

Coronavirus | Los cambios que ha provocado el COVID

M. GONZÁLEZ
VIGO

Están a punto de cumplirse tres años desde que la pandemia provocada por el virus SARS-CoV-2 irrumpiera en nuestras vidas para cambiar por completo la realidad en la que vivíamos, al menos por un tiempo. Porque si bien es cierto que el COVID ha provocado cambios significativos e importantes avances científicos, también lo es que, ya incluso sin la obligatoriedad de usar la mascarilla en el transporte público, muchos parecen haber dejado ya atrás una crisis sanitaria que ha sacudido los cimientos sociales, sanitarios y económicos de nuestro mundo.

Y aunque algunos aprendizajes han quedado interiorizados, también se ha perdido, según algunos expertos, la oportunidad de avanzar o mejorar en otros que ya no funcionaban de forma óptima o en los que la pandemia ha puesto en evidencia sus carencias.

Jesús Gestal, profesor emérito de Medicina Preventiva y Salud Pública, destaca que con la crisis sanitaria desatada por el COVID "nos dimos cuenta de que nuestro Sistema Nacional de Salud, que creíamos que era uno de los mejores del mundo, tenía muchas deficiencias", apunta. "También que debíamos haber seguido los consejos de la OMS en febrero y preparamos para la pandemia (haber hecho acopio de test, mascarillas y otros equipos de protección individual y respiradores), con lo que se habrían podido salvar muchas vidas y evitar que de marzo a mayo se infectasen unos 50.000 sanitarios". No haber llevado a cabo "las mejoras acordadas para la Atención Primaria en abril de 2019 y tener infratada la Salud Pública, con un sistema de vigilancia epidemiológica trasnochado, escasa dotación económica y de recursos humanos y muy alejada de la asistencia sanitaria de las áreas de salud, imposibilitó una respuesta adecuada", dice.

La pandemia también "puso en evidencia la falta de desarrollo de la asistencia sociosanitaria y un sistema de residencias de mayores con muchísimas deficiencias y debilidades, lo que motivó la mortalidad de casi 20.000 mayores ocurrida en las residencias de marzo a mayo de 2020", se lamenta. "Nos dimos cuenta de que no éramos autosuficientes como país en productos básicos para hacer frente a una epidemia, como mascarillas y otros EPI, a pesar de la importancia del sector textil; y en la fabricación de respiradores, de test diagnósticos y vacunas". En este sentido confía "que se haya aprendido de los muchos errores cometidos en el modo de enfrentar y gestionar la pandemia, en un principio por desconocimiento del papel de los asintomáticos y de los aerosoles en la transmisión, que llevaron a un mal uso de la mascarilla (solo para los enfermos, e higiénica o quirúrgica en lugar de FFP2)". También destaca "el empecinamiento de la OMS en que la transmisión era exclusivamente por gotas cuando toda la ciencia y las evidencias indicaban que la transmisión era fundamentalmente por aerosoles", además de "esa absurda insistencia en la desinfección ambiental y de superficies o la de cerrar los parques, mucho

más seguros que los domicilios para evitar la transmisión".

Gestal destaca "el desarrollo de las vacunas de RNA-mensajero" como "el avance más importante en la ciencia que ha traído la pandemia". Una "revolución también en el tratamiento del cáncer y de otras muchas enfermedades". "Realmente ya se habían desarrollado en 2003, para hacer frente al SARS, pero al dejar de circular el virus en junio, no se pudieron llevar a cabo los ensayos clínicos en humanos. Por eso, en enero de 2020, en cuanto se secuenció el genoma del SARS-CoV-2, ya se comenzaron a preparar las vacunas de RNAm".

