



Mi perspectiva e historia con COVID-19: una vivencia cercana a la muerte.

Edith Florez Félix¹

¹Universidad Iberoamericana Tijuana, Av. Centro Universitario #2501 Playas de Tijuana, 22500 Tijuana, B.C. México.

Autor de correspondencia: Edith Florez Félix, Universidad Iberoamericana Tijuana, Av. Centro Universitario #2501 Playas de Tijuana, 22500 Tijuana, B.C. México. E-mail: tp1244@correo.tij.ibero.mx.

Resumen. - El 2020 fue un año que cambio mi vida como la de muchas personas en el mundo a consecuencia de la pandemia por COVID-19. De manera personal cuando adquirí esta enfermedad, viví momentos personales complicados que dieron inicio con los signos y síntomas de esta patología y que hoy en día afectan mi calidad de vida. Es para mí muy importante compartir esta crónica de vida para dar a conocer mi historia y las estrategias que me permitieron salir adelante.

Palabras clave: Perspectiva; COVID-19; Enfermería; Cuidados Intensivos.

1. Introducción

A través de la siguiente crónica deseo relatar mi vivencia cercana con la muerte a consecuencia de haber padecido COVID-19. Estas palabras pudieran resultar fuertes, pero fueron (y son) parte de mi realidad, y hoy por fin me siento lista para contar esta historia. Es para mí muy importante que otras personas conozcan mi vivencia, incluidas las emociones que me acompañaron durante todo el proceso, así como el impacto negativo que produjo en mi persona y familia. Pero más importante es compartir las estrategias que me permitieron salir adelante, y estar hoy aquí redactando esta memoria y testimonio, pues sé que allá afuera existen personas que, como yo, sufrieron algo similar y quiero que sepan que no están

solas, que siempre hay formas de salir adelante.

Cuando la pandemia por COVID-19 alcanzó a Tijuana, muy pronto los hospitales del municipio se encontraron saturados, los profesionales de la salud no fueron suficientes al igual que el material y equipo. Saber que las personas, incluidos compañeros de trabajo, eran hospitalizados y/o fallecían, sin la posibilidad de volver a ver a su familia era algo que me aterraba.

El miedo al contagio y el temor a ser hospitalizado se podía respirar. A pesar de que el riesgo era latente, como la inmensa mayoría de los trabajadores de la salud, continué realizando mis funciones que consistían en dar consultoría a personas

de la tercera edad, -asumiendo, por supuesto, las debidas precauciones-, ya que este grupo de población demandaba atención de salud no relacionada con COVID. Sin embargo, los cuidados que tomé no fueron suficientes, ni siquiera lo fue el hecho de encontrarme aparentemente sana.

2. Desarrollo

2.1 La consulta

El miércoles 21 de diciembre del 2020, desperté y mi cuerpo no era el mismo. Me sentía mal, con síntomas de un resfriado común, sin embargo, jamás imaginé que ya presentaba síntomas de COVID. La intensidad de mi malestar me llevó a la difícil decisión de acudir a consulta. Al llegar al hospital, pude ver a una multitud esperando ser atendida.

En ese momento supe qué la atención que me iban a otorgar probablemente no iba a ser la más adecuada. Fue muy duro y difícil observar la impotencia de mis colegas. Dadas la sobrecarga laboral, la falta de conocimiento respecto a cómo tratar la enfermedad y la escasez de personal e insumos, se veían en la necesidad de atender apresuradamente y prescribir prácticamente el mismo tratamiento con base a lo que tenían disponible.

En ese momento, me invadieron un sin fin de emociones, sentí tristeza, desesperación, frustración, miedo e impotencia, todo al mismo tiempo. Me asaltaban recuerdos de cuando yo estuve

en ese mismo hospital laborando, sin imaginar que regresaría como paciente en medio de una pandemia. Esta realidad paradójica me parecía algo imposible de creer.

