

UNA MAÑANA EN EL HOSPITAL, DESDE LA MIRADA DE TU ENFERMERA

Fue otro nuevo día de llegar a casa a tope de adrenalina, cuando estaba subiendo las escaleras del bloque me daba la sensación de tener energía para subir hasta el undécimo piso. Me conformé con subir hasta el cuarto, que era donde yo vivía; en un abrir y cerrar de ojos entré en casa, me cambié de ropa y me fui hacia la cocina en vistas a tomar el almuerzo.

Hoy era mi día de suerte, había dejado la comida preparada y solo era llegar y calentarla. Me senté en la silla y empecé a comer... No era muy consciente de tener la tele puesta, pero se escuchaba de fondo la actualidad deportiva.

Los recuerdos me bailaban en la cabeza pero poco a poco se iban enlenteciendo y disipando. Entre cambio de pañales, revisiones de signos vitales, administración de medicaciones, reuniones de equipo y llamadas al laboratorio, apenas tuve tiempo para respirar. Hubo un momento, a mitad de la mañana, que aún me tenía dándole vueltas mientras almorzaba. Una de las niñas, de apenas año y medio, se había puesto a llorar desconsoladamente mientras le curábamos la herida quirúrgica. Su madre trataba de consolarla, pero parecía tan angustiada como la pequeña. Me detuve ante ellas, tratando de calmar a ambas con palabras suaves, y le ofrecí a la niña un pequeño muñeco de peluche que llevaba enganchado en el cordón de mi tarjeta identificativa. Contra todo pronóstico, el llanto cesó al instante y la niña me miró con curiosidad, como si aquel gesto hubiera hecho desaparecer toda su angustia. Fue uno de esos instantes en los que, por un breve momento, sientes que incluso el más mínimo detalle puede marcar la diferencia. Y es entonces cuando te das cuenta de cómo los niños son capaces de enseñarnos lecciones tan valiosas como éstas, por eso me gustaba tanto trabajar con ellos.

-¿Cómo haces para tener tanta paciencia?, me preguntó después su madre. Me limité a sonreír y responderle que era parte del trabajo, aunque en el fondo sabía que no siempre era así de fácil. Momentos como esos eran la excepción y no la regla. Pues en muchas ocasiones, la carga emocional y laboral es tan grande que cuesta mantener la serenidad.

Minutos más tarde, cuando ya estaba tomando el postre, me percaté de que tenía un extraño hormigueo en las piernas. Fue en ese instante cuando me di realmente cuenta de lo intensa que había sido la mañana...

No había podido sentarme en las siete horas de jornada. Bueno, siendo rigurosa sí me senté, a eso de las dos y media de la tarde, cuando ya estaban entrando mis

compañeras para hacer el cambio de turno y cogerme el relevo. Ese fue el único momento que logré sacar un hueco para escribir en el ordenador el evolutivo de mis pacientes y así dejar registrado todo el trabajo realizado en esa mañana. El resto de las ocasiones, podríamos decir que fueron intentos fallidos de poner el culo en la silla o para los más *fitness*, "sentadillas", porque no estuve más de treinta segundos apoyada.

La mañana había sido un caos desde el principio. Los boxes de la unidad estaban al completo y eran muchos los familiares que entraban y salían de las habitaciones. La rutina parecía ir a un ritmo frenético y, para colmo, el pantalón de mi pijama había decidido que era buen momento para que apareciera un descosido en plena zona de la entrepierna. Mi compañero, con su eterna sonrisa, trataba de mantener el buen humor a pesar de que se le notaba la alta carga de trabajo. Él era de esos que siempre tenían una palabra amable o una broma a mano para hacer el ambiente más llevadero. No sé cómo lo hacía, pero siempre lograba sacarme una sonrisa incluso en los momentos más estresantes.

