

## Era tan sólo una noticia

Tan sólo una noticia, simplemente una noticia. Parecía tan lejano, tan distante, como si no perteneciese a mi mundo, no era parte de mi realidad.

Cumplía medio siglo y mi celebración iba a ser en grande. Estábamos todos, amigas, amigos, familia. Bailé toda la noche, hasta que ya no pude más. Sentía tanta alegría a mí alrededor, que nunca presentí lo que vendría a ser parte de mi vida.

El 16 de marzo fue el día en que la realidad me golpeó, me di cuenta de que esa noticia, que veía tan lejana, ahora se hacía presente en mi país. Escuché a mis colegas hablar del tema, y sentí en sus palabras angustia, incertidumbre y mucho miedo. Miedo que yo no sentía, pues aunque sabía que era algo grave, no lograba interiorizarlo.

El Rector autorizó el trabajo desde nuestros hogares, un primer gran cambio. La forma de trabajar habitual, normal, ya no servía. Había que comunicarse con los colegas, con los alumnos, a través de una pantalla. Se perdió el ambiente de trabajo, la conversación en el hall con los estudiantes, la rutina diaria.

El primer día en casa, encendí la televisión y solo hablaban del mismo tema, a toda hora, en todos los canales. Entonces mi cerebro hizo lo más sano, se cerró a seguir recibiendo información y me olvidé del tema. Había escuchado que la mortalidad era muy pequeña y no entendía entonces la gravedad de la situación.

Entonces, la llamada de una amiga, me hizo asumir la realidad, el problema no era el porcentaje de mortalidad, sino que no hubiese, al mismo tiempo, muchos contagiados, porque la capacidad hospitalaria iba a colapsar. Ella es española y entendía mejor que nadie el problema.

Temas que solo unos días atrás, nunca habría imaginado, pasaron a desplazar a los míos y ahora mis problemas, ya no eran individuales sino colectivos. Pasé a ser una pieza de una máquina que debía funcionar lo más rápido posible.

Los niños de un hogar funcional, que ya no están con sus amigos y compañeros de colegio, viven en un mundo en el que su principal problema es estar aburrido. Les cambió su mundo, su rutina, era un sueño, pero muy extraño, sus padres estaban todo el día en la casa, pero no tenían tiempo para jugar con ellos, debían trabajar.

Las condiciones para el trabajo a distancia, pasó a ser el gran tema central. Se realizaron encuestas, que arrojaban como resultado, que existía un trabajo compartido en el hogar. Pero la realidad decía otra cosa, muchas mujeres terminaron haciendo trabajo a distancia, con los niños alrededor o con su bebé en brazos. Entonces, pequeños detalles en un principio, crecieron hasta convertirse en gigantes, que impedían que todo fluyera. Algunos académicos no tenían las herramientas, para hacer una clase a distancia y aunque todos eran capaces de aprender, nada era instantáneo.

Muchos estudiantes no tenían un computador propio o incluso muchos no tenían internet en sus casas. Esto también se reproducía en los escolares, quedó en evidencia que existían muchas familias, que no tenían lo que se consideraba normal. Es decir, un computador, internet a un nivel suficiente como una clase a distancia, apoyo de padres capacitados para apoyar en las tareas como algebra, inglés, lenguaje etc.

Se empezaron a evidenciar problemas de una sociedad cada vez más insensible, quedó en evidencia la vulnerabilidad, abandono y poca valoración de los ancianos en nuestro mundo. Escuché noticias de Italia, a los abuelos se les enviaba a morir a sus casas, porque no calificaban para acceder a un respirador mecánico.

Cada día que pasaba, la cantidad de información con respecto al tema aumentaba. Noticias, noticias y más noticias, cada una más preocupante que la anterior, el mundo se caía a pedazos. Me sentía flotando en el mar en calma, esperando la tormenta.

Recordaba que hacía poco, cuando una persona fallecía, una de las mayores dificultades era cómo comunicar a los familiares acerca del deceso. Pero ahora, en los informes diarios, se hablaba del número de fallecidos. La muerte se había convertido en un número, nos olvidamos de que cada número, fue un

ser humano, que quizás formó una familia, que quizás tuvo un oficio, que quizás tuvo sueños, que nunca sabremos si los alcanzó.

Empecé a sentir mucho cansancio, estaba desanimada, hasta que un día amanecí afiebrada. Pero sólo era un estado febril, no tenía fiebre, porque debía superar los 38° y yo tenía 37.5°. Sentí un miedo que no había sentido antes. Entonces busqué los otros síntomas y coincidían, tos, dolor muscular, dificultad para respirar. Entonces pensé lo peor y me puse en el escenario de que estaba contagiada.

