

EL PABELLÓN NÚMERO NUEVE

Un fuerte golpe me despertó de un sueño nada reparador. Me preguntaba dónde estaba mientras advertí que no podía mover mis piernas, tampoco las manos, alguien o algo sujetaba con fuerza mis muñecas. En un primer instante creí estar muerta pero sentía tanto dolor que rápidamente descarté aquella opción. Con bastante dificultad abrí los ojos, el color blanco saturó lo que alcanzaba a ver la vista, ¿será así el cielo? - me pregunté. Una silueta borrosa se acercó y, mientras tomaba mi mano, murmuró algo. Su voz resultaba familiar.

- Siento haberte asustado Marta, el ruido que te ha sobresaltado es un suero que he tirado a la basura, creí que estabas profundamente sedada y no lo escucharías- se disculpaba esa voz amiga.

Me esforcé por agudizar mis sentidos, así conseguí escuchar un sonido lejano e intuí dónde estaba, era la alarma de un respirador "Evita" que pitaba de manera incesante, "ti rí, ti-rí". Estaba en la UCI¹.

Al descubrir dónde me encontraba el pánico se apoderó de mí, entre sueños y pesadillas enredados con momentos de lucidez traté de quitarme el tubo que arañaba mi garganta, sabía que no debía hacerlo pero me ahogaba, no era yo quien lo hacía era el instinto. Vino a mi recuerdo aquel paciente que, presa del pánico y la desorientación, se extubó accidentalmente. Todo el equipo le recriminamos duramente por hacerlo. Siento culpa y tristeza por haber respondido de ese modo a su ansiedad.

De acuerdo no estaba muerta, pero podría estarlo en cualquier momento. La oscura y profunda mirada de la muerte frente a frente se reflejó en mi cuerpo en forma de aumento en la frecuencia cardíaca, taquicardia que dibujó el monitor acompañada de una alarma ensordecedora. Hasta ese momento nunca lo había pensado pero ahora descubría que es un sonido que provoca en el paciente una sensación de muerte inminente. No era real, esas alarmas no eran el anuncio de la llegada de la muerte, simplemente sucedía que no paraba de moverme y aquel monitor daba fe de ello. Yo solo sabía que aquel monitor infernal no cesaba de pitar, que nadie se acercaba a "salvarme" de la muerte ni mucho menos a explicarme qué sucedía. Entonces ella regresó, esa voz amiga volvía a susurrarme contándome que estaba muy agitada, que debía respirar tranquila y que pronto todo habría pasado. Yo sólo necesitaba que me quitaran aquel maldito tubo, había perdido el control. Tras la voz amiga surgió otra muy diferente, una voz hostil que exigía exaltada que me calmase, segundos más tarde la nada, ¡bendito propofol!

Los días siguientes se dibujan como un recuerdo nublado en mi memoria, supongo que seguí la evolución habitual de un paciente intubado: retirada de la sedación, destete, agitación, extubación, pesadillas, alucinaciones, dolor, miedo, ansiedad y soledad... conocía de sobra el proceso, la abismal diferencia es que ahora ese proceso lo vivía yo, en primera persona, desde el otro lado. Hubo de pasar casi una semana para que comenzara a entender lo que me había sucedido y ubicarme en tiempo y espacio. Me encontraba en un lugar que parecía un hospital militar, no reconocía el espacio físico que me rodeaba ni tampoco a las personas que por allí se movían, aquel no era mi hospital.

Ya sin tubo pero con un alto flujo oxigenando mis pulmones, maltrechos por el ataque del coronavirus, mantuve esta conversación con mi médico:

- Marta, llegaste a la UCI de Ifema muy malita, estás un poco mejor y debes salir a un pabellón convencional para seguir con tu recuperación, necesitamos esta cama para otra persona. La situación es muy crítica y los hospitales madrileños están colapsados.

- ¿Cuánto tiempo he estado intubada? - pregunté con un hilo de voz.

