdiendo sus contadores de historia. En el aire se sentía un silencio sepulcral al cual me unía, al ver las imágenes de los camiones militares llenos de cadáveres hacia un destino aun no conocido.

Todos los que dejamos nuestra amada patria, mantenemos una dualidad de sentimientos. Entre los fuertes recuerdos que te amarran a tu país, donde naciste y donde tu familia y amigos aún viven y tu nueva patria que te ha acogido y en la que comienzas de nuevo. Traes tus recuerdos en fotos y te aferras a tus convicciones y cultura como un gran tesoro, pero a la vez te permeas a la sociedad en la ahora vives y empiezas a sentirti parte, compartes sus dolores, angustias, injusticias y celebras también sus triunfos.

He estado en Italia desde hace cuatro años e inicié una cuarentena voluntaria el 3 de marzo, cuarentena que fue seguida de un decreto de gobierno obligándonos a permanecer en casa. Tenía ganas de gritar y contarle a Colombia lo que estaba viviendo, alertarlos de lo que venía en camino. Teníamos 6 horas de diferencia horaria y tan solo pocas semanas nos separaban en tiempos epidémicos. Sabía que estábamos a tiempo y quería darles las pocas respuesta al examen que a la fecha se tenían, con un mensaje balanceado para no causar pánico sino para hacer conciencia y generar acciones. Y en ese entonces le escribía a mi familia y amigos:

1. Médica, Epidemióloga de Enfermedades Infecciosas. Líder de Investigación Clínica en Vacunas. Siena, Italia.
Correspondencia: clamarrapre@hotmail.com.

“Como saben estoy en Italia y la verdad soy afortunada al estar viviendo esta situación mucho antes que ustedes, ya que me permite orientarlos basado en lo que sé cómo médica epidemióloga y lo que estoy viviendo. Aquí les dejo mis primeras reflexiones y conductas:

- *Esta es una situación de salud pública que requiere ser tomada en serio*
- *La responsabilidad social debe estar por encima de mis deseos como ser individual (Me quedo en casita-protegiéndome y protegiendo a otros)*
- *¡Sí, la respuesta es Lavado de manos- no existe fórmula más mágica que esta!*
- *Sí, debo ser más cuidadosa al conservar la distancia entre las personas. Por ejemplo, cuando voy al supermercado, mantengo una distancia de 1 metro entre la persona que tengo delante y atrás en la fila para pagar. Cuando llego a casa, me lavo las manos y limpio todo lo que toqué antes de llegar al lavamanos. También cargo alcohol glicerinado y lo uso en el supermercado y cuando subo al carro - ahora soy más consciente de todas las veces que me toco la cara, boca, nariz, ojos etc...*
- *Sí, debo pensar que si compro todos los tapabocas de la farmacia, estoy dejando a alguien que los necesita sin acceso a ellos. Por no mencionar que no compro tapabocas especializados que deben estar reservados para personal sanitario (estos también son limitados)*
- *Sí, voy al supermercado a abastecerme de lo básico - teniendo siempre la precaución de pensar que debe haber para todos.*
- *Sí, si en algún momento tengo síntomas de resfriado, me quedo en casa y sólo utilizaré el tapabocas si debo salir. Controlaré mi temperatura con termómetro y si tengo fiebre o algún signo de alarma (tos, dificultad para respirar) llamaré al servicio sanitario para que vengan a mi casa a hacerme el test y seguiré al pie de la letra sus indicaciones.*
- *Sigo las órdenes de contingencia del gobierno- están cerrados los colegios, universidades, cines, eventos deportivos, gimnasios - Yo obedezco y doy ejemplo estando en casa- no critico, ni juzgo si están tomando las medidas adecuadas o no, es un tema de seguridad colectiva y lo respeto.*
- *Me mantengo informada, consultando la página de la Organización Mundial de la Salud, la página del instituto nacional de salud de Italia y leyendo artículos de revistas científicas que me orientan.*
- *Sigo trabajando desde casa y me mantengo activa físicamente dentro de ella (monté un mini gimnasio con lo básico y bailo todo el tiempo - salsita en casa nunca falta), tomo bastante agua y me aseguro de comer bien, frutas, verduras, proteínas, granos. También tomo el sol desde mi balcón donde disfruto viendo a todos mis vecinos haciendo lo mismo- es una oportunidad para reírnos desde la distancia y gritarnos un caluroso “buongiorno”*
- *Mantengo contacto con mi familia y mis amigos por el teléfono y hablamos horas riéndonos y contándoles lo que estoy viviendo. ¡Resuelvo preguntas médicas y me obligan a estudiar muchas que no tengo idea- Gracias por hacer preguntas retadoras!*
- *Sí, me ofrezco como voluntaria en mi comunidad para ir a llevar mercados a los ancianos/ personas enfermas que no pueden salir de casa (conservo todas las medidas de seguridad exigidas)*
- *Sí, me motiva y apasiono aún más por mi trabajo y la gran responsabilidad que tengo al seguir investigando sobre tratamientos y vacunas efectivos y seguros*
- *¡¡Sí, tomo tiempo para escribirles y darles infinitas gracias por estar ahí y acompañarme en estos momentos!!*

