



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA
DE SALUD

MEDICINA
UAM
XOCHIMILCO



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA
METROPOLITANA**

**“MÉDICO PANDEMIAL
DE SERVICIO SOCIAL”.
NARRACIONES DE UNA
MÉDICO PASANTE EN
XOCHIMILCO, 2020-
2021.**

**Por: MPSS
TREJO
VALLES
BERENICE.**



Licenciatura: Medicina.

Asesora: Dra. Martínez Salgado Carolina.

ÍNDICE

Introducción.....	3
Capítulo 1. Elección de plaza.....	5
Capítulo 2. Servicio social en pandemia.....	8
2.1 ¿Alguien sabe como llego ahí?.....	9
2.2 ¿Llegamos?	10
Capítulo 3. Mis funciones:.....	12
3.1 Gestión médica.....	13
3.2 Filtro.....	13
3.3 ¡¡¡Quieren matar a mi hijo!!!	14
3.4 Vámonos de campo: campaña antirrábica.....	15
Capítulo 4 Covitario.....	18
4.1 Epidemiología: ¿covitario en el centro de salud?.....	18
4.2 ¡3312, Tenemos un 3312!.....	18
Capítulo 5. Consulta, al fin.	20
5.1 Hablando de ansiedad.....	22
5.2 Módulo de detecciones DOC:	22
5.3 Vasectomías en primer nivel.....	24
5.4 Hablando de escasez.....	25
Capítulo 6 La mitad.....	28
6.1 Ya casi medio año	28
6.2 De regreso, bueno no todos.....	28
Capítulo 7. ¿Home office?.....	31
7.1 Falta de información	31

7.2 Son demasiadas historias	32
7.3 Comorbilidades.	33
7.4 El personal de salud tampoco se salva.....	33
7.5 Miedo a los hospitales.....	34
Capitulo 8. ¿Cambio de jugada? espere ¿Qué?	37
Capítulo 9. San Gregorio Atlapulco.....	40
9.1 Campañas de vacunación Covid-19	42
9.2 Iztapasauria	45
9.3 Otra vez campaña, de regreso a la UAM.....	46
9.4 Choque de ideas: la importancia de la educación sexual	48
9.5 Doctores de resguardo.....	51
9.6 Recta final y la meta	53
Anexos:	54
Referencias:	57

INTRODUCCIÓN

Los relatos que a continuación se describen se desarrollan en la alcaldía de Xochimilco que de acuerdo, con datos del INEGI, cuenta con una población de 442 178 habitantes que en su mayoría son hombres (INEGI, 2020). En esta alcaldía se ubican 14 pueblos originarios y 17 barrios. Es un lugar cuyos orígenes datan de la época prehispánica, cuyos habitantes se establecieron en el siglo X. De su historia más reciente puede señalarse que no es si no hasta el año 1929 cuando es considerada una de las 16 delegaciones políticas de la hoy Ciudad de México. Su nombre significa tierra de las flores, y se conoce a esta hoy alcaldía por sus ya famosas trajineras y la increíble naturaleza que la rodea, un lugar lleno de tradiciones y cultura, en el que cada año se celebran más de 400 fiestas patronales. En cuanto a sus tradiciones, es impresionante ver como esta comunidad en su gran mayoría tienen una gran devoción y fe, esto lo podemos ver ejemplificado al conocer la historia del NiñoPa (CDMX, 2020), de quien hablaremos más adelante. La mayoría, o por lo menos yo, solo conocía una parte de Xochimilco, la más céntrica y turística, pero a través de esta experiencia pude conocer más allá que solo la primera capa.

En este trabajo me he propuesto comunicar mi experiencia en dos centros de salud (CS TII SAN MATEO XALPA Y CSTII SAN GREGORIO ATLAPULCO) de esta alcaldía, así como el área de epidemiología (CS TIII XOCHIMILCO) a través de mi servicio social al ser medico pasante, con la finalidad no solo de contarles mi experiencia, sino de abordar algunos aspectos de la comunicación medico paciente por distintos medios, tanto en la consulta presencial como en el contacto vía telefónica.

Pero ¿por qué escoger hacer este trabajo a través de la Medicina Narrativa? La Medicina Narrativa o medicina basada en narraciones es un movimiento que empezó en Estados Unidos y se difundió en otros países; introduce en la formación de profesionales de la salud una renovada sensibilidad hacia las historias de los pacientes que se considera puede mejorar el desempeño clínico de los médicos (Carrió, 2007). Al leer un poco más sobre esto me di cuenta de la importancia que tiene para el desarrollo de la empatía, la importancia que le debemos de dar a cada historia, ya que, al entablar una buena relación

con los pacientes, además de facilitar la consulta y dar una mejor calidad de la atención, podemos llegar a un mejor tratamiento y ayudar a un mejor apego a este.

Desafortunadamente, a través de la carrera o por lo menos a mí, a título personal- no me tocó que se abarcara la Medicina Narrativa, ya que se le daba mayor peso a la estructura de un proyecto de investigación, lo cual tiene una gran importancia, pero en cierto modo, al ser más formal por así decirlo, se pierde un poco de esa esencia de la empatía con los pacientes, que en lo personal creo que es una de las bases más importantes para realizar nuestro objetivo: ayudar a los otros a través de una consulta y tener un trato más personal y humanizado con nuestros pacientes (Martínez, 2015).

CAPÍTULO 1. ELECCIÓN DE PLAZA

Por dónde empezar. Al terminar el internado tuve una sensación un poco extraña, era más como una inmersión en la incertidumbre, no había sido un internado como lo había pensado, la verdad es que fue mejor de lo que esperaba, con todo y que a tres meses de terminar una pandemia llegó y al parecer no tiene planeado irse. Pero ese es otro asunto. Al terminar con el internado había muchas dudas sobre la plaza a elegir para el servicio social, todo era rumores, nadie sabía cuántas había, fechas, y lo más importante: donde quedaban esas plazas.

El día llegó, al fin nos informaron cuales eran y cuantos lugares había en cada una. En definitiva, no eran las que yo esperaba, pero había una que era la ideal, cerca de mi casa, ya conocía esa clínica, cómo no conocerla si desde los seis años me llevaban ahí. Las demás no las había considerado, siendo que yo vivo en el noroeste de la ciudad y la UAM está en el sur, y la mayoría de mis compañeros de generación viven por esa zona, no creí que eligieran esa clínica. Pero las cosas nunca salen como lo planeas.

Ese día se nos indicó ir a la UAM a elegir cual sería la plaza en la que pasaría un año de mi vida, donde terminaría una parte de mi formación como médico. ¿Y recuerdan cuando dije que no todo sale como lo planeas? pues en efecto, ese día alguien más tomó la plaza en la que ya había pensado y en la que según yo nadie estaba interesado, por aquello de la distancia. Después de eso no me quedó más remedio que buscar otra opción. Una ventaja es que siempre trato de tener un plan B, así que ya había investigado sobre casi todas las otras plazas, distancia, ubicación y sobre todo rutas. Cuando al fin me tocó pasar, escogí una plaza que en definitiva cerca no estaba, pero era eso, o Chalco, y esa no era una opción para mí. Así fue como termine en Xochimilco, en un lugar que ni en bromas pensé que estaría, pero al menos era rotatorio y esa idea me emocionaba, en especial por rotar cuatro meses por el Hospital Pediátrico de Xochimilco. Es un hospital que ya había visitado antes en la carrera, aunque solo el área de pacientes con quemaduras, pero me había gustado bastante y me entusiasmaba volver ahí, sobre todo porque aún tenía dudas si en lo que quería especializarme era en pediatría o en algo más, y considerando que mi rotación por ginecología y obstetricia durante el internado nunca llegó por la pandemia, consideré que sería una buena opción, porque en este

hospital también se atienden partos, sólo una parte de esa especialidad, pero ya era algo. Además, sabía dónde se ubicaba y cómo transportarme hasta ese hospital.

Lo que se veía un poco complicado era imaginar cómo llegar a los otros dos centros de salud, en especial porque la referencia más cercana que me daba internet de uno de ellos mencionaba una carretera que en mi vida había escuchado nombrar: "Topilejo". Eso sonaba bastante lejos, porque además al checar en el buscador, se mencionaba que estaba cerca de una de las salidas hacia Cuernavaca. Al buscar el otro centro de salud parecía aún más lejano, y aunque aún no sabía ni cómo llegar ni lo que iba a pasar, me alegraba la idea de volver a rotar en un hospital, sobre todo en uno que tuviera la especialidad de pediatría.

Aún faltaba un mes para entrar al servicio y algunos pasantes que había conocido en el internado me dieron algunos consejos antes de iniciar, como que repasara fármacos, algunas patologías de primer nivel sobre todo enfermedades crónico degenerativas, y que dejara un poco de lado algunos procedimientos quirúrgicos que, a pesar de que son importantes, en primer nivel por obvias razones no lo iba a poder llevarlos a cabo; me sugirieron que me enfocara en todo lo referente a la salud preventiva y en efecto, tenían razón, al final del día muchas veces nos enfocamos más en el mejor tratamiento de tal patología y no recordamos que se pudo haber evitado si tan solo hubiéramos difundido la prevención. Así que me di a la tarea de repasar en ese mes las cosas que de repente podríamos considerar como básicas, aunque para ser sinceras, a mi algunas ya se me habían olvidado. Pero creo que eso nos suele pasar a todos, o eso quiero pensar, nos emocionamos al tratar de aprendernos los procedimientos quirúrgicos y manejos intrahospitalarios y dejamos de lado lo demás, así que decidí resolverlo, hacer caso a eso consejos y repasar lo que pudiera.

Una semana aproximadamente antes de entrar al centro de salud tuve que ir a entregar todos mis documentos, hacer trámites y algo muy importante, ver el pago de la beca, seguro social y resolver una que otra duda, como averiguar que día teníamos que presentarnos a la jurisdicción de Xochimilco para recibir indicaciones. Algunos de mis compañeros me preguntaban si ya sabía dónde rentar o si había visto departamentos o cuartos para rentar y no hacerme dos horas de camino. Sinceramente, yo no había

pensado en eso, o tal vez solo estaba posponiendo la idea de pensar cómo me iba a trasladar hasta allá o si quería rentar algo y evitar todo el trayecto. Prefería no pensar en eso.

Y al fin llego el día de presentarme a la jurisdicción. Fue algo inusual, desde conocer quién sería nuestro jefe de enseñanza hasta la preparación un poco extraña, o al menos diferente a lo habitual que tenían planeada.

CAPITULO 2. SERVICIO SOCIAL EN PANDEMIA.

El día llego y ahí estaba yo como siempre, corriendo por no calcular bien los tiempos fea costumbre que prometo corregir y ya estoy corrigiendo- en el centro de Salud de Xochimilco, para ser exactos, en el área de la jurisdicción ubicada en Benito Juárez, El Rosario, Xochimilco, 16070 Ciudad de México, CDMX (Secretaría de Salud de la Ciudad de México, s.f.).

Me alegraba la idea de conocer algo más que las trajineras en Xochimilco, la cuales son una bonita experiencia con una historia interesante. Esta data de 1352, cuando se fundó Xochimilco y se construyeron las tan ya conocidas chinampas, que son porciones de tierra colocadas sobre raíces de ahuejotes las cuales eran empleadas para siembra de algunas legumbres y flores; entre ellas hay canales que se utilizaban para transportar alimentos o mercancía en canoas, que después darían un giro, cuando en 1910 aproximadamente los habitantes de Xochimilco, al ver su potencial turístico, iniciaron la construcción de sus embarcaderos (Embarcadero de las Flores Nativitas, s.f.) y hoy todos conocemos el gran éxito de las trajineras y su atractivo turístico. Contar este pequeño breviarío cultural también tiene como objetivo que aquella personan que lea estas experiencias se dé una idea y pueda imaginar el escenario en el que se desarrolló esta aventura, que es como me gusta llamarla, de una pasante en una pandemia en Xochimilco.

Me alegraba que al llegar ahí estarían algunos de mis amigos que no había visto desde que habíamos elegido plaza, me tranquilizaba un poco la idea de saber que al menos conocía a alguien que estaba en la misma situación que yo: con dudas y temor de como acoplarnos a un servicio social en pandemia, y que nadie sabía que esperar.

La indicación para todos fue: pasen al auditorio, todos entramos a el auditorio y desde ahí volví a recordar cómo todo había cambiado, por ejemplo, no nos podíamos sentar uno a lado del otro por aquello de la “sana distancia” así que había un poco de cinta canela entre asientos, algo que yo ya no recordaba porque había estado un mes en casa en el que literalmente solo salía al super, lo que me tomaba menos de media hora. Recordar que nadie se podía sentar a lado de nadie, aunque sonara algo absurdo, era un detalle que en cualquier otro momento prepandemia nunca habría ocurrido. En fin,

así fue como se presentó con todos nosotros la jefa de enseñanza. A algunos les tomó por sorpresa que no fuera médico, a mí no me importó mucho, yo estaba más concentrada en cómo iba a llegar a mi centro de salud si a el centro de Xochimilco me había tomado dos horas llegar. Al entrar ella nos dio la bienvenida. Se veía bastante amable al explicarnos quienes eran los directores de nuestras unidades, los programas que cada una manejaba y, sobre todo, informarnos que nos daría un pequeño curso de inducción para no enviarnos inmediatamente al ruedo.

