

Confesiones de una médica de familia

Eva Peguero Rodríguez

Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria

EAP El Castell. Castelldefels. Barcelona

Profesora asociada de la Facultad de Medicina UB. Campus Bellvitge. Barcelona

GdT de Comunicación y Salud de la CAMFiC y de la semFYC

Confieso haber tenido miedo. Miedo a una enfermedad minimizada al principio, confieso no haber visto la ola del tsunami hasta tenerla encima. Y confieso haberla visto tan grande como era, cuando la tenía encima. Confieso haber tenido miedo de enfermar y mucho más miedo de hacer enfermar a los míos. Confieso haber tratado los primeros días a los pacientes con distancia física y emocional, al principio pensando que lo hacía por ellos, pero después sabiendo que lo hacía por mí y los míos, siendo consciente de la desprotección inicial. No abandoné, porque seguía visitando, pero abandonaba.

Confieso haber dormido muy poco. Muy poco. Confieso haber temido al inicio, estando en la primera fila de la atención sanitaria, que la maldita curva podría no doblarse, que el sistema sanitario se podría bloquear y que los pacientes que atendía eran prácticamente de mi edad y estaban muy enfermos.

Confieso haber querido proteger a mi marido y a mis hijos, y desear que se alejasen y a la vez necesitarlos muy cerca. Confieso que esa negociación fue una de las más duras de mi vida. Nos planteábamos separarnos durante el confinamiento y confieso haber pensado que podía ser incluso una despedida. Confieso que tuve miedo. Confieso que estuve hasta pensando a qué hospital acudir a pedir ayuda si estando sola en casa, me ahogaba. Un horror.

Confieso haber pedido ayuda hasta al presidente del colegio de médicos, necesitaba unas indicaciones concretas sobre cómo debíamos los profesionales proteger a nuestras familias al llegar a casa del trabajo, después de no encontrarlas en ninguna fuente oficial. Confieso que agradezco enormemente que llegaron. Y son tal y como las necesitaba.

Confieso que las primeras dos semanas de pánico me pasé las tardes y fines de semana llamando a mis pacientes más frágiles para darles mi número de móvil para que tuvieran un teléfono al que pedir ayuda si el sistema se colapsaba. He de decir, 6 semanas después, que solo me han llamado tres veces y totalmente justificadas. Necesitaba saber que podían contar conmigo. Confieso que, seguramente, lo hice por mí.

Confieso que trabajar con la sonrisa habitual fue tarea muy difícil, sobre todo, aquellas primeras semanas. Me convertí en una doctora que no me gusta, confieso haberlos atendido con la puerta abierta, para ventilar la estancia, y dándoles órdenes continuamente de «no toque nada», «no deje la chaqueta ahí», «quédese de pie», «síntese directamente en la camilla», «quítese la ropa», «gírese que le voy a auscultar», «gírese que le voy a mirar los oídos desde detrás», «no le pongo las indicaciones por escrito, váyase directamente a la farmacia, le enviaré un email con ellas, no quiero que se lleve papel de aquí y que pueda infectarse». Confieso haberlo hecho aún a sabiendas de que corría el riesgo de dar mal las instrucciones acordadas. Más riesgos. Otros riesgos tan importantes como los de infectarse. Cambié aquella sonrisa que solo aparece en mi cara cuando hago de médico y que tan terapéutica es, aquellos oídos que durante los primeros minutos de la entrevista solo están atentos

y abiertos para centrarme y entender qué persona estoy atendiendo, aquella mirada atenta que les anima a contarme. Y que es la mejor de mi tecnología para hacer bien mi trabajo. Lo cambié por una atención centrada en «no quiero infectarlo» y «no quiero infectarme». Obsesivo. De pronto, mi escogido y altamente resolutivo ritual de visita a cada paciente, que empieza por un apretón de manos, desapareció. Y así es mucho más difícil. Sé que algún día encontraré otra manera de mostrarles la calidez y cordialidad que se merecen. O quizás llegue a recuperar la que tanto añoro.

Pero eso no es todo. Confieso también que he ninguneado la intimidad de las personas. Que he puesto el diagnóstico de sospecha de infección COVID-19 con alguna clínica compatible, como se debe hacer en situación de pandemia, pero muchas de las veces sin negociarlo con el paciente, si no imponiéndolo, sin pararme a convencerlo. Y entendí rápidamente que la salud pública está por delante de la salud individual. Pero confieso que me ha costado al principio. Y confieso que he sido capaz de preguntarle a una paciente el nombre de su abuelo con el que convive, que no es paciente mío, para averiguar la razón de su ingreso hospitalario y poder convencerla para que viniese a visitarse por esa maldita tos que ella atribuía al asma. Otras veces he entrado en la historia de pacientes ingresados, que tampoco eran míos, para poder dar certeza, buena o mala, en medio de tanta incertidumbre insoportable. Lo confieso. Confieso que no solo he enviado documentos sin encriptar a pacientes que lo consentían «manipuladamente», sino que incluso desde mi mail profesional he enviado documentos de baja a la empresa en la que trabaja un matrimonio de pacientes míos que, en su situación de enfermedad, necesitaban esa ayuda. Nunca pensaba que podía llegar a hacer todo lo que ahora hago. Confieso haber pedido el teléfono de contactos de pacientes sospechosos para llamarlos directamente porque estaban trabajando y debían confinarse, e insistir hasta que accedían. Confieso haber contado poco con su opinión y sus circunstancias e infantilizarlos, y obligarlos. Confieso haberme enfadado con algunos. Una cosa que antes solo me ocurría muy excepcionalmente, me ha ocurrido estas semanas mucho más a menudo. Y es que he sido, y soy ahora, menos transigente. Lo confieso. Confieso haber presionado telefónicamente a esos pacientes que sintiéndose ya curados y necesitando económicamente volver a trabajar, debían quedarse en casa para proteger al resto de la población. Gracias Fabián, para ti era especialmente difícil y supiste aguantar.