Por otra parte, celebra la puesta en marcha de algunas medidas como la creación de la "Agencia Estatal de Salud Pública, que mejorará la vigilancia epidemiológica, con criterios de "Una Salud" (recogiendo información no solo de problemas de salud humanos sino también de los animales y del ambiente, pues la mayoría de las enfermedades infecciosas emergentes son zoonosis), y nos ayudará en la preparación para futuras pandemias", aunque también advierte de los asuntos pendientes como "corregir cuanto antes las deficiencias de nuestro Sistema Nacional de Salud, llevar a cabo una reforma adecuada del sistema de residencias de mayores, desarrollar la atención sociosanitaria y determinar aquello en lo que tenemos que ser autosuficientes como país y poner en marcha las medidas necesarias para llevarlo a la práctica".

"Existe mucho temor a que cuando esto termine, ya está muy próximo, los problemas del día a día hagan olvidar resolver las importantes deficiencias detectadas durante la pandemia", advierte.

La doctora **María del Mar Tomás Carmona**, microbióloga del Hospital de A Coruña, investigadora del Instituto de Investigación Biomédica (INIBIC) y portavoz de la Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica (SEIMC), también destaca que las vacunas de ARNm "han supuesto una revolución y, de hecho, quieren aplicarlas a enfermedades como el ébola, la gripe e, incluso, el cáncer". Subraya que "las vacunas han hecho que podamos tener una inmunidad híbrida y eso nos ha hecho más fuertes frente a las variantes que han ido surgiendo". De este modo, afirma que "la ciencia es clave, nos ha salvado" y destaca "lo rápido que ha sido". "Los



Tres años de luces y sombras

A punto de cumplirse el tercer aniversario de la pandemia, expertos reflexionan sobre los cambios que el COVID ha provocado en la sociedad y sobre las asignaturas que han quedado pendientes tras pasar por una crisis sanitaria de tales dimensiones

trámites burocráticos se han acelerado porque muchas técnicas diagnósticas, de tratamiento o incluso preventivas tardan mucho en llegar a la población, pero en este caso se ha adelantado esta burocracia para llegar antes y esto nos ha permitido que estemos en una situación mejor".

También subraya que "han aparecido herramientas de control epidemiológico muy fuertes, como la secuenciación, ya no solo en muestras humanas, también en aguas residuales, que han hecho que podamos tener un control mayor de patógenos que puedan provocar un riesgo sanitario y eso nos ha preparado para próximas pandemias, aunque eso no quiere decir que no vayan a ocurrir, pero sí que pueden tener un impacto menor".

Afirma que "en diagnóstico también se ha evolucionado muchísimo

en herramientas que eran muy innovadoras, como el CRISPR-Cas". "Ha habido una expansión de técnicas moleculares rápidas, baratas, que se van a implantar seguramente muy pronto en cualquier centro de salud y en auto-diagnósticos", apunta.

En el campo de la medicina, **Javier de la Fuente**, jefe del servicio de Medicina Interna en el Hospital Ribera Poviá, destaca "la implicación ciudadana en el control de la pandemia": "Hubo una respuesta, en general, muy buena de la población en los confinamientos y fue clave en su rápido control".

La pandemia, para el doctor De la Fuente, nos hizo aprender "que estamos sometidos a riesgos, que el riesgo cero no existe, y creo que todo el mundo lo ha incorporado a sus hábitos de vida; hemos aprendido cómo medidas simples y sencillas, como el lavado de

manos, la distancia social o la mascarilla, son eficaces a la hora de combatir la diseminación y la transmisión de infecciones".

"Los internistas hemos sido una de las especialidades clave" en esta crisis sanitaria", afirma, y destaca la importancia de otras como "urgencias, UCI o neumología", además de poner en valor "el trabajo en equipo": "Es muy bueno porque nos obliga a pensar que las decisiones que tomamos tienen incidencia en otros equipos". Destaca también "el valor de la vacunación" como una de las herramientas clave para afrontar, si fuera necesario, una nueva pandemia. "Se hicieron muy tarde los confinamientos, aunque asegura que "fueron muy prolongados": "Una vez que se conoce el curso de la enfermedad, no se puede tener a la población tres meses sometida a un control de



JESÚS GESTAL
EPIDEMIÓLOGO

"El desarrollo de vacunas RNA-m son el avance más importante de la ciencia en la pandemia"



