



ESPECIAL TESTIMONIOS COVID-19

RENACER

Llevamos dos meses viviendo algo desconocido hasta el momento debido a la existencia de una pandemia que ha puesto en riesgo la salud de muchos en España y en el mundo. El país se ha sumido en un estado de alarma y los servicios sanitarios superan nuevos retos cada día.

También esta situación es una prueba para todos los trabajadores de la clínica. La implicación del personal asistencial día a día con los residentes, y de las áreas que posibilitan que todo esté en orden para continuar con rutinas, limpieza, alimentación y atención, es un ejemplo para todos.



NUEVOS MODELOS DE ATENCIÓN

También para todos ha supuesto una dura prueba el teletrabajo. Reorganizar tratamientos y tener todo a punto en cualquiera de los departamentos está siendo una manera de trabajar hasta el momento desconocida., consiguiendo una coordinación perfecta entre todos los compañeros para que ni usuarios, ni familias ni el resto de afectados se sientan desamparados.

Una nueva forma de trabajar que ha abierto grandes posibilidades que, sin duda, redundarán en beneficio de todos. Porque de todo se puede sacar un aprendizaje, hasta en los momentos más complicados.

VIVENCIAS

Hospitalidad y Humanización son más que palabras para la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios. Son valores que trascienden y se reflejan en el trabajo de todos y cada uno e los profesionales de la Institución.

A continuación se recogen reflexiones y sentimientos vividos durante estos meses por algunos trabajadores de la Clínica.

Son una muestra del sentir de todos, donde el compañerismo debe aflorar por encima de todo.



VIVIR CON LAS EMOCIONES

Todos experimentamos las mismas emociones, pero todos las experimentamos de forma distinta, porque somos únicos y diferentes. La frecuencia con la que se suceden nuestros episodios emocionales es otro rasgo crucial para la Comprensión del perfil emocional individual (Cf. Ekman, P. (2004). El rostro de las emociones. Barcelona: RBA Libros).



Un episodio emocional puede ser breve, a veces con una duración de escasos segundos, a veces mucho más largo. Cuando dura horas, hablamos de un estado de ánimo y no de una emoción. Si se hace consciente, estable y normalizado podríamos llegar a hablar de sentimientos.

La emoción tiene que ver con algo que le importa a la persona. La emoción, de entrada es incontrolable, surge, puede iniciarse de manera inconsciente. Está implicado el cerebro emocional (sistema límbico). El sentimiento lo podemos manejar y conducir: pasa al terreno de lo más consciente. Está más implicado el cerebro racional (córtex).

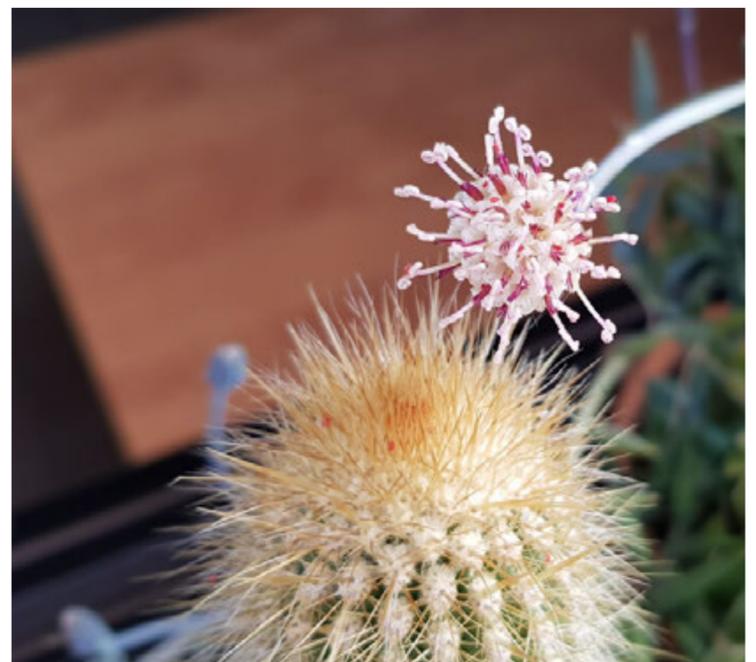
Experimentamos las emociones como algo que nos sucede, no algo que escogemos... No somos conscientes de nuestras valoraciones emocionales... Nos damos cuenta de que respondemos emocionalmente, cuando la emoción ya ha comenzado, cuando la valoración inicial se ha completado. Cuando nos damos cuenta de que estamos atrapados por la emoción, se puede reevaluar la situación. Pero ojo, ¡no es fácil el retorno! La emoción puede dominar y domina la razón.

Nos emocionamos con respecto a asuntos que fueron relevantes para nuestros antepasados y con respecto a otros que hemos visto que nos importan en nuestra propia vida. La persona, el hombre es un ser emocional desde su origen evolutivo.

El deseo de experimentar o no experimentar una determinada emoción (tristeza/angustia, asco/desprecio, placer/disfrute, alegría/contento, diversión, excitación, alivio, asombro, éxtasis/elevación, gratitud, felicidad, ira, miedo/sorpresa, disgusto/perplejidad/abatimiento, preocupación, desdén/desprecio...), es la causa de gran parte de nuestro comportamiento: es el intento de feedback 360 grados (que incrementa los niveles de motivación, fructifica en personas con mayor madurez, permitiendo de manera eficaz su pleno desarrollo, el desempeño lo más adecuado posible, basado en sus competencias y posibilidades).