- Dos semanas. Llegaste aquí desde el Hospital 12 de Octubre, tu estado respiratorio era muy precario, te intubamos in extremis, has estado a punto de morir. Tu familia está informada, hablo con ellos cada día.

De repente un tercer denominador entró a formar parte de esta ecuación: mi familia. Hasta ese momento había sido tal el miedo a morir que no había pensado en nadie más que fuera yo misma. Mis hijos, mi marido, mis padres, mis hermanos, mis amigos...de repente todos ellos entraron en tromba en mi recuerdo y rompí a llorar.

- Marta llora cuanto necesites, ¿sabías que las lágrimas deshacen esos nudos que aprietan la garganta? Se me ocurre algo ¿querrías hacer una videollamada para hablar con ellos? - dijo Rosa, mi enfermera, mientras alargaba hacia mi un pañuelo con el que secar mis mejillas.

- ¿Pero es eso posible? - pregunté incrédula.

Aquel fue el momento más especial de toda mi vida, ¡quién me iba a decir que volvería a ser feliz! Sólo habían pasado tres semanas desde que, inmóvil en aquella cama de UCI improvisada en Ifema, me encontraba paralizada por una neuropatía provocada por la medicación.

En el cuadradito pequeño de la pantalla pude ver mi reflejo, ¡no parecía yo! lo vi también en los ojos de los míos. Ellos trataban de disimular su preocupación al ver mi estado físico, pero los conozco, no podían engañarme.

Esa primera llamada fue desgarradora y también determinante en lo que sucedería los días sucesivos.

- Quiero salir cuanto antes de la UCI, Rosa - comuniqué con firmeza a mi enfermera. Aquella llamada me había proporcionado el chute de energía que necesitaba, mi hueco en UCI ahora pertenecía a otro enfermo que lo necesitara más que yo.

Aquella misma tarde salí al pabellón número nueve de Ifema. La imagen era dantesca, setecientas cincuenta camas dispuestas en controles de enfermería, filas y filas de personas enfermas donde la intimidación era un concepto desconocido, todos ellos con un denominador común: la lucha contra el coronavirus. Reparé en mis compañeros de profesión vestidos con EPIs improvisados y reforzados con bolsas de basura, algunos habían escrito su nombre en la pantalla que protegía sus caras, me pareció un gesto maravilloso entre el caos.

Sentí mucho miedo, mi situación no era muy óptima, aun estaba en peligro. Eran muchas las horas de las que disponía para pensar y darle vueltas a todo, en la soledad de aquel pabellón rodeada de tanta gente y tan sola a la vez, entendí que necesitaba una medicina que no podían darme los enfermeros. Necesitaba escribir para sanar, y comencé a escribir un Cuaderno de Bitácora cuyo comienzo se remontaba dos semanas atrás:

18 de marzo de 2020. Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital 12 de Octubre.

Son las nueve y media de la noche, en unos minutos comienza mi turno en la UCI y de repente siento un miedo atroz, son casi quince años de experiencia en mis espaldas pero me siento como aquel primer día de trabajo.

A la entrada mi compañera Carmela y yo nos ayudamos a vestirnos, estamos desbordados debido a la pandemia, todos los boxes están ocupados por pacientes afectados por el virus Covid19. La mayoría de ellos mucho más jóvenes de los que habitualmente atendíamos en nuestra unidad. El mono de protección genera un intenso calor, tengo una sensación constante de mareo, las gafas aprietan con fuerza, siento como provocan heridas en mi rostro. La respiración se acelera, estoy hiperventilando, sudo intensamente, voy a marearme, me voy a caer, entro en pánico, se acelera mi pulso. Mi compañera y amiga Carmela aprieta fuerte mi mano, consciente de mis pensamientos y me dice:

- Te necesitamos, eres la única veterana del turno, tú puedes, todo va a salir bien. Sus ojos mirando fijamente a los míos expresan mucho más de lo que dicen sus palabras. Me ofrece el aliento que necesitaba para calmarme, el que necesitaba para continuar.