Dejé pasar unos días y decidí ir a un médico. Me pidió el examen de Covid-19 y me dio una orden para una radiografía de tórax. Tengo una condición de salud de base, que me predispone a la aspiración de líquidos o partículas de alimentos hacia el pulmón, lo que se traduce en una neumonitis.

Esto ya me había sucedido en el pasado, pero las noticias que llegaban de Italia, de España y del resto del mundo, distorsionaron a tal punto mi visión de la realidad, que no fui capaz de darme cuenta, que era lo mismo que en el pasado.

Empecé a tomar antibióticos, y la recuperación confirmaba el diagnóstico. Pero, aunque ya no tenía fiebre, y los otros síntomas, mi atención aún estaba enfocada en el resultado examen del Covid-19. En un par de días, me llamaron para comunicarme que el resultado era negativo. Pero en ese momento no sentía alegría, sino que un golpe de realidad. Era obvio que el resultado era negativo, y ¿porqué estaba tan preocupada?.

Todas las noticias venían del exterior, de otros países o de otras regiones del país. Pero una noticia me llevó a la realidad, un funcionario de la Universidad, había arrojado positivo al examen de Covid-19. De un momento a otro, me di cuenta, que ese virus no era de otros, había llegado a mi mundo cercano, a mi lugar de trabajo.

Empezó la campaña, quédate en casa. Soy una profesora que tiene una buena relación con los estudiantes. Entonces al ver la irresponsabilidad de muchos jóvenes, pensé que mi cercanía con ellos, podría servir para que la campaña de autocuidado tuviese éxito. Entonces hice un audio y lo repartí entre mis estudiantes y egresados.

Creo que el audio fue una buena forma de hacer consciencia entre mis alumnas y alumnos. Por ello, pensé en ir más lejos, mostrar una imagen que los llevara a reaccionar, y creo que lo logré. No sé porqué, quizás porque internamente algo me decía, que lo que venía era incierto. Al irme de la oficina, el último día que estuve en la universidad, tomé fotos de mi oficina, del hall, los sofás. Soy una académica en situación de discapacidad, y al abandonar la oficina quedó mi silla de ruedas eléctrica en medio de la oficina.

Entonces, me pareció una buena idea, publicar la foto en Facebook e Instagram, con el mensaje que decía "Quédate en casa, hazlo por tus abuelos y enfermos crónicos, yo aprecio mi vida". Era una imagen fuerte la oficina de la profesora, en la que estaba su silla de ruedas, pero no estaba ella. Esa imagen fue compartida en las historias de Instagram por mis estudiantes, creo que se logró mi deseo, hacer consciencia.

Entonces, me llamó el periodista de mi lugar de trabajo, y me pidió, que hiciera un video con el mensaje de "Quédate en casa" para subirlo a Instagram. En un par de días alcanzó casi mil reproducciones y fue compartido 19 veces por mis alumnas y alumnos. Me di cuenta del cariño que me tienen mis estudiantes. Al pasar el tiempo, empecé a sentirme mal anímicamente, para una persona en situación de discapacidad, el efecto de la pandemia es mayor aún.

Las personas en general, ven el mundo de las personas con discapacidad, como algo distante y poco importante, porque no les afecta. Una persona con discapacidad mental, el estrés y encierro, descompensan su estado anímico y emocional. A las personas sordas y a las personas ciegas, los protocolos de autocuidado ante el Covid-19 les afectan fuertemente, porque no se ajustan a su realidad. Muchas personas sordas, leen labios o necesitan un intérprete de lengua de señas, para comunicarse. Sin embargo, una mascarilla tapa los labios y además, pierden contacto con interprete de lengua de señas.

En el caso de personas ciegas, el protocolo les impide utilizar el tacto, tan importante para ellos.

En mi caso y el de muchas otras personas con movilidad reducida en Chile, el encierro nos afecta, tanto físicamente, como anímicamente. Cuando estoy en mi oficina, utilizo una silla de ruedas eléctrica, que me

da la libertad de moverme por la universidad, ir a las oficinas de mis colegas, ir al hall conversar con mis estudiantes. También tengo un baño adaptado para sillas ruedas, lo que me da autonomía.

Pero el estar en mi casa encerrada sin silla eléctrica, no apta para usarse en un espacio tan reducido, significaba que debía estar estática en un sofá, con un computador en mis piernas, por no tener un mobiliario adaptado para mí. Para ir al baño, para sentarme a comer, para pedir agua, para que me acercaran todo, dependía de mi marido. Perdí toda mi autonomía, perdí la continuidad de mi tratamiento kinesiológico, que implicó adquirir una mayor rigidez y, por lo tanto, mayor dolor muscular.