Las emociones se estaban apoderando de mí, cuando de pronto sentí un gran alivio en medio de mi propio caos vi una cara conocida. Una amiga enfermera que se encontraba laborando en el área COVID. Mi amiga, al percatarse de mi presencia se acercó, fue muy empática y cariñosa, me proporcionó apoyo moral y psicológico que me dieron un poco de calma. Poco a poco me tranquilicé y fui capaz de ver las cosas positivas del entorno, como el hecho de que el área estaba limpia y desinfectada.

Cuando finalmente me consultaron, la atención que me otorgaron fue como lo presentía: precaria. Al igual que a las demás personas, me habían prescrito un tratamiento como si lo que yo tuviera fuera un “resfriado común”. Esto propició que nuevamente me sintiera triste y desesperada, sobre todo cuando el médico me dijo: “no es necesario hospitalizarte, ve a casa”. Acaté las indicaciones médicas, pero la realidad es que no me sentía bien. Al llegar la noche, la intensidad de mi malestar hizo que acudiera por segunda ocasión a consulta, pero nuevamente no fue posible quedarme hospitalizada ya que el médico me informó “No hay camas disponibles en el hospital para que te puedas quedar, permanece en casa”.

En ese instante me invadió el miedo de tener que volver a casa y quizá contagiar a

mis hijas, pero no tenía alternativa. Ellas, al saber que no había camas y que mi estado de salud empeoraba, se encontraban asustadas y sin saber qué hacer. Al regresar a casa, ya no pensaba con mucha claridad, me sentía físicamente mal. Decidí, como medida de precaución para mi familia, mantenerme aislada en mi habitación. Tenía mucha confusión y miedo, por un lado, sabía que debía ser atendida, pero no había camas y, por otra parte, si me hospitalizaban, no sabía cuándo volvería a ver a mis hijas.

2.2 La visita

Me siento muy afortunada de contar con personas que se han convertido a lo largo de los años en amistades muy valiosas, pero ninguna me dio tantas bendiciones en la vida como el día en que mi mejor amiga fue a mi casa. Ella también es enfermera y, a pesar de saber que sí me visitaba se podía contagiar, fue a buscarme para saber cómo seguía y evaluar mi estado de salud. En cuanto me vio me dijo: “No puedes quedarte más en casa. Tienes que ir al hospital. Si no lo haces, tal vez no sobrevivas a la enfermedad”. Al escuchar eso experimenté el mayor miedo de mi vida, jamás había sentido algo similar, pero sabía que tenía razón.

Tuve que armarme de mucho valor para poder despedirme de mis hijas, mi mamá y el resto de mi familia. Entonces subí al carro de mi amiga y nos dirigimos al hospital. El trayecto fue muy duro, el miedo iba creciendo. Ese día ya no regresé a casa, fui hospitalizada en un espacio en

el que ya no reconocía nada ni a nadie, ya no era el mismo lugar en el que yo había laborado y vivido momentos felices con grandes satisfacciones. En ese momento todo el personal portaba equipo de protección y el área de hospitalización se había convertido en un espacio para atender de manera exclusiva personas con diagnóstico de COVID. En el área reservada se percibía un ambiente de tristeza y desolación.

Poco a poco perdí la noción del tiempo, no recuerdo con exactitud cuántos días habían pasado. La única constante era el miedo que nunca dejé de sentir, que se convirtió en terror cuando el 31 de diciembre, mi estado de salud se deterioró aún más. Ese día mi mejor amiga, la misma que me había llevado al hospital, que se encontraba de jefa de enfermería en esa área, se acercó y me dijo: “El médico me dice que tus pulmones ya no resisten más. Te tienen que intubar”. Yo sentí que en ese instante algo frío recorrió mi cuerpo, recuerdo que le pedí: “Amiga por favor supervisa que me den la atención necesaria, no me quiero morir. Te encargo mucho a mis hijas”. Cerré los ojos lo más fuerte que pude y me encomendé a Dios: “Señor, me pongo en tus manos, toma la decisión más adecuada para mí”. Ese es mi último que recuerdo de aquel momento.