La noche se antoja eterna, a penas puedo descansar para hidratarme, los pacientes están muy graves. Contrariamente a lo esperable, la noche se transforma en día casi sin darme cuenta al concentrarme en los cuidados de los enfermos. Y al terminar mi turno retiro el EPI² con sumo cuidado, me ducho en el mismo vestuario, no quiero esperar a casa porque me siento muy sucia.

He decidido volver a casa caminando, necesito desprenderme del olor a muerte que impregna mi piel, necesito vaciar la mochila emocional que he cargado esta noche. Desearía que el viento fresco de la mañana borrara de mi recuerdo las imágenes que ha grabado a fuego esta noche hospitalaria. Y cuando llego a casa evito el abrazo de mis hijos, antes debo ducharme de nuevo, ellos me miran extrañados, no entienden mi rechazo. Bajo el agua lloro como nunca antes lo había hecho, lloro por lo que he vivido, lloro porque tengo miedo por los míos y lloro porque temo por mi propia vida.

20 de marzo de 2020. En mi domicilio.

Me duele la cabeza, también las articulaciones, una tos insistente hace que me ponga en alerta y procedo a aislarme de manera preventiva en una habitación. El termómetro confirma mis sospechas: 38,5°C. Llamo al teléfono de atención al profesional, al otro lado el Supervisor de Guardia toma mis datos y me indica que debo quedarme en casa hasta que se descarte si me he contagiado. En ese momento suena una nueva notificación en el móvil, es el grupo de whatsapp de la UCI, una compañera cuenta que Graci ha fallecido esta misma mañana. Graci es una compañera que enfermó hace cinco días, ayer mismo estuvimos hablando por mensajes y me contaba que se encontraba muy disneica. Ella fue la TCAE³ que me acompañó en mis primeros turnos, me enseñó todo lo que sabía y supo darme la confianza y la seguridad que mi inexperiencia no me ofrecían. Siento un escalofrío recorriendo mi espalda, el pensamiento se centra en las noticias de los sanitarios contagiados y fallecidos por este desconocido virus.

A las 3 de la mañana una disnea intensa me despierta, pido a mi marido que avise al SUMMA⁴. Pasan dos horas hasta que pueden venir a valorarme, cuando llegan puedo ver en sus miradas (que es lo único que deja asomar el EPI) que la cosa va mal. El pulsioxímetro marca 80% de saturación, mi piel está pálida y fría, el corazón acelerado, la boca seca, soy Enfermera y se lo que esto significa, lo he visto mil veces en la UCI, voy a "claudicar".

- Te vienes con nosotros - explica el Médico del SUMMA con premura- necesitas asistencia de inmediato. Vamos para "El Doce" cagando leches - le dice al técnico.

Recibo aquellas palabras como una sentencia de muerte.

Recorro ese trayecto que tantas veces he realizado hacia el hospital, esta vez no lo hago caminando, ni a pie, tampoco en el metro, hoy el aullido de la ambulancia me recuerda que ahora la paciente soy yo. Tal como le sucedió a Carlos Cristos, protagonista de la película "Las Alas de la Vida".

Había visto ese documental semanas atrás, ahora tumbada en la camilla con la vista clavada en el techo de la ambulancia recuerdo las palabras de Carlos: "Otra consecuencia de ser médico desde hace más de veinte años es que a lo largo de este tiempo he tenido ocasión de acompañar a muchas personas por el camino que ahora me toca recorrer a mí".

Siento que llega mi final.

Atrás dejo el llanto desgarrador de mis niños, no he podido consolarlos porque mi cuerpo no responde, no me puedo despedir de ellos. Lo último que siento es el fuerte apretón de manos de mi marido ¡no me dejes Marta! le escuchó gritar en la distancia.

21 de marzo de 2020. Urgencias del Hospital Doce de Octubre

A penas puedo respirar, veo turbias las caras de mis compañeros de urgencias, casi no puedo reconocerlos con los EPIs. Aunque todos me animan y aseguran que me voy a curar y que todo va a salir bien, sus ojos dicen lo contrario. Escucho a duras penas la conversación entre el médico de urgencias y Álvaro, el médico intensivista con quien tantas guardias he compartido.