Con el pasar del tiempo, vino toda la frustración, que sentía al ver que tu vida dependía de la responsabilidad de otros, y no la tenían. El ser humano mostraba cuan egoístas podían ser con tal de aprovechar cualquier oportunidad para beneficiarse, subió el precio de las mascarillas, del alcohol gel, de los guantes. Me di cuenta que los antivales siempre están latentes, y se expresan cuando tienen una oportunidad.

Todo lo que veía a mi alrededor, me mostraba cuan pequeños e indefensos somos. Estaba claro el camino, simplemente quedase en casa, pero parecía que el ser humano, no sabía reconocer el camino que conducía a su destrucción.

Empezaron las estrategias del gobierno para lentificar el contagio, y hacerlo más extenso en el tiempo, para que no se produjese un peak de contagios. Se hablaba de aplanar la curva. Pero, por otra parte, se criticaba la capacidad de reaccionar a tiempo.

Se produjeron los primeros fallecidos en Chile, y me di cuenta que cada día que pasaba, amaba más mi vida, porque sentía que la podía perder. Me sentía en medio de un huracán, y veía a través de mi ventana, niños jugando, gente paseando. No entendía porque ellos no se sentían en la tormenta, la vida para ellos seguía igual. Me sentía indefensa, porque no dependía solo de mí, sino de todos.

Era un desafío de la naturaleza, que hacía darme cuenta cuán frágiles e indefensos somos. Pensé que si pasaba todo esto y sobrevivía, iba a contarle a mis nietos, y mis nietas, que fui testigo de la lucha del ser humano por vencer a la naturaleza.

Se produjo cambios importantes en la contaminación del planeta, disminuyó en forma notable. En muchos lugares del mundo, animales salvajes bajaron a la ciudad, porque no había habitantes en las calles, por la cuarentena.

Me sentía muy insegura, ante las decisiones que se tomaban, consideraba que eran importantes, que determinaban mi destino, el de los míos y que no dependían de mí. Pensaba, el hombre, la ciencia que era capaz de resolver los problemas más complejos del universo, y no era capaz de resolver los de la humanidad.

Notaba que en muchos familiares, amigas y amigos, el nivel de miedo se hacía incontrolable. Los paralizaba a tal punto, que no razonaban en forma lógica. Empecé a darme cuenta, que muchos no soportaban el nivel de estrés que les provocaba el encierro y empezaron a desarrollar depresión.

En mi caso, no fue distinto, al pasar tanto tiempo sentada en un mismo lugar y sin respirar aire puro, empecé a tener un descenso en mi ánimo.

Mi silla de ruedas eléctrica estaba en la universidad, en mi oficina. No la habíamos llevado a nuestro departamento, porque pesaba 76 kilos y el espacio era muy pequeño en mi hogar, para usarla. Pero al darnos cuenta de esta situación, mi marido hizo un gran esfuerzo y la trajo. Eso me dio la libertad de moverme por el estacionamiento del edificio y respirar aire exterior.

Entonces mi ánimo subió, y trabajé en las tesis de mis estudiantes de último año, que debían titularse, antes que terminara el semestre.

Empecé a cuestionarme acerca de lo que había hecho con mi vida. Quizás mis clases de dinámica, debieron haber sido acompañadas de conversaciones acerca de la vida. Porque quizás en estos momentos habrían sido más importantes que las materias académicas. Me daba cuenta que, ahora que el mundo se caía a pedazos, el individualismo y el éxito, que es lo que se enseña desde que eres niña, no era lo que el mundo necesitaba para vencer el Covid-19. Lo que se necesitaba era empatía y solidaridad.

Debido a que las personas dejaron de salir a las calles, grandes y pequeñas empresas, empezaron a tener menos ingresos. Lo que provocó que las pequeñas empresas empezaran a bajar sus ingresos, con la consecuencia de la cesantía de trabajadores y trabajadoras. Se promulgó la Ley de Protección al Empleo, sin embargo, el sueldo iba a ser menor y se iba a retirar del seguro de cesantía del trabajador.

La cesantía dejó ver que significaba la pobreza. El ingreso familiar se redujo a tal punto, que muchas familias compraban lo mínimo. Empezaron las ollas comunes y las colectas, para apoyar familias con niños o adultos, que no les alcanzaba para comprar sus medicamentos.

