



En primera línea frente al covid-19

- Dos médicos que superaron la enfermedad relatan sus historias y envían un mensaje a la población para reforzar las medidas de autocuidado.

Por: Estefanía Fajardo De la Espriella

En común tienen muchas cosas: son médicos, están en Cartagena... y dieron positivo para covid-19. La diferencia radica en que uno estuvo hospitalizado y aún se encuentra en aislamiento, mientras que otra fue una paciente asintomática (únicamente dos días de fiebre). Las caras de un virus que es pandemia en el mundo, de un talento humano en salud presto a atender al país y de la vulnerabilidad del ser humano.

Hablamos de Daniela Marrugo, médica de 30 años y especialista en gerencia en la calidad y auditoría en salud, y de Lacides Caparroso, médico de 29 años.

Ambos son parte de la primera línea, son quienes, en palabras de Caparroso, le ponen la cara a un paciente, a una familia esperando noticias y a un virus hasta ahora desconocido en muchos aspectos. "Somos humanos y tenemos miedo, ansiedad y preocupaciones", dice.

Coinciden en decir que el personal médico toma medidas de prevención para evitar contagio a la comunidad, medidas de cuidado personal y protocolos tanto en los centros de salud como en sus hogares y que, precisamente por eso y por su vocación de servicio, se convierte en inaceptable la discriminación y el rechazo quienes trabajan en el sector salud. "Nosotros sabemos cómo cuidarnos, cómo retirarnos los guantes, el tapabocas y lavarnos las manos. Estamos para ayudar a la población".

Pero así como hay historias tristes, denuncias de rechazo y discriminación a trabajadores de la salud, hay una luz de esperanza de que como sociedad podemos salir adelante en medio de la crisis. "Si hay personas con las que yo estoy agradecido es con mis vecinos": así cuenta el doctor Caparroso la historia de quienes conocieron a su familia apenas en febrero y ya en marzo fueron los encargados de darle fortaleza a su hogar.

Recuerda que cuando ingresó hospitalizado mandaron a aislar a su hija, su esposa, y la señora que los apoya en el hogar. "Desde ese día no hemos recibido más que ayudas, cariño y tolerancia de parte de ellos. Llamen a mi esposa y al abrir la puerta encuentra un mercado, me enviaban cosas a la



clínica, cartas de apoyo. Ellos me daban la serenidad cuando más desesperado estaba porque sabía que estaban apoyando y respaldando a mi familia”, dice.

Así, mientras algunos dejan mensajes intimidantes a médicos o enfermeros por considerarlos “foco de contagio”, otros brindan el apoyo necesario para superar entre todos .momentos que, ahora y aquí, ya son una nueva historia y una experiencia vivida para contar.

Cumpleaños

“Tenía 28 años cuando me infecté del virus. Ahora tengo 29”. Así empieza a narrar su historia el doctor Caparroso. La edad no es un tema poco relevante para él porque, dice luego, había planes con su familia conformada por su esposa y su hija, actividades para después del turno, un pastel de cumpleaños y, por qué no, un abrazo fugado en medio de las precauciones de aislamiento físico que por estas semanas tenemos en el país.

Recuerda muy bien que en el turno de la noche del 12 de marzo -seis días después del primer caso confirmado en el país- en urgencias de baja complejidad atendió a un paciente cuyas pruebas salieron negativas, pero que, por nexos epidemiológicos y contactos estrechos, se determinó como caso en el registro del Instituto Nacional de Salud y el Ministerio de Salud y Protección Social.

Cuenta que el paciente estaba estable y no tenía nada que sintomatológicamente hiciera pensar que estaba asociado a infección por coronavirus. “Durante el examen físico que le realicé ambos estábamos con tapabocas, sin embargo le pedí que se quitara la camisa para revisarlo y al hacerlo se retiró el tapabocas. Mientras lo examinaba tosió”, relata.

El domingo presentó un malestar general, el cual consideró normal. De la clínica que recibió al paciente le confirmaron que este había agravado y tenían sospecha de covid-19. “Decidí autoaislarme inmediatamente”, afirma. Al día siguiente hubo tos persistente y, además, se enteró que el paciente falleció.

El martes presentó fiebre y tuvo dificultad respiratoria, por lo cual se decidió su hospitalización y, tras la sospecha por el cuadro que presentaba, le realizan una serie de exámenes y la toma de la muestra. El resultado era positivo, tal como se esperaba.

“Fueron días de ansiedad. Hoy en día nadie está preparado para un encierro sin nada, saber que es una enfermedad nueva y que, además, la estás viendo como médico y tienes la capacidad de leer artículos científicos”, reflexiona.