2.3 El proceso de vivir o morir.

Quizá parezca extraño, pero durante todo el tiempo que necesité apoyo respiratorio, yo pensaba y sentía que mi vida era “normal”. Como si nada hubiera pasado, mi

mente fue capaz de crear una vida paralela donde ni siquiera sabía que estaba intubada. También hubo momentos en los que experimente felicidad, miedo y tristeza acompañadas de llanto. En varias ocasiones sentí como si “alguien” presionaba mi pecho. Tuve oportunidad de “platicar” con personas que ya habían fallecido; y recuerdo que, en repetidas ocasiones, “caminé” por los pasillos del hospital. En general, de acuerdo con los momentos más significativos que viví mientras estaba intubada podría describirlos como “capítulos” los cuales tengo muy presentes y recuerdo perfecto.

2.3.1 Primer capítulo

El más breve de todos los capítulos, simplemente caminaba por una calle del pueblo donde nací (Teziutlán, Puebla) donde se encuentra una iglesia de la virgen del Carmen. Lugar donde en ocasiones llevé a mis hijas cuando eran pequeñas y solían jugar.

2.3.2 Segundo capítulo

Sostenía una conversación con un médico que me decía: “Te voy a trasladar a otra clínica”. Íbamos y veníamos por diferentes clínicas y hospitales, ya que en todos lados se negaban a recibirme por estar “infectada”. Lo que me parecía insólito es que en esos lugares las personas tenían forma de frutas.

2.3.3 Tercer capítulo

Me encontraba en un sitio donde había personas enfermas que me decían: “Tú eres la enfermera que nos va a atender”. El área parecía como si fuera una película muy vieja, tanto que, aunque me esforcé, me fue imposible reconocer el lugar, pero el lugar parecía antiguo.

2.3.4 Cuarto capítulo

Recuerdo haber muerto y estar inmersa como una “película”, donde yo podía ver lo que pasaba a mí alrededor. Vi a mi mamá llorando amargamente, mientras mi padre la trataba de consolar diciéndole: “Tranquilízate”. Mi madre con ese comentario se sintió incomprendida y le decía a mi papá: “No entiendes mis sentimientos porque tú no la pariste”. En ese momento, mi mejor amiga llegó a decirle a mi mamá: “La voy a llevar a ver el cuerpo de su hija”. De pronto, todo lo anterior se esfumó y aparecieron mis hijas llorando, pero yo no entendía el por qué. Este capítulo, lo recuerdo con tanta claridad que todavía me provoca incertidumbre y tristeza, sobre todo por el hecho de ver a mi madre desolada.

2.3.5 Quinto capítulo

Allí estaba yo, inmersa en una “pelea” o “juego” (no lo tengo claro) entre dos personajes. Uno decía que era un enviado de Dios y el otro que era enviado del infierno. Del ganador dependía a dónde me iba a ir sí al cielo o al infierno. Fueron momentos que se tornaron muy raros

porque me provocaban miedo y sensaciones que no podría explicar.

2.3.6 Sexto capítulo

Estaba parada en un lugar muy tranquilo que se asemejaba a un bosque donde había gente en forma de duendes. Sentí mucha nostalgia. ¿La razón?, esas personas no me permitían la entrada porque, decían, que primero tenía que pasar a descontaminarme. Sin embargo, en ese momento apareció un señor que les decía: “Déjenla pasar, no se preocupen, yo le voy a poner una medicina y después de eso podrá convivir con ustedes. Le voy a asignar un lugar en el que ella pueda recuperarse y estar tranquila”. En ese instante, de forma repentina, escuché la voz de un amigo y de otras amigas que me habían ido a visitar a ese lugar enigmático.

2.3.7 Séptimo capítulo

El último momento que recuerdo, se sitúa en el mismo lugar que el capítulo anterior, donde de manera inesperada oí una voz suprema que me dijo: “No vas a morir, no te preocupes”. Mientras esa *persona* me hablaba, yo sentí un jalón muy fuerte en mi pecho acompañado de una sensación muy desagradable donde “me iba y no me iba”. Hoy sé que esa sensación en el pecho pudo haber sido la reanimación que recibí.