Si bien en un primer momento el Covid-19, atacó a las familias más acomodadas de Santiago, se trasladó rápidamente a sectores de menos recursos. La consigna era, quédate en casa, pero mucha gente tenía que salir a trabajar. Las personas de menos recursos utilizaban los buses y el metro, y el contagio empezó a aumentar.

Se veían contradicciones, que siempre afectaban al más desposeído. Abuelas y abuelos, haciendo largas filas para cobrar su pensión, sin una distancia mínima entre personas, para no contraer el Covid-19. Lo mismo sucedía con los desempleados, para cobrar su seguro de cesantía, hacían largas filas que rodeaban una cuadra, sin ninguna distancia social.

Me di cuenta, que nos estábamos volviendo cada vez más insensibles. Recibíamos información cada día, de cuantas personas estaban contagiadas, de cuantas personas habían fallecido. Pero no se entendía lo que significaban esas cifras, ni lo que debían vivir las personas todos los días. Nos olvidábamos del sufrimiento del que estaba en un hospital, sin poder ver a su familia, del sufrimiento de la familia de la persona fallecida. Nos percibíamos el miedo de una persona que debía ir a trabajar, al subir a una micro llena o al metro, para ellos el quédate en casa no tenía sentido.

Cada vez más, la pandemia me enseñaba la desigualdad que había en Chile, el nivel de abandono de la pobreza. Muchas veces, el balance entre la economía del país y el valor de la vida humana, se inclinaba hacia un bienestar económico para algunos. Me di cuenta que el sentido común, no era común a todos los seres humanos.

La pandemia, también estaba en todas las regiones. Una región muy afectada era la región de la Araucanía. Los papás y una hermana de mi marido, viven en Temuco. Ellos estaban muy preocupados, pues no había conciencia en los ciudadanos, y el número de contagiados subía día a día. Por lo que se decretó cuarentena total.

En Santiago, se seguían haciendo cuarentenas dinámicas, y en base a resultados promisorios, se llamó a una nueva normalidad. Esto significaba abrir el comercio, incluso mall. Esto relajó el enclaustramiento, lo que a futuro fue perjudicial. El nivel de contagio era cada vez mayor, por lo que las cuarentenas dinámicas, demostraron ser ineficientes.

Pero no tomaron en cuenta, que familias numerosas o más de una familia, vivían en casas de 40 m<sup>2</sup>, por lo que era imposible un distanciamiento necesario, para evitar el contagio. Esto significaba que la cuarentena total, no era una solución en todas comunas.

Muchas personas que vivían en una burbuja de bienestar, pudieron ver la realidad, el nivel de pobreza que existía en un número importante de habitantes de Santiago y regiones.

Existían muchas dudas y contradicciones acerca del número de contagiados y fallecidos por Covid-19. Sin embargo, con el tiempo se fueron ajustando los valores, pero cada día eran mayores las cifras.

Toda la información era confusa para mí, se decía que había camas y respiradores mecánicos. Pero otros decían que no. Lo mismo pasaba con los hospitales colapsados. En este momento, la cantidad de contagiados se ha mantenido, pero en un valor bastante alto. Pero la cantidad de fallecidos por día, no descende.

Si tuviese que hacer un resumen, de lo que ha significado esta pandemia en mi vida, diría lo siguiente.

Esta pandemia, me enseñó que la vida es dinámica, que el futuro es incierto. Que no debes confiarte que el futuro será como el ahora. El valor de lo cotidiano aumentó en mí, el añorar mi oficina, la universidad, me enseñó, lo importante que es la rutina diaria.

Lo importante que es para mí ser autónoma, poder desplazarme con mi silla eléctrica por toda a universidad ir a almorzar al casino. El valor de estar cerca de otra persona, no a través de una pantalla. Conversar con mis colegas y estudiantes, dar la mano, recibir un abrazo.

Me di cuenta, que el individualismo te puede llevar a ser una persona exitosa, pero que la empatía y la solidaridad, te lleva a ser más humano. Entendí que para sobrevivir, necesitas de la solidaridad y empatía de los demás. Eso era la base del quédate en casa.

Me di cuenta al ver como creció el precio de las mascarillas, de que los antivales existen, y se expresaban como ambición. El Covid-19 mostró lo poco valorados y el nivel de abandono que tienen los abuelos y abuelas. La pandemia mostró la cantidad de pobreza que existe, y que significa ser una persona, de escasos recursos.

Por último, lo más importante para mí, fue darme cuenta del valor de la vida. Uno ama más su vida, cuando siente que la puede perder.

Nombre: Gilda Esther Espinoza Valenzuela  
Fecha de nacimiento: 13-Marzo-1970  
Dirección: Collao 951 Dpto 507 Concepción  
Celular +56 998430679