El coronavirus no es un cuento ni es chino

14 de marzo de 2020 | Escribe: [Sebastián González-Dambrauskas](https://ladiaria.com.uy/periodista/sebastian-gonzalez-dambrauskas/) en [Coronavirus](https://ladiaria.com.uy/seccion/coronavirus/) |

Escribo esto en una guardia tranquila, como son las guardias de estas épocas del año en el sur del mundo: con pocos pacientes a mi cuidado. Finalizando el verano, las consultas e internaciones son pocas. Aunque la guardia esté tranquila, yo no lo estoy. Tengo que dejar a un lado mi teléfono para sosegarme y pasar raya, intentando sacar conclusiones de lo que vivimos los habitantes de este mundo estos últimos días: vivir una epidemia de todos, la pandemia coronavirus.

No escribo como epidemiólogo, ni como infectólogo ni como salubrista. No me corresponde ni quiero ser irresponsable al dar mensajes que no me corresponden. Escribo como lo que soy: un ciudadano más que eligió ser médico y cuidar a sus semejantes. En mi caso, a los más chicos de la sociedad. Escribo como padre y como hijo. Aclaro algo que deberíamos aclarar todos los que trabajamos en salud cuando se hacen declaraciones públicas: no tengo vínculos con ninguna organización privada vinculada a la industria de la biotecnología y tampoco tengo cargo político, ni pretendo. Pero me pidieron que escriba sobre coronavirus y acá van mis pareceres, que se escriben en la trasnoche del 12 de marzo de 2020, por lo que le pido al lector prudencia en la interpretación de lo que aquí se comenta. La coyuntura puede cambiar y lo aquí dicho puede ser letra vieja en unos días.

El cuento chino

Acabo de cortar comunicación con tres colegas del norte del mundo. Son de Madrid y de Milán. Están en la trinchera del coronavirus. En el ojo de la tormenta. Quiero ser vector de lo que ellos viven como médicos y como personas, para tratar de anticiparme a lo que pueda pasar cuando el globo gire y el invierno llegue en el sur y haya terminado en el norte. Cuando el coronavirus nos toque y a ellos les permita un descanso.

El coronavirus no es un cuento chino. Hace unas pocas semanas era noticia que China vivía una epidemia nunca vista. Se divulgaron videos en los que se construían hospitales enteros en un par de semanas en ese país. Las medidas impensadas de dejar en cuarentena a millones de personas parecían de película. Una película oriental. Las medidas que tomaron para asilar, o aislarse y prevenir la propagación ocasionaban, por un lado, asombro y, por el otro, una sensación de lejanía. Estos chinos… Pero China no es lejana. Queda a la vuelta de la esquina en el mundo en que vivimos.

Según los reportes recientes, el virus por lo general genera gravedad (ingreso a centros de tratamiento intensivo) y muerte en población añosa y vulnerable, con enfermedades de base. Pero su contagiosidad lo hizo viajar pronto a países vecinos y toda Asia se llenó de puntos rojos que crecían como metástasis. Nosotros seguíamos mirando la tele. Hasta que estalló la bomba en Italia. O mejor dicho, hasta que llegó el tsunami.

Paura

Una amiga y colega que trabaja como yo pero en Milán me habla de miedo (*paura* en italiano). Me dice que tiene miedo de que se enferme gente cercana a ella, o sus niños. Me dice que a veces es más racional y que piensa que si todos se comportan bien pronto terminará y volverán a sus vidas previas. “Deseo tanto poder abrazar y besar a las personas que amo”, me dice. Hace siete días, A me contaba que no eran exageraciones. Que la cosa era real. Que los hospitales estaban desbordados por tener que atender en cinco días lo que en general atendían en tres meses.

El coronavirus encontró en el norte italiano (aún nadie sabe por qué) los ingredientes para pegar fuerte. En el interjuego que hace toda infección entre la población que afecta y el propio agente, el coronavirus quebró al sistema sanitario en Lombardía. “Un tsunami”, refieren los colegas de allí. Vino la ola y los tapó, ocasionando un desastre. Uno de los mejores sistemas sanitarios de Europa, en una región rica, no toleró la demanda asistencial del coronavirus, este virus nuevo, desconocido. Hasta ahora las bolsas de valores bajan, el gobierno decidió aislarse y nadie entra ni sale del país. El Coliseo vacío, sin gente; Venecia con góndolas pero sin *gondolieri*. Parece ser inédito algo así en una nación moderna de Occidente. Pero ocurrió. Ocurre.