Tuve un tercer amago de sentarme a eso de las doce y media, pero fue hacerlo y acto seguido aparecieron los especialistas de oftalmología para hacer un fondo de ojo a mi pequeña paciente. Era la tercera vez que trataba de ponerme a registrar datos y nuevamente este no iba a ser el momento de hacerlo. A pesar de ello, me levanté con el mejor temperamento posible y les di la bienvenida, no sin antes "maldecir por lo bajinis" y echarme una carcajada con mi compañero, TCAE, al comentar lo absurdo de la situación, en este caso, "a la tercera no fue la vencida".

Acabé de comer, me recosté en el sofá y empecé a contestar los mensajes de WhatsApp; uno era de mi madre, preguntándome qué tal me había ido el día. Entonces cerré los ojos por un instante y me paré un segundo a pensarlo, tratando de encontrar las palabras más acertadas para contestarle. Afuera, el ruido de la ciudad continuaba su ritmo frenético, pero dentro de mí todo se iba quedando en calma.

Ese lunes (para mí, cuarto día de la semana, puesto que ya llevaba trabajando tres días consecutivos) empezó como siempre: llegada al vestuario, cambio de outfit y selección de los bártulos necesarios a guardar en los bolsillos del pijama: bolígrafos, calculadora, cuaderno de notas y móvil personal entre otros.

Llegué a mi unidad, la planta de cuidados intensivos pediátricos y cogí el relevo a mi compañera del turno de la noche. Hoy tenía a mi cargo dos pacientes - hablaré de ellos utilizando un nombre ficticio para respetar al máximo su privacidad- En la habitación número siete estaba Vicky, una lactante de diecisiete meses con un problema cardíaco, que llevaba ingresada con nosotros más de dos semanas y en la habitación contigua,

la número ocho, se encontraba Sole, una adolescente con doce años recién cumplidos y un problema infeccioso, que había ingresado en la unidad esa misma noche.

El reloj del ordenador marcaba las siete y cincuenta y nueve minutos, era hora de ponerse en marcha y empezar a trabajar. Siguiendo el protocolo habitual comprobé el correcto funcionamiento de los dispositivos de emergencia, revisé el tratamiento de cada paciente e imprimí el listado de medicamentos a administrar durante esa mañana. Después acudí a la farmacia, donde ya se encontraban algunas de mis compañeras cogiendo jarabes y viales de medicación de la máquina dispensadora, esperé pacientemente mi turno y me fui a mis habitaciones con las bandejas repletas de medicinas. Una vez estuve en la habitación correspondiente, empecé a diluir cada medicamento y a extraer la dosis necesaria de cada uno de ellos.

-Para los que piensen que las mates es una asignatura exclusiva de la escuela, les diré que no. Las enfermeras pediátricas, utilizamos a diario las famosas reglas de tres, el cálculo mental y la conversión de unidades, para ajustar las dosis que debemos administrar; aunque, debo reconocer que la calculadora, es en muchas ocasiones una ayuda muy socorrida-

Tras ello, llegó el momento de hacer los aseos, siempre los hacemos en equipo, la enfermera y la TCAE hacemos muchos de nuestros cuidados en conjunto, podríamos decir que es una especie de simbiosis en la que el individuo que resulta beneficiado es nuestro paciente.

Empezamos con la pequeña Vicky, convirtiendo la cama en una especie de parque acuático. Los ojos de Vicky reflejaban un estado de tranquilidad absoluta, mientras duró ese momento fugaz del agua tibia cayendo sobre ella, porque pronto notó que su cuerpo se quedaba frío y empezó a llorar, por lo que mi compañero y yo tuvimos que apresurarnos a hacer el cambio de sábanas y recolocar uno a uno todos los cables que registraban sus constantes vitales.

-Nadie sabe cómo ocurre, pero entre los cables se forman más enredones que en los cabellos *curly* (que ya es decir)-

Entre tanto su mamá nos ayudaba a calmarle con todo tipo de mimos y caricias y tratábamos de encontrarle de nuevo la posición más confortable posible en esa enorme cama que parecía engullirla.