Cumplió 29 años el 22 de marzo, un día después de recibir el diagnóstico positivo. “Pasé mi cumpleaños con una camilla”, dice, mientras relata el escenario de visitas de especialista y enfermeros.

“Yo veía solo los ojos de las personas. No sabes si se ríen, si ponen mala cara o si te están sacando la lengua, todo esto por el traje de protección”. Recuerda con claridad los turnos y nombres -porque los memorizó en una especie de desafío a su cerebro- y hace un chequeo de lo que tenía planeado para ese día.

“Fue cumpleaños sin nadie que me diera un beso o un abrazo, aunque tuve llamadas y videos. Todo esto hace que tenga más valor el despedirme de mi esposa, el darle las buenas noches a mi hija, hablar con mi familia mientras voy camino al trabajo...”. Su primera prueba de control resultó positiva, y la segunda, con resultado el pasado 12 de abril, fue negativa. Ahora cumple 14 días de aislamiento en casa.

Sin síntomas

La doctora Marrugo también se encontraba de turno en el servicio de urgencias. Las alarmas se activaron después de tener contacto estrecho con un caso positivo, “eso a pesar de hacer un correcto lavado de manos y de utilizar todos los elementos de protección personal”, señala. Ella, como medida de precaución, desde febrero tomó la decisión de aislarse de sus padres, personas mayores.

No le dio tos, no tuvo malestar general, tampoco dolor de garganta o de cabeza. Sin embargo, su resultado fue positivo y, dice, “no deja de generar angustia, tristeza y un poco de zozobra”. A diferencia del doctor Caparroso, ella no necesitó medicamentos, estuvo 14 días en su habitación donde solo abría la puerta para recibir la comida bajo estrictos protocolos de prevención.

“Es muy importante que la población general refuerce el lavado de manos, el uso adecuado del tapabocas y el distanciamiento social. Es lo que realmente ayudará a la mitigación del virus”, dice al recordar que precisamente eso permitió que las personas con las que vive tuvieran resultados negativos a las pruebas.

Pasó por días tranquilos y días tristes, el hecho de vivir aislado 14 días, cuenta, “lo deja a uno marcado”. En el proceso tuvo el apoyo de su familia, compañeros de trabajo y superiores. “La parte emocional juega un papel importante. Durante el aislamiento tuve contacto con psicólogos, nutricionistas, un apoyo integral por parte de la EPS. Es importante no



sentirnos solos y caer en depresión o ansiedad por este periodo que atravesamos”.

La prueba de control de la doctora Marrugo arrojó negativo. Regresó a sus labores “con mucho más cuidado”, como lo manifiesta. “Sobre todo para mis pacientes, les enfatizo en que deben cumplir todas las medidas de prevención” y entre sus compañeros, cuenta, hay un chequeo cruzado, así como en los aviones, para estar atentos de los equipos de bioseguridad y los procesos de cuidados.

“Conocer de la enfermedad ayuda, y es ahí la recomendación a que todos los médicos brindemos todas las herramientas para que el paciente sepa también de la enfermedad, cuáles son los signos de alarma y a lo que se está enfrentando”, expresa la especialista.

Abrazos virtuales

Ambos coinciden en que lo más difícil de esto fue el aislamiento, pero visto desde la perspectiva de no poder compartir con sus familiares y seres queridos. Los abrazos quedaron aplazados y las conversaciones virtualizadas. Conocer de la enfermedad y del virus permitió que diferentes preguntas llegaran a sus cabezas, pero también, dice Daniela, volver con una nueva perspectiva al trabajo.

“A un médico amigo especialista le dije que esto lo es todo y no es nada - —cuenta el doctor Caparroso—. A mí me dio tos, pero hay pacientes a los que nunca les da, otros a los que les da fiebre, o personas que simplemente les duele la garganta. Puedes tener fiebre, mocos, ardor de ojos, dolor de oídos. Puedes tener todo, tener alguna, o simplemente no tener nada”, dice.

Por último, después de un turno más y de haber superado a un virus del que aún falta mucho por conocer, la doctora Marrugo envía un llamado a todos los ciudadanos: “El gobierno está tomando las medidas de aislamiento y ha hecho campañas para el lavado de manos y el uso adecuado del tapabocas. Esto ayuda a la mitigación del virus, pero si la población no cumple con el autocuidado la propagación será mayor. El temor de todos, puntualmente ahora de los que estamos en primera línea, es que los centros de salud colapsen y no podamos brindar la atención de urgencias debida. El mensaje es que todos debemos cuidarnos”.