Al igual que como en todo curso nuevo nos hizo presentarnos a cada uno y decir cuál era nuestra carrera, ya que había pasantes de odontología y medicina. Nos presentó a varios doctores y los programas que ellos manejaban. Nos dio una breve explicación de cada centro de salud, si era un “TI, TII o TIII” que antes de eso nunca hubiera distinguido, porque no me había percatado de que cada centro de salud tenía un significado distinto, incluso que algunos tenían rayos x y otros tenían otras unidades dentro de ellos (Secretaría de Salud de la Ciudad de México, s.f.). Nos habló de toda la papelería que teníamos que manejar en cada consulta, que afortunadamente ya conocía por el internado y mi rotación en medicina familiar en un centro de salud. Después de cada día, al final de cada sesión y antes de retirarnos, la jefa de enseñanza nos daba una especie de “momento de reflexión y relajación” lo cual era bastante inusual, pero no estaba mal, era raro pero relajante. Fueron aproximadamente dos semanas de curso de inducción y ya que me estaba acoplando, se nos dio la indicación de que la próxima semana iniciaríamos formalmente nuestro servicio social.

2.1 ¿ALGUIEN SABE COMO LLEGO AHÍ?

Llegó el día. Era lunes por la mañana, demasiado temprano para alguien cuyo horario era a partir de las 8 de la mañana. En esa ocasión, mi día empezó a las 5 am. Desperté, desayuné algo ligero e inicié el largo trayecto que me esperaba. La ventaja de tener que ir a lugares que están al otro extremo de la ciudad es que puedes conocer lugares nuevos, personas, tradiciones, etc....

Por ejemplo, yo no sabía que existía una tradición acerca de “el NiñoPa”, niño dios católico al cual se le hace toda una festividad llena de costumbres. Al encargado de cuidar del NiñoPa se le denomina mayordomo y él nombra a nueve funcionarios

encargados de la realización de una celebración llamada “los posaderos”, que se encargan de las posadas que se le deben realizar a el NiñoPa (UNAM, 2013).

Algunos doctores del centro de salud nos comentaron que esta festividad la realizaban todos los años e incluso cerraban las calles y que, si te encontrabas del otro lado de la calle, tenías que esperar a que terminaran de pasar las personas que iban pasando a modo de un pequeño desfile. Esta costumbre ya tenía tanto tiempo que las personas la respetaban, e incluso uno de los doctores de la jurisdicción nos comentó que si nos llegaba a pasar solo le avisáramos que íbamos a llegar tarde y él no tenía problema. Datos interesantes que aprendes.

Después de cruzar toda la ciudad, llegué al fin al deportivo de Xochimilco Francisco Goitia S/N, Xochimilco, 16095 Ciudad de México, CDMX que, en definitiva, no era el final de mi destino. De ahí tenía que tomar un microbús o un taxi para llegar a mi centro de salud. Ese día tomé un taxi y el trayecto fue un poco desconcertante. Al salir del deportivo empezó a avanzar por una enorme pendiente la cual después me entere que se llamaba “la cañada”, después de esa enorme subida llegamos a lo que parecía ser el centro de la comunidad de San Mateo Xalpa ubicado en Carretera Xochimilco-Topilejo s/n, entre Matamoros y Cuauhtémoc #255. Col. San Mateo Xalpa. 16800 (Secretaría de Salud de la Ciudad de México, s.f.). Me sorprendió un poco, porque después de la manera en la que llegué creí que no habría ni siquiera una tienda cerca, pero resultó lo contrario, era como una versión pequeña del centro de Xochimilco, con tiendas, farmacias, pizzerías y todo, y claro, como es de suponerse, con su pequeña iglesia en el centro, aunque no parecía una distribución geográfica común ya que la comunidad seguía teniendo varias subidas y parecía que todo estaba en una pendiente.

2.2 ¿LLEGAMOS?

Y después de casi dos horas de camino llegué a lo que sería mi lugar de “trabajo”, por así decirlo, por seis meses, el “CS TII SAN MATEO XALPA”. Hablaré un poco de este lugar.

San Mateo Xalpa es uno de los 14 pueblos pertenecientes a Xochimilco y está ubicado entre otros dos pueblos, Santiago Tepalcatlalpan y San Lucas Xochimanca. Fue fundado en 1542. Entre sus características, una que llama la atención es que carece de un

servicio regular de agua potable, al igual que tiene una deficiente red de drenaje, lo cual hacía que el panorama fuera un poco desolador. Pero no todo es malo en esta comunidad, ya que cuenta con áreas culturales y deportivas como el foro cultural Quetzalcóatl, 17 bibliotecas y algo también reconfortante es que aquí hay un buen sistema de transporte que conecta con diferentes rutas hacia distintas zonas de Xochimilco (Ayala, 2012). Este sería el lugar en el que pasaría medio año, parecía ser algo pequeño pero lindo, tenía hasta un área de ejercicio, por el momento clausurado por aquello de “pandemia, COVID y sana distancia”.

Entré y busqué a mis compañeras que también eran pasantes para dirigirnos juntas a presentarnos con la directora y empezar ya formalmente y de una vez el tan mencionado servicio social. No lo voy a negar, estaba impaciente de saber cuáles serían mis funciones porque no es lo mismo que te platicuen sobre algo que vivirlo por experiencia propia. Así fue como al dirigirnos a la oficina de la directora, nos recibió una doctora muy linda y amable de la cual me gustaría hablar después, ya que en definitiva hizo mi estancia ahí más agradable. Nos comentaron que la directora se encontraba de vacaciones, pero el encargado de darnos un “tour” por el centro de salud sería el administrador y la doctora encargada del área de epidemiología.

Así fue como empezamos. Esto no era lo que esperaba, nadie me había dicho que yo sería médico pandemial de servicio social, fue algo desconcertante. Después de llegar al centro de salud mis expectativas cambiaron totalmente. Al recibirnos y antes de que nos dieran el pequeño "tour", lo primero que nos preguntaron fue: ¿careta o googles?, una pregunta que en cualquier otro momento hubiera sido inusual, pero en pandemia ya no me sorprendía. Así fue como ni diez minutos habían pasado cuando ya tenía una careta en la mano. Después de ese evento peculiar me dieron el recorrido por lo que sería mi lugar de estancia por los próximos seis meses, me explicaron mis funciones y de nuevo pensé que esto no era lo que esperaba, pero a esta altura ya no es novedad.

CAPÍTULO 3. MIS FUNCIONES:

Al explicarme mis funciones, sólo quedé más confundida. Estaba preparada para que me dijeran que me iba a tocar estar en un consultorio atendiendo pacientes, o al menos eso me habían dicho algunos compañeros, pero lo que me dijeron que haría fue prácticamente estar en la puerta. Sí, estar en la puerta siendo filtro, o, mejor dicho, solo dando gel y tomando saturación y temperatura, una actividad que no pensé tener, pero traté de ver el lado bueno e intentar aprender, aunque lo cierto es que gran aprendizaje no fue. Traté de ocupar ese tiempo muerto, por así decirlo, para estudiar, ya que en mis planes estaba presentar mi examen para la residencia, el tan temible ENARM. Pero esa es otra historia y no quiero desviarme del tema.

También me dijeron que rotaría por gestión médica y epidemiología, lo cual me angustiaba un poco ya que a pesar de que la doctora encargada de esa área parecía muy amable, nos había comentado que al rotar con ella y por la situación que estábamos viviendo la tendríamos que apoyar en todo el trabajo que tenía que hacer, y no era eso lo que me preocupaba, sino que me tenía un poco asustada que entre las tantas cosas en las que la podíamos apoyar estaba la toma de muestras PCR para SARS-COV 2. Sí, para detectar ese temido bicho que había puesto todo de cabeza e iniciado una pandemia. La prueba se tenía que tomar de la siguiente manera: antes de iniciar el procedimiento se deben de etiquetar los tubos de muestra para evitar algún error con la muestra, también se debe contar con el adecuado equipo de protección por ser un procedimiento de alto riesgo de contagio, después se le dan las indicaciones al paciente y se le explica el procedimiento, y entonces se procede a tomar la muestra en la que se inserta el hisopo por una de las fosas nasales inclinando la cabeza hacia atrás para facilitar el procedimiento, ya que el objetivo es obtener células superficiales del epitelio respiratorio que puedan presentar el virus. Se gira levemente el hisopo, se retira y se introduce en el tubo que etiquetamos anteriormente. Algo similar ocurre para la toma de muestra faríngea, con otro hisopo que se introduce a la cavidad oral y lo que se busca, al igual que en la primera muestra, es hacer un leve raspado y obtener una muestra de la faringe (Morales et al, 2020). Se toman así una muestra tras otra, lo cual no me entusiasmaba y no, por el momento, la consulta general no sería una de mis funciones.

3.1 GESTIÓN MÉDICA

La primera función que se me encargó fue estar en el área de gestión médica. No estaba muy informada de cómo se hacía o qué se hacía. Por fortuna para mí, la doctora encargada de esa área era la que nos había recibido y que con toda amabilidad nos había explicado todo y nos había presentado al personal, la Dra. Gines. En esta ocasión, me explicó las funciones que ella hacía y todo el trabajo que desempeñaba, así como en qué la podía apoyar. Se trataba básicamente de checar que todos hicieran las cosas de la manera correcta, de acuerdo con las normas oficiales mexicanas y los comunicados expedidos por la Secretaría de Salud, desde el lavado de manos hasta el orden exacto de las notas médicas y los expedientes. Lo encontré bastante entretenido, ya que podía checar como era la consulta de cada médico que se encontraba en el centro de salud antes de rotar con ellos, ver cuáles eran las patologías más frecuentes e incluso el tipo de población. La verdad, me gusto más de lo que esperaba ya que aprendí varios de los formatos que se tenían que llenar en cada consulta, que son bastantes, y la manera correcta de llenarlos, además de que la doctora hacía más amena la estancia y esas 6 horas pasaban muy rápido.

3.2 FILTRO

Hablaré ahora de una parte no tan agradable. Como ya lo había mencionado, otro lugar por el que tenía que rotar era filtro, algo que nunca hubiera pensado que sería una de mis funciones de pasante. Describirlo es algo inusual, básicamente mis actividades ahí eran tomar la temperatura, medir saturación de oxígeno y preguntar sintomatología: fiebre, tos, disnea, cefalea, diarrea, odinofagia o rinorrea (Centro de Prevención y Control de Enfermedades, 2021). La tarea no era muy entretenida y después de dos días se volvió bastante monótona, ya que no había muchas personas que fueran al centro de salud. Pero traté de tener una buena actitud y, como antes dije, utilizaba ese tiempo para leer o buscar información sobre algún tema que me interesara o para estudiar, así que después de todo no era tan malo. O eso pensaba hasta que la histeria de las personas se hizo presente.

3.3 ¡¡¡QUIEREN MATAR A MI HIJO!!!

Sé que este título suena muy alarmante, pero como todo en esta pandemia, hubo un poco de caos y pánico, como mostraré con esta anécdota sobre lo que en realidad puede hacer el pánico con una persona. Describiré los hechos. Todo empezó como un día normal en el filtro, tomando temperatura, preguntando, etcétera, con el extra de que se iniciaba la campaña de vacunación contra influenza. En esa semana se nos había explicado que se iniciaría con la aplicación de la vacuna como todos los años, solo que en esta ocasión había un poco de escasez en la cantidad de vacunas, así que se iniciaría por la población más vulnerable, los mayores de 60 años y los menores de 5 años. Nos habían dicho que hiciéramos promoción de la vacuna, ya que en años anteriores los pacientes se resistían a aplicársela por aquello del movimiento antivacunas y ahora además estaban los rumores sobre los chips y esas cosas que inventan las personas. Pero qué equivocación fue creer que iba a ser igual que otros años.

El día transcurría con más personas de las que solía haber habitualmente, y todas venían con el mismo propósito: ser vacunados, ya que erróneamente ellos creían que al ser vacunados estarían protegidos contra la COVID, a pesar de que cada vez que lo mencionaban, los pasantes de enfermería y yo les explicábamos para qué era la vacuna y contra qué los protegía. Todo iba bien dentro de lo que cabía. Esta vez, aparte de mí, había una pasante de enfermería en filtro. Entre las dos manteníamos el control de la situación y a cada persona que acudía le explicábamos que esta vez la vacunación sería por etapas y tendrían que esperar su turno, pero que tuvieran la certeza de que a todos se les iba a vacunar. La mayoría lo entendía y las personas se iban un poco más tranquilas, hasta que de repente la histeria se hizo presente. Llegó una familia, papá, mamá y sus dos hijos, y como hacíamos con todos se les explicó que solo se podía poner la vacuna por el momento a la población de riesgo. Pero parecería que hubiésemos insultado al señor, porque en un segundo cambió esa mañana tranquila para transformarse en lo que parecía una manifestación agresiva de esas que se ven en la televisión. El señor empezó a insultarnos y a decir lo siguiente (aun lo recuerdo, dramas como ese no se te olvidan tan fácil):

- ¡Ustedes quieren matar a mi hijo! ¡Si no me quieren vacunar a mi está bien, pero no voy a dejar que mi hijo se muera por su culpa!