Probablemente todos estos capítulos son el reflejo de las emociones que experimenté antes de ser intubada y en relación con lo quizá viví, escuché o sentí estando sedada. Nunca lo sabré con

certeza. Es evidente que el tiempo entre un capítulo y otro, lo tengo perdido. Permanecí bastante tiempo intubada, donde había días en los que parecía que iba a morir y uno que otro donde me encontraba estable.

2.3.8 El despertar

Después de tres meses de incertidumbre, angustia y sufrimiento para mi familia y amistades, el médico que me trataba habló con mi familia, le dijo: “Ya no hay nada que hacer, despídanse de ella, porque ya hicimos todo lo posible y no está respondiendo”. Sin embargo, un día antes de mi cumpleaños número 42, para sorpresa de todos, pude despertar de la sedación. Había demasiada confusión en mi cabeza, me sentía totalmente desorientada, no sabía quién era, ni qué estaba haciendo ahí.

Por un momento tuve mucho miedo, pero me sentí aliviada al “escuchar la voz de mis hijas”, pero eso era imposible porque todavía no las dejaban entrar a verme. Poco a poco me fui percatando de mi realidad, ¡estaba conectada a un ventilador, tenía una traqueostomía! A mi alrededor había muchos aparatos; de inmediato se me vino a la mente las veces que en algún momento de mi vida laboral me encontré en ese mismo escenario ¡pero yo era la enfermera!, en esta ocasión no, ¡era la paciente!, fue un momento sumamente impactante.

Ya consiente de mi entorno y de lo que sucedía, los días se tornaron tan duros y

complejos que no quisiera volver a vivir algo así. En mi habitación, entraba un médico salía otro, iban y venían. Me tomaban constantemente gasometrías, las cuales me causaban un dolor muy grande. Hasta que el 28 de marzo de 2021, el mejor día hasta ese momento, me avisaron que me darían de alta, me podía irme a casa.

Fue un momento muy bonito pero lleno de miedo para mis hijas, porque me iba a ir con la traqueostomía. En ese entonces no imaginé lo que representaría irme a casa con ella, no sabía lo difícil que sería dejar de depender de ese pequeño orificio para respirar de manera habitual, ni la ansiedad o pánico que experimentaría. Ese día las enfermeras y médicos me que atendieron por tantos días me despidieron. ¡Por fin me fui a mi casa!

Durante mi estancia en el hospital siempre conté con el apoyo de gente que me aprecia y se mantuvo todo el tiempo alrededor mío pendiente de mi estado de salud. Sin embargo, pasé momentos muy duros y difíciles que no quisiera volver a vivir. Ni siquiera puedo imaginar lo que experimentó mi mamá ante mi gravedad y no poder visitarme en el hospital porque no estaba permitido. Lo hemos platicado entre lágrimas y me ha dicho que esta situación le causó un trauma que recuerda amargamente.

2.3.9 La recuperación

Pienso que lo más difícil de esta experiencia ha sido la recuperación. La razón es que a pesar de que he tenido

sesiones de terapia física y rehabilitación, así como atención médica especializada, mi cuerpo quedó con diversas secuelas importantes, las cuales me limitan a continuar con mi vida de manera normal.

Ha sido un verdadero reto afrontar y adaptarme a mi nueva vida. Al ver limitada mi autonomía, perder el trabajo que tanto me satisfacía y las actividades que habitualmente hacía me ha resultado muy doloroso, a tal grado que me he cuestionado si fue bueno o no sobrevivir a COVID.

Desgraciadamente no creo que yo sea la única que por momentos piense así, cualquier persona que haya experimentado una situación similar se podría cuestionar lo mismo.

He de reconocer que, aunque me ha resultado difícil, doy gracias a Dios por haberme permitido vivir. En verdad he luchado día con día para alcanzar mi recuperación física, emocional y espiritual.

Y hoy día gracias, a esta memoria testimonial, he podido llegar a la conclusión de que si estoy aquí es porque Dios me lo ha permitido y por algún objetivo que él tiene para mí. Dentro de las estrategias que hasta la fecha me han servido para recuperarme física y emocionalmente se encuentran la musicoterapia, meditación profunda, inhaloterapia y rehabilitación física. En este sentido, quedó muy marcado en mi vida el día en que mi terapeuta, como parte

de la sesión, colocó un espejo frente a mí para que yo pudiera verme.