Incertidumbre

Mis dos amigos madrileños están asombrados en el hospital. M, uno de ellos, me cuenta sus percepciones: “Creo que la palabra principal es *incertidumbre*. Incertidumbre por no saber si el sistema sanitario está preparado para sostener semejante aumento de demanda en tan poco tiempo. Incertidumbre sobre si la población va a cumplir las recomendaciones de la administración pública o no. Incertidumbre sobre las consecuencias sociales que puede traer a una sociedad que está aún saliendo de la crisis de 2008”.

Mientras cena con sus compañeros de guardia en el hospital, J hace tertulia con mi planteo de que me explique en tres frases cómo siguen las cosas en los alrededores de la Gran Vía. Como respuesta, me dijo: “Primero, subestimamos el peligro de esto. Estábamos convencidos de que era algo asiático y no más que una gripe fuerte. Segundo, ¿cómo puede estar pasando? ¡Si todo empezó con un animal en un mercado en una ciudad china! No me creo que tenga que cambiar tantos hábitos normales, que lo mejor que puedo hacer por la sociedad es quedarme encerrado en casa. Y en tercer lugar: ¿cómo va a acabar esto? ¿Va a morir alguien querido? ¿Se van a desplomar todas las economías? ¿Va a ser el germen de un conflicto? ¿Cuándo va a pasar?”.

Con estos dos colegas pensaba encontrarme en Madrid en un par de semanas. Tenía todo programado. No será. Ellos estarán allá y yo acá. La incertidumbre es inédita y, tal como está la situación, lo mejor es no ir. Si cierra la NBA o la Libertadores, si los Juegos Olímpicos están por no ser y Estados Unidos cerró aeropuertos desde Europa, mi viaje puede esperar. Como dijo un amigo, si suspendieron el fútbol es que la cosa es seria. Una de las recomendaciones es no salir del país si no es imprescindible, pues cada uno de nosotros es un potencial vector, a lo que se suma la paranoia, el riesgo de desabastecimiento o quedar varado en un aeropuerto como Tom Hanks (que, dicho sea de paso, confirmó que tiene el virus). Mientras escribo esto recibo un mensaje reenviado que exige que el gobierno cierre fronteras como hizo El Salvador y que los uruguayos unidos podemos frenar el virus. Y yo me agarro la cabeza.

Infodemia

Acabo de comprar la cena y el pizzero, antes de cobrarme, me pregunta en voz baja:

–Doctor, ¿es verdad que los chinos se están muriendo como moscas? Pasaron un video de Whatsapp que se ve clarito –dice consternado.

Estuve diez minutos con todos los mozos explicando que no, que no anda gente muriéndose por las calles. Ni en China ni en Italia. Por lo menos, no de coronavirus. Trato de tranquilizarlos con lo que sí sé: que una de las peores cosas del coronavirus es el carácter viral que adquirió la desinformación respecto del tema. Que tienen que cuidar mucho de no escuchar a los oportunistas que viven del miedo que paraliza. Esos mercaderes pueden ser mortales, incluso los de túnica blanca. Así pasó con el oseltamivir (el Tamiflú famoso), que surgió como una cura milagrosa cuando pasó la gripe H1N1, hace diez años, y terminó siendo una gran estafa mundial (para lo único que servía, según se supo, era para bajar, a veces, la duración de síntomas de gripe, pero no protegía de la muerte ni de ninguna enfermedad grave a los que recibieron el medicamento).

“El asunto es tratar de prevenir el contagio rápido y masivo. Tratar de bajar el pico atroz y que las consultas sean las mismas, pero distribuidas en más tiempo. ‘Achatar la curva’ dicen los que saben”.

Para el coronavirus no tenemos mayor cura que nuestros cuerpos. No hay pastilla que cambie nada, ni vacunas, y las que están en estudio llegarán a probar su eficacia mucho después de que el coronavirus nos acompañe. Los que les toque en suerte enfermarse, se curarán solos.

Cada día, mientras soportan el tsunami, los italianos nos alertan. Que no nos tome desprevenidos. Al menos corremos con esa ventaja. Ya es inevitable que los casos aparezcan. Aparecerán como aparecieron por todos lados. El asunto es tratar de prevenir el contagio rápido y masivo. Tratar de bajar el pico atroz y que las consultas sean las mismas, pero distribuidas en más tiempo. “Achatar la curva”, dicen los que saben. Suben los casos hasta llegar a un techo y luego bajan. Como un cerro. Cuanto más chato el cerro, más tiempo tiene el sistema sanitario para no verse sobrepasado. Una curva alta ocasiona saturación del sistema. Es como patearle al golero tres penales a la vez.