Al acabar cruzamos la puerta y nos fuimos hacia el otro lado de la pared, allí estaba Sole, acurrucada entre las sábanas cual capullo de mariposa. Encendimos la luz, nos presentamos alegremente y le dimos los buenos días, su cara en ese momento era un poema, tenía los ojos aún medio cerrados y parecía estar en proceso de empezar a

articular palabra, además su mirada dejaba entrever una mezcla de temor e incertidumbre, así que decidimos darle unos minutos de margen para que se incorporase de la cama.

Entramos de nuevo con nuestra bata de paño verde y la mascarilla quirúrgica, Sole ya parecía más espabilada, escuchaba atentamente nuestras indicaciones y respondía ansiosa a ellas sin parar de hacernos preguntas, poco a poco tratamos de tranquilizarla y fuimos intentando resolver cada una de ellas.

El baño fue bastante distinto al anterior, Sole nos fue ayudando en todo lo que pudo y las carantoñas de Vicky pasaron a ser un animado diálogo sobre los *influencers* de moda, imitación y carcajadas incluidas.

Pues bien, ya con las camas limpias y las habitaciones recogidas, empezaron a pasar visita los pediatras intensivistas y el resto de especialistas médicos y también comenzaron a llegar los técnicos encargados de realizar las pruebas diagnósticas correspondientes.

-Es habitual que los pacientes críticos sean atendidos por múltiples especialistas, los cuáles, tras valorar de forma individual al paciente, se reúnen entre ellos y con nosotras, para consensuar el manejo y los objetivos terapéuticos; de esta forma, la atención que reciben los pequeños pacientes es multidisciplinar y personalizada-.

Entre tanto, yo iba administrando los medicamentos prescritos, mi compi TCAE se encargaba de la organización de los boxes y cuando podíamos echábamos una mano a la compañera del box contiguo que parecía estar también hasta arriba de tareas.

El transcurrir de las horas era veloz; ya pasaba el mediodía cuando tuvimos que curar la herida quirúrgica de Vicky, en esta ocasión la tarea no iba ser nada fácil, había que despegar los apósitos colocados y limpiar lo más asépticamente posible la herida de su tórax. Sus ojos en esta ocasión estaban abiertos como platos y buscaban incesantemente a su madre para encontrar "alivio" ante esta desagradable situación, y estos no tardaron en llenarse de nuevo de lágrimas, a pesar de nuestras serenas palabras; solo el olor de su madre hizo disminuir ligeramente su malestar.

Y es que en esta etapa vital, los niños necesitan más que nunca el apoyo y refugio de sus padres, esos padres que viven en nuestro servicio una montaña rusa de emociones y vivencias y que encuentran en nosotros a esa "otra familia" a la que acudir en momentos de necesidad, ya sea en busca de apoyo físico, mental o incluso espiritual.

Acabamos la cura, tras conseguir calmarle con un pequeño juguete, le cambiamos el pañal de Vicky y conseguimos dejarla durmiendo plácidamente cogida de la mano de su mamá.

¡Tong, tong, tong! La bomba de medicación de Sole sonaba ya desde hacía un rato, me apresuré de nuevo hacia su habitación, apagué la alarma y me puse a cambiar el apósito de fijación de sus accesos venosos. Por su cara diría que no le resultó nada agradable, pero supo distraerse con los dibujos que tenía puestos en el ordenador.

Sole era una niña extremadamente educada y cariñosa y en cuanto acabamos la cura quiso darnos un abrazo, a mí por poco se me saltan las lágrimas de la ternura.

Los médicos seguían de aquí para allí ajustando los tratamientos de cada uno de los pacientes, que si una analítica por aquí, preparar un nuevo puesto para un ingreso por allí o montar la máquina de diálisis en el box de más allá.

Me dirigí hacia ellos para que me contaran los cambios de tratamiento de "mis niñas" y repasamos en conjunto los cambios de ese día.