Mª MAR TOMÁS CARMONA
MICROBIÓLOGA

"Han aparecido herramientas de control epidemiológico muy fuertes"



DIANA RODRÍGUEZ
PSICÓLOGA

"Si volvemos a pasar otra pandemia muchos recursos ya los hemos adquirido y aprendido"



DANIEL NOVOA
PSICÓLOGO

"La psicología aplicada a la vida cotidiana sigue siendo algo que echo en falta"

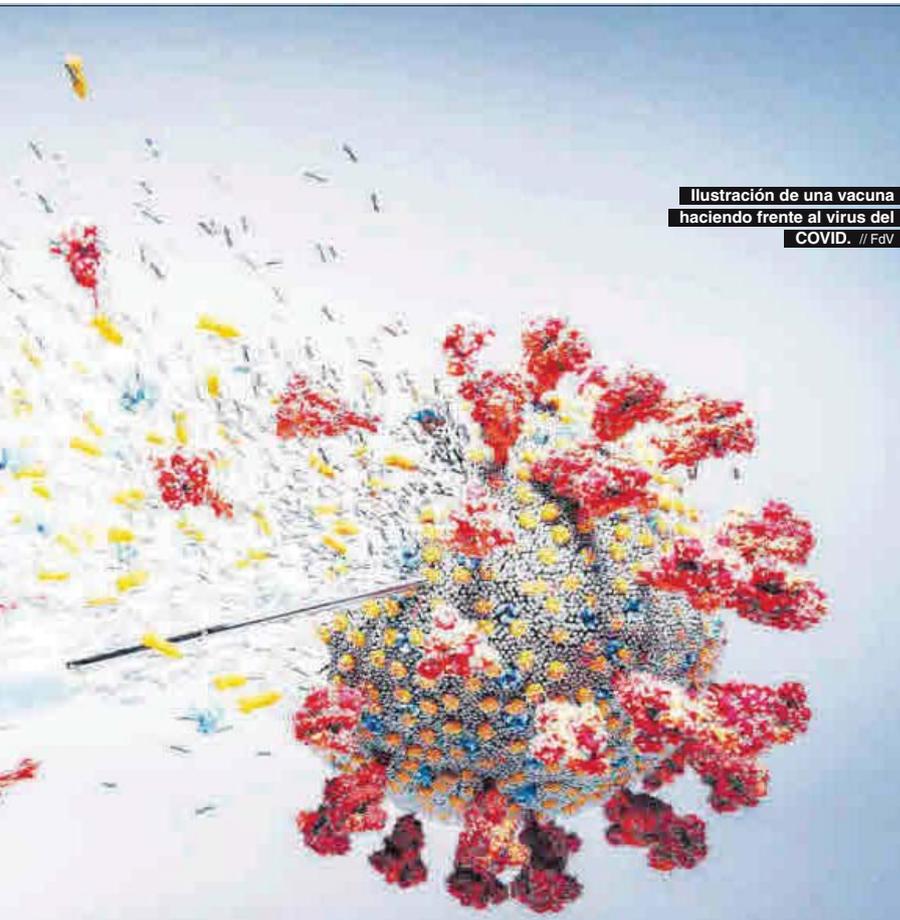


Ilustración de una vacuna haciendo frente al virus del COVID. // FdV

movimientos. Uno de los grandes aprendizajes es la capacidad de innovación que se tiene ahora en medicina, para aislar y diagnosticar los virus”.

Así, apuesta por “una planificación adecuada de los recursos sanitarios teniendo en cuenta las prestaciones y la edad que tienen los pacientes”. Sobre la telemedicina, afirma que “no puede basarse todo en ese modelo”, pero también es importante “que la gente sepa hacer un uso racional de los recursos”.

Desde el punto de vista psicológico, **Daniel Novoa** subraya que la pandemia “obligó a parar a un porcentaje de población importante que, por diferentes motivos, se había acostumbrado a vivir estresado, dejando de lado algo tan importante como la calma, la relajación e incluso el aburrimiento”.