Recordarlo ahora me hace un poco de gracia, cómo en un instante el miedo y el pánico se pueden apoderar de una persona, pero en ese momento la situación me enojó bastante, tanto que me hizo hacerme la siguiente pregunta: ¿qué necesidad tengo yo de pasar por estas situaciones y momentos desagradables? Pero trate de no perder la calma, lo cual fue bastante difícil, ya que tanto la pasante de enfermería como yo creímos que en cualquier momento ese señor nos iba a golpear o algo así, y puedo asegurar que no es una exageración, porque además otras personas igual de desesperadas se unieron a este hombre y a pesar de hacer nuestros mejores esfuerzos por controlar la situación, no lo logramos. Afortunadamente la directora apareció e hizo frente al problema. Al parecer, su presencia imponía más que la de dos pasantes de un metro y medio de altura. Pese al espectáculo montado por el señor, terminó por recibir la misma explicación que se les daba a todos y se tuvo que retirar, inconforme, pero más tranquilo. Así fue como la idea de que mi rotación en filtro iba a ser tranquila desapareció. Afortunadamente ese fue el único evento desagradable que tuve que vivir, pero de todo se aprende algo, en este caso, que el pánico por la desinformación pueden ser tu enemigo y es tu deber tratar de divulgar información correcta y dar cierta tranquilidad, además de que las frustraciones de otro no deben ser las tuyas.

3.4 VÁMONOS DE CAMPO: CAMPAÑA ANTIRRÁBICA.

Después de un mes de estar en el centro de salud entre filtro, gestión y epidemiología (experiencia, esta última, que narraré en el siguiente capítulo), nos comunicaron que se acercaba la campaña de vacunación antirrábica, y como todos los años, los pasantes deberían de apoyar en la actividad. Al inicio la idea no me entusiasmaba del todo, ya que había pasado un mes y yo no había estado en consulta en ningún momento. Y ahora me mandarían a vacunar animalitos cuando en mi vida había vacunado alguno. Pero se nos dio una capacitación, desde cómo nos íbamos a repartir el trabajo y las funciones, hasta la técnica para vacunar desde perros hasta gatos. Y así fue como al día siguiente nos repartieron en brigadas y sin más nos llevaron a los pueblos que se encontraban próximos a San Mateo.

San Francisco Tlalnepantla, ese era el nombre de otro de los pueblos de Xochimilco al que me habían enviado, ubicado en el extremo norte de la alcaldía. Llegar ahí fue la primera aventura. Si yo creía que llegar al centro de salud era lejos, no tenía idea de lo que decía. Para llegar ahí nos llevaron en la camioneta de la unidad, pero vaya trayecto. Fueron aproximadamente 20 minutos, pero todo el camino fue a cuestas. No voy a mentir, fue entretenido, de repente vi como desaparecían las calles y de la nada aparecían prados enormes, vacas, caballos y ovejas. Sí, vacas como si nada, lo cual era bastante inusual para mí, ya que lo único que veía fluido y en mucha cantidad era el tráfico de Tlalpan. Disfruté el viaje y al llegar ahí, que era una pequeña comunidad escondida entre el gran campo abierto, recuerdo que mis compañeros de brigada que estaban familiarizados con la comunidad me decían entre bromas:

- Bienvenida a San Francisco, el lugar donde hay más perros que humanos.

Al inicio me hizo mucha gracia ese comentario, pero después de un rato me di cuenta de que no era broma. Instalamos lo que sería nuestro puesto de vacunación justo en el centro de la comunidad, y así fue como poco a poco empezaron a llegar las personas con sus respectivas mascotas para ser vacunados. Lo que pensé que sería aburrido se convirtió en una de las experiencias más divertidas de ese período, en especial porque me encantan los animales, así que me la pasé jugando y cargando a todos los que podía. Pero el comentario que me habían hecho mis compañeros de brigada era real, eran casi las dos de la tarde y la fila no disminuía, por el contrario, aumentaba más y más, tanto que tuvimos que pedir más vacunas. Debido a la demanda, fue así como de ser pasante de medicina pase a ser vacunadora de perros y gatos. He de decir, por cierto, que desde el día que nos dijeron que íbamos a ir a la campaña, me puse a investigar y asesorarme como vacunar un perros y gatos de manera correcta sobre todo para no lastimarlos, por si las dudas, aunque nunca creí que me iban a poner a vacunarlos. Así terminó ese primer día, fue muy cansado pero divertido y, sobre todo, diferente. Una experiencia que trajo diversión a mi servicio social.

Transcurría la semana de vacunación y yo estaba emocionada porque cada día nos llevarían a un lugar distinto. Me agradaba conocer las comunidades cercanas y no tan cercanas al centro de salud, su población y sobre todo, jugar con los que se habían

convertido en mis pacientes de cuatro patas. Un día incluso casi caigo a un barranco. Porque si creía que ir a esa primera comunidad en la que comencé era lejos, la última fue mucho más lejana, tanto así que había un barranco. Pero no pasó a mayores y las experiencias gratas fueron muchas, como cuando algunos pobladores de la comunidad, como recompensa por vacunar a sus mascotas, nos llevaban comida y agua, lo cual nunca les pedíamos, pero fue un gran gesto de su parte.

CAPÍTULO 4 COVITARIO

4.1 EPIDEMIOLOGÍA: ¿COVITARIO EN EL CENTRO DE SALUD?

Otro de los lugares por los que debía de rotar era por epidemiología, lugar que debido a la pandemia había tomado alta relevancia ahora. La encargada de esta área era la doctora Sandy. Creo que no hay doctora más divertida en el centro de salud que ella. Recuerdo que el área de epidemiología siempre parecía fiesta, todos riendo, escuchando música y siempre con comida. Después de ver que ella se encargaba de tomar las muestras y llevar el conteo de todos los casos positivos de COVID, tratar de hacer el ambiente más ameno era lo mejor que se podía hacer. En este lugar mis funciones eran como en todos lados: ayudar en lo que se requiriera, desde cercos epidemiológicos, reportes de reacciones a vacunas, mordeduras de perros, hasta la elaboración de carteles para promocionar la salud y sí, también lo tan temido: la toma de pruebas COVID. Recuerdo que la doctora fue bastante paciente conmigo ya que a mí me asustaba un poco la idea de tomar las pruebas y contagiarme, pero me explicó todo el procedimiento para hacerlo de una manera segura, desde cómo colocarme el equipo de protección hasta como retirarlo con seguridad para no correr riesgos.

- ¿Te animas? Fue la pregunta con la que la doctora Sandy me recibió un día.

- Ok, pero ¿va a estar para asesorarme? Llena de dudas le pregunté.

- Sí, no te preocupes, pero si no quieres no te puedo obligar, pero sería una gran experiencia que de no ser por la pandemia no la aprenderías, ¿qué dices?

A lo que conteste – Va, qué de malo puede pasar.

La verdad es que no estaba segura, pero quería quitarme ese miedo, además de que confiaba en que si lo hacía de manera correcta el riesgo disminuía, además de que no siempre se pasa por una pandemia en tu servicio social ¿no?

4.2 ¡3312, TENEMOS UN 3312!

Haré una breve pausa sobre las anécdotas que les cuento para explicar un poco sobre a que me refiero con esto de 3312. Frase que empecé a escuchar mucho en cuanto empezó la pandemia, esto como una pequeña broma para poder sonreír un poco a pesar de las circunstancias, pero, ¿de dónde surgió?, la respuesta es un poco infantil pero, la

verdad salió de una película animada llamada “Monster INC” donde una de las escenas trata sobre una emergencia y todos gritan: ¡3312! tenemos un ¡3312! lo que parecía que se hacía cada vez que se tenía un paciente positivo a COVID, todos se ponían en alerta seguir los protocolos establecidos.

Y así fue como empecé a colocarme el equipo de protección, el tan mencionado EPP, entré a lo que llamábamos “el covitario” y me dispuse a tomar mi primera prueba. Me presenté con el paciente, le expliqué el procedimiento, le enseñé el material y en menos de un minuto ya había hecho mi primera prueba rápida COVID. Afortunadamente fue negativa, la verdad no sé quién estaba más aliviado, si el paciente o yo, al ver que la prueba era negativa. Y así fue como empecé a hacer las pruebas, cada vez con un poco más de seguridad, pero sin confiarme para no bajar la guardia y cometer algún error. Cuando apareció mi primer paciente positivo fue un poco alarmante porque en cuanto vi que la prueba era positiva me asusté un poco, pero sabía que había hecho las cosas de la manera más segura posible y solo esperaba que cuando al paciente le dijeran su resultado no se alarmara, que esta infección transcurriera con buen pronóstico y fuera solo un caso leve. De esta manera vencí un miedo más. Puede ser que suene un tanto simple, pero para mí tuvo gran importancia ya que desde que empezó la pandemia yo estaba preocupada y asustada de no contagiarme y no contagiar a mi familia.

CAPÍTULO 5. CONSULTA, AL FIN.

Después de estar casi 2 meses en el centro de salud entre filtro, epidemiología, gestión médica y el covitario, un día al llegar la doctora Sandy me recibió y me dijo:

- Hola Bere ¿estas lista?
- Hola, mmm ¿sí? ¿para qué?
- Hoy estamos bastante tranquilos con el covitario y ya hay una pasante de enfermería en filtro, así que esta semana estarás en consulta, vamos.
- Ok, si está bien.

La verdad es que estaba muy emocionada ya que la razón de por qué había elegido esa plaza era porque quería dar consulta y no me imaginaba cómo sería una consulta en pandemia. La doctora me indicó que estaría en el consultorio 1 junto con otro doctor, al cual ya había visto en varias ocasiones y me caía bien, siempre era muy amable y de su consultorio siempre se escuchaba música, además de que con él estaba una de las enfermeras que me caían bien.

Después de presentarme con ellos de nuevo y decirles que iba a estar en consulta, empezamos con el primer paciente. Fue un poco diferente a las consultas normales. Obviamente era el mismo propósito, pero ¿cómo empezar a integrar la semiología del dolor si no le podía ver la mitad de la cara a mi paciente? No había pensado en las trabas que se iban a presentar. Eso, y que si el paciente tenía algún indicio de enfermedad respiratoria, o para ser exactos, algún síntoma de COVID, debíamos de mandarlo a epidemiología a que se le tomara la prueba. Al estar en consulta te das cuenta de que en efecto la pandemia no solo afectó a las personas a un nivel de daño a su salud física, si no también mental. Algunos de los pacientes que acudían por atención, iban solo por el miedo a enfermarse, incluso algunos somatizaban sus síntomas o algunos acudían para poder hablar con alguien.

Aquí me gustaría mencionar a una paciente a quien, para cuidar la confidencialidad, llamaremos con el seudónimo de doña Lola. Ella era una paciente de aproximadamente 50 años que iba cuando menos una vez cada dos semanas a consulta y casi siempre me tocaba atenderla, aunque siempre acompañada por algún otro doctor. Cada vez traía un síntoma diferente, pero todos llegaban al mismo diagnóstico: síndrome de intestino

irritable. Hasta que un día me tocó atenderla sola, porque el doctor que estaba conmigo se había ido temprano y yo me había quedado a cargo de ese consultorio. Ella era mi última paciente del día y para no variar tenía los mismos síntomas, pero esta vez, ya que no había más pacientes y no tenía a otro médico conmigo, decidí profundizar un poco más en la consulta y encontrar cuál era el factor desencadenante de sus cuadros repetitivos de intestino irritable. Al platicar con ella me contó su historia de vida, incluso me contó que ella sabía que a veces no era necesario acudir a consulta, pero para ella era su momento tranquilizante del día porque sabía que alguien la iba a escuchar, y vaya que entendí por qué acudía con tanta frecuencia a consulta. Su historia es bastante triste y me provocaba un poco de impotencia saber que no podía hacer mucho por ella, pero en esos momentos te das cuenta de que escuchar a tus pacientes, darles tal vez diez minutos más de consulta, te ayuda a entenderlos mejor y sobre todo, a establecer un mejor plan de tratamiento para ellos. En este caso, era más que obvio que doña Lola necesitaba ayuda de un psicólogo o algún psicoterapeuta, más que de un médico. Afortunadamente había recordado que en el curso de inducción que nos habían dado en la jurisdicción nos comentaron que había apoyo psicológico en el centro de salud de Xochimilco y que ahí podíamos referir a nuestros pacientes si lo necesitaban y en nuestra unidad no contábamos con ese servicio. Le comenté a doña Lola sobre esta opción y después de un rato de explicarle ella accedió y muy contenta me dijo: -gracias, yo quiero ser feliz y me quiero ayudar. La verdad es que esas palabras me hicieron pensar en lo importante que es la salud mental y como muchas veces la dejamos de lado por falta de tiempo, por dar prioridad a otras cosas, en fin, por un millón de excusas, y como esta pandemia al parecer desató o al menos nos hizo darnos cuenta de que hay más problemas de los que creemos.