¡¡Juntos lo haremos posible!! (suena a Slogan político como me dijeron ayer)- pero es verdad!!”

Estas palabras sin quererlo se volvieron “virales” en las redes sociales y se han vuelto mi decálogo durante cuarentena. Cuando flaqueo y olvido mi rutina salvadora, vuelvo a ellas y entiendo que de pronto me encontré con un propósito en esta pandemia... SOY EDUCADORA en medio de la desinformación, con datos que están llegando en toneladas a oídos no entrenados. Es bien conocido que ésta es la primera pandemia en la era de Facebook, Instagram, cadenas de WhatsApp, Twitter etc. Las personas no saben diferenciar entre la realidad y la falsedad, entonces nuestra labor como médicos educadores se vuelve crucial. Me volví o acentué más mi papel de orientadora de mi familia, de mis amigos y de muchos médicos que necesitan escuchar las palabras en lenguaje comprensible y necesitan indicaciones claras y prácticas.

Y luego pensé, ¡Somos educadores mas no dictadores! Entendí que, si quería ocasionar un cambio, debería ser yo la primera que debía dar ejemplo, debería ser yo quien tomaba la iniciativa. Ideé hasta mi propio slogan, luego de escuchar en la tele que esta pandemia es uno de los retos más grandes que ha afrontado Italia después de la segunda guerra mundial. ... “¡Mi pijama mi camuflaje, mi ejemplo, *mi mejor arma!*”

Me volví también contacto de académicos y tomadores de decisiones en mi país, quienes querían escuchar de primera mano como se estaban manejando las cosas aquí en términos de medidas en salud pública, esto en un intento por encontrar respuestas. Discutimos por horas, la realidad y el conocimiento de nuestro país nos abrió los ojos. Supimos que no existe una verdad absoluta sobre qué medida de contingencia, mitigación y supresión es la más adecuada, ni está escrito sobre los libros que tan pronto deben ser implementadas, ni por cuanto tiempo deben sostenerse.

Hice la siguiente lista de las acciones que Italia estaba implementando día a día aparte del lockdown, que ahora era obligatorio (certificación en mano para salir y policía en la puerta vigilando). Con el avance de la epidemia, estos controles se volvieron aún más estrictos ante la desobediencia ciudadana.

“Acá mi resumen de lo que he seguido en los medios de comunicación y fuentes oficiales del gobierno:

Salud

- *Fuera de los hospitales, instalaron tiendas exclusivas para atención de pacientes con síntomas respiratorios. Personal usando altas medidas de protección y entrenado en Guías de manejo clínico. Evitando así la exposición de otros pacientes en el servicio de urgencias. -Ruta respiratoria exclusiva-.*
- *Ejercicio constante de expansión de camas de unidad de cuidado intensivo en la región afectada- Posible gracias a donaciones de dinero por parte de italianos, inversión del gobierno y al parecer movilización de insumos desde hospitales en áreas menos afectadas.*
- *Activación de Call-center (por regiones) realizando triage y enviando ambulancia a los hogares para evaluación y realizar test -Mensaje a la comunidad para evitar ir a los hospitales-.*
- *Plan de contingencia para aumentar número de médicos y personal de salud - médicos retirados, médicos recién graduados sin necesidad de hacer rural, médicos provenientes de China, quienes llegaron también con insumos.*
- *Test para detención de coronavirus descentralizado.*
- *Rastreo proactivo de contactos de casos positivos, cuarentena por 14 días.*
- *Llamada para donación de sangre.*
- *Entrega de medicamentos para pacientes con enfermedades crónicas por 3 meses.*
- *Postponer cirugías no urgentes.*
- *Probando uso off-label de medicamentos como Remdesivir y Tocilizumab, en el contexto de uso compasivo o siendo parte de estudios clínicos que comenzaron en China para pacientes en UCI.*
- *Referencia de pacientes non- covic hacia otras unidades de cuidado intensivo localizadas en áreas menos afectadas.*
- *Test de coronavirus a todo el personal de salud que están trabajando en la línea primaria de atención y los cuidadores en hogares para personas de tercera edad.*
- *Salud mental – habilitada línea de apoyo, Incentivo social para hacer actividades colectivas desde el balcón (música, linternas. cantos etc.). Ingreso virtual a museos. Conciertos en televisión.*

