

Reflexiones de una residente sobre el COVID 19.

Poornima Ouruganti es residenta de medicina interna



Cuando me cambio de ropa en los vestuarios para residentes, estoy exhausta y entumecida. Me puse mis pantalones de chándal y una camiseta, cuidando de doblar mis exfoliantes para evitar tocar las manchas sucias. Limpié mi teléfono y mis llaves con una toallita hospitalaria antibacteriana y antiviral, y las puse en mi bolso. Cuelgo luego mi bata blanca en un gancho de pared en la sala donde trabajo, mi estetoscopio está en el bolsillo. En el bolsillo opuesto de mi abrigo tengo dos mascarillas usadas, y dos máscaras N95 usadas también que me da miedo tirar. Otro día de trabajo que acaba; Tomo todas las precauciones para mantener mi estrés y las fómites del trabajo fuera de casa. Soy residente de medicina interna, y esta es mi vida durante la pandemia mundial de COVID-19.

A lo largo de mi residencia, he buscado activamente experiencias para mejorar mi formación médica. Disfruto con las consultas complicadas; Prefiero los ingresos médicamente complejos. Nunca pensé que sería capaz de agregar una "pandemia global" a mi repertorio de habilidades y experiencias, pero aquí estoy, en medio del COVID-19. Además, otros procesos médicos no se detienen durante una pandemia. Los pacientes todavía tienen cáncer, sangrados del tracto gastrointestinal y exacerbaciones de sus insuficiencias cardíacas. Los pacientes aún requieren camas en unidades de cuidados intensivos (UCI) para accidentes cerebrovasculares, ataques cardíacos y accidentes de tráfico. La demanda de nuestro sistema de atención sanitaria nunca la he visto tan alta en toda mi vida. Todos residentes, los de medicina interna y de familia, pero también los de otras especialidades, están teniendo una experiencia única durante la pandemia de COVID-19. Estamos en el hospital la mayor parte del día, y tenemos

personal tanto en las plantas de medicina general como en la UCI, también en urgencias. Vemos pacientes en todas las situaciones imaginables. Un residente es generalmente el primer médico que un paciente ve cuando viene al hospital. Como tal, estamos realmente en primera línea.

El COVID-19 ha ayudado a revelar las similitudes de muchos campos de la ciencia, incluida la salud pública, la epidemiología, la seguridad del paciente y la mejora de la calidad, la medicina de laboratorio y la investigación médica. También ha arrojado luz sobre el hecho de que la salud, está en la base de todos los demás aspectos de la existencia humana. Este hecho, aunque aparentemente obvio, no siempre se capta de inmediato en las naciones del primer mundo. La mayoría de las personas (incluidos los médicos) viven su día a día dando por sentada la salud de nuestras comunidades. Sin embargo, hemos visto posponer bodas, cancelar graduaciones y sus ceremonias, también las cenas en el restaurante favorito con amigos o compañeros. Suprimir ese viaje tan esperado al extranjero. La pandemia ha demostrado que esta enfermedad no conoce de razas, etnias o clases socioeconómicas. Cuando se trata del COVID-19, el mundo es pequeño y todos estamos en riesgo.

Dar la salud por sentado también se ve bien en la política. Las políticas de salud pública a menudo se ignoran o se ponen detrás o al final de los expedientes. El problema es que, cuando la salud pública funciona bien, no se tienen en cuenta políticas o procesos de salud pública. Cuando hay una falta de infraestructura en salud pública o políticas que funcionan incorrectamente, los sistemas de salud se colapsan. Como ejemplo, estamos experimentando esto ahora con la falta de una infraestructura integral para el COVID-19.

Ser médico durante la pandemia también significa estar conectado a nueva información a nivel mundial a través de cualquier tipo de vía. Muchos residentes médicos son millennials, lo que significa que crecimos durante la revolución de las redes sociales. Las redes sociales tienen un papel inmenso en popularizar el movimiento #quédateencasa. Instagram, Facebook y TikTok tienen sus propias campañas para alentar a las personas a quedarse en casa y evitar la propagación del COVID-19. Los trabajadores de la salud han popularizado la campaña ¿Ayúdanos y quédate en casa? en múltiples plataformas de redes sociales. Los "memes", que fueron popularizados por la generación del milenio, son imágenes o videos con subtítulos inteligentes que comentan una pieza con algún tipo de identidad cultural para explicar un pensamiento o sentimiento universal. Usando el humor, los memes han ayudado a las personas a afrontar el estrés y la ansiedad de esta pandemia. Son creados por cualquier persona y difundidos a través de todas las plataformas de redes sociales. Como nos han demostrado las redes sociales, hay un componente humano de la pandemia que es importante apreciar. Personas de todos los ámbitos de la vida se han unido para apoyar a los trabajadores de la salud y a la comunidad. Las destilerías de licores están haciendo desinfectantes para las manos, las compañías no médicas están fabricando ventiladores y máscaras en lugar de sus propios productos, las compañías de zapatos están dando zapatos gratis a los profesionales de la salud, y los restaurantes están entregando almuerzos gratis a los trabajadores de la salud a pesar de sus propias dificultades financieras por los cierres de sus negocios al público.

He tenido la suerte de tener un trabajo que se considera esencial durante estos tiempos difíciles. Tengo un sueldo fijo y tengo un lugar de trabajo donde presentarme cada día. Es un verdadero regalo tener un propósito, y eso se ha ido asentando durante el caos y la incertidumbre que en nuestro estado actual de atención médica hemos ido viviendo. Nunca me sentí más orgullosa de ser médico que ahora. Sí, tengo miedo por la salud y la seguridad de mi familia y amigos, desde luego. También tengo miedo por mi propia salud y bienestar. Todavía tengo miedo de quedarme sin equipo de protección personal, tengo miedo de estar expuesta y estoy ansiosa de que no podamos manejar el volumen de pacientes que nos envían. Pero, la experiencia del COVID-19 ha reafirmado el sentido del deber que siento hacia mis pacientes y mi comunidad, y esta es, con mucho, la mejor lección que podría haberme enseñado la residencia.

Como residente médico, mantengo la esperanza, por el bien de mis colegas, pacientes y mi propia salud mental. Tengo que creer que esta es una "historia de guerra" que podré contarles a mis futuros residentes cuándo sea médica adjunta. Mi esperanza para que el mundo avance tras esta pandemia es que nunca demos por sentado el poder de la gente, de la comunidad y nuestra capacidad para unirnos. Espero que tampoco nunca demos por sentado nuestro sistema de atención médica universal y la importancia de tener una buena infraestructura en salud pública. Espero que colectivamente tengamos la fuerza para superar la crisis. **Espero que asumamos que el mundo es algo cada vez más pequeño, después de todo, y que estamos mejor juntos.**