Al final me gustaría poder narrar aquí que paso con doña Lola, pero no lo sé, lo último que supe de ella es que decidió acudir al servicio de psicología y, por lo que ella misma me comentó, acudía a sus consultas y era muy constante. Ya casi no acudía al centro de salud, lo cual espero que haya sido porque encontró solución a sus problemas. Lo cierto es que como esta hay muchas historias de pacientes que acuden solo para que alguien los escuche o acuden por alguna crisis de ansiedad y enmascaran esos síntomas con otra patología.

5.1 HABLANDO DE ANSIEDAD...

En términos médicos hablamos de ansiedad cuando hay una respuesta anticipada a una amenaza futura, y consideramos como trastorno de ansiedad los casos en los que hay manifestaciones de miedo y ansiedad excesivos, así como alteraciones conductuales asociadas. El miedo es una respuesta emocional a una amenaza inminente real o imaginaria (American Psychiatric Association, 2015). Sabemos lo importante que es la salud mental, pero creo que nunca había tomado tanta importancia y peso como en estos momentos. Lo pude ver reflejado en algunas consultas donde los mismos pacientes comentaban como había incrementado o aparecían crisis de ansiedad e incluso notaban un aumento en la violencia intrafamiliar, todo esto que desató la pandemia y la cuarentena, sumado a que no estamos acostumbrados a acudir a los servicios médicos para buscar ayuda para estos problemas. Tal vez todo este incremento en este tipo de casos no sea más que el reflejo de lo que en años no se ha tratado: el estado psicoemocional.

5.2 MÓDULO DE DETECCIONES DOC:

Otro de los servicios con los que contaba el centro de salud era un módulo de detecciones destinado, como su nombre lo dice, a detectar de manera oportuna casos sospechosos de cáncer en la mujer, en específico cáncer de mama y cervicouterino, a través de citologías. En este módulo se encontraba la doctora Morales. Cuando me presenté con ella fue muy amable y me explicó qué era lo que se hacía y, de nuevo, más formatos para llenar. Al estar ahí me pude dar cuenta de que aún existe ese tabú que impide acudir a tomarse una citología, y la falta de difusión que hay acerca del cáncer. En este módulo rotaba una semana cada mes, un poco rara la distribución. Cuando rotaba en este módulo, al no tener tantas pacientes, cuando alguna llegaba tratábamos de darle toda la atención integral, desde el examen clínico de mamas, toma de citología y orientación acerca de métodos anticonceptivos, ya que la mayoría de las pacientes que acudían se encontraban en edad reproductiva. Muchas de ellas se encontraban embarazadas y estos eran parte de los estudios que se les solicitaban en sus consultas prenatales.

Hablando de esto, quisiera contar acerca de una paciente de aproximadamente 25 años que llegó para toma de citología comentando justo que era para su control prenatal. Al preguntarle las semanas nos comentó que no recordaba cuantas semanas tenía pero creía que eran aproximadamente 20. Al revisar su expediente se reportaban 34 semanas, lo cual me hizo pensar en el mal control que ella había llevado. Como lo comenté anteriormente, al no haber tantas pacientes podía dedicarle más tiempo a las que asistían, así que con ella traté de indagar un poco más. Desde el inicio me había sorprendido un poco, al ver las semanas de gestación que tenía, que solo llevara dos consultas prenatales, aunque tampoco sería tan raro ya que había pacientes que solo iban por su pase de referencia sin ninguna consulta prenatal. Al platicar un poco más con ella y preguntarle por qué no había acudido con anterioridad a alguna consulta, me respondió lo siguiente:

- La verdad es que no me había dado cuenta porque siempre he tenido problemas con mi menstruación, a veces no menstruaba por meses y a veces sí era cada mes. Hace 2 años que no me había podido embarazar y siempre he tenido sobrepeso. Entonces, no me había dado cuenta de que estaba embarazada hasta que sentí que algo se movía dentro de mi estómago y por eso acudí al doctor.
- ¿Ok, y eso hace cuanto fue?
- Hace dos o tres meses.

Al ver su expediente me di cuenta de que en efecto solo tenía dos consultas prenatales, así que traté de explicarle todas las dudas que tenía, y al considerar las semanas que llevaba, la orienté un poco sobre los distintos métodos anticonceptivos que existen, sobre todo porque ella nunca había llevado uno. Ella me comentó que la familia de su esposo y él no la dejaban usar ningún método anticonceptivo. Eso me hizo pensar que los embarazos de muchas de las pacientes que acudían a consulta no eran planeados y era por falta de información acerca de métodos anticonceptivos, ya sea por ignorancia, creencias, incluso por prohibición de sus parejas y hasta de sus familias en el caso de las más jóvenes y también por falta de acceso a ellos.

Así que traté de explicarle cuales podrían ser sus opciones y que al final del día era su decisión y de nadie más el usar un método de planificación familiar. Ella estaba bastante

interesada. Después de algunos meses la volví a ver en consulta, solo que ahora fue una consulta para su bebé. Me emocionó saber que también estaba buscando información acerca de que método podría utilizar, y que a pesar de lo que le decía la familia de su esposo y su esposo, ella había tomado la decisión por sí misma. Le comenté sobre los distintos métodos disponibles y encontramos la mejor opción para ella.

5.3 VASECTOMÍAS EN PRIMER NIVEL

El siguiente consultorio en el que me tocó rotar fue en el consultorio dos. Aparte de dar consulta general, la doctora que se encontraba ahí era encargada del programa de vasectomías. Este era un programa que se llevaba a cabo cada mes en el centro de salud, ya que la doctora Vázquez era la única que estaba certificada para hacer vasectomías. Por la pandemia se había suspendido este servicio, pero después de casi seis meses se volvió a reactivar el programa, y fue justo en esa semana que me tocó rotar con ella, así que me explicó cómo se hacían las vasectomías.

Esa semana estuvimos agendando citas, para que fueran espaciadas para mantener un protocolo para limpiar el quirófano pequeño que se había adaptado para las vasectomías. La primera vasectomía fue un poco extraña, ya que a pesar de que antes había visto como se hacían, fue raro pensar que las podían hacer en el primer nivel en un quirófano de dos metros por un metro y medio, pero la doctora estaba muy bien capacitada para hacerlas y me impresionó la rapidez con la que las llevaba a cabo y la experiencia que tenía.

Después de estar ese tiempo rotando en su servicio, nos llevamos bastante bien, así que cada vez que había programa de vasectomías la dra. Vázquez pedía que me dejaran rotando en su servicio ya que nos habíamos acoplado bastante bien, fue una de mis rotaciones favoritas, nos turnábamos para atender a los pacientes, si tenía alguna duda ella no tenía problema en explicarme, en las consultas ella me preguntaba si tenía alguna aportación y eso me daba seguridad y confianza para estar en consulta, además de que en la última campaña de vasectomías que estuve me dejó hacer el procedimiento de tres de ellas, claro todo con sus supervisión, fue una experiencia más que agregar al servicio social.

Con la dra Vázquez además de ser la encargada del servicio de vasectomías, daba consulta general, los pacientes que acudían con ella eran bastante variados, y algunos eran como de libro, tal cual, de alguna patología desde pacientes con rubeola congénita con la tríada de Gregg: catarata, sordera y una cardiopatía congénita, en este caso él presentaba ya una catarata marcada y un leve nivel de sordera y se le había diagnosticado ducto arterioso persistente el cual ya había sido tratado con anterioridad (Secretaría de Salud, 2010). El paciente era un niño de 7 años, tenía retinopatía congénita y tenía un grado leve de sordera pero era un niño muy lindo y su mamá bastante responsable con las consultas de rutina de su hijo. También había consultas de pacientes que tenían algún trastorno psiquiátrico desde trastornos de ansiedad hasta esquizofrenia, obviamente todos en tratamiento y a pesar de que ese no era el motivo de su consulta, podía revisar su expediente y ver cuál era el tratamiento que llevaba. También había algunos casos de síndrome de ovario poliquístico y tal cual, con cuadro clínico de libro. Una vez llegó una paciente con hemorragia transvaginal activa, al revisarla, teníamos el diagnóstico probable de endometriosis pero la tuvimos que referir porque no la podíamos tratar ya que al ser un primer nivel nos vemos limitados en muchos aspectos, desde medicamentos hasta material. Le dimos la referencia para el Hospital Materno Infantil de Xochimilco ya que era el más cercano y el que contaba con la especialidad de ginecología, para que ella pudiera recibir un tratamiento oportuno y tener un mejor pronóstico.

5.4 HABLANDO DE ESCASEZ...

Trabajar en un primer nivel también implica afrontar retos. Antes de estar en el servicio he de confesar que era de las personas que pensaban que estar en primer nivel era un poco más sencillo que en un hospital. No podía estar más equivocada, el primer nivel es la recepción de todo, absolutamente todo, y la verdad es que estar ahí hace que desarrolles el tan valorado ojo clínico. Aprendes a hacer diagnósticos o por lo menos sospechas diagnósticas sin exámenes de laboratorio o gabinete, y aprendes a hacer mucho con poco, desde qué medicamentos prescribir, y si estos no están disponibles en el centro buscar qué otro se puede adaptar al paciente en todos los aspectos, desde la manera en la que se los va a aplicar hasta en el costo de cada uno.

Por ejemplo, nunca pensé que a una úlcera le aplicaría miel de abeja. Sí, suena raro. O al menos yo no lo había visto antes. Pero este fue el caso de don Cruz, un paciente de 90 años el cual ya llevaba tiempo acudiendo a consulta. Tenía varias enfermedades crónicas degenerativas: diabetes mellitus, hipertensión arterial y tenía problemas de hipoacusia. Por su edad y sus condiciones estaba en estado de postración, pero su familia lo cuidaba lo mejor que podía y era bastante bonito ver como siempre sus sobrinos lo llevaban a su consulta y se preocupaban por él. Pero aun con los cuidados que tenían, don Cruz había desarrollado una úlcera transtrocanterica la cual ya llevaba bastante tiempo de evolución, aproximadamente 3 o 4 meses. A causa de la pandemia casi todos los hospitales de la Secretaría de Salud eran para pacientes COVID o eran híbridos, así que no lo aceptaban a pesar de que lo referíamos a uno y a otro hospital. Fue entonces cuando una de las enfermeras nos comentó que ella una vez había tratado a un paciente con úlceras en el pie con miel, lo cual se nos hacia un poco raro a la doctora encargada del consultorio y a mí, pero decidimos indagar un poco más y con sorpresa encontramos que, en efecto, sí está recomendado en la guía de práctica clínica de manejo de úlceras, en la que menciona que se puede hacer un manejo a domicilio con miel de abeja, aunque también tiene ciertas contraindicaciones (Secretaria de Salud, 2009) Afortunadamente don Cruz no tenía ninguna, así que procedimos a iniciar su tratamiento con miel y a colocarla en la úlcera que tenía. Fue sorprendente ver como evolucionó bastante bien, después de un mes había reducido bastante el tamaño y no tenía ningún dato de infección. En otras circunstancias tal vez no habría optado por esa alternativa, pero cada paciente debe de recibir un tratamiento individualizado y se debe acoplar a sus necesidades. En este caso una opción fácil hubiera sido indicar tal vez la terapia con presión negativa a través de un VAC, o mandarlo a otro nivel para que lo valorara cirugía, pero debido a las circunstancias, en primer nivel debías de acoplarte a las posibilidades y en este caso, por fortuna, se encontró la manera de ofrecerle un tratamiento que fue una buena opción para él.

Otro ejemplo de cómo trabajar con poco es hacer curaciones o suturas de alguna herida con material era limitado. Yo había optado por llevar algunas de las suturas que tenía, algunas que me habían quedado del internado, solución para limpiar heridas, gasas y jeringas, pero como decían algunos doctores, aprendías a hacer mucho con poco.

Lo rescatable de esto era el agradecimiento de los pacientes y ver cómo evolucionaban las heridas que tenían, hacía que valiera la pena.