Ya solo quedaba escribir mi comentario de enfermería, así que en cuanto tuve oportunidad, cogí mi papel de notas y me dirigí al ordenador para ponerme a ello; tocaba redactarlo a contrarreloj porque ya estaban entrando por la puerta las compañeras del turno de la tarde.

-¡Pipipipi! ¡Pipipipi!- Las alarmas del monitor de Vicky se encendieron en rojo, mis compañeros y yo corrimos hacia dentro del box. Agarré la bolsa de reanimación al tiempo que ellos traían la tabla de parada, avisaban a los médicos y cogían la medicación correspondiente. En unos minutos, cual equipo de baloncesto, nos habíamos posicionado de forma estratégica para iniciar las maniobras de RCP y salvar la vida de la peque. En mitad del bullicio empecé a escuchar que alguien gritaba mi nombre: VIRGINIA, VIRGINIA... ¡tenemos que irnos, vamos a llegar tarde!

-¡Ya voy! Contesté con un hilito de voz. Me había quedado frita en el sofá.

Por suerte se trataba de un sueño y ese día no habíamos tenido que afrontar una RCP. Ahora eran las cuatro de la tarde, hora de irme a la piscina, soltar toda esa energía contenida y desconectar, sabiendo que en el hospital estaría otro "guardián del bienestar" cuidando de las peques. Sabía que mañana me esperaba otro día igual de intenso, pero ahora lo único que importaba era este momento de descanso, tan merecido como necesario.

Podría contaros mil y una historias como esta, con finales de cuento o no tan felices, con lágrimas de alegría o de tristeza, gritos de júbilo o de dolor, historias de segundas oportunidades o de despedidas, todas con sus propios protagonistas, con nombres y apellidos, personas que por diversas circunstancias han requerido nuestros cuidados; no obstante, a pesar de la disparidad, todas tendrían un nexo en común: La "presencia" de la enfermera, esa mentora, orientadora, *pacemaker* o globo (para los entendidos del

running), metafóricamente hablando, que cuida de las personas en todas las etapas de la vida, desde el nacimiento hasta el final de la vida.

Y es que en nuestra profesión, cada jornada es un mundo distinto, con sus propias sorpresas y dificultades. A pesar del cansancio, yo me sentía satisfecha por haber hecho bien mi trabajo. Había días más complicados que otros, pero como siempre decía mi madre, todos debían tener en común una cosa: que yo llegara a casa con la certeza de saber que había dado lo mejor de mí.

-Y, hablando de mi madre... ¡Me había quedado a medias de contestarle!

Cogí rápidamente el móvil, que había quedado enterrado bajo la manta del sofá, y le escribí decididamente: "Mamá, he tenido una mañana intensa pero sin ningún sobresalto" Un beso. Solo espero que con este pequeño relato aquí presente y cargado de emoción hayáis podido visualizar, aunque fuera por un instante, cómo es nuestro trabajo diario en el hospital; que hayáis podido percibir cómo la formación que recibimos en nuestros cuatro años de carrera nos ayuda a afrontar cada nueva situación y cómo nuestro afán por aprender, ser mejores en nuestro día a día y brindar los cuidados de la mayor calidad posible a nuestros pacientes nos hacen seguir aprendiendo y formándonos tanto dentro como fuera del hospital, llegando incluso a especializarnos durante dos años en el ámbito que más nos interesa.

Y que, por último, hayáis podido vislumbrar cómo a pesar del día del año que sea, día de la semana que toque u hora del día en la que nos encontremos, una de nosotras, una enfermera, estará allí en el hospital, al pie de la cama de ese bebé, niño o adolescente cuidando de él; pero no estará sola, sino que estará secundada y rodeada por todo un equipo de profesionales y especialistas en sanidad de distintos ámbitos, que en conjunto conforman esa gran familia ampliada de guardianes del bienestar que dan vida a los hospitales.

Esa "familia" que está preparada para cuidar de cualquiera de nosotros cuando por cualquier motivo tenemos que pasar por un hospital.