- Hay que intubarla, pero no tengo camas en UCI. Va a claudicar de un momento a otro, la radiografía es horrible- dice Álvaro.

- ¿Qué hacemos? ¡tú eres el intensivista! No hay ventiladores en ningún hospital, no podemos dejarla marchar ¡sólo tiene cuarenta años maldita sea y hace dos días estaba dejándose la piel en la misma UCI que ahora la rechaza!

- Voy a llamar a Ifema, es nuestra única opción.

7 de abril de 2020. Pabellón número nueve de Ifema

Después de aquello el mundo se paró para mí, dejé de sentir, el oxígeno ya no habitaba mis pulmones, entré en un sueño profundo, caí en la nada.

La escritura es una afición que me acompaña desde niña, había cumplido ocho años cuando escribí un cuento donde contaba las aventuras de un grupo de personajes en

la ciudad de "Sim-Sala-Bim", me envuelve la melancolía recordando mi niñez y un mundo donde las mascarillas y el confinamiento no tenían significado.

Escribir lo vivido las últimas semanas me ayuda bastante a evadirme de la enfermedad y mitigar, en cierto modo, la soledad de este pabellón de Ifema. Mientras que escribo estas palabras hago descansos para estudiar todo lo que me rodea.

"Javi", pone en su mono de protección. Javi es técnico en cuidados auxiliares de enfermería, lo observo mientras hace su ronda de cuidados, acompañado de otros técnicos y algunos voluntarios. Sus movimientos recuerdan la delicada coreografía de un grupo de ballet al ritmo del Bolero de Maurice Ravel. Unos gestos precisos, delicados y evocadores del verdadero arte de cuidar. Registra la temperatura de sus pacientes, ofrece zumos a aquellos cuyo estado permite tomarlos, acomoda nuestras camas y todo ello lo hace con una sonrisa que, oculta por la mascarilla, se adivina ensus ojos ¿Es posible sonreír con la mirada? en Ifema sí.

Me he fijado en Ana, una enfermera que siempre trabaja en turno de noche. Cuando comienza el turno dedica una ratito para charlar con cada uno de los que estamos ingresados en el control 5 del pabellón 9 de Ifema: "Alcobendas". Así llaman a uno de los quince controles de enfermería que han habilitado por la pandemia, bautizados todos ellos con el nombre de un pueblo de la Comunidad de Madrid. A la vez que valora y anota las constantes de los pacientes que tiene a su cargo administra la medicación pautada.

Le pido que me acompañe al baño, aún me siento muy floja para caminar sola hasta él. Reparo en su nombre escrito a mano en la pantalla de protección y junto a él una carita sonriente, me siento muy afín a aquella desconocida que con tremenda ternura me agarra por el brazo mientras avanzamos por aquel pasillo de Ifema. Se que dispone de poco tiempo para mí, a su cargo tiene otra veintena de pacientes, quizá más...pero no puedo caminar más deprisa, aún me fatigo mucho con cada paso. Ana sigue mi ritmo sin pausa pero sin prisa, paciente, sin emitir ni una sola queja. Parlanchina y divertida me va contando entusiasmada cómo ha creado una biblioteca y que, casualmente, está ubicada junto al baño, por lo que vamos a pasar por delante. Su pasión por los libros alcanza el mismo nivel que la mía por la escritura, escucho ensimismada cómo habla de los libros, como medicamentos únicos, específicos para cada dolencia, para cada persona...lo que allí ha montado es la botica del alma.

Al final del pasillo se alza triunfante: "Biblioteca Resistiré", pude leer en la penumbra de la noche cerrada. Cientos de libros esperan pacientemente su turno para mitigar la soledad de los habitantes de "Alcobendas" ¿Cómo es posible tanta luz en aquella tremenda oscuridad de Ifema? Mientras paso al baño mi enfermera Ana, como hiciera

Ptolomeo en la Biblioteca de Alejandría, pasa revista a la colección de libros, antaño papiros. A la salida me espera con el "medicamento" elegido: "Monte Sinaí", de Jose Luis Sampedro. Entre mis manos coloca las alas que necesito para volar lejos de aquel pabellón.