CAPÍTULO 6 LA MITAD

6.1 YA CASI MEDIO AÑO:

Habían pasado ya cinco meses desde que entré al servicio social y bueno ya había pasado por consulta, filtro, gestión médica, epidemiología y el covitario. Faltaba poco para que terminara mi rotación en el centro de salud de San Mateo Xalpa, en el cual había hecho de todo, hasta hacer los periódicos murales con un zombi para ejemplificar las consecuencias que tenía el uso de drogas, información sobre la importancia de la detección de cáncer de mama, la importancia de la educación vial e incluso habíamos decorado el centro de salud con murciélagos y gatos para el día de muertos, promoví información sobre la rabia y había aprendido mucho. Algo bueno era que ya no me rotaban en filtro así, que me sentía bien y, mejor aún, ya casi salía de vacaciones.

6.2 DE REGRESO, BUENO NO TODOS.

Ya eran los primeros días de enero, mis vacaciones habían terminado y tenía que regresar a mi centro de salud San Mateo, debía continuar con mis actividades. Era también el último mes que me quedaba ahí, ya que debido a la modalidad rotatoria tenía que cambiar a otro de los centros de Xochimilco.

Una de las cosas que me dejó esta parte del servicio fue conocer a muchas personas, compañeros de trabajo, algunos de los cuales se vuelven amistades. Entre esas se encontraba Jose, la misma enfermera que me había enseñado que se podía tratar úlceras con miel y otros tratamientos tradicionales. Esa enfermera a la que había visto comprar material para los pacientes y que siempre los recibía con una sonrisa y se ganaba su confianza. Antes de salir de vacaciones recuerdo que me dio una bolsa de dulces y me dijo que nos veíamos después de vacaciones. Desafortunadamente eso no ocurrió. De nuevo esta pandemia había cambiado todo. Sí, desafortunadamente una de las noticias que me dieron al llegar al centro de salud al regreso de mis vacaciones fue que Jose ya no iba a regresar porque se había contagiado y lamentablemente presentó muchas complicaciones y se imaginarán lo que pasó.

Después de estar cierto tiempo haciendo pruebas y dando consultas a pacientes respiratorios, te acostumbras a decirles: "es positivo, debe de cuidarse, etc....". Pero no dimensionas que pasaría si alguien que conoces se contagia, incluso das las cosas por

hecho, das por hecho que las personas con las que trabajas van a estar ahí. Pero como todo en esta vida, las cosas cambian y más aún en las circunstancias en las que estamos. Tristemente, como el caso de Jose hay muchos. Si algo aprendí en estos cinco meses que habían transcurrido es que lo último que debía de hacer era confiarme, y tampoco decir: “mañana le digo”, ya que no sabes si va a haber un mañana. Lo siento si suena muy dramático, pero recuerdo que ese día fue muy impactante ya que hasta la fecha no había pasado por una situación similar. Después de este triste deceso, debo decir que lo siguiente que pasó fue que -aunque tal vez suene un poco mal- traté de continuar, todos continuamos con nuestras actividades. Supongo que a varios les afectó la defunción de Jose de distintas maneras, pero el centro de salud continuó con sus actividades.

Este era el último mes que estaba en el centro y se me pasó rapidísimo. Ese tiempo lo pasé en epidemiología ayudando a la doctora Sandy a capturar las cédulas, hacer cercos epidemiológicos y sí, también en el covitario. Pero una de las buenas noticias era que ya había empezado la vacunación contra COVID y era una noticia que en lo particular a mí me alegraba bastante, ya que, a pesar de estar un poco más familiarizada con eso de la toma de muestras, aún seguía dándome un poco de miedo tomarlas porque sabía que existía un cierto riesgo de contagio. Y por si no lo había mencionado, soy asmática, así que ciertamente, contagiarme me causaba un poco de miedo.

Al fin llegó nuestro turno de vacunarnos, una noticia que había estado esperando. Ese día nos citaron muy temprano en la jurisdicción y nos llevaron al hospital general de Tláhuac, donde después de un rato por fin nos vacunaron. Y a pesar de que solo era la primera dosis, me sentía un poco más segura. Pasados 21 días me aplicaron la segunda dosis y al fin mi esquema estaba completo.

Los últimos días en el centro de salud pasaron muy rápido. Una de las últimas actividades que hice, o mejor dicho, que intentamos hacer, fue hacer visitas a domicilio de familias que habían tenido varios casos de COVID en las que lamentablemente había habido decesos. Ese día nos decidimos a buscar las direcciones de tres familias sobre las cuales, por la cantidad de decesos que habían tenido, se debía de hacer un reporte. Subimos al coche de la doctora Sandy e intentamos buscar las casas. Luego de aproximadamente media hora buscando encontramos la dirección, pero las personas no

confiaban mucho en la idea de dar datos al centro de salud o a cualquier persona que no conocieran, así que lo que nos contestaron fue que ellos no conocían a la familia, a pesar de que algunos vecinos nos dijeron que esa era la dirección correcta. Yo no los culpo, uno de los estragos de esta pandemia es que algunos se han puesto muy a la defensiva y no confían en hablar con personas que no conozcan.

Así fue como llegó mi último día en el centro de salud de San Mateo. Tenía sentimientos encontrados, estaba feliz de ya llevar medio año de servicio social, emocionada porque ahora conocería un lugar nuevo, un nuevo centro de salud, nuevas personas, pero también un poco triste porque en realidad me había gustado estar en este lugar, me había acostumbrado a él, pero pensé que seguiría en contacto con ellos.

CAPÍTULO 7. ¿HOME OFFICE?

Esa mañana me dirigí a la jurisdicción con la jefa de enseñanza para que me indicara cuando debía presentarme a mi siguiente rotación, que en este caso sería la UNEME de San Gregorio Atlapulco, o bueno eso pensaba. Llegué ahí conforme en el horario que se me había indicado. Estaban también mis otros compañeros. La licenciada nos comentó que íbamos a cambiar de rotación, pero de nuevo no iba a ser a ningún centro de salud. Debido a la pandemia, la jurisdicción había implementado un programa telefónico que consistía en hacer llamadas a pacientes con clínica sospechosa de COVID o casos confirmados que previamente se hubieran comunicado a LOCATEL.

Nos explicaron que a cada uno se le tenía que dar seguimiento y darle información si tenía dudas, o si se agravaba, indicarle a donde tenía que acudir, y solo me comentó que estaría ahí los próximos 6 meses restantes haciendo “home office”.

Empezaron mis funciones en las que tenía que llamar a todos los pacientes que hicieran alguna llamada a LOCATEL. Afortunadamente solo eran de la alcaldía de Xochimilco. Preparé un pequeño acordeón acerca de lo que debía de decirle a los pacientes, que era algo así:

- Hola, buenos días, soy la doctora Trejo, el motivo de esta llamada es para darle seguimiento a la llamada que realizo a LOCATEL....

Ese era el diálogo con el que empezaba todas las llamadas. Al inicio no estaba muy convencida de que funcionara, ya que se nos dijo que al hacer las llamadas no lo hiciéramos como una consulta porque no podíamos dar una consulta por teléfono, en tanto que al no ver al paciente, no sería fidedigno el posible diagnóstico. Se trataría, entonces, solo de ofrecer un asesoramiento y sobre todo, de resolver las dudas que tenían.

7.1 FALTA DE INFORMACIÓN

Al hacer las llamadas me pude percatar de ciertas cosas: la primera fue que en efecto las personas no tenían mucha información respecto a toda esta situación por la que estábamos pasando, ya que a pesar de que en televisión o en radio se hablaba del tema y se fomentaba el uso de cubrebocas y el distanciamiento social, las personas no estaban

muy familiarizadas con el resto de la información, por ejemplo a que hospital acudir, cuál era el momento correcto para realizarte una prueba, o incluso los días de aislamiento que deberían de tener después de salir positivos a SARS - COV2. Al hacer las llamadas se podían ver dos actitudes contrastantes, por un lado, los que no sabían que se tenían que aislar, y por el otro, aquellos que llevaban más de un mes aislados porque creían que tenían que hacerlo hasta haberse recuperado totalmente. Fue ahí cuando me convenció más la idea de hacer las llamadas y tratar de que las personas estuvieran más informadas acerca de este tema y no se quedaran solo con lo que les había comentado algún vecino. Así fue como empecé a buscar páginas web seguras que se dedicaran a la divulgación científica confiable y certera para obtener información que les pudiera recomendar a aquellos pacientes a los cuales debía de hacerles algún seguimiento.

7.2 SON DEMASIADAS HISTORIAS

Conforme iba avanzando en esta nueva labor, trataba de recabar la mayor información posible acerca de la COVID-19 y sintetizar para tenerla lista para proporcionarles a ellos, ya fuera para que estuvieran mejor informados o para tranquilizarlos, ya que no hay peor miedo que enfrentarse a lo desconocido. Cada día alguien salía con una pregunta distinta, a veces un tanto peculiar, como por ejemplo: “si me enfermo ¿sí me puedo bañar?”, o “yo digo que si tengo COVID aunque no me he hecho la prueba, pero mi vecino tiene COVID y pasé por su ventana ayer”. Había de todo.

Cada llamada era diferente, algunas duraban 5 minutos, otras 10, incluso algunas duraban más de 30 minutos. Algunas planteaban casos muy particulares y difíciles de afrontar. Una de ellas fue la llamada que hice a una paciente quien me comentó que vivía con su hija y sus dos padres, y desafortunadamente ella y sus padres se habían contagiado, pero dentro de las cosas buenas estaba que su hija de 5 años no se había contagiado. Las indicaciones eran que cada uno debía aislarse, con lo cual no parecía tener ningún problema, el problema era que su hija no estaba contagiada y no había nadie más que pudiera cuidarla. Obviamente, sus principales dudas eran en torno al riesgo de que se contagiara su hija si seguía conviviendo con ellos. Traté de asesorar lo mejor que pude, pero no había nada seguro que pudiera decirle. Diez días después volví a marcar para saber cómo estaban todos y afortunadamente habían encontrado a una

tía que pudo encargarse de su hija, pero eso me hacía pensar en cuántos casos más como este no habría, y como tenían que encontrar la manera de resolver su situación.

7.3 COMORBILIDADES.

En la base de datos también quedaban registrados algunos datos de las personas que llamaban, por ejemplo la edad, y si tenían algún dato de alarma o alguna comorbilidad. Esto último nos daba una pequeña idea acerca del pronóstico del paciente si es que llegaba a ser positivo, aunque también había que considerar otros factores como si ya estaba bajo tratamiento para su padecimiento crónico, si estaba controlado, si se apegaba al tratamiento, pero saber de sus comorbilidades nos daba un leve panorama. Porque de acuerdo con los datos que nos proporciona la Universidad Nacional Autónoma de México a la última fecha de actualización, del total de defunciones confirmadas por COVID en México, un 43% de los casos padecían hipertensión arterial, un 37% diabetes mellitus, 25% obesidad y un 8% tabaquismo. De acuerdo con este reporte, solo un 27% no padecía alguna enfermedad (UNAM, 2021) lo cual es bastante alarmante considerando que cuando estaba en el centro de salud de San Mateo, más de la mitad de las consultas eran para pacientes con alguna enfermedad cronicodegenerativa, lo cual hacía que me pusiera en alerta para dar un seguimiento más apegado y en prioridad a aquellos que la base de datos marcaba con alguna comorbilidad.

7.4 EL PERSONAL DE SALUD TAMPOCO SE SALVA.

Como lo comenté antes, había todo tipo de pacientes y entre ellos había también personal de salud. Un día, la paciente a la que llamé era una enfermera, quien me dijo lo siguiente:

- Sí hice la llamada el día de ayer, porque me hice la prueba el día de ayer, pero salió negativa, pero ya me había contagiado al inicio de todo esto y estoy teniendo los mismos síntomas, entonces no estoy segura.
- ¿Ok, cuando inició con sus síntomas?
- Ayer.
- Ok, podría repetirse la prueba ya que podría ser que la prueba no haya detectado la carga viral porque ésta aún no era suficiente.

- Si, tal vez me apresuré en tomar la muestra, es que son demasiadas muertes y estoy a diario en el hospital, ya no puedo más...

En ese momento me di cuenta una vez más de la importancia de la salud mental y el papel tan importante que jugaba, sobre todo en el personal de salud. Al hablar con ella traté de tranquilizarla, o por lo menos darle un poco de apoyo, que supiera que había alguien que la escuchaba, que era lo único que en ese momento podía hacer por ella.

En otra ocasión, una de las llamadas fue a un paciente que era radiólogo. Según lo que me contó, hizo la llamada porque tenía dudas respecto a si debería de hacerse la prueba o no, ya que había estado en contacto con muchos pacientes COVID y tenía la duda, aunque no tenía síntomas. Traté de explicarle que si no presentaba síntomas y al tener contacto con los pacientes tenía puesto en todo momento el equipo de protección suficiente, el riesgo disminuye al mínimo. Me contestó que en efecto en todo momento traía el equipo de protección pero se le hacía raro no haberse contagiado después de tantos meses. Al final me contó que ya se había hecho la prueba en un laboratorio particular y el resultado había sido negativo.