Sobre si la población ha sabido

aprovechar la oportunidad para salir más reforzada tras esta crisis, Novoa se muestra crítico: “Creo que el cambio ha sido menos de lo esperado. No tengo la sensación de que haya habido grandes aprendizajes, salvo los de valorar más la sanidad pública y volver a ver cómo los políticos no suelen estar a la altura”.

Sí considera, en cambio, que de tener que volver a vivir una crisis similar la sociedad ha sabido generar estrategias para hacerle frente. “Ya no sería algo nuevo y siempre puedes volver a utilizar las estrategias que te funcionaron la primera vez”. De este modo, asegura que una de las cosas en las que sí hemos mejorado es en “resiliencia”.

En cuanto a las asignaturas pendientes, afirma que “la psicología aplicada para vida cotidiana sigue siendo algo que echo en falta muchísimo y si-

que dejándose fuera de la educación obligatoria”. En este contexto, pone el foco en las consecuencias de la pandemia en “los estudiantes a los que les cogió en medio de la adolescencia”. “Han tenido que sufrir las consecuencias de una bajada importante a nivel académico, además de no poder relacionarse de forma personal con sus iguales. Esto ha tenido dos consecuencias: se ha complicado lo académico más bruscamente de lo que debería haber sido debido al bajón y vuelta al nivel necesario; y unido a no poder desarrollarse de forma normal en el ámbito social, se pierden elementos de descarga y regulación emocional”.

Diana Rodríguez, también psicóloga, destaca que “cuando hago un recorrido en la línea de vida de las personas que atiendo y llegamos al confinamiento, la mayoría lo recuerda como

algo positivo, tanto niños como mayores: poder estar tiempo juntos, replantearse proyectos personales o profesionales, poner fin a relaciones tóxicas, descansar, retomar viejas amistades...”.

Fue en la desescalada cuando encontró mayores problemas. “Experimentamos una castración de nuestra libertad, emocionalmente es insostenible que nos despojen de uno de nuestros derechos básicos, sumado al estrés de la limpieza, protección, peligro, miedo a la enfermedad y a la muerte...”, enumera. Según su experiencia, los más afectados fueron “las personas que perdieron algún familiar o amigo durante el confinamiento; personas con trauma previo, que han acumulado malestar y la pandemia y pospandemia se ha sumado generando sintomatología ansiosa y depresiva; gente extrovertida, dueños de pequeños negocios, menores con necesidades de apoyo educativo o los adolescentes, que han visto mermada su relación social”.

En su análisis, Rodríguez afirma que “como sociedad necesitaremos unos años más para ver las consecuencias a nivel grupal de esta etapa tan complicada”, pero a nivel individual y familiar “hemos aprendido a organizarnos, a gestionarlo emocionalmente, mantener unas rutinas...”. “Todo ello ha quedado instaurado en nuestra memoria y si desgraciadamente volvemos a pasar otra pandemia muchos recursos ya los hemos aprendido y adquirido”, afirma.

“El respeto y la tolerancia a otros puntos de vista, la crítica constructiva y la cohesión grupal como comunidad” son, según la psicóloga, puntos que quedan pendientes.

José Durán, sociólogo y profesor en la Universidad de Vigo, también habla sobre los efectos de la pandemia en la sociedad. “Mucha gente se ha acostumbrado a hablar diciendo “eso fue antes de la pandemia”, lo que significa que sí que ha establecido una fisura entre un antes y un después, al menos al nivel de que ha habido una experiencia de por medio que, de alguna manera, ha marcado la vida de las personas”, afirma. “Ahora bien, ¿de qué modo lo ha marcado? ¿Eso significa que hemos cambiado nuestra manera de ver las cosas, nuestra manera de relacionarnos?”, se pregunta. “Yo creo que no demasiado, no percibo un cambio en ese sentido muy importante, desgraciadamente”.

“Uno sale fuerte de las situaciones cuando lo hace con confianza, pero ¿en qué confiamos ahora más respecto al momento anterior?”, cuestiona. “No se han generado grandes confianzas y es una pena que hayamos perdido una gran oportunidad para hacerlo”, se lamenta.