Las medidas que toca hacer a todos son puro sentido común y sencillas, como casi cualquier enfermedad respiratoria: lavarte las manos como un obsesivo (con agua y jabón, bien hecho); evitar tocarte la cara; si enfermás, quedarte en casa y quizás pasar por antipático y antisocial en aglomeraciones, que deberían ser sólo las imprescindibles. Verás que muchas reuniones masivas serán suspendidas, al menos un tiempo, hasta que capeemos el temporal. Evitar las muchedumbres quizás sea una de las medidas más efectivas, ya que de ese modo se previene la transmisión rápida entre nosotros. Recordá que las propias vacaciones invernales tienen un motivo de salud pública. Cuando los niños dejan de concurrir a clases esas semanas, los contagios cada año disminuyen y lo mismo pasará con el coronavirus.

Para evitar la infodemia de las viralizaciones con desinformaciones falsas como la que le llegó al pizzero, que pueden dañar y mucho, guardate esta página y consultala cuando tengas dudas: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>. Es lo que la Organización Mundial de la Salud (OMS) nos aconseja. Matar la desinformación ayuda a combatir el coronavirus. Nos van a seguir llegando videos disparatados, curas milagrosas y datos de miles de muertes por coronavirus.

Recomiendo calma cuando te asustes con ese audio, con esa foto o video, con ese “experto” que dice que se va a acabar el mundo. Calma. Es mentira que la humanidad se acaba. Tratá de apagar un poco la tele y dejar las redes sociales por un momento, y enseñarles a tus hijos cómo lavarse las manos y explicarles, sin miedo, lo que sepas y lo que no sepas. De paso, te cuento que por suerte este virus no trata tan mal a los niños. No consultes cuando te resfríes como siempre; seremos quizás miles los que nos resfriaremos de coronavirus en los próximos meses, y quietos en casa nos curaremos solitos.

No vayas a comprar ese tapabocas: la mayoría no sirve más que para desabastecer los hospitales, que es donde los necesitamos (los utilizamos para no contagiarte cuando vayas a consultarnos). Tampoco pagues un estudio para coronavirus, aunque tengas el dinero y lo consigas. No hagas como muchos famosos que publican en sus redes que son positivos para coronavirus, como si fueran sobrevivientes. Eso no aporta. Que sea un médico el que te indique los estudios. Necesitaremos todos esos recursos para los que enfermen peor de la virosis. Y el lavado de manos con agua y jabón, ¡como siempre! No vacíes la góndola del supermercado comprando alimentos como si nos estuvieran por atacar. El único sentido de eso es desabastecer y crear miedo y caos. No se va a acabar el mundo.

Buscá información válida en el Ministerio de Salud de tu país. Es allí donde se debe generar un análisis lo más certero que se pueda con la información disponible (y con los verdaderos expertos) para darnos a todos los ciudadanos de todas las trincheras recomendaciones de lo que hacer y no hacer. El cierre de fronteras y la suspensión de clases son decisiones que no pasan –ni deben pasar– por ti ni por mí. Hay gente a la que le pagan para eso y lo hace muy bien, decidiendo lo mejor (sin ser infalibles) para todos nosotros.

Zapatero a tus zapatos

El miedo paraliza, pero ahora no podemos darnos ese lujo. Es tiempo de actuar y todos tenemos cosas para hacer. Debemos tener el coraje de hacerlo. Vamos con cierta ventaja con nuestros hermanos de Oriente y del norte que asumen que subestimaron la amenaza y no se prepararon. Como sociedad debemos ser ágiles y apostar a que haremos todo lo posible para ayudar a que nuestro sistema sanitario pase la que quizás sea la mayor prueba de su historia. Es difícil estar tranquilo y sin miedo cuando se vive un minuto a minuto de los casos de coronavirus en el mundo. Nunca en la historia una epidemia se siguió caso a caso a este extremo. Pero debemos intentar hacer lo que podemos. Cuidémomos. Cuidemos a los cuidadores. También nosotros nos enfermamos, y no tenemos ni tendremos todas las respuestas. Intenten no sobresaturar de consultas sin sentido a los hospitales que quizás estén trabajando a su máximo.

Recuerden que, aunque te digan miles de casos o millones en un par de meses, serán casi los mismos miles y millones los que se curarán de la virosis. Cuando vean en la tele frases como “ya van 130.000, 200.000 o un millón de casos de coronavirus” recuerden que hay un dato que no se da, y es que luego de pasada la enfermedad, cuando te llegue esa noticia, gran porcentaje de esos miles ya se curaron. No son zombis que vienen a buscarnos.