7.5 MIEDO A LOS HOSPITALES

Una de las cosas de las cuales me pude percatar en ese tiempo fue que las noticias y toda la información que rondaba por los distintos medios de comunicación había llevado a muchas personas a desarrollar un miedo a los hospitales, así que esperaban que si se contagiaban, al paso de los días no desarrollaran un estado grave de la enfermedad que los obligará a ser llevados a un hospital, porque asociaban el hospital con la muerte. Cada vez que hablaba con los pacientes positivos y les daba información sobre qué hacer, cuando les indicaba que en caso de presentar síntomas de alarma debían de acudir a un hospital, la mayoría decía que prefería esperar a mejorar. En una ocasión, al llamar a una paciente y preguntarle acerca de sus síntomas, sobre todo por su saturación de oxígeno, me comentó:

- Hace un rato chequé en cuanto estaba con mi oxímetro y marcaba 80%, pero a veces baja a 75%.
- ¿Tiene algún otro síntoma? ¿Tiene dificultad para respirar?

- No, me siento bien, un poco cansada, pero solo me acuesto y se me pasa en un rato.
- Por el dato que me comenta, es recomendable que acuda a valoración médica, puedo indicarle algunos hospitales que se encuentran más cercanos a su domicilio y aceptan pacientes COVID.
- No, está bien, ya se me va a pasar, no quiero ir a un hospital - ya me van a conseguir un tanque de oxígeno, es que por ahora no hay, pero ya me siento mejor.
- ¿Está segura? Es importante que recuerde los datos de alarma y los riesgos que hay.
- Sí, pero no quiero ir a un hospital y que me dejen ahí, ya se me va a pasar...

Como el caso de esta paciente había varios que se negaban acudir a algún hospital, sobre todo por el miedo de ser internados y ya no ver a sus familiares, a pesar del mal pronóstico que tenían o los datos de gravedad que presentaban. Era en ese momento en el que se volvía más difícil hacer estos seguimientos, ya que al no poder verlos, tratar de ayudarlos a entender o convencerlos de que accedieran a algún hospital para su valoración se hacía más difícil.

Creo que una de las situaciones más incómodas y tristes que me ocurrieron al hacer las llamadas fue cuando, por desgracia, al marcar a algún paciente contestaba algún familiar y al preguntarle por el paciente, cambiaba su voz y me respondía que había muerto en el hospital justo por alguna complicación de COVID. Esto ya lo hacía un mal momento para llamar, pero lo peor era tener que preguntarle:

- ¿Cuándo había fallecido?
- ¿En qué hospital?
- ¿Cuántos días permaneció ingresado en el hospital?
- ¿Padecía alguna enfermedad?

Me imagino lo doloroso que era para los familiares contestar esas preguntas, y lo difícil que es contestarlas a alguien que no puedes ver en persona. Pero tenía que hacerlas ya

que lo tenía que capturar en el informe de la base de datos. Decididamente esta parte de las llamadas no era mi favorita.

Así fue como transcurrieron dos meses de llamadas, hasta que un día la jefa de enseñanza nos llamó para hacer una nueva rotación, y de nuevo el modo rotatorio tomó sentido literal.

CAPITULO 8. ¿CAMBIO DE JUGADA? ESPERE ¿QUÉ?

Al acudir nuevamente a enseñanza con la licenciada, nos comentó que algunos iban a cambiar de rotación. No imaginaba que entre esos algunos me encontraba yo, ya que hacía dos meses había dicho que pasaría seis meses realizando llamadas, lo cual no me desagradaba. Pero al llegar ahí nos informó a los otros pasantes y a mí que nos iba a cambiar debido a las fechas que estaban marcadas en nuestras cartas de asignación. A mí no me hubiera desagradado si me hubiera mandado a la rotación que me correspondía, que era en el “Hospital Materno Infantil Xochimilco”. Pero debido a la pandemia ese hospital no estaba recibiendo pasantes de ningún tipo y eso hacía que la licenciada tuviera que acomodarnos en algún otro lugar.

Nos indicó que algunos se quedarían en el mismo servicio en el que estaban y otros cambiarían de rotación, así que para no faltar a la costumbre de que las cosas nunca salen como se esperaba, vino esta sorpresa de un nuevo cambio de rotación. ¿Estaba yo conforme? no. ¿Me agradaba la idea? no. Pero como siempre, traté de ver el lado positivo y este era que de nuevo estaría en la consulta, lo cual sí que me agradaba. Lo menos agradable eran las referencias que me habían dado respecto al lugar al que iría, sobre todo por las personas que se encontraban ahí. Había escuchado comentarios acerca de los pacientes que acudían al centro de salud, varios de los doctores, trabajadores sociales, incluso hasta personal administrativo, que coincidían en señalar que eran personas un poco difíciles de tratar. Pero no me quise dejar guiar por lo que me decían y preferí no hacerme falsas ideas.

- ¿Traes tu bata? – Me preguntó la licenciada, a lo que respondí
- No (le sonreí).
- ¿Por qué?
- Porque en teoría solo venía porque usted nos llamó a todos, y para ser sincera no esperaba que me cambiara de servicio hoy, y menos aún que me tenía que presentar de inmediato.

Ese fue un momento un tanto incómodo y gracioso, ya que la licenciada preguntó a varias personas si alguien tenía una bata para que yo la utilizara. Yo no creía que fuera necesario, considerando la hora que era y que el centro de salud al cual me había

mandado se encontraba un poco lejos de la jurisdicción, además de que mi horario era hasta las dos de la tarde y en ese momento eran aproximadamente las doce, aún no estaba el oficio que tenía que llevar y faltaban algunas cosas más.

Después de todo el caos por conseguir una bata y al fin tener el oficio para dárselo al director del centro de salud, la licenciada intentó librarme de tener que ir, habló por teléfono con el director, pero no lo logró.

- Te tengo dos noticias, una buena y una mala, ¿Cuál quieres primero?
- Mmm la mala, para después alegrarme con la buena (reí).
- Vas a tener que ir hasta allá, pero la buena es que Arturo, el chofer del centro de salud de San Gregorio Atlapulco, está aquí, entonces él te va a llevar para que llegues más rápido, ¿No te alegra eso?
- Si, creo.

Luego de hablar con Arturo para decirle que si me podía llevar, esperé media hora más para poder irnos, ya que él había ido a la jurisdicción para entregar las muestras de pruebas COVID y debía de esperar a que se las recibieran.

- ¡Listo! doctora, ya nos podemos ir, súbase a la camioneta.

Fui con la licenciada para despedirme y agradecerle que me consiguiera una bata, aunque no creía necesitarla, eran casi ya la una de la tarde y llegar hasta el centro de salud tomaría aproximadamente veinte o treinta minutos, entonces al parecer solo iría a presentarme, dejar el oficio y despejar algunas dudas.

El camino fue bastante ameno, además de Arturo, en la camioneta iban dos pasantes de enfermería del centro de salud, así que aproveché para preguntarles sobre todo: ¿cómo llegar y si había algún transporte público que me dejara cerca?, ¿qué tal era el ambiente?, los doctores, las enfermeras, los otros pasantes y sobre todo el director. Me contaron de todo, incluso, los tres me dieron recomendaciones de lugares, comida y algunos vendedores que iban al centro de salud a quienes comprarles, el trayecto fue bastante ameno, hicieron que me sintiera más tranquila, pero al parecer ese día se trataba de cambios repentinos, de repente recibí una llamada:

- ¿Hola?
- Hola Bere, oye de nuevo te tengo noticias, ya no tienes que ir hasta allá, me habló el director y me dijo que te presentes el día de mañana, porque tiene junta, no has llegado o ¿sí?
- Emm no, creo que no.
- Ah bueno, pues si quieres puedes ya irte a tu casa o ir al centro de salud para que lo conozcas y ya oficialmente te presentas mañana a partir de las ocho de la mañana.
- Ok licenciada, al menos aun no he llegado (me reí).
- Pero el lado bueno es que ya viste más o menos el camino para llegar.
- Si, supongo, gracias por avisarme licenciada, nos vemos después.

Lo rescatable era que aún no había llegado al centro de salud, creo que íbamos a menos de la mitad del camino, el chofer y las pasantes de enfermería se portaron muy amables, ellos habían escuchado la conversación que tuve con la licenciada y después de que los cuatro nos reímos de lo sucedido, me dijeron que me podían dejar en una de las calles donde pasaba un microbús que me dejaba en el deportivo de Xochimilco para que me fuera a mi casa, así que acepte, no iba a desaprovechar la oportunidad de evitar el tráfico que a veces pasaba por la hora para llegar a mi casa.

CAPÍTULO 9. SAN GREGORIO ATLAPULCO.

Luego de que la licenciada me dijera que mi nueva rotación sería en el centro de salud San Gregorio Atlapulco, busqué cuál era la mejor ruta para llegar ahí desde mi casa. Estaba más lejos de lo que creía. Pero entre la información que encontré al buscar sobre San Gregorio encontré algo bastante curioso. Resulta que existe una película llamada “Los Chicuarotes”, filmada en 2019, que cuenta la historia de dos adolescentes, donde podemos ver reflejada la desigualdad social, la pobreza, la violencia intrafamiliar y la inseguridad. Y sí, toda esta trama se desarrolla en San Gregorio. La película no es mala, solo que tal vez para alguien que nunca había ido a San Gregorio no fue tan buena idea verla (Flores, 2020). Buscando un poco más, también encontré algo sobre una parte de San Gregorio que hizo que me sintiera menos atemorizada con las circunstancias. Era una nota en una página web en la que hablaban de cómo se habían levantado después del suceso del sismo del 19 de septiembre del 2017 y como se habían ayudado entre todos (Ocampo, 2020), historias que hicieron que cambiara la opinión que me estaba formando y simplemente esperaré a conocer todo por mi cuenta.

Al día siguiente me presenté en el centro de salud. Llegar ahí fue un poco complicado y atravesé por todo un cambio de escenarios. Pasé primero por el centro de Xochimilco, para seguir después entre calles que cambiaban de ser pavimentadas a tener canales con chinampas, trajineras y pequeños puentes para entrar a las chinampas. Era muy contrastante verlo y llamaban la atención aquellas chinampas que tenían casas sobre ellas. Era una mezcla entre un Xochimilco antiguo y uno actual, ya que las casas tenían una estructura un tanto más actual, un diseño más moderno o incluso algunas tenían un bonito invernadero que me gustaba observar ya que siempre tenían rosas, orquídeas y otras flores de colores muy vivos. Incluso una de ellas tenía un local de casitas para perros, una combinación de actualidad y tradiciones

Hablando de ello, las tradiciones, me doy cuenta de que no he contado hasta aquí casi nada sobre el lugar en donde se encontraba esta nueva rotación a la que me habían enviado. Así que describiré y hablaré un poco más ahora de este lugar nuevo para mí.

San Gregorio es uno de los pueblos originarios de la alcaldía de Xochimilco, al sur de la Ciudad de México (CDMX). Atlapulco significa “donde revolotea el agua” o “en las tierras

del fango”, y después de mi breve descripción del trayecto que hice para llegar, se podrá tener una idea de por qué el nombre y lo significativo que es, totalmente acorde a esta comunidad, uno de los sitios en la Ciudad de México mas importante en cuanto la producción de hortalizas y plantas medicinales, con su sistema de cultivo característico: “la chinampa” (Landázuri, 2018).

Recordarán que páginas atrás me referí a aquella tradición del NiñoPa. Es esa una tradición que en esta parte de Xochimilco cobra bastante importancia, ya que incluso tienen una iglesia en su nombre y también se le hacía una celebración, que por la pandemia se había suspendido por el momento. Saber que aquí prácticamente todo el año estaban de fiesta celebrando sus creencias, conocer los canales, las chinampas, toda la naturaleza que los rodea (Landázuri, 2012), me llevó a imaginar cómo sería todo ello en un mundo no pandémico. Hubiera sido una de las mejores experiencias conocerlo, pero por el momento tuve que conformarme con las anécdotas y los videos que pude encontrar. Ya habrá tiempo en el futuro de conocerlo en otra situación.

Al llegar al centro de salud de San Gregorio Atlapulco me encontré en un escenario totalmente diferente al de San Mateo. En San Mateo, al entrar a la comunidad se veía más urbanizada, pero al llegar al centro de salud éste era un poco más sencillo, no tan grande y de un solo piso. En San Gregorio, en cambio, a pesar de que el camino era un poco más rústico, al llegar al centro de salud este era más grande, con planta baja y planta alta, elevador (el cual no funcionaba, pero en ese entonces no lo sabía), laboratorio, rayos x y otra unidad llamada UNEME (Unidad de Especialidades Médicas).