Una señal eficiente (clara, rápida y universal) informará a los demás de lo que la persona emocionada esté sintiendo. Pero hay que aprender a leer las emociones, no a proyectar las propias. Las cuasi-emociones que menos claras tienen las señales son la turbación, la culpa, la vergüenza y la envidia. Las otras emociones hablan por sí mismas.

Resulta imprescindible aprender a vivir con las emociones. La inteligencia emocional, la inteligencia espiritual, que todos tenemos en esencia, es clave para la empatía, la acogida, la hospitalidad. Nos ayuda al desarrollo de nuestra relación humanizada y digna.



Calixto Plumed O.H.
Consejero Delegado

VIVENCIA PERSONAL DE LA CRISIS POR COVID-19

Nada nos hacía presagiar en el comienzo del año, que a los pocos meses de iniciarse este 2020, la humanidad iba a sufrir un golpe tan duro. Este año comenzó, como suele ser habitual, con un montón de propósitos, objetivos o anhelos pendientes de cumplir en los 12 meses siguientes que marcarían el año. Como una lejana tormenta que se acerca paulatinamente, pero sin pausa, llegó el virus en forma de pandemia que ha traído a una gran cantidad de países una crisis sanitaria y económica sin precedentes.

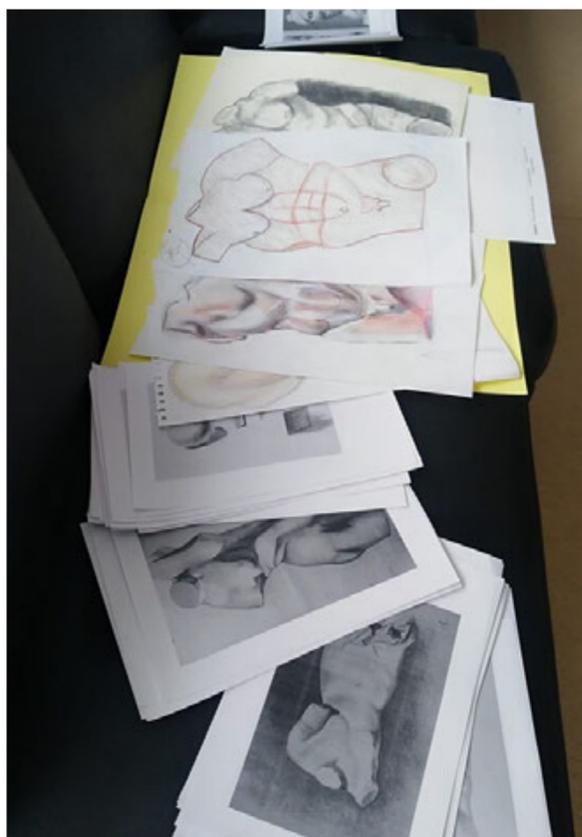
Respecto a los sentimientos dirigidos a si se podía haber hecho algo antes, o si se podía haber actuado de manera diferente o mejor, los dejo aparte. No son importantes en estos momentos. Tiempo habrá de ver qué falló, en qué se acertó, de analizar si se hizo bien o si actuando de otra manera las cosas hubieran ido mejor.

Lo primero que destaco de mi vivencia es el dolor de los demás. No hay día desde el comienzo de todo esto que no se me pasen por la cabeza y hasta llegue a sentir en mi persona el dolor de los enfermos y de sus familiares. Varias son las personas cercanas que han perdido a un ser querido en estos días. Al dolor ante cualquier enfermedad se suma que en este caso no se ha podido acompañar al enfermo en los momentos más duros. Además, no se ha podido despedir, ni velar a los fallecidos quedando en todos un sentimiento de impotencia y abandono que corre por dentro y aumenta más el dolor. A todos ellos transmitirles que no han estado solos, que toda la gente que os quiere han estado detrás, sintiendo la misma impotencia y acompañándoos en vuestro mismo dolor.

Esta crisis la debemos aprovechar para poner en valor las cosas importantes de la vida. Hemos podido ver la solidaridad de mucha gente, la cercanía, la dedicación, el compromiso de los profesionales sanitarios. Hemos podido ver que mucha gente se ha dado a los demás, ha colaborado desinteresadamente en lo que ha podido ayudando con lo que tenía a su alcance. Veníamos viviendo la vida con mucha prisa, de una forma muy materialista, sin pararnos en las cosas importantes. Prestando más atención al tener y a lo material que a las personas. Esta crisis me ha servido para ver, que la falsa felicidad no está en tener, en comprar en gastar aquí o allá. Me ha hecho reflexionar cuán de importantes son las personas. Es habitual escuchar que uno no sabe lo que tiene hasta que lo pierde. Pues lamentablemente, el dicho es cierto. Basta perder el contacto con los seres queridos para darte cuenta de cuánto los necesitabas. En esta crisis han proliferado las video-llamadas. Muchos hemos utilizado ese recurso como sustituto de la presencia y el contacto físico con ellos. Todo esto me va a servir para valorar mucho más las futuras veces que ese encuentro pueda ser real y no a través de una pantalla.