“Podríamos haber aprendido relativamente lo que es menos importante y a darle más importancia a lo que sí lo es. Podríamos haber desarrollado lazos entre nosotros y ver hasta qué punto la pandemia la hemos solucionado en función a que teníamos un sistema de salud fuerte, por ejemplo; valorar aquello que tenemos, criticando, dentro de ese contexto, aquello que podemos mejorar. Pero, sinceramente, no veo que hayamos dado ese paso adelante”, insiste.

“Tiene que haber una catarsis, una reflexión de un colectivo para ver cómo

salimos de esto y, una vez lograda la salida, valorar qué nos ha permitido salir para no volver a caer. Esas son las grandes reflexiones; pero, si no se hacen, volvemos a caer en lo mismo, nos olvidamos. Perdemos la memoria y la memoria hay que reactivarla en los espacios de convivencia de la gente”, afirma.

En cuanto a esa afirmación tan repetida de que saldríamos más reforzados de esta crisis, Durán no opina lo mismo: “Arrastramos un problema de falta de confianza como colectivo”. “No hay posibilidad de sacar conclusiones positivas”, añade. “El contexto social en el que estamos, de tanta aceleración, de tanto cambio, hace que no tengamos ni tiempo de pensar en lo que nos ha ocurrido”.

Por su parte, **Ana González Neira**, profesora titular de la Facultad de Ciencias de la Comunicación de la UDC (A Coruña) y periodista, afirma que “la comunicación de crisis que se ha llevado a cabo por parte de las instituciones, a todos los niveles, no ha sido la adecuada”. Para Neira, “no ha sido lo suficientemente eficaz y transparente, por lo que, al final, no generó confianza”. “Es verdad que en los primeros meses sí que había un seguimiento y bastante confianza en lo que nos iban transmitiendo, pero a partir del mes de mayo/junio de 2020 ya empieza a haber algo de desafección, que va aumentando hasta la actualidad”, analiza. “España es una potencia a nivel mundial en el campo publicitario y en este caso, no se ha sabido comunicar de manera eficaz, rápida y para que la mayor parte de la población supiera en cada momento lo que correspondía”, prosigue.

Tampoco se ha sabido frenar “la desinformación”. “Cualquier crisis lleva consigo múltiples rumores, fuentes... Además, el acceso al mundo digital permite que cualquier persona se ponga a hablar y no eso no se ha sabido frenar”, subraya.

Lo que también puso sobre la mesa la pandemia es que “a los científicos les faltan, en general, habilidades comunicativas”, aunque aquí sí que subraya un factor positivo y es que los medios han dedicado más espacio a los científicos. “Han entrado en la agenda mediática y se han hecho muchas más entrevistas a gente especializada que antes de la pandemia”.

También destaca que los medios de comunicación, salvo excepciones, han sido muy poco críticos en la pandemia. “Ha habido poca labor de investigación [aquí excluye a FARO DE VIGO de esta afirmación] al margen de las versiones oficiales. Se ha tirado de comunicado de prensa o de rueda de prensa y ya está, sin contrastar e interpretar datos”.

“La pandemia no ha alterado o modificado el comportamiento, en general, de las audiencias. El número de telefónicos en España ha aumentado notablemente. Hay una desafección hacia medios audiovisuales tradicionales y esto ocurre también con la radio y la prensa”, constata. Por otra parte, el acceso a la comunicación a través de redes sociales “ofrece acceso a información no contrastada”, y, aunque no ha calado de todo, “sí que se ha generado ese pensamiento de que “la buena información la tienes que buscar en los profesionales”.



JAVIER DE LA FUENTE
MEDICINA INTERNA

“La pandemia nos hizo entender que estamos sometidos a riesgos; que no existe el riesgo cero”



ANA GONZÁLEZ NEIRA
PROFESORA DE F. COMUNICACIÓN

“Ha habido poca labor de investigación al margen de las versiones oficiales”



JOSÉ DURÁN
SOCIOLOGO

“Arrastramos un problema de falta de confianza como colectivo”