El director del centro, el doctor Esteban, se encontraba en el segundo piso, así que subí y me presenté con él para que me indicara cuales serían mis funciones. Mi primera impresión fue un tanto exprés, ya que solo me señaló que tenía que hablar con todos los pasantes que se encontraban ahí, ya que tendríamos que acudir a la campaña de vacunación, y sí, de nuevo se relacionaba con la pandemia ya que se trataba de la vacuna COVID-19. La campaña había iniciado hacía un mes pero yo no había participado ya que me encontraba en el servicio de llamadas. Como adelanto, me dijo lo siguiente:

- Solo te adelanto un poco, el día de mañana va a iniciar la semana de vacunación en Iztapalapa y se tienen que presentar.

- ¿Mañana?
- Si, recuerdas que al ser pasantes debes de acudir a todas las campañas de vacunación o situaciones que se presenten, ya sea sábado o domingo.
- Ok, esta bien, solo que me tomó por sorpresa que mañana, sábado, voy a ir a la campaña de vacunación.

Después de un rato llegaron los otros pasantes y me presentó con ellos. Nos explicó el inicio de la vacunación, el lugar y el horario en el que nos debíamos presentar. Una vez mas, no era cerca de mi casa. El lugar era Iztapalapa. Acababa de llegar y ya me estaban mandando al otro extremo de la ciudad. Tendríamos que ir al deportivo Santa Cruz Meyehualco y había que estar ahí antes de las ocho, o eso fue lo que nos indicó el director.

- Pues ya saben tenemos que llegar antes de las 8:00 am, recuerden desayunar en sus casas porque tenemos horario de entrada, pero no de salida, ¿ok?
- Ok (todos respondimos al unísono).

9.1 CAMPAÑAS DE VACUNACIÓN COVID-19

Al día siguiente llegué a la dirección que nos habían dado el día anterior. Estaba lejos, pero sorprendentemente, más cerca que Xochimilco, quien lo diría. Llegué y me encontré con el doctor Hugo, que estaba ahí por parte de Enseñanza, junto con la licenciada Silvia. Le pregunté:

- Y... ¿ahora qué? (le sonreí, aunque mi sonrisa era difícil de ver debido al cubrebocas).
- No te preocupes, solo debes dar información de la vacuna.
- Ok, pero no me dijeron cual vacuna iban a aplicar acá.
- Oh, la vacuna que les van a aplicar es Sputnik V y solo debes darles información muy general, efectos secundarios, dosis y algunas recomendaciones.
- Vale (sonreí de nuevo).

Me dirigí a buscar a mis compañeros a los que me habían presentado un día antes. Eran mas de los que creía, me comentaron que estarían también los pasantes de otras unidades. Yo solo recordaba que los que habían entrado conmigo en la promoción de

agosto éramos once o doce (parecerían muchos pero aquí incluyo a los del programa “Médico en tu casa”), así que pensé que serían mas o menos los mismos. Pero no, resultó que eran más, todos tenían una actitud bastante agradable, había mínimo dos por centro de salud, en algunos tres, y en mi caso, de nuestro centro éramos cinco. Les pregunté que era lo que teníamos que hacer porque yo nunca había estado en una campaña como esta. Me dijeron: - “no te preocupes, solo tenemos que estar en el área de observación, darles indicaciones de la vacuna y resolver sus dudas si alguien las tiene. Es muy fácil, a nosotros nos gusta venir porque vemos a nuestros amigos” – Sí, es mas, antes de que todo empiece, vamos a desayunar. Cuando hay campañas nos dan desayuno y comida.

Cuando me lo dijeron sonaba fácil y la idea de que tuviéramos tiempo de ir a comer me agradaba. Lo que no me gustaba tanto era que si nos iban a dar de comer significaba que entonces, temprano, no iba a salir de ahí.

Así empezó el día. Las personas empezaron a llegar una tras otra, pasaban, se les hacia un registro, pasaban a un área de espera y después al área de vacunas, y pum, vacunados. Se les explicaba que tenían que pasar aproximadamente 15 a 20 minutos en observación y ahí era donde entraba yo, ya que les tenía que dar indicaciones. Uno de ellos me dijo: “si quieres yo doy las primeras indicaciones para que te des una idea mas o menos de lo que les decimos”.

Empezaron a llegar más y más personas y fue mi turno de darles las indicaciones. El discurso era más o menos así:

- Hola, buenos días, ¿cómo están? les voy a dar un poco de información acerca de la vacuna que acaban de recibir es la vacuna Sputnik V, esta vacuna como cualquier otra vacuna puede tener efectos adversos como: fiebre, dolor de cabeza, muscular de articulaciones y en algunos casos diarrea, estos síntomas pueden aparecer dentro de las primeras 48 horas....

A grandes rasgos esa era la información, eso y lo que tenían que tomar en caso de fiebre o dolor intenso. Después de eso se les comentaba el tiempo que tenían que permanecer en observación y si tenían dudas, resolverlas. Así transcurrió toda la tarde con todos los

grupos de personas que llegaban, que eran bastantes. Al fin llegó la hora de irnos. Eran aproximadamente las 4:30 de la tarde cuando nuestro director nos dijo que ya nos podíamos retirar por ese día, pero que debíamos de ir lunes, martes y miércoles.

Así pasaron esos días. En uno de ellos uno de los doctores me dijo que hacía falta personal en una de las mesas vacunadoras y como éramos muchos pasantes, me preguntó si quería ayudar para variar un poco de actividad. Accedí, ya que el primer día me había quedado afónica por decir las indicaciones y tratar de que todos las escucharan, así que saber no iba a tener que dar indicaciones en voz fuerte me agradó. El doctor me indicó cual mesa vacunadora era en la que iba a estar como apoyo, que estaba en la unidad de Nativitas. Ahí se encontraban la directora del centro, dos enfermeras y una pasante de enfermería. Me indicaron cual era la función de cada una y que a mí me tocaría ser... la anotadora. Yo no tenía idea de a qué se referían, pero la pasante de enfermería creo que se llamaba Jenni (perdón, no soy muy buena con los nombres), me dijo que debíamos de llevar un registro de todos los pacientes a los que se les iba a vacunar, si eran hombres o mujeres, y sobre todo anotar cual era el lote de la vacuna que se les estaba aplicando, ya que se tenía que llevar un control estricto sobre las vacunas desde la hora en la que llegaban a la mesa, si llegaban congeladas o no, anotar la hora en la que se habían descongelado, la hora en la que se aplicaría la primera dosis de ese lote y todo eso. Nunca imaginé todo el control que se tenía que llevar. Ese día estuve muy atenta a todo lo que tenía que anotar, no quería que por mi culpa hubiera algún error, porque créanme, en serio, todo estaba calculado, inclusive había militares que también debían de anotar cuantas vacunas se iban aplicando. Pasé así todo ese día, mis compañeras de enfermería vacunando y Jenni y yo atentas a que no se nos pasara ni una sola vacuna. Fue interesante ver esa parte del proceso porque creo que es algo que pocos conocen, o al menos yo no lo sabía, todo el control que gira alrededor del hecho de recibir tu vacuna. Fue como estar tras bambalinas o algo así. Al término del día me indicaron que podía irme. Otra vez era muy tarde, pero el lado bueno era que a diferencia de un día anterior, esta vez no había quedado afónica y eso ya era bastante.

9.2 IZTAPASAURIA

Al día siguiente volví a mi puesto del área de observación pero ahora entendía lo que me habían dicho los otros pasantes de por qué les gustaba ir a las campañas y una de las razones era para ver a sus amigos de otros centros de salud. Así fue, volví a ver a mis amigos del centro de salud de San Mateo Xalpa, a mis amigos pasantes de enfermería, enfermeros, la doctora Sandy, el doctor Campech y hasta Sergio el que se encargaba del área de estadística. Me gustó mucho verlos de nuevo y aproveché para contarles lo que había pasado desde la última vez que los había visto y rápidamente ponernos al día de todo.

Después de saludar a mis antiguos amigos, como aun no empezaban a vacunar a las personas, fui con los otros pasantes y empezamos a platicar. Uno de ellos nos dijo que por qué no, antes de que empezara todo, íbamos a ver a los dinosaurios. Sí, dinosaurios, sé que suena muy raro, pero me explico. El deportivo de Santa Cruz Meyehualco tenía en un área una exposición de dinosaurios, no era muy grande pero no importaba, eran dinosaurios. ¿Cada cuánto tienes la oportunidad de tomarte fotos con dinosaurios en exclusiva, considerando que todo estaba cerrado? así que decidimos ir en búsqueda de los dinosaurios. No sé en qué momento pasamos de la campaña de vacunación a exploración en la era Jurásica, pero creímos que sería una buena retribución después de estar en la campaña desde temprano hasta tarde. Los encontramos y decidimos correr a tomarnos fotos de una manera rápida y sigilosa, ya que no sabíamos si había autorización para hacerlo. Pero no causamos ningún destrozo, solo tomamos una foto y salimos de ahí. Fue muy divertido.

Regresamos al área de observación y por suerte aun no empezaban a vacunar. El resto de la tarde transcurrió igual que los días anteriores, resolviendo dudas de los pacientes, dándoles información, etc....

Así concluyeron los días de vacunación. A mitad de semana y al día siguiente debía acudir de nuevo al centro de salud. Llegué y me dirigí con el director para que me indicara que era lo que debía de hacer. Me dijo que estaría en consulta, así que me presentó a una de las doctoras encargada de la parte de gestión médica. Ella me presentó a todo el personal. Después de eso acudí al consultorio y me presenté con la doctora con la que

me habían asignado. Ella me explicó que los pacientes que acudían a su consulta eran pacientes con alguna enfermedad crónica degenerativa como diabetes mellitus o hipertensión arterial, y que incluso ella veía más a este tipo de pacientes porque era la encargada del programa de crónicos. Me comentó que a ella le gustaba que los pasantes que estaban con ella dieran la consulta para que aprendieran, así que podíamos dar una consulta ella y una yo. Así lo hicimos y ese día vimos aproximadamente cuatro consultas cada una. Me agradó la forma en la que ella atendía a los pacientes, le tenían bastante confianza y tenía una buena comunicación con ellos, eso es muy importante para poder establecer una buena relación con tu paciente no solo para facilitar la consulta si no para que el paciente tenga un mayor apego al tratamiento y su pronóstico sea mejor para él.

Las siguientes semanas fueron parecidas. Cada semana me tocaba en un consultorio diferente. Los doctores que estaban en el centro eran bastante amables, algunos más que otros, algunos me dejaban dar la consulta a mi sola, lo cual me gustaba mucho. Lo mejor era que por fin no me iba a tocar estar semanas en filtro ya que el director del centro prefería dar prioridad a que todos estuviéramos en consulta, y mejor aún, ninguna tenía que tomar pruebas de COVID, ya que para eso había un rol, pero ninguno de los pasantes estaba incluido, solo los doctores de base. Sí, me alegraba que por fin me dejaran en consulta, ya que desde un inicio eso era lo que esperaba del servicio social: poder dar consulta.

9.3 OTRA VEZ CAMPAÑA, DE REGRESO A LA UAM

Tres semanas después nos tocó de nuevo ir a otra campaña de vacunación, esta vez en la UAM Xochimilco. Estuvimos ahí toda la semana. Cuando decía que quería regresar de nuevo a la UAM no me refería ir en una campaña de vacunación, pero estaba feliz de regresar a mi escuela, al llegar ahí parecía un poco abandonada pero no estaba tan mal. Hicimos lo mismo que en la primera campaña a la que fui, debíamos de estar en el área de observación y dar indicaciones y estar pendientes de que ningún paciente se sintiera mal o presentara alguna reacción. Afortunadamente todo iba bien, algunas personas sentían un poco de ansiedad debido a que no tenían tanta información de la vacuna y estaban un poco asustadas, pero no era más que eso. Tratábamos de explicarles las dudas que tenían y se quedaban más tranquilos. Esta actividad evidentemente no la

tenía contemplada, pero la verdad es que aprendí bastante de ella. Incluso algunas de las personas que asistían a la vacunación, como agradecimiento me regalaron algo. Hubo una señora muy linda que me regaló una pulsera y otra un pañuelo bordado. Por supuesto, no era necesario ni tenían que darme nada a cambio, pero que tuvieran ese detalle era muy bonito, mostraba que ellos notaban el esfuerzo y el trabajo de todos.

La semana pasó y concluyó como la anterior campaña, y aunque nunca pensé decirlo, me agradó ir no solo por la cuestión de que me regalaran un pequeño detalle, sino porque vi de nuevo a mis amigos de otros centros de salud y regresé a mi escuela. Obviamente no podía dejar pasar la ocasión y fui a explorar parte de la UAM.

De regreso al centro de salud de nuevo me tocó estar en consulta, pero esta vez fue mejor ya que el director me comentó que uno de los doctores estaba de vacaciones así que había un consultorio que estaría disponible y si quería podía dejarme dar la consulta a mi sola, a lo cual obviamente accedí. Estaba un poco nerviosa, pero estaba segura de que podía dar la consulta yo sola y si me surgía alguna duda podía acudir con él, eso fue lo que me ofreció:

- Sabes que si tienes alguna duda o algo se te dificulta puedes acudir conmigo o con cualquiera de los doctores y resolveremos la duda.
- Claro doctor, no se preocupe ante cualquier duda voy a su oficina.
- Recuerda que si necesitas recetas o alguna solicitud de estudio debes de subir a presentarme al paciente y ya firmo la receta, además de que al final del día debes de subirme tus notas para que las revise, ¿de acuerdo?
- Vale, perfecto.