Las crisis se sufren, pero no pueden pasar sin intentar sacar algo positivo de ellas. Tienen que servir para hacer una reflexión y poner en marcha las mejoras que estimemos, fruto de analizar interiormente lo que hemos vivido con ellas. Por lo tanto, creo que debemos salir reforzados de ellas.

Roberto Izquierdo García
Coordinador de Enfermería



EXPERIENCIA PERSONAL



Durante estos días nos hemos enfrentado a uno de los peores sentimientos que puede padecer quienes se consideran “inconformistas” con este término como yo, la incertidumbre. Incertidumbre de no saber, de no conocer, de no poder ir más allá de lo que estaba empezando a ocurrir.

Han sido días aciagos, no sólo por la realidad que con carácter general ha golpeado a una sociedad como la nuestra, sino por la propia vivencia intrínseca que hemos tenido, tanto en el entorno laboral como en el personal, donde hemos tenido que sufrir pérdidas en las distancias, y no hemos podido acompañar a quienes más queremos en este duro momento.

Pero si algo está y permanece en el tiempo siempre, es el aprendizaje, ese que espero que se instale en nuestra experiencia y recuerdo continuo, también en la de quienes más poder tienen.

Hemos respondido y no esperaba menos, y en la segunda planta (desde donde habla mi experiencia) lo hemos hecho como siempre, trabajando en equipo, organizándonos y apoyándonos entre nosotros.

No dudo de la familia que somos, ni de la vocación que la mayoría de mis compañeros tienen por bandera, esa que te hace sentirte orgulloso y te aferra (aún más si cabe) al sentimiento de pertenencia.

Pero no debemos de olvidar que ya existía lo vulnerable antes de la llegada de este virus, agravando la situación a quienes ya “eran de menos”, Recordemos que siguen estando y que cuando esto pase, continuarán y no desaparecerán, ellos también son merecedores de un despliegue absoluto.

Días estresantes, días agotadores, donde la labor de muchos de aquí ha consistido en ser un continuo muro de exigencias y de no entendimientos, de ayuda, de ofrecimiento, de compañerismo y, en ocasiones, de falta de apoyo. Pero días que acabarán convirtiéndose en una etapa, etapa que espero como ya decía, que se convierta en un aprendizaje.

Lucía Sánchez Uzal

Animadora sociocultural de Patología dual



INCERTIDUMBRE COMPENSADA

Aún recuerdo uno de mis primeros disfraces de la guardería: una bata blanca, un fonendo, un termómetro en el bolsillo... y un desconocimiento total de la carga de responsabilidad que me supondría ser SANITARIO en un futuro.

Primero en Córdoba, la vuelta a casa después de cada jornada laboral, el calor de mi familia, la ternura de mi novia, la seguridad en los recursos hospitalarios de protección, el desayuno con los compañeros, que a veces se prolongaba hasta fuera del recinto sanitario y de la jornada laboral.

Madrid, la segunda oportunidad que la vida me brinda de ejercer mi vocación. A las dos o tres semanas, me encuentro confinado en esta capital por un tal Covid-19 que resulta ser una pandemia y que se extiende como una mancha de aceite en el agua.



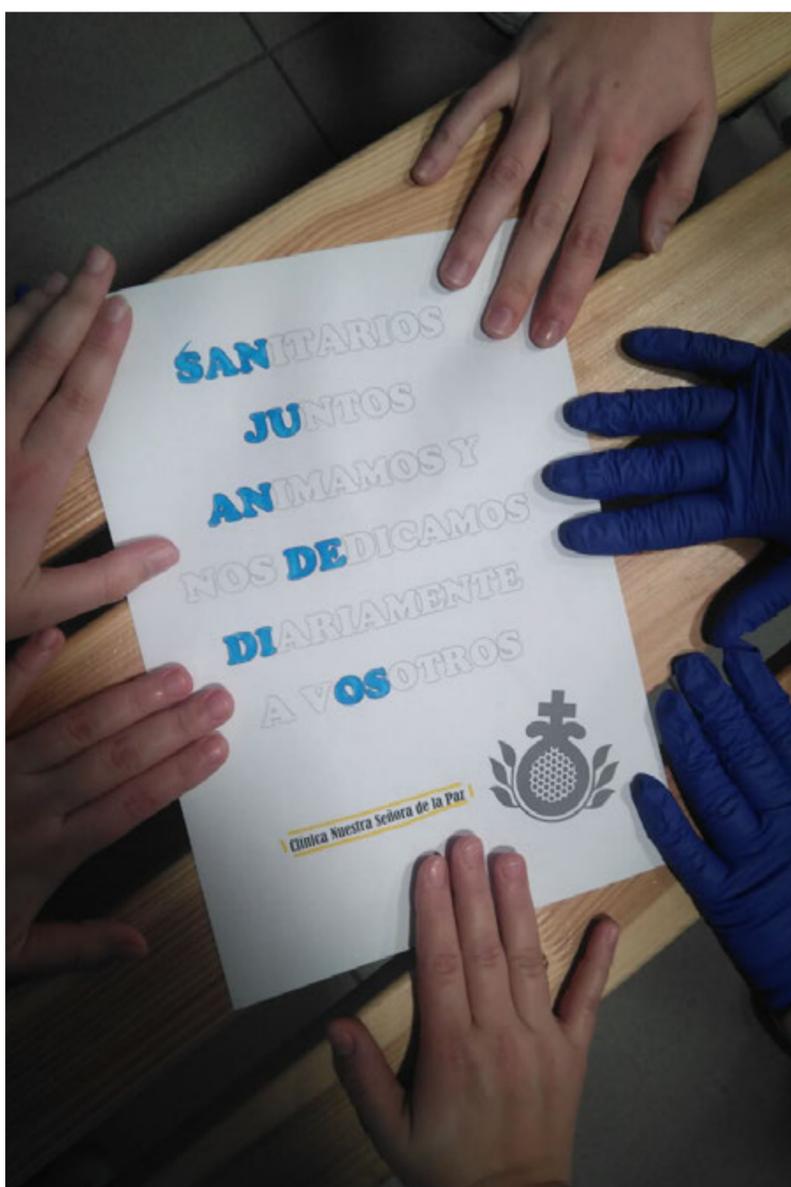
Me faltan palabras para expresar cómo el día a día se me fue desdibujando: dejé de ir los fines a semana a casa, de ver a mi entrañable familia y empecé a pensar cómo estarían,... Y se instaló el miedo en mi cabeza: miedo a contagiarme, a contagiar a alguien.