Economía/Sostenibilidad

- *Supermercados y farmacias aún abiertos, con precaución de limitar número de personas dentro. Filas para ingreso y pago respetando 2 metros de distancia entre cada uno. Uso de guantes de plástico para hacer mercado es recomendado.*
- *Incentivar trabajo desde casa, dialogo con las empresas.*

- *En fábricas, se realiza control de temperatura del personal al ingreso y salida, así como se incentiva el trabajo en turnos para permitir distanciamiento entre los trabajadores – Esto también disminuye el número de personal usando los sistemas de transporte en horas pico.*
- *Acuerdo con la DIAN italiana para retrasar pago de impuestos.*
- *Acuerdo con empresas de servicios públicos para fragmentar la factura permitiendo pago en varios meses.*
- *Acuerdo con bancos para postponer cobro de hipotecas.*
- *Algunos restaurantes aun operando solo con servicio a domicilio .*
- *Donación de alimentos a hospitales y personas en necesidad - colecta en los supermercados.*
- *Auxilio alimentario por parte del gobierno, Auxilio a las microempresa- empresas.*
- *Declaración de estado de emergencia a finales de enero.*
- *Alianza regional para implementación de medidas y búsqueda de soluciones de sostenibilidad.*
- *Cierre de aeropuertos y fronteras, aplicable también a fronteras dentro de las regiones de Italia – cuarentena en su lugar de residencia.*

Cada país maneja sus diferentes realidades. Yo, conozco de fondo las realidades de mi amada Colombia, cuando practicaba medicina en los hospitales de Bosa, La Perseverancia en Bogotá y el Hospital de Fusagasuga, recorrí calles en una ambulancia y vi las realidades de una Bogotá nocturna que no para. Trabajé con la Patrulla Aérea Colombiana como voluntaria haciendo brigadas en lugares remotos del país, donde montábamos salas de cirugía en escuelas y en tiendas de campaña. Sabía entonces, que pedirles a personas sin hogar estar en casa es una utopía. Sabía que mandar niños a las casas privándolos de la alimentación que les brinda el jardín comunitario y exponiéndolos a riesgos cuando los padres no pueden estar presentes, no es una opción sostenible. Sabía que mi gente vive del día a día, y que un día menos de trabajo, es un plato menos de comida. Sabía que la estrategia debería estar en un camino intermedio, ajustada a la realidad de nuestros países en América latina.

Y mientras... Italia llega a su máximo, el sistema de salud no daba más abasto. Los médicos se veían agotados. Hubo un llamado para reservas de voluntarios al que acudí sin dudar. La lista de espera es larga y la prioridad es para médicos anestesiólogos, intensivistas e internistas. Antes de recibir a los voluntarios deben asegurar contar con las medidas de protección y seguridad que estaban escaseando. Llegaron entonces muestras de inmensa solidaridad desde China, Rusia, Cuba, Albania y Estados Unidos y las medidas de supresión al parecer están comenzando a mostrar efecto y por ahora no nos resta más sino esperar.

Yo, sin embargo, estoy lejos de sentir descanso, Sé que mientras que acá estamos apenas pasando por un primer pico, en Colombia éste está por comenzar y en Asia viene la inminente resurgencia de casos ante una amenaza cíclica que requiere medidas agresivas de contingencia. Sé que la llegada de una vacuna no está a la vuelta de la esquina y nos debemos preparar para la convivencia con un virus circulante, mientras se adoptan medidas que eviten la saturación de los sistemas de salud y protejan al mayor número de personas. Sé que no volveremos a ser los mismos después de esta experiencia, sé que lo que he aprendido durante esta pandemia no está escrito en los libros de epidemiología. Esta pandemia es un libro abierto, al que invito a todos a explorar y tomar parte activa. Un sin número de esfuerzos son necesarios y cada uno desde sus facultades y conocimientos, encontrará la guía en las acciones de humildad, amor propio, al amor al prójimo y amor al conocimiento.