Pasé los siguientes días inmersa en mi nuevas medicinas: la lectura y la escritura. Fui ultimando el Cuaderno de Bitácora que he compartido en este relato y continué disfrutando del libro que mi enfermera "me recetó". Compartí con Sampedro su experiencia vital hospitalaria, cómo dejando a un lado el pesimismo reflexiona sobre la fragilidad de la condición humana y la realidad de la muerte, todo ello con un lenguaje lleno de vida y luz. Se convirtió en mi nuevo enfermero y consiguió que los días en Ifema se convirtieran en horas y las horas en segundos.

Fueron muchos los compañeros que, durante el tiempo que duró mi convalecencia, me ofrecieron sus cuidados, consuelo, compañía y escucha activa. Todos ellos dejaron una inmensa huella en aquella inolvidable experiencia.

Después de mi hospitalización no volví a ver a Javi, sin embargo a Ana si, la reconocí en la Gala de los Premios Goya en 2021. Estaba radiante con su melena rubia recogida a un lado y un vestido verde esperanza con ramas de vid bordadas por su orgullosa madre. Abrió su discurso de la siguiente manera: *"Mi nombre es Ana María Ruiz López y soy Enfermera. Gracias al colectivo sanitario al que pertenezco y del que me siento tremendamente orgullosa, nuestros pacientes reciben cuidados y atención. Porque la cura no siempre es posible, pero sí lo son la compañía y el consuelo. Esta compañía y este consuelo suele tener un poder especial cuando proviene de los libros, de la música, de la danza y del cine; en definitiva: de la cultura"*.

Y así fue para mí también, los sanitarios que cuidaron de mí lo hicieron en la manera más amplia que se puede utilizar la palabra "cuidar". No puedo obviar que también fue mi bastón para salir adelante escuchar la voz de mis hijos a través del teléfono, las videollamadas con mi familia y las cartas de mi marido (me las hacían llegar entre unos y otros compañeros).

Encontré fuerzas donde no creí que hubiera, quise agarrarme a la vida porque necesitaba ver a mis niños crecer, volver a abrazar a mi madre, sentir el sol sobre mi piel, escuchar el mar junto a la orilla, pasear por la arena y disfrutar de los atardeceres rosados de mi amada Playa de La Glea.

De la mano de los enfermeros, de los médicos, de todo el colectivo sanitario que me cuidó en aquel pabellón de Ifema y con la inestimable ayuda de la lectura y la escritura

como improvisadas medicinas, conseguí ponerme en pie, caminar por aquellos pasillos teñidos por la miseria de la enfermedad pero llenos de humanización.

Un día de repente el milagro, mis pulmones podían funcionar sin aporte de oxígeno complementario, podía peinarme sin ayuda, incluso era capaz de sostener la cuchara de la comida por mí misma, me daban el alta.

Recogí mis escasas pertenencias y las metí temblorosa en una bolsa. Con sumo cuidado coloqué los folios que contenían las miles de palabras que escribí durante mi ingreso, respiré hondo, levanté la mirada y me encontré con algo maravilloso.

El pabellón de "Alcobendas" al completo se puso en pie, pacientes y sanitarios me aplaudían con fuerza, caminé por aquella moqueta roja embargada por una emoción inmensa, un nudo en la garganta me impedía articular ni una sola palabra, tan sólo lágrimas en forma de agradecimiento.

A la salida los niños y mi marido corrieron hacia mí con tal fuerza que temí que me tiraran al suelo, no me habría importado. Nos fundimos en un abrazo que detuvo la tierra, el tiempo, la vida y todo cobró sentido de nuevo, había vuelto a nacer.