En China, parece, ya pasó lo peor. Son los menos de los menos los que terminan en el hospital y aun menos aquellos a los que les irá mal. Algunos morirán con el coronavirus. Claro que sí. Pero hay que recordar que cada año mueren millones en el mundo de otros virus y de otras enfermedades, aunque no tienen tanta prensa. Seguiremos siendo mortales luego de que el virus siga su camino. Aunque lo raro es que nos mate, lo que sí puede ser letal es su efecto en el sistema de salud al saturarlo. Vale recordar que el mundo sigue funcionando y que las otras enfermedades siguen existiendo y el sistema debe seguir asistiendo a todos (con y sin coronavirus). Los de siempre, los de todos los años e inviernos.

La mayor gravedad del coronavirus, según lo que sabemos hoy, es indirecta, puesto que ocasiona un tránsito de pacientes tan pesado que impide al sistema atender bien a los que consulten por otras enfermedades tan o más graves que el coronavirus. Porque en nuestra región latinoamericana sigue habiendo epidemias mortales que no nos abandonan: gripe, malaria, dengue y tantas más. Por esas epidemias se seguirá consultando, aunque hoy no tengan prensa, y esas personas se sumarán a los que enfermen con la visita de este nuevo virus.

Hagamos lo imposible para manejar las incertidumbres de no saber a ciencia cierta qué le pasará a nuestro sistema de salud cuando la ola llegue a la región. Es factible también que pueda no sobrevenir el caos que se produjo en Italia o en España. Lo sabremos en unos meses. Mientras tanto, actuemos. Pero actuemos con responsabilidad ciudadana en la tarea que le toca a cada uno, priorizando el bien común. No podemos dar señales a grito de tribuna. No podemos pedir que se cierren fronteras ni que aíslen a todo el mundo, ni pedir que no se viaje más acá o acullá. Cada uno a su tarea. No reproduzcamos desinformación. Tengamos cuidado y chequeemos muchas veces antes de enviar noticias de fuentes no confiables. Pueden hacer mucho daño. No tengamos fobia de los chinos, ni de los italianos, ni de los españoles ni de nadie. Como toda crisis, es una hermosa posibilidad (quizás única) para colaborar con nuestros semejantes.

Entre las autoridades sanitarias y organizaciones civiles de todo el mundo ya están creándose lazos de cooperación para medir lo que sucede y tratar de garantizar a las poblaciones información certera, relevante, transparente y adaptada a cada país, cada contexto. Es un error pensar que lo que sucedió en otras regiones, con poblaciones diferentes y sistemas de salud distintos, va a pasar aquí. O que los números de las noticias son transitivos a lo que nos sucederá. Distintos gobiernos, como el chino, el coreano, el italiano y todos los que tienen casos, han decidido medirlos en forma diferente, lo cual puede traer problemas al extrapolar casos de muertes. Confiemos en que las instituciones tomarán decisiones basadas en lo que sucede de forma global y también en nuestros contextos. De toda crisis hay aprendizajes, y los sistemas sanitarios globales, regionales y locales están aprendiendo, y mucho.

El mozo y sus colegas quedaron más tranquilos luego de que intenté explicarles algo de lo aquí escrito. Creo. Yo vuelvo a mi guardia. Olvidé que con J2, la nurse de la unidad, habíamos quedado de repasar el plan de contingencia COVID19 del hospital. Vuelvo sin saber si al salir publicado este artículo las fronteras de Uruguay no estarán cerradas o si ya se confirmó el primer caso de coronavirus en Uruguay.

No sé si siguió subiendo el dólar, si los mercados siguen desplomándose, si tal o cual sector financiero entró en bancarrota. Me queda la pregunta de si esta pandemia no traerá más muertes por la crisis económica que ya se vive y la debacle mundial que está ocasionando que por la propia virosis. Me pregunto si a nuestra América Latina, tan castigada y con sistemas sanitarios tan debilitados y desnutridos de recursos, esta pandemia no pueda darle el tiro de gracia. Pienso en mis amigos del norte que no podré abrazar este año y que están luchando con lo que tienen para cuidar las poblaciones que atienden. Quisiera estar con ellos, pero no puedo. Al menos en persona. No importa, queda mucho por hacer. Y si ellos me dijeron que lo mejor que puedo hacer es prepararme, eso haré.

*Sebastián González-Dambrauskas es pediatra intensivista.*

ladiaria.com.uy/articulo/2020/3/el-coronavirus-no-es-un-cuento-ni-es-chino/