

## SOLEDAD CON-SENTIDA

Son las 7:30 de la mañana... comienza mi jornada. De nuevo las calles tristes y vacías me acompañan. Los sonidos de la rutina que me envolvían hace apenas un mes me han abandonado.

Llego al centro de salud donde trabajo. Ya no hay saludos afectuosos ni sonrisas matutinas de bienvenida, ni despedidas cariñosas para el compañero que, después de una noche de guardia, se va a descansar. Todo se ha desvanecido tras la mascarilla y la distancia de seguridad.

La jocosidad y la alegría a primera hora de la mañana en el laboratorio ya no tienen cabida estos días. Los pasillos y las consultas del centro de salud están prácticamente vacíos. Se respira un aire enrarecido. Los pocos usuarios, con sus medidas de protección, guardan un silencio inusual y entre ellos parece reinar un ambiente de desconfianza y temor.

Los teléfonos trabajan a pleno rendimiento. Son numerosas las llamadas que realizan mis compañeros para poder atender adecuadamente a los pacientes, ya sean de COVID o no. Pues hay vida, o mejor dicho, enfermedad más allá del coronavirus. Y nuestros pacientes siguen teniendo los mismos problemas de salud que tenían hace un mes. Bueno, los mismos no. El confinamiento les ha privado de sus paseos, de la tertulia con sus amigas y vecinas, del cafelito con su hija, de la visita de sus nietos, de la paella del domingo, de la compra en el mercado, de la partida de dominó...Todas estas actividades contribuían, en mayor o menor medida, a paliar sus problemas de salud, relacionados la mayoría de ellos con el envejecimiento.

Y ahora ahí están ellos, aislados en sus casas porque les han dicho que son muy vulnerables. Pero tan vulnerables son para poder padecer la enfermedad del COVID, como para ver alterado su estado anímico.

Y yo, cuando diariamente recorro las calles y me adentro en sus casas y en sus vidas para prestarles los cuidados de enfermería que necesitan, percibo en ellos el miedo, la tristeza y la soledad. Este miedo que les ha llevado en ocasiones a provocar rechazo a nuestra atención; miedo por si se contagian y por si contagian a sus hijos. Una tristeza por la situación que vivimos y que les transporta a un pasado de penurias que creían superado. Y sobre todo... soledad.

Últimamente me he dado cuenta, cuando registro mi actividad diaria utilizando la nomenclatura habitual, que con frecuencia aparece:

- Diagnóstico NANDA 00059 "Riesgo de soledad"
- Intervención NIC 8190 "Seguimiento telefónico"

Y entonces me invade un sentimiento de tristeza que hasta ahora no había sentido. Porque en cada visita domiciliaria, o detrás de cada llamada telefónica, hay una historia, un problema de salud que nada tiene que ver con el COVID; pero las medidas de seguridad que se han tenido que adoptar a causa de éste, dificultan en ocasiones las actuaciones y los cuidados que ya llevábamos a cabo con muchos pacientes, porque los centros de día ya no están operativos y los cuidadores, muchos de ellos de edad avanzada, no disponen del respiro y apoyo necesario al cuidado que prestan. Porque los ancianos con demencias no entienden de confinamientos, pero sí que perciben que su rutina se ha visto alterada y esto los desestabiliza aún más. Porque hay gente que estaba empezando a elaborar su duelo de forma adecuada y ahora lo ha visto interrumpido por, entre otras cosas, no poder socializarse. Porque el teléfono no supe en

muchas ocasiones una adecuada atención ya que dificultades sensoriales o de comprensión la impiden.

Por todo ello, cada día que salgo a mi balcón a las ocho de la tarde, mi aplauso va por ellos, por mis pacientes y sus familiares. Ellos son mis héroes particulares.

Y cuando todo esto acabe sé que tendremos que reconstruir muchas cosas, porque algunos cimientos se habrán caído a causa de este tsunami que nos arrasa.

Pero confío en ellos y sé que lo conseguiremos.

Aunque ahora tenga que alzar mucho la voz por teléfono porque no me oyen, aunque no me permitan entrar en sus casas, aunque no pueda darles un abrazo que mitigue el dolor por la pérdida de un ser querido...

Cuando todo esto acabe habrá que replantearse muchas cosas y establecer nuevas estrategias. Pero mientras tanto, seguiré empleándome a fondo para cuidarlos. Y cada tarde, seguiré aplaudiéndoles a todos ellos y a sus familiares, porque son los héroes silenciosos de los que nadie habla, que a pesar de sus miedos, su tristeza y su soledad luchan cada día para salir adelante.

Y estoy segura de que pronto vamos a recuperar las añoradas rutinas , los abrazos perdidos y la alegría en nuestro reencuentro.

Asun Garibo Redolat  
Enfermera de Atención Primaria  
Centro de Salud de Burjassot