

¿Qué ha dejado el COVID en nosotros?

Camino Castiglione Salvador Eir 2. Residente de enfermería familiar y comunitaria. **Aitziber Aierbe Kambra**. Medico de familia. **Guillermo Giménez Murcia** (R0 de Medicina)



Resumen: Los autores lideraron una iniciativa para permitir a los profesionales sanitarios de su centro de salud expresar sus experiencias y sentimientos más íntimos producidos durante los momentos más duros de la pandemia. Estos testimonios, se convirtieron en un extraordinario método para fomentar la cohesión en el equipo de salud y muestran de una manera única el efecto terapéutico de la narrativa clínica, generando también un precioso documento: "[Relatos en tiempos de Covid/Covid Garaian Hitz Jaioa](#)" que ahora el lector de Doctutor tiene a su disposición

What has the covid left in us? Abstract: The authors led an initiative to allow health professionals at their health center to express their most intimate experiences and feelings produced during the toughest moments of the pandemic. These testimonies became an extraordinary method to promote cohesion in the health team and show in a unique way the therapeutic effect of the clinical narrative, generating also a precious document: "[Stories in times of Covid / Covid Garaian Hitz Jaioa](#)" that now the Doctutor reader has at his/her disposal

Un día se nos ocurrió, en el centro de salud de Gros (San Sebastián), invitar a los profesionales que en él trabajan, a escribir cómo se habían sentido durante esta pandemia. Fue una invitación a sacar aquello que esta situación había dejado en cada uno de ellos, a desahogarse, a dar espacio a los sentimientos, puesto que el día a día no dejaba tiempo para ello. El objetivo empezó siendo una invitación a la reflexión individual y acabó siendo un espacio para cuidar a nuestros compañeros, para oír sus sufrimientos y dificultades a través sus preciosos relatos hasta darnos cuenta que no estábamos solos.

De la lectura y análisis de los relatos hemos obtenido varias reflexiones, estas no son extrapolables, ni mucho menos, al resto de profesionales sanitarios, ni al resto de contextos. Sólo son reflexiones, pensamientos y vivencias de cada una de las personas que se ha abierto a contarnos cómo ha vivido esta situación.

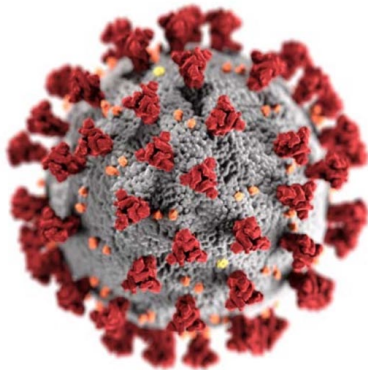
Aunque se repiten muchas palabras de fuerza en los diferentes relatos, percibimos que la edad y el estamento profesional son los factores más relevantes que influyen en la vivencia de la situación y el estilo en el que se escriben los relatos.

Tanto enfermería como los profesionales de administración hablan desde una perspectiva más pragmática, centrada en el área profesional, hablando de las dificultades encontradas para realizar adecuadamente su trabajo. Los administrativos también reflejan un optimismo de cara al futuro, aportan una mirada más esperanzadora.

Por otro lado, dependiendo de la edad, las enfermeras más jóvenes y probablemente sustitutas tienen una vivencia de desafío personal y profesional al que se han enfrentado de forma resolutiva, reforzando así su autoestima. La enfermería de más edad presenta mayor malestar, sentimiento de maltrato, desesperanza, frustración y descontento.



COVID GARAIAN HITZ JARIOA RELATOS EN TIEMPOS DE COVID



[Pulsa en la imagen para leer esta publicación.](#)

Es llamativo la forma de escribir de los médicos, la forma de plasmar sus sentimientos a través de relatos novelescos, a través de metáforas. Hablan en sentido poético de sus problemas y la mayoría de ellos no mencionan su área profesional, se centran más en sus vivencias personales. ¿Puede esto ser un mecanismo de defensa ante todas las dificultades encontradas y la compleja realidad?

Tras leer todos los relatos se podrían clasificar las reacciones ante esta pandemia en dos grupos. Por un lado, se encuentran aquellas personas con capacidad de relativizar el sufrimiento individual, de elevarse a la complejidad de la situación, despersonalizarse. El ser capaces de relativizar, de ir más allá de lo personal es un recurso para afrontar las dificultades, que les ha permitido ser más optimistas, trabajar con menos miedo y adaptarse más fácilmente a todos los cambios. Por otro lado, están aquellas personas centradas en la realidad cotidiana, en la incertidumbre, en los protocolos, en su bienestar personal, en lo concreto, en aquello que les falta y les afecta directamente. Estos han trabajado con mucho sufrimiento, angustia y miedo.

Se intuye, en la mayoría de los relatos, un malestar en los profesionales sanitarios, una carga de sufrimiento expresado con palabras como miedo, incertidumbre, agotamiento, caos, confusión, control, autocompasión, vulnerabilidad, inseguridad... Los profesionales reiteran un sentimiento de abandono por parte de los líderes de las organizaciones, se han sentido solos, sin pautas, sin rumbo, con cambios constantes de protocolos y funcionamiento que les han impedido trabajar con seguridad, en equipo y de forma coordinada,

aunque insisten en la importancia del compañerismo para superar las dificultades.

A pesar de estas dificultades encontradas, de los miedos mencionados, lo más reseñable de este ejercicio de reflexión es que detrás de cada relato se dibuja a personas preocupadas por hacer su trabajo lo mejor posible, por dar los mejores cuidados a sus pacientes, por seguir cuidando y curando a las personas de alrededor.

Damos las gracias a todos los compañeros que se han dedicado un momento a ellos mismos, y nos lo han dedicado a nosotros también, han rescatado las máquinas de escribir y han escrito preciosos relatos en tiempo de COVID. Ha sido un regalo leer todos y cada uno de ellos.

Para finalizar, queremos realzar el papel de los pacientes, que han escrito relatos esperanzadores y emotivos, mostrando el lado más humano de esta pandemia. Recordándonos la esencia de nuestra profesión.