Después me sobrevino la inseguridad que me sugieren los medios de comunicación; los expertos del gobierno que un día dicen una cosa que desmienten al día siguiente; no saben cómo actuar certeramente, nadie lo sabe aún. La incertidumbre de las cifras: cuántos nuevos contagios, cuántos nuevos fallecimientos,...

Frente a este horror, me empeño diariamente en dedicar una palabra de ánimo que les grito en este andaluz que les hace tanta gracia. Esto en el trabajo con los residentes ingresados. Ellos son los que hacen que me olvide de mi incertidumbre, de mi inseguridad, de mi vértigo a contagiar o a contagiarme. Una vez oí decir esta frase: el miedo no tiene paredes ni fronteras, hasta ahora no la he entendido.

Pero albergo también la esperanza de que en un futuro próximo, esto sea como un mal sueño que duró poco aunque a mí se me hizo muy largo. Y me quede el grato recuerdo de que mi trabajo sirvió para algo, que hubo pacientes a los que hice reír,... a pesar de mi miedo, de este miedo que no tiene paredes y, por ahora, tampoco tiene fronteras.

Alfonso Luis Mora Luna
Auxiliar de Enfermería



TESTIMONIO DE LA PANDEMIA



El confinamiento de la pandemia se inició en mi casa el 17 de marzo, fue un día raro madrugué, pero no tenía que salir rápido al trabajo, ni tenía que correr para preparar toda la actividad a realizar con los usuarios.

Al principio me sentía rara, nuestro hacer diario se encuentra lleno de ruidos, situaciones estresantes y rapidez. Pero nada de eso sucedió ni tampoco los siguientes días. Al principio esta situación me llenaba de inquietud. Pero pasados unos días, empecé a darme cuenta del mundo que me rodea, pero de otra forma.

Me apetecía ver a mis vecinos a las 20,00h en las ventanas y hablar con ellos de cómo se encontraban y cómo se sentían, escuchar los aplausos, esperar o hacer yo las llamadas a familiares, amigos o compañeros y me alegraba el saber que todos estaban bien y con el ánimo tranquilo, también por desgracia me llegaban noticias de otros que habían fallecido, o estaban enfermos o que anímicamente no estaban bien, algunos tenían que pasar el confinamiento solos, pero vi que al final no estaban solos sino que se hizo poco a poco una tela de araña entre todos los que estábamos preocupados o interesados por su situación intentando aliviarles, con una llamada, pasarles alimento o palabras de ánimo y de alivio.

Mi mundo dio un giro junto a las personas que me rodean. Ya no nos preocupamos por trivialidades sino por el ser humano que vive, es feliz, triste, con dificultades o bienestar. Esto me llena de dicha, creo que necesitábamos este cambio en la sociedad. Este camino nuevo se ha producido.



Añadir un poco de Otro momento importante en la pandemia se produjo el día que me dijeron que tenía que volver a mi actividad laboral, pero no a mi rutina diaria, sino que tenía que trabajar con adolescentes. Pero en esta ocasión no había inquietud sino alegría y emoción, tenía que ponerme las barreras de protección y a trabajar, con un grupo de chavales de edades comprendidas 12 a 17 años, todo un reto, se une el trastorno de comportamiento a toda la a revolución de un adolescente. ¡Me parecía increíble esa oportunidad!

Era el momento de dar, desde mi trabajo, escucha, comprensión, atención y creatividad junto al cariño. Intentar llegar a ellos, a través del trabajo para abrir una pequeña ventana en sus vidas e intentar crear algún cambio positivo y así bajar sus barreras de aislamiento y dejarse escuchar.

Es bonito ver que al final, aunque la situación que vivimos sea extrema, podemos encontrar siempre un rayo de sol en nuestro camino, siempre que nuestra mirada se centre en las personas, en el afecto, el cariño. Ya que es nuestro bien máspreciado, el que tiene que guiar nuestras vidas y nos haga sentir satisfechos y tener una vida llena, plena de satisfacción con el orgullo por lograr el objetivo de nuestras vidas.

África Enciso
Terapeuta Ocupacional

EXPERIENCIA Y SENTIMIENTOS



Al hablar de una experiencia siempre nos es complicado exponer mediante palabras los sentimientos, más aún cuando esta ha tenido y tiene circunstancias de notable carga emotiva.