Confieso que ellos, los que con orgullo llamo «mis pacientes», que no son míos, pero si son parte de mí, ellas y ellos, sí que han sabido hacer lo que tenían que hacer: confinarse, esperar, limpiar y ventilar su casa y distanciarse físicamente. Confieso estar orgullosa de todos ellos. Los que han necesitado contacto telefónico continuo y los que no lo han necesitado. Los que lo han pedido y a los que se lo he ofrecido. Y es que, de momento, la pandemia se ha llevado a José y a Eladio. Pobre Matilde, cuando me describe cómo él salió de casa con el neceser en mano diciendo «espero volver, cariño». A Samuel se lo llevaron sus 95 años y una isquemia intestinal. Descansen los tres en paz. Confieso que Víctor y Núria soportaron juntos, tras 60 años de matrimonio, un ingreso en el hospital, otro en el sociosanitario y que ahora están en casa contra todo pronóstico dada su avanzada edad. Gracias sistema sanitario. Confieso que Felipe y su neumonía con PCR negativo que requirió ingreso siguen pacientemente en casa. Confieso que tanto Marciala como Mónica, tras dar positivo y haber permanecido ingresadas con neumonía y analítica de espanto, ya casi hacen vida normal. Cuánta paciencia requiere esta mejora tan lenta que hay días que parece estancamiento. Y que la gran cantidad de mis pacientes que sospecho que lo han padecido y han sabido quedarse en casa y atender los controles telefónicos diarios con toda la paciencia existente. Ellos sí han sabido. Incluso Yolanda, que ha sido diagnosticada de una terrible neoplasia estos días y para quien la pandemia va a coincidir en el tiempo con el final de su corta vida, y lo va a hacer aún más dramático. Y María Teresa, que padeció una

hemorragia subaracnoidea aquellas primeras semanas y fue precozmente y prudentemente dada de alta a casa y que está evolucionando bien, a pesar del miedo que hemos pasado. Y el hijo de Leonardo, que teme porque a su padre le espera una amputación y ha sabido por whatsapp pedirme apoyo y ha sido un placer dárselo. Y Eulalia, y a todos los que me han mandado fotos de su cuerpo a mi mail del trabajo con toda la confianza y el peligro y exposición que ello supone. Confieso haber sentido gratitud cuando al llamarles me preguntan por mí y los míos.

Confieso haber seguido la información que daba el Dr. Antoni Trilla con Mònica Terribas cada mañana a las 7.30, los webinars de instituciones de confianza, la revista AMF que tanto me acompaña y algunos twitters de personas cuyo criterio valoro. Confieso haber confiado mucho en las directoras de mi centro, y en mi equipo, confieso que han dado la talla, y mucho más entre tanta incertidumbre. Confieso que el documento de la CAMFiC sobre cómo hacer domiciliaria en el contexto actual me fue como anillo al dedo. No he leído ninguna novela. Tampoco ninguna receta de cocina. Sí he ayudado a mis hijos con los deberes. Esa es toda la ciencia y todo el sentido común que me ha sostenido estas semanas.

Ya han pasado 6 semanas y confieso sentir nostalgia de aquella medicina de familia próxima en el espacio. Dudo si volverá. Confieso que esta nueva normalidad en la que por fin vamos a dar a la higiene la importancia que necesita, nos va a privar, a ellos y a mí, del contacto físico que tanto necesitábamos. Cómo me voy a lavar las manos después de revisar la historia y antes de tocar la puerta y después volver al teclado para después coger el fonendo, el otoscopio, el diapasón, el martillo, el saturador, la cinta métrica, el oftalmoscopio, pesarlos, tomar la tensión, explorar, tocar la caja de pañuelos de papel, lavarnos las manos antes de volver al teclado y al final, cuando son ellos que me ofrecen la mano para despedirse hacerlo, pero con las manos de nuevo sucias. Conseguiré una fórmula. No sé. Mi silla con ruedas que durante toda la visita corretea de un lado al otro de la mesa, cuando el paciente es anciano. «Mi» ayudarles a quitarse y ponerse la ropa, mostrándoles lo que aprecio su dignidad. «Mi» atarles los zapatos, por anciano o por juventud con lumbalgia de la de verdad. «Mi» cogerles de la mano cada vez que sospechaba que la noticia que iba a dar podía ser importante para ellos o lo era para mí. O para darles las gracias cuando me cuentan chistes o algo que les preocupa y no pensaban que iban a contar. Confieso que me va a costar. Confieso que no sé en qué médico me voy a transformar. Y no sé si me va a gustar. También confieso que seguiré, aunque no me guste.

Hoy, el primer día que soy capaz de expresar con palabras mis sentimientos tras 6 semanas de pandemia, 2 de mayo de 2020.