

Confesiones durante la pandemia (parte 2)

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

Once son ya las semanas de esta pandemia. Después de haberse publicado [mis confesiones en AMF](#), me sentí como cuando en el colegio levantaba la mano, segura de que lo que me atrevía a preguntar era bastante obvio o absurdo, y de que me arriesgaba a quedar en ridículo delante de todos o a que la profesora me dijera: «Buena pregunta». Cuando ocurría esto último, en ese mismo momento, o después, alguna compañera o compañero de clase me decía: «Yo tenía la misma duda». Me he sentido como entonces. Así que aquí estoy de nuevo.

Hoy me atrevo a confesar que no salí al balcón a aplaudir a mis compañeros de profesión sanitaria. Que solo aplaudí cuando se propuso felicitar por el esfuerzo a esos niños que permanecían en casa, intentando entender lo que ocurría a través de las frases, miradas y gestos de su madre y/o su padre. Confieso que estoy muy orgullosa de todos los profesionales sanitarios que han estado en las ucis, en los hospitales, en las residencias, en las ambulancias. Y de todos los trabajadores que tampoco han parado durante estos meses en los supermercados, farmacias, limpieza, y muchas cosas más. Y que no aplaudí.

Confieso que he sido cómplice de la infoxicación, y también víctima de ella. Pues algunas de las noticias me las he llegado a creer o a desear que fueran ciertas. Y lo más grave, confieso que no lo he denunciado. Confieso que he agradecido poco a las personas que me han guiado durante esta pandemia: Víctor, Mireia, Francesc, Montserrat, Albert, Roser, Begoña, Maria José, Elena, Rosa, Magda, Cesca, Laia, Elena, Bea, Joan, Esperanza, Aina, Noemí, Miquel, Núria, Ramon, Toni.

Confieso también haber sido cómplice hospitalocentrismo de la atención inicial en esta pandemia, y que incluso me pareció bien que los primeros días se centralizara la atención mediante el 061 y en los hospitales. Qué pena me doy, cuánto me ha cegado el miedo. Con lo claro que he tenido siempre que la Primaria debe ser el centro del sistema. Sí, confieso que he tenido más miedo del que necesitaba. Ahora veo cosas que no vi. O que las vi desde una perspectiva más catastrofista que útil.

Confieso que me avergüenzo de no haber denunciado aquellos primeros finales de vida en soledad. Son muchos los que murieron sin despedirse de su familia. Me tragué, sin reflexionar, que la escasez de equipos de protección y el peligro de más pacientes para esta pandemia era suficiente argumento. Y no lo era. Descansen en paz.

Confieso que tampoco he denunciado la precariedad en las residencias de ancianos, ni ahora ni antes. Hay tanto que debería haber hecho y no he sabido hacer. ¿Cómo es que no defendí seguir visitando a mis pacientes cuando ingresaban en una residencia? Si eso es la continuidad de la asistencia.

Confieso que sí respondí a Federico cuando, en nombre de los estudiantes de sexto de medicina de mi facultad, me pidió ayuda porque, a pesar de que les habíamos suspendido las prácticas, querían venir a Primaria. Tuve el soporte de mi jefe de Atención Primaria, gracias Lluís, y pudimos organizarles unas prácticas voluntarias que han agradecido enormemente. Sí, y también respondí cuando Bea y después

María me pidieron herramientas comunicacionales para los residentes que estaban dando malas noticias por teléfono en las guardias hospitalarias, y en una noche de insomnio escribí un decálogo que compartimos. Sí, eso sí lo hice. Pero solo hice eso, responder a quien me lo pidió. Dar poco y recibir mucho, siguiendo todos los webinars de ciencia y ética de la pandemia. Confieso haber dado poco. Muy poco.

Confieso haber escrito cada día a mis amigas y amigos profesionales sanitarios que han enfermado, para preguntarles cómo seguían, para mandarles energía para el largo proceso. Y haber temido por ellas y ellos.

Hoy confieso también que me «escaqueé» varias veces de hacer atención domiciliaria durante esas primeras semanas dramáticas de «lista única de pacientes de todos», cambiándola con quien la prefería a la telefónica, gracias Fran. Confieso también que luego me puse a hacer toda la domiciliaria posible, queriendo remendar el error, y que incluso estoy aprendiendo a sacarme el EPI. Un día lo haré bien. Confieso que Mercè, mi compañera enfermera, me ha dado todo el soporte que he necesitado; ella no dudó ni un momento. Aún la admiro más.