Hemos padecido y soportado esta enfermedad como ciudadanos así como trabajadores del sistema sanitario, la labor no ha sido fácil, tampoco segura, pero hemos aprendido. Hoy somos responsables de seguir esforzándonos y adaptándonos a nuevos protocolos, confiamos en nuestro compañero y nunca tuvo más garantía un trabajo en equipo, convertidos en soñadores de tiempos no tan lejanos y procuradores de esperanza y cuidados.

Hemos profundizado en las nuevas tecnologías para estar en contacto con familiares, donde la principal motivación ha surgido de la empatía para con nuestros pacientes, con los que hemos sufrido, luchado y salido fortalecidos, transformando cada día en una batalla ganada. Citando a Shakespeare, cuando esto remita, “entonces y solo entonces sabrás realmente lo que puedes soportar; que eres fuerte y que podrás ir mucho más lejos de lo que pensabas cuando creías que no se podía más”.

Nuestra principal arma, constancia, la de nuestros pacientes, paciencia, conformando unidos el tesón heroico que nos hace más capaces y representa el verdadero sentido de la hospitalidad.

Diana García Torralba
Enfermera.

EL LADO POSITIVO DE LA EXPERIENCIA

En mi caso, por mis estudios, empecé a interesarme por la epidemia en China durante el mes de enero. Cuando llegó a Europa vi con impotencia cómo no se estaban tomando las medidas necesarias para controlarlo en España.

Al momento de declarar el confinamiento, ya estaba mentalizado de que iba a ocurrir, así que no me pilló desprevenido. Aun así, el cambio de hábitos y forma de vida, el poder salir a tomar algo con amigos, a pasear, etc. es algo que echo de menos. Sin embargo, también lo estoy aprovechando como una oportunidad para hacer cosas que tenía pendiente o para las que no había tenido tiempo: leer más, aprender a programar y crear páginas web, repasar la lengua y escritura china,....

Por tanto, puedo decir que esta situación no me está afectando negativamente sino más bien al contrario. El problema vendrá cuando termine y todo vuelva a la normalidad, después de haber desconectado y haber relajado mi ritmo de vida, creo que me costará retomar los hábitos y el estrés que tenía antes.

Darío Mora
Auxiliar de servicio



EXPERIENCIA-VIVENCIA COVID-19

Todo comenzó a primeros de Marzo, non despertamos con la noticia del coronavirus.

A partir de ese momento, nuestras vidas iban a cambiar por completo. Estábamos acostumbrados a una vida sin limitaciones, de mucho estrés, de “locura”, nos faltaban horas en el día, se había perdido la humanidad,... y, de repente, nuestras vidas y rutinas se paralizan por completo generando muchos miedos incontrolables, incertidumbre, ansiedad...

En mi caso particular, he de reconocer que esta situación “me vino grande”; tengo a mi hija de 7 años con una cardiopatía severa y mi cabeza era un mar de preguntas... ¿Cómo tengo que actuar para protegerla?, ¿Cómo llevaré ella el confinamiento?, ¿Puedo darla un abrazo o un beso al llegar a casa después del trabajo?...