Por un momento parecía no reconocermé, experimente dolor, sentí que no era la misma, fue una confrontación muy impactante para mí. Finalmente fui capaz de valorar cada logro alcanzado hasta ese momento, pude establecer que las pequeñas metas y retos que yo misma me planteé estaban siendo completados o bien, se encontraban en proceso.

3. Conclusión

La experiencia que tuve con COVID, ha sido un hecho que ha marcado mi vida. Es claro que no sólo yo he estado en esta situación, sino un sector de la sociedad. Sin embargo, de acuerdo a mi experiencia, me gustaría recomendar que debiésemos de contar con un fortalecimiento en los sistemas de salud, dado que esta pandemia nos ha enseñado que somos personas vulnerables y que debemos de estar unidos como sociedad.

También me gustaría que nuestro sistema nacional de salud revisara la regulación de las jubilaciones y pensiones. Como ya mencioné, las secuelas que me dejó el COVID-19 me imposibilitaron seguir realizando mi trabajo como enfermera especialista.

Lamentablemente, la institución para la que trabajaba resolvió dar por terminado mi contrato, pero sin ningún compromiso económico (llámese pensión, compensación, etc.), lo que ha dificultado

tanto mi sostenimiento personal, como familiar.

Las instituciones de salud pública, si bien tienen un compromiso con el derechohabiente y/o las personas que acuden en busca de consulta o tratamiento, tienen un ineludible compromiso moral (e indudablemente legal) con el personal que trabaja en la institución, que es, en la realidad, quien hace posible que la entidad cumpla con la función social que el Estado la ha encomendado. No es la mano de la institución la que sostiene la jeringa, ni la que coloca la gasa.

Referencias

- Agren, D. (2020). Understanding Mexican health worker COVID-19 deaths. *The Lancet*, 396(10254), 807. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)31955-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)31955-3)
- Escudero, X., Guarner, J., Galindo-Fraga, A., Escudero-Salamanca, M., Alcocer-Gamba, M. A., & Del-Río, C. (2020). The SARS-CoV-2 (COVID-19) coronavirus pandemic: Current situation and implications for Mexico. *Archivos de Cardiología de Mexico*, 90, 7-14. <https://doi.org/10.24875/ACM.M20000064>
- Friedman, J., Calderón-Villarreal, A., Bojorquez, I., Vera Hernández, C., Schriger, D. L., & Tovar Hirashima, E. (2020). Excess Out-of-Hospital

Mortality and Declining Oxygen Saturation: The Sentinel Role of Emergency Medical Services Data in the COVID-19 Crisis in Tijuana, Mexico. *Annals of Emergency Medicine*, 76(4), 413-426.
<https://doi.org/10.1016/j.annemergmed.2020.07.035>

Holshue, M. L., DeBolt, C., Lindquist, S., Lofy, K. H., Wiesman, J., Bruce, H., Spitters, C., Ericson, K., Wilkerson, S., Tural, A., Diaz, G., Cohn, A., Fox, L., Patel, A., Gerber, S. I., Kim, L., Tong, S., Lu, X., Lindstrom, S., ... Pillai, S. K. (2020). First Case of 2019 Novel Coronavirus in the United States. *New England Journal of Medicine*, 382(10), 929-936.

<https://doi.org/10.1056/nejmoa2001191>

Trilla, A. (2020). Un mundo, una salud: la epidemia por el nuevo coronavirus COVID-19. *Medicina Clínica*, 155(6), 272.
<https://doi.org/10.1016/j.medcli.2020.05.015>

Wu, P., Hao, X., Lau, E. H. Y., Wong, J. Y., Leung, K. S. M., Wu, J. T., Cowling, B. J., & Leung, G. M. (2020). Real-time tentative assessment of the epidemiological characteristics of novel coronavirus infections in Wuhan, China, as at 22 January 2020. *Eurosurveillance*, 25(3), 1-6.
<https://doi.org/10.2807/1560-7917.ES.2020.25.3.200004>