

Desesperanza y COVID

Augusto Blanco. Médico de Familia (Madrid)



Resumen: En este breve ensayo se dibuja una evolución a lo largo de la pandemia de las circunstancias, acciones y sentimientos de la población, sus dirigentes e incluso los propios sanitarios, desde actitudes iniciales empáticas y solidarias a otras, en el momento presente, más negativas, reflejando visiones cínicas generadas por el desgaste, pero también por la desmemoria. Sin embargo, en el contexto de esta desalentadora perspectiva, el autor al declarar finalmente su amor por su práctica clínica, reafirma su inalterable compromiso profesional con la sociedad?, como si quisiera resaltar la permanencia de la ineluctabilidad del deber, inherente en todo buen profesional.

Hopelessness and COVID Abstract: This brief essay draws an evolution throughout the pandemic of the circumstances, actions and feelings of the population, its leaders and even the health providers themselves, from initial empathic and supportive attitudes to others, at the present time, more negative, reflecting cynical views generated by wear and tear, but also by forgetfulness. However, in the context of this discouraging perspective, the author reaffirms his unalterable professional commitment to society ..., as if he wanted to highlight the permanence of the ineluctability of duty, inherent in a good professional

La sindemia1 lo había cambiado todo. La prolongación en el tiempo en lugar de muscular al colectivo, como en cualquier entreno, lo había debilitado. Claro que como cualquier actividad en exceso es perjudicial. El entrenar más de la cuenta provoca un montón de repercusiones no deseadas y no hablo de vigorexia2 o runnorexia3 fenómenos más relacionados con la dismorfofobia o las modas sociales, hablo de: lesiones, rabdomiólisis4, envejecimiento, problemas cardiacos o inmunológicos? y la gran estrella el síndrome del

sobreentrenamiento, el staleness⁵ de los atletas, el burnout⁶ de tantas profesiones.

Ese temido 'quemamiento' se iba instalando, lenta, pero paulatinamente, en el colectivo sanitario?

Si al principio las bajas por los contagios o los riesgos laborales, aderezadas con los secuestros de IFEMA redujeron a la mitad las plantillas, los que quedaban juntaron hombros y desde el celador al jefe de servicio, el director de centro en el caso de los Centros de Salud, todos juntos, al alimón, se arroparon, consolaron, animaron para resistir. Confabulación para la victoria.

La población en estos primeros instantes aplaudía entusiasta el esfuerzo de los sanitarios: 'a las ocho en los balcones?'. Verdad es que faltó nada y menos para convocar a la misma población una hora más tarde a una cacerolada contra el gobierno. Si la primera duraba cinco minutos, la segunda cumplía los quince obediente y disciplinada. Esa misma población que pasados los meses tilda de vagos, desalmados y asesinos a los sanitarios que siguen en la brega con apenas descanso. Los políticos, no solo, siguen a la greña con mensajes contradictorios continuos, es que multiplican la crispación y todo es motivo de confrontación: el manejo de la pandemia, el rey, el poder judicial? se convierten en hooligans partidistas. La sociedad asiste atónita y desbordada se rebela en actitudes infantiles: '¿qué se joda el barco que me voy a nado!?. Cada uno a lo suyo.

Los sanitarios unidos sin fisuras, en el peor momento, comienzan a resquebrajarse. Si el miedo al contagio propio se combatía con denuedo; si el terror a llevar semejante invitado a casa, extremaba las precauciones; si el dolor de la población se vivía como propio? Ahora, que ya no se lavan 44 segundos las llaves, ni se saca brillo a las superficies? ahora que no nos aterroriza llevar el bicho a casa, reaccionamos contra esa población exigente y confundida que se fija solo en su ombligo y sus derechos y combate su miedo o su hartazgo con incivismo irreflexivo. Ya no son de nuestra partida.

Si antes llorábamos juntos y eso nos ayudaba a resistir y acabábamos sonriendo y riéndonos de nuestro destino, siempre había una anécdota que celebrar, ahora lloramos por partes, cada estamento ve lo propio como único y se siente maltratado por los otros. Nadie acusa abiertamente, todos sabemos que la causa es externa, la falta de medios, de recursos, la pésima organización superior? pero ahora las enfermeras acusan de perfileros a los médicos, por dejarlas desamparadas en la puerta o sobre cargadas de pcrs, los médicos a los que no le cabe un enfermo más en las agendas, se asombran y se resisten a recargarse aún más, y se sorprenden, a caballo entre la indignación y la distancia, de semejantes planteamientos, mientras miraran de reojo a los administrativos que cogen teléfonos sin parar y fuerzan citas recargando, las ya recargadas agendas, por su parte, los administrativos, siempre en la sombra, se sienten ninguneados y poco reconocidos, las auxiliares no dan abasto a codificar pruebas, controlar existencias, reponer material? y de quejarse del despistaje, del robo, del mismo, que como en los peores momentos vuelven a asolar las paupérrimas existencias de mascarillas, por ejemplo.

El cansancio y la desesperanza espantan la buena praxis, la empatía, la compasión comienza a ser un bonito sueño perdido entre las brumas de los contagios y las exigencias directivas. Ya no duele igual el dolor ajeno. El cinismo gana enteros y las actitudes dispáticas sustituyen a las naturales. No ver el fin no ayuda precisamente.

Pero no solo lo laboral se resiente. En casa las respuestas inapropiadas acampan en los salones, comedores y dormitorios. Los hijos y las parejas acusan la voracidad del esfuerzo. Las octavas suben con demasiada facilidad y eso repercute en la convivencia familiar. Entre gritos todo se entiende peor. Los pequeños placeres del día a día van desapareciendo. La comida no sabe igual, se mal traga sin saboreo, da igual lo que sea y, ya, no hay disposición al disfrute. El gin-tonic festivo de los fines de semana, se transmuta en alcohol sin glamour, que si pudiera se inyectaría en vena. El ejercicio, liberador y saludable, se aparca en el cansancio extremo. No hay lectura, canción, melodía o película capaz de arrancar del ensimismamiento vírico. El sexo olvidado. Huérfano de ternura, cuando aparece lo hace como desahogo, de un modo violento y rápido que deja insatisfechos los labios y el cerebro.

Y, sin embargo, casi nadie cambiaría de profesión. Nos gusta pensar, pese a todo, que ayudamos a la sociedad en donde más lo necesita. En la pelea con la muerte, ganadora inevitable, tratando de hacerla comfortable. Intentando domesticar el dolor, usando todas las armas que la química y la técnica ponen a nuestro alcance. Seguimos, perseverantes, promocionando, a veces, como quien clama en el desierto, las conductas saludables. Intentando ayudar a empoderar pacientes e implementar las medidas preventivas necesarias.

Me sigue gustando la Profesión.

1 - Término acuñado por Singer en 1990. Entendiendo que la interacción del SARS-CoV-2 (Covid-19) con otros procesos morbosos agravan la evolución de estos cuadros que si los sumáramos por separado. Meses después de ser declarado el Covid-19 pandemia mundial, el Lancet rescata el término dada la evolución y la sinergia agravante con enfermedades como la diabetes, las cardiopatías, la obesidad? **2** - Dismorfia muscular, es un trastorno mental en el que la persona se obsesiona con el estado físico de un modo patológico. **3** - Adicción a correr. **4** - Destrucción muscular. **5** - Sobre entrenamiento. **6** - Como consecuencia del estrés laboral crónico la persona entra en un estado de agotamiento emocional, cinismo vital y distancia y desapego laboral **7** - Se reconoce el sufrimiento ajeno, pero se prejuzga su motivación o conducta, denigrando su imagen y autoestima