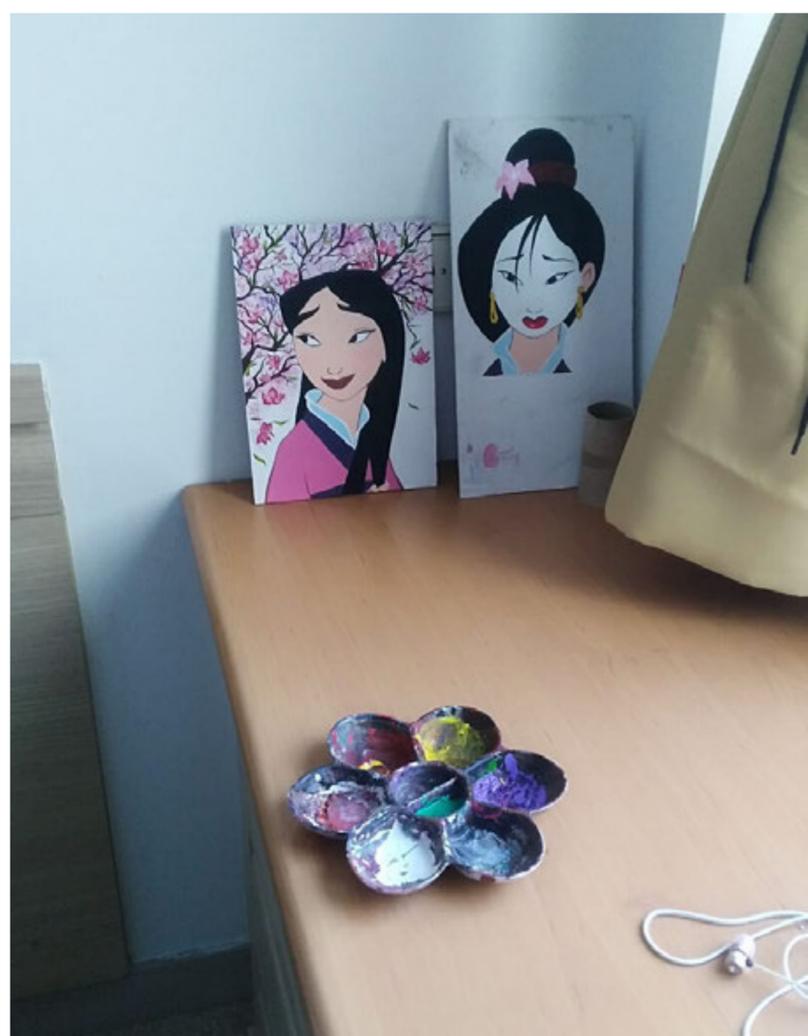
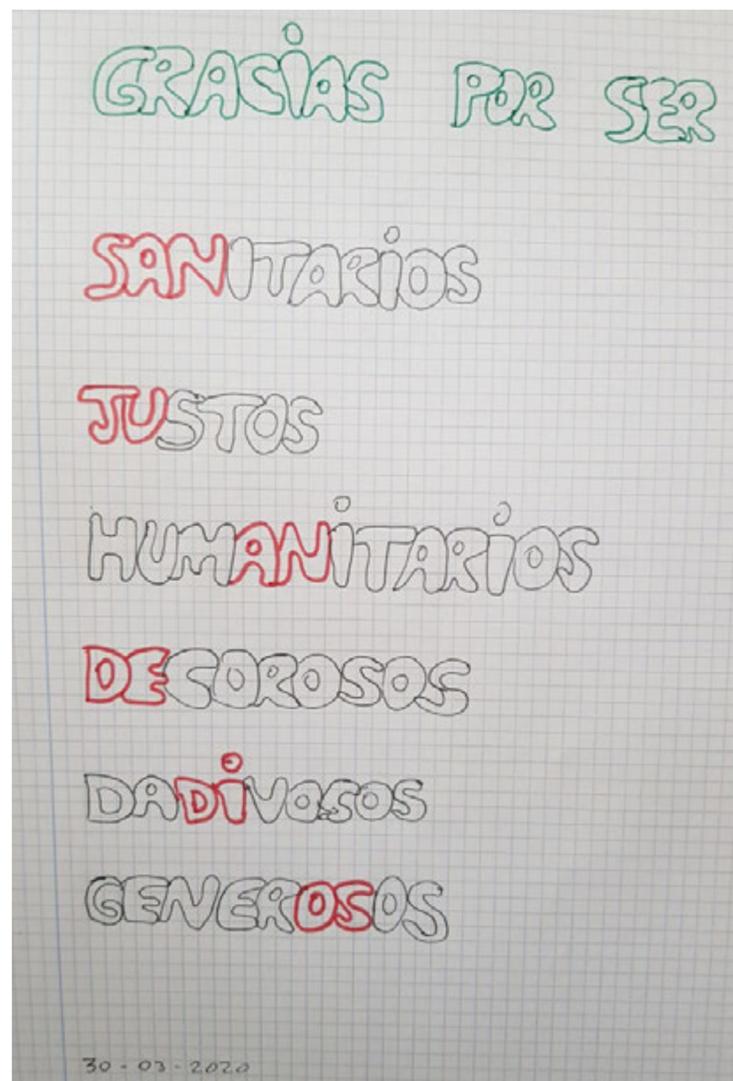
Es duro llegar a casa y que cuando abres la puerta, esa criaturita venga corriendo hacia ti y la tengas que parar...

He pasado de llevar una vida “organizada” a vivirla día a día; y con el paso de ellos, esas preguntas que rondaban en mi cabeza se van aclarando y adaptando a la nueva situación.

Creo que esto es una lección que nos quiere dar la vida y hacernos pensar que todo lo que teníamos, el trabajo, la casa, el tiempo,... no merecen la pena si no puedes compartirlo ni disfrutarlo con nadie.

Espero que cuando volvamos a caminar, caminemos más despacio, más humildes y sobre todo más humanos.

Pilar Cabrera
Recepción



Los primeros días de confinamiento eran raros, tenía la sensación de estar en una película de ficción y con miedo en algunos aspectos.

Ahora todo nos genera dudas, ¿Cuánto va a durar esto?, ¿Qué va a pasar después? Y en mi caso muchas más sobre la Universidad.

Personalmente no me angustia ni me agobia tener que estar en casa, supongo que ir a trabajar me libera de cierta manera. Pero sí siento que se me está pasando el tiempo (uno que no podemos recuperar) y no estoy disfrutando de cuanto tengo: la familia, los amigos y los rincones que me quedan por descubrir.

En estos meses he creado nuevas rutinas en casa, mientras espero que se vayan aclarando todas esas dudas.

Silvia Gómez
Auxiliar de Servicio

MI CONFINAMIENTO

Han pasado ya dos meses del confinamiento obligado, para tratar de parar el contagio del Covid 19. Todos estamos viviendo una situación inédita en nuestras vidas, por otra parte impensable, en los dos primeros meses del año. Una nueva e inesperada situación que nos ha obligado a replantearnos nuestra vida, allí donde nos haya pillado. Encerrados en nuestras casas y con las circunstancias personales de cada uno. Transcurridos los primeros días, tuvimos que adaptarnos a esta nueva, rara y extraordinaria situación, por tantos motivos.



En mi caso particular que vivo solo, desde el primer momento, me propuse vivir con la esperanza, de que el confinamiento me afectara lo menos posible, tanto anímicamente como físicamente y creo sinceramente que lo he conseguido. Desde hace tres meses vivo solo por el fallecimiento de mi esposa, vivo solo pero no me siento solo, esto es muy importante y es posible en primer lugar, por la comunicación con mis hijas y mis nietas, familiares y amigos.