Soy una mujer joven y fuerte, soy madre y esposa, pero ante todo SOY ENFERMERA. La vocación por cuidar a los demás no es algo que se pueda ignorar y más pronto que tarde mi cuerpo me pidió volver al trabajo. Había recuperado la fuerza muscular, comía y dormía con normalidad, la disnea a pequeños esfuerzos había desaparecido, también la tos que se mantuvo persistente durante meses, pero mi mente se recuperaba más despacio. Para sanarla, nuevamente, me apoyé en mi medicina preferida: LA ESCRITURA. "Menos Prozac y más escribir", ese era mi lema.

La culpa por no volver al trabajo pateaba la amígdala de mi cerebro y en el sistema límbico se libraba una batalla entre ella y el miedo, batalla en la que el miedo se alzaba victorioso logrando bloquearme cada vez que pensaba en el día del regreso.

20 de octubre de 2020. En casa.

Me muero de miedo por volver a enfrentarme a ti (covid), pero siento mucho más miedo al pensar que hago falta y no estoy, al saber que podría estar ayudando a otros a salir de la oscuridad donde yo misma estuve a punto de perderme. He de volver, lo sé, es mi misión en la vida.

Veo las imágenes de mis compañeras luchando en la UCI por tantas almas... no puedo dejar de llorar pensando en lo que estarán viviendo cuidadores y cuidados.

Mi hija, Lucía, entra en la habitación donde escribo estas líneas cn un pañuelo en la

- Sécate las lágrimas mamá - susurra mientras limpia mis mejillas con su pequeña mano de diez años -. Te he traído un dibujo.

Me ha dibujado a mí, ataviada con mi EPI, portando un palo de suero a modo de espada y un libro como suerte de escudo, a mis pies un horrible virus yace espachurrado en una radiante moqueta roja.

- Eres mi heroína, mamá. Tú y todos tus compañeros lo sois.

Este fue el capítulo que cerró el Cuaderno de Bitácora.

El amor es la energía más brutal que existe y ese amor que mi hija me mostró fue el empuje que necesitaba para regresar a la lucha, aquel fue el último día de mi convalecencia.

La pandemia es una guerra donde los sanitarios luchamos contra un enemigo invisible que no entiende de edad, ni de religión, ni de raza, ni de nada. Volví a primera línea porque un soldado nunca deja atrás a un compañero.

Regreso siete meses más tarde al lugar de partida de este relato, a la UCI del 12 de Octubre, y lo hago con cicatrices en el cuerpo junto con heridas abiertas en el alma. Algunos compañeros permanecen, otros han cambiado su destino, en los que quedan se repite una mirada particular, ya no son los mismos de la primera ola. A las puertas de la UCI regresa la taquicardia que sentí en marzo, el mismo miedo, el calor intenso de nuevo, las heridas en la frente... ¿la diferencia? ya no soy la misma persona que entonces. Soy más fuerte, mas experta y más segura de mi misma. Porque nadie conoce el camino mejor que quien lo ha transitado y esa es hoy mi fortaleza.

Somos quienes somos gracias al fruto de nuestras experiencias. Esta última me ha mostrado nuevas medicinas, unas que no curan heridas pero sí aplacan el desasosiego de un espíritu agitado por la enfermedad.

Luché en soledad contra la muerte, avancé por la convalecencia acompañada por fantásticos profesionales y me curé por el amor incondicional de mis seres queridos.

Esa red fue la que me sostuvo para no caer físicamente en el olvido de la partida definitiva. Pero lo que empujó mi alma hacia el exterior de las tinieblas de la enfermedad fueron las letras que escribí y también las que leí en los libros de aquella biblioteca improvisada del pabellón número nueve de Ifema.

Cada día que la vida me permita seguir ejerciendo como Enfermera y con cada paciente no dudaré en ofrecer la botica de las letras, que tanto hizo por mí en tiempos de Pandemia.

1. UCI : Unidad de Cuidados Intensivos
2. EPI : Equipo de Protección Individual (bata, guantes, mascarilla, pantalla, gafas)
3. TCAE: Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería
4. SUMMA: Servicio de Urgencia Médica de Madrid