Confieso que estoy echando de menos la sala de espera. Esa sala de espera que al empezar mis andaduras como médica de familia tanto me hizo sufrir. «Se me comen los pacientes», le dije una vez a mi amiga Mireia. Y ella me respondió con este sabio consejo que siempre me acompaña: «Si te angustia la sala de espera, sal y siéntate fuera». Empecé temiéndola y acabó convirtiéndose en el lugar de encuentro de mis pacientes, en fuente de exploración física, en zona de complicidades, de aclaraciones, de pacientes regulándose entre ellos en el desagradable retraso de la tarea de visitar, que iba mejorando, pero que estaba lejos de ser ideal. Lugar de «Espere aquí mientras se le pasa el dolor o le baja la tensión, o esa reacción alérgica. Quiero que se quede hasta que esté mejor» o de «Váyase tomando la tensión usted mismo aquí fuera» o de «Mientras consigo esa información que necesitamos...». Esa sala de espera, en la que las y los pacientes se encontraban, se identificaban, se ayudaban... La estoy echando de menos. Mi sala de espera. La suya.

Confieso que visitar con mascarilla no me gusta, no me va, me cuesta. Y es que es mucho más difícil. Necesito ver a mis pacientes y que ellas y ellos me vean. Comunicar es una herramienta de anamnesis, de diagnóstico y terapéutica que, con mascarilla, y no digamos por teléfono, no me funciona igual. Confieso haber buscado evidencia para ponerme solo una pantalla y poder expresarme con mis pacientes sin la cara tapada. Y sueño con que llegue pronto. Y es que confieso que necesito verles la cara cuando les visito, ahora tengo que imaginar sus gestos... Suerte que los y las conozco. Confío en que pronto aparecerá una manera de protegernos sin taparnos.

¿Y la aceleración en la implantación de la telemedicina? Muchos de los avances se agradecen. Pero cuán complicada es. La medicina ha clasificado a los enfermos según aparatos. Yo uso mi propia clasificación:

- Pacientes frágiles.
- Pacientes de alto riesgo.
- Pacientes en proceso diagnóstico.
- Pacientes estables.
- Pacientes agudizados.
- Pacientes en situación vital estresante.
- Pacientes en final de vida.
- Pacientes en sufrimiento por una persona querida.
- Cuidadores de pacientes míos frágiles o en final de vida.

A los «en proceso diagnóstico» y «en situación de vida estresante» les doy pase VIP de acudir a la sala de espera o llamarme por teléfono en cualquier momento. A los «frágiles» y a los «en final de vida» los cito frecuentemente y les doy además mi teléfono personal. Incluso he hecho coaching por WhatsApp a una cuidadora principal en cada dosis que administraba subcutánea, y no me ha sido difícil. Hasta ahora solo había utilizado la atención telefónica para estos casos y para seguimiento de procesos ya diagnosticados. Y en algunos casos concretos de resultados. Confieso que, a pesar de que a la mayoría de mis pacientes las y los conozco mucho, por teléfono les entiendo menos. Confieso que tendré que adaptarme, reinventarme. Y espero que esta pandemia, que como bien dice Montserrat ha sido el catalizador de la telemedicina, sepa situarla en su lugar, para aprovecharla bien. Tendré que aprender también a saber cuándo visitar en domicilio, cuándo en el centro, cuándo por videollamada, por e-consulta, por mail o por teléfono, teniendo en cuenta mi propia clasificación de pacientes; a ver... Sí, sé que encontraré el para qué y para cuándo de cada tipo de atención sanitaria. Y que sabré valorar los atributos y peligros de cada una.

Confieso que mi Medicina de Familia no es tan «de familia» como podría ser. Que, a pesar de mis esfuerzos, a veces me llegan a la consulta pacientes acompañados de familiares que tienen otras médicas o médicos de familia, y les digo: «Ustedes viven juntos y cada uno tiene un médico diferente. Sería recomendable que escogieran tener el mismo». Sí, muchos de mis pacientes no comparten con sus convivientes el médico de familia. Confieso que mi Medicina de Familia puede ser más de familia. Necesito que lo sea, con esta pandemia he comprobado que es tan útil como creía. Y más. Es muy poderoso, y ayuda a los y las pacientes, y me ayuda a mí. Voy a ser más insistente con esto.

Confieso que mi medicina puede ser más comunitaria también, y que para eso tendré que dejar de hacer cosas, dejar de hacer cosas que hago y no son necesarias.

Y confieso que sigo orgullosa de mis pacientes, que no son míos, pero que son parte de mí.

Confieso que esta epidemia no sacó lo mejor de mí, me sacó de mí.

Me añoro. Hora de reinventarse.

Barcelona, 2 de junio de 2020