Movido por el gran ejemplo que vemos a diario, con su entrega y dedicación, para paliar la pandemia, por el personal sanitario, las fuerzas del orden y otros trabajadores imprescindibles, para mantener los servicios mínimos que necesita el funcionamiento de nuestra sociedad, me pregunto en estos momentos tan graves: ¿Qué espera Dios de mí? ¿Qué puedo hacer ante esta situación tan extraña, inesperada y sorprendente por su gravedad? Ante la imposibilidad de atender las tareas del voluntariado y mis compromisos con distintos grupos de mi parroquia, tuve que rehacer estas tareas, para continuar creciendo a nivel humano y espiritual. He colaborado en crear una cadena, con fieles de la parroquia para ayudar a enfermos de coronavirus y elaborar unas listas de enfermos y fallecidos, para entregarlas diariamente al párroco y que pida por ellos en su misa diaria.



Hablo con los enfermos, felizmente en este momento, todos han superado el contagio; me quedan a nivel familiar dos tíos, de 88 y 89 años, también están superando el contagio, sin embargo el aislamiento les ha provocado una gran desorientación, hablo con ellos todos los días, a veces llamadas de una hora de duración para hacerles hablar y escucharles. De los fallecidos tengo bastantes conocidos, recuerdo de forma especial a cinco de ellos, tres eran amigos de tiempo inmemorial y dos excompañeros de trabajo. Al dolor hay que sumar la imposibilidad de despedirlos, solamente nos queda orar y tratar de consolar a los familiares a través del teléfono. Continúo escribiendo artículos para mis grupos, con la finalidad de mantener la fraternidad y la esperanza, en los tiempos litúrgicos de Cuaresma y Pascua. Porque a pesar del Covid 19 y sus terribles consecuencias ¡Cristo ha Resucitado!

Debemos de orar en todos los momentos, que nos lo permitan nuestros quehaceres, a lo largo del día, es más, deberíamos crear nuestros momentos de oración. La oración es la fuente del cristiano donde recobra sus fuerzas y encuentra la ruta de su vida. Unámonos en estos momentos tan especiales a la Iglesia en su oración universal, ya que es un arma extraordinaria y eficaz para llegar a Dios, fuente de esperanza para el cristiano y para el mundo. Acompañemos al papa Francisco en sus convocatorias globales para mostrar “la victoria de Cristo resucitado” frente al coronavirus.

La acción ha de ser la continuación de la oración, lo que es la solidaridad en la sociedad civil, ha de ser para los cristianos la fraternidad. Hagamos nuestras las enseñanzas del papa en su libro “Gaudete et exultate” y ejercitemos el acompañamiento en las necesidades, en la angustia y el dolor de tantos hermanos; nunca como ahora tendremos tantas oportunidades, de ser los santos de la puerta de al lado, y el buen samaritano del Evangelio; seguro que podemos hacer grandes cosas en lo ordinario de estos días, sin salir del círculo en el que nos encontremos.

Pidamos al señor que nos conceda su Paz y su Fortaleza, para continuar viviendo, con frutos, nuestro humanismo cristiano.

José Martínez
Voluntario

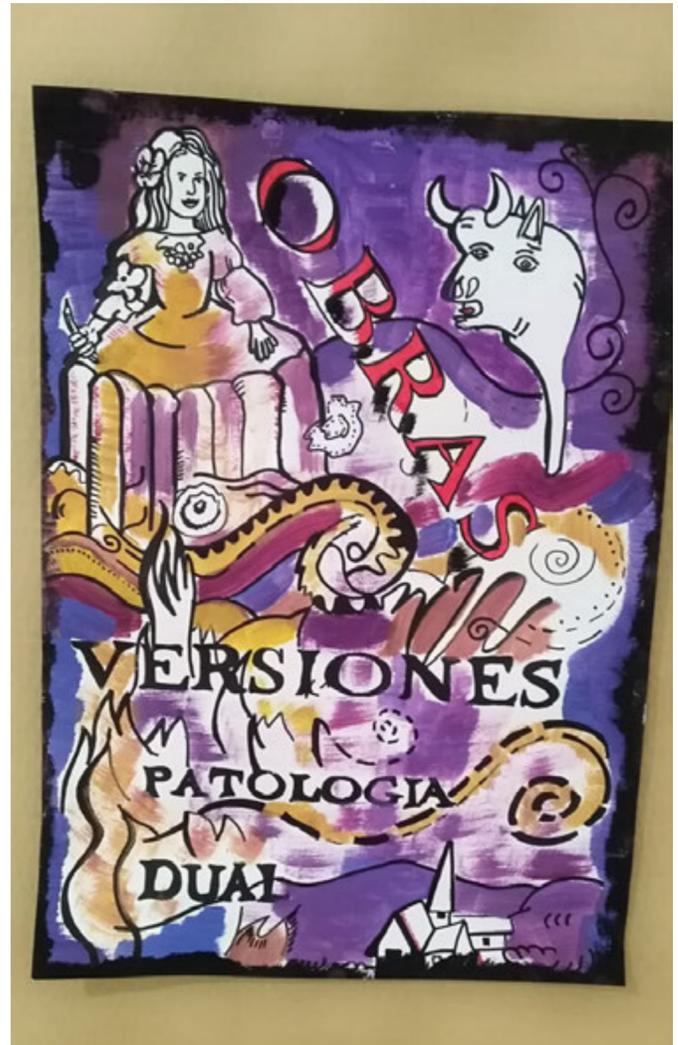
EN ESTOS TIEMPOS

“El mundo sigue girando”, suena en mis cascos. Desplazo la vista alrededor del vagón y observo que sí, pero de una manera extraña. Los asientos se ocupan cada dos personas, la gente de pie mantiene las distancias, vamos todos con la cara tapada y algunos incluso con guantes. Avenida de la Paz, es mi parada. Ante mí el imponente edificio al que llevo acudiendo ya 12 años, es como mi segunda casa. Subo la cuesta y entro para bajar a cambiarme, aparentemente todo igual. Sin embargo está más vacío, muchos habituales están en sus casas. Me cambio de arriba abajo, me lavo las manos, ficho, me las vuelvo a lavar, ahora con una solución alcohólica. Y por fin estoy en planta. Aquí la vida ha comenzado ya hace más o menos tres horas, mis compañeros ataviados cada uno con una cosa, y mis chicos unos en terapia y otros en la habitación.

Enseguida me pongo a la tarea, pues en estos días el tiempo vuela. He de imprimir lo que voy a dejarles para que estudien en la habitación, mientras estoy con el resto en el salón. Ya no podemos estar todos juntos. Los tenemos separados en dos grupos de 10 personas. Ya no salen de planta, no puedo estar con ellos en la hora de ocio jugando al fútbolín o simplemente charlando. No puedo siquiera darles un abrazo cuando lo necesitan tras una intervención que les ha resultado difícil. Ni hablarles sin mascarilla. Todo se ha tenido que volver muy estricto, “mantened la distancia de seguridad” les insistimos continuamente.

Todo es muy diferente, aunque no necesariamente malo. Dentro de esto hay situaciones que se han presentado como nuevas. Mi nuevo horario entre mañana y tarde, me permite disfrutar de todo el equipo presente. No estamos todos, algunos teletrabajan desde casa y se les echa de menos. En estos tiempos, hemos demostrado nuestra fortaleza más que nunca y es que vamos todos a una. Han sido semanas de estar en continuo contacto telemático, diseñando, programando, organizando y comentando lo que podíamos ofrecer a los pacientes.

Un esfuerzo movido por la vocación de todos que creo que ha dado muy buenos resultados. Hemos logrado no dejar de lado a los que tenemos en casa, la respuesta de ellos es de agradecimiento y alivio, y al mismo tiempo tenemos atendidos como se merecen a los de planta. No han faltado iniciativas para hacerles este trago menos amargo, con guitarra en mano un compañero ha hecho de telonero de nuestra paciente más talentosa y hemos disfrutado de conciertos en los que el público se extendía a lo largo de un pasillo. Por un momento hemos olvidado el encierro.



Bajo un segundo para darme un respiro, allí me encuentro a mis compañeros de otras unidades. Es nuestro momento para desahogarnos, para reírnos y para compartir. Aunque es extraño nuevamente no poder dar un abrazo, cuando ves que se necesita. O mantener tanta distancia con ellos, que la gran mayoría son mis amigos. Al menos, ya que no podemos vernos fuera aquí sí nos vemos. Este momento se torna crucial en mi día, son ellos los que me dan energía para continuar mi labor. Compartimos los nervios, las preocupaciones, los enfados que en época de tensión siempre surgen, y sobre todo el buen humor. Pues si algo nos caracteriza es que sabemos hacernos reír.

Con una sonrisa regreso a planta. Y continúo con mis tareas, hasta que el reloj marca el final de la jornada y regreso a casa. Mañana otro día más que será otro día menos.

Laura Martínez Díaz

Animadora sociocultural de Patología Dual

EXPERIENCIA EN TORNO AL COVID-19



La cuarentena me ha hecho replantearme y valorar cosas que antes no había reparado en ellas, o simplemente no sabía valorarlas, como la libertad. Esa libertad que tienes de ver a tus amigos y de hacer planes con ellos, de poder salir a la calle, incluso de tener la libertad de ir a clase.

Esta situación me ha hecho echar de menos cosas que antes no me gustaban como los abrazos o los besos. Sentirse encerrado en un lugar en el que antes estabas cómodo o incluso preferías antes que cualquier plan que te proponían, no es algo en lo que haya reparado nunca.

También siento rabia, rabia hacia esas personas que no cumplen el quedarse en casa, es obvio que todo el mundo quiere salir, pero qué te hace a ti especial para que tú no cumplas con lo establecido, para que seas tan egoísta de pensar en ti mismo, sin pensar en los demás.

Esta cuarentena se ha hecho más llevadera con la video-llamada, tecnologías que hacen sentirse más cerca de los que están más lejos. Mi cuarentena se ha resumido en leer libros, ver series y hacer cosas de clase, puesto que los profesores mandan más cosas que cuando las clases eran presenciales.

Finalmente me he sentido perdida, ya que no sabía cuándo iba a acabar esto, cuáles iban a ser los métodos de evaluación en la universidad o cómo va a ser la vida después de que pase todo esto, que preveo que va a ser muy diferente a como la hemos conocido tiempo atrás.

Sandra Sánchez
Auxiliar de servicio