Estaba muy emocionada. Conmigo también iba a estar una pasante de enfermería, así que estábamos iguales, ella también estaba emocionada porque casi no había estado en consulta porque la mayoría del tiempo la habían tenido en campo, o sea vacunando personas casa por casa en regiones de San Gregorio que por su lejanía no tenían la accesibilidad necesaria para acudir al centro de salud por sus vacunas. Por eso ella no estaba muy familiarizada con la consulta, pero ya iríamos avanzando sobre la marcha. Nos organizamos y fue por los expedientes que teníamos asignados. Vi a la primera paciente y era una consulta prenatal, era su segunda consulta, era una embarazada de

24 semanas, así que de acuerdo con la guía de práctica clínica le mandé a hacer los estudios correspondientes a sus semanas de gestación y la revisé. Al parecer todo iba bien y era un embarazo normoevolutivo (Secretaría de Salud, 2017). Procedí a hacer la nota y así continué con los siguientes pacientes. Después de seis casos vimos a la última que era una pequeña de siete años que venía por dolor en la garganta. Al revisarla me di cuenta que más que la garganta parecía tener un absceso dental y coincidía con la cuestión de que parecía no tener una buena higiene dental, así que la referí al servicio de odontología. Ya eran casi las dos de la tarde y aún tenía notas pendientes, pero ya no tenía más consultas así que decidí apurarme a hacer mis notas. Me gustó mucho estar en consulta, ir a mi ritmo y sobre todo, poner mis conocimientos en práctica y a prueba, además del ejercicio que había hecho. Sí, ejercicio, ya que como había comentado anteriormente, cada vez que se necesitaba una receta o alguna solicitud de estudio o laboratorio, estas debían de ir con la firma del director y él estaba en la planta de arriba, así que subí y bajé escaleras un par de veces y trataba de hacerlo lo más rápido posible para no hacer esperar al paciente.

9.4 CHOQUE DE IDEAS: LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN SEXUAL

Al día siguiente también me tocó estar sola en consulta y de nuevo hubo variedad, consultas para control de niño sano, control prenatal, enfermedades crónicas, colocar o retirar uno que otro implante subdérmico y DIU. Todo transcurrió bastante bien. Un día después seguía en la consulta viendo pacientes, todo tranquilo, hasta que llegó una chica de 18 años quien al entrar al consultorio me causó un poco de intriga. Entró dudosa, con miedo, y su mamá se intentó meter, pero eso no estaba permitido. Quiero hacer un paréntesis aquí para contar que derivado de la pandemia, una de las cosas que se habían modificado era que al consultorio solo podía pasar el paciente sin acompañantes, lo que obviamente no aplicaba cuando eran menores de edad o necesitaba ayuda de su familiar para dar información. Esa fue la razón por la que solo podía pasar la chica, además de que ella misma parecía que no deseaba que pasara su mamá. Ya en el consultorio le pregunté cual era el motivo de su consulta y, sobre todo, si estaba bien o necesitaba que pasara su mamá, ya que la notaba bastante nerviosa, a lo que me contestó:

- ¡No! Por favor.
- Ok, está bien, entonces dime en que te puedo ayudar.
- Vengo a mis consultas por embarazo (se notaba algo asustada)
- Ok, ¿Cuántas semanas tienes, es tu primera consulta, traes algún estudio?
- Ocho, sí, traigo mi prueba de embarazo y un ultrasonido.
- Bien, déjame verlos (la seguía notando un tanto extraña), ¿quieres contarme algo más? Vas a ser mamá y debes evitar el estrés en tu embarazo.
- No quiero tenerlo, yo quería abortar, pero mi mamá no me deja (empezó a llorar).

Me tomó un poco por sorpresa, pero traté de mostrarle total tranquilidad.

- “Ok, tranquila, empecemos por el principio”, le dije.
- Hay que poner las cosas en claro. Si tú quieres hacer una interrupción legal de tu embarazo puedes hacerlo, estás en tu derecho de elegir ser mamá o no, pero debes de estar 100% segura de tu decisión.
- Sí lo estoy, pero no quiero que se entere mi mamá.
- Bien, cuéntame un poco mas de la situación, tal vez así puedas tranquilizarte un poco y no te preocupes, todo lo que me digas es confidencial ya que eres mayor de edad.
- Sí.

Puf, y vaya historia la que me contó. En resumen y para no hacer la historia larga, se trataba de nuevo de un caso de embarazo no planeado y sin uso de métodos anticonceptivos. Me gustaría decir que no había muchos casos así, pero no, porque de estos había muchos. Desafortunadamente, la falta de información y la falta de interés de los pacientes para acercarse a recibir información sobre métodos de planificación familiar se repetían una y otra vez. Volvamos al caso de quien por respeto a su privacidad llamaré Carla. Su historia había iniciado con un embarazo no deseado, “un accidente”, pero como lo dije, era solo el inicio. Resulta que además de esto, su novio que era el otro responsable de esta situación, al decirle que estaba embarazada la golpeó y le dijo que él no quería hacerse responsable. Carla, al verse en esta situación, le dijo a sus papás todo y al parecer no obtuvo la mejor respuesta, ya que en lugar de apoyarla hablaron con los papás de su novio y la obligaron a vivir con él. Después se enteraron de la violencia

que sufría con él y regresó a casa, pero la condición para aceptarla era que debía tener al bebé a pesar de que ella no quería, o le retirarían todo su apoyo. Su mamá no quería que fuera a consulta sola para que no abortara. Fue cuando entendí la insistencia de la mamá para entrar a la consulta. De hecho, seguía insistiendo para entrar, pero después de lo que me había contado Carla, evidentemente no la iba a dejar pasar. Así que después de que le dije que si quería hacer una interrupción legal de su embarazo podía hacerle la referencia, a lo que ella sin dudar dijo que sí, le di su referencia, fui a que me la firmara el director, le comenté el caso y me dijo que estaba bien, regrese con ella y finalicé la consulta. Pero al abrir la puerta su mamá estaba ahí. No sé qué pasó afuera, pero cinco minutos después entraron al consultorio y la mamá, bastante alterada, quería que la convenciera de no abortar mientras ella lloraba. Yo no tenía más pacientes así que decidí tratar de ayudar, además de que era obvio que la mamá de Carla no se iba a ir de ahí sin conseguir lo que quería. Traté de hablar con ella, pero era bastante difícil, ya que la mamá tenía ideas bastante conservadoras y sobre todo religiosas. Trataba de que no me rebasara la situación y le dije que mi labor como médico era tratar de resolver el problema de mi paciente en aspectos médicos, pero al final del día la decisión era de ella y yo no la iba a persuadir de nada, porque además mi paciente era Carla. Incluso le ofrecí apoyo psicológico para que trataran de resolver sus conflictos, ya que la clínica contaba con este servicio, y después de un rato a la mamá no se le hizo mala idea, las referí y salieron del consultorio.

En este caso sí puedo narrar en qué acabo la historia, o al menos ese conflicto. La mamá entendió y aceptó que Carla no estaba lista para enfrentarse a un embarazo, y la joven procedió a hacerse la interrupción. Lo que me hizo volver a reafirmar que un embarazo debe de ser planeado y una maternidad debe de ser deseada y no obligada. A Carla la volví a ver una semana después, pidió una consulta conmigo y me dijo que quería colocarse un método de planificación familiar, no quería volver a pasar por lo mismo, lo cual me dio gusto porque eso quería decir que ella había entendido que debemos de ser responsables con nuestra sexualidad. Le dí asesoría en cuanto a los distintos métodos que existían, y le coloqué un implante subdérmico que era una buena opción para ella.

Esta anécdota me hizo darme cuenta de la importancia que tiene en realidad escuchar a tu paciente. Sé que no llevo mucho dando consultas pero sí he notado que muchas veces por la presión de ver a un paciente en solo 15 minutos tratamos de hacer la consulta dirigida solo al problema principal y no vamos mas allá. No digo que se le resuelva toda la vida al paciente, pero muchas veces solo con escuchar podemos cambiar mucho la situación. Me alegra que en esta ocasión no solo me limité a dar una consulta de control prenatal si no que con una sola pregunta: ¿Cómo estás? pude hacer la diferencia, o al menos eso me gusta pensar. Los siguientes días transcurrieron tranquilos y terminé mi semana de consulta sola si ningún inconveniente, feliz de haberles dado opciones de tratamiento a mis pacientes y haberlos ayudado un poco.

9.5 DOCTORES DE RESGUARDO

La siguiente semana llegaron mas doctores al centro de salud. Eran los doctores que estaban anteriormente ahí, pero debido a la pandemia los habían mandado de resguardo por ser personal de alto riesgo. Eran tres, nos los presentaron y el director nos comunicó que también íbamos a rotar con ellos y así todos estaríamos en un consultorio con algún doctor de base. Una de ellas era pediatra, lo cual me entusiasmó porque a mi me gusta la pediatría. Me tocó rotar con ella y fue una experiencia inusual, pero con los niños era muy buena y me gustaba que siempre me dejaba un tema por estudiar y lo revisábamos al día siguiente. Estuve una semana con ella y después me cambiaron con otra de las doctoras que habían regresado, era sumamente agradable, tenía un Nintendo en el escritorio y me agradaba que siempre le gustaba estar actualizada con los temas y que te hace partícipe de la consulta, te preguntaba tu opinión y era como un intercambio de ideas, lo que para una pasante como yo hacía la consulta más dinámica y hacía que tomara mas seguridad y confianza, lo que te hace no solo mejor profesional sino también mejor persona. Después me toco rotar con otro de los doctores que había llegado. Con él la manera de trabajar era similar que con los otros doctores, me dijo que le interesaba que aprendiéramos, así que podíamos dar una consulta él y una yo, lo cual me agradó ya que anteriormente ya había trabajado así. Al estar en consulta me agradaba la relación que tenía con los pacientes y como ellos confiaban en él, incluso como lo buscaban para las consultas. Aprendí bastante con él, incluso un poco de medicina tradicional. Él me explicó que muchas veces los pacientes que acuden a consulta, aparte de vivir en alguna

zona muy alejada del centro, se niegan a utilizar algún medicamento, entonces él había estudiado las propiedades químicas de algunas plantas y cuando las revisé había varias que, de hecho, si recomendaban las guías de práctica clínica. Con él estuve rotando una semana igual que con los demás.

En la siguiente semana teníamos que hacer alguna actividad relacionada con la semana nacional de salud y el director nos indicó cuáles actividades nos correspondían. A mí me tocó hacer cédulas de detección oportuna a casos sospechosos de cáncer infantil, así que investigué y decidí hacer un cartel para la difusión y sobre todo para que las personas estuvieran atentas a cualquier dato de alarma en sus hijos. Ese día tenía como meta realizar 50 cédulas, que era un poco difícil debido a que casi no había niños, pero como también había campaña de vacunación, cada vez que algún niño pasaba a vacunas aprovechaba para informarles acerca de esta enfermedad y hacer una cédula sobre los datos de alarma. Fue una actividad muy interesante y sobre todo muy importante, ya que algunos padres de familia no estaban enterados acerca de los datos de alarma y en el futuro ellos podrían detectar cualquier dato de alarma en sus hijos.

De nuevo tocaba ir a la campaña de vacunación, esta vez en el deportivo de Xochimilco. Ahí volví a hacer lo mismo, estar en el área de observación. Esta vez solo me tocó ir dos días, pero el último día de nuevo las crisis de ansiedad se hicieron presentes. Una señora que acudió a la vacunación de repente empezó a repetir que nadie estaba capacitado para vacunarla, porque ella era alérgica a muchas cosas, y después de lograr tranquilizarla, se vacunó y se tranquilizó. Fue un evento un poco extraño pero hizo variar un poco la situación.

Ya casi terminaba mi rotación por el centro de salud, solo me quedaban dos días más, así que el director me mandó al área de epidemiología. Lo bueno fue que no era para tomar pruebas, que sí era una de las funciones del área, pero por el momento a mí me encargaron solo pasar el reporte de cuantas se habían tomado, y también de cuantas vacunas se habían aplicado, y entregar resultados de citologías cervicales y biopsias. Pasaron los dos días y mi rotación había terminado. Estaba feliz, pero de nuevo iba a extrañar ese lugar en donde a pesar de que solo había estado dos meses, había hecho grandes amigos.

9.6 RECTA FINAL Y LA META

De nuevo debía de acudir a enseñanza con la licenciada para que me dijera cual sería mi nueva rotación y esta sería capturar cédulas, muchas cédulas. En estos dos últimos meses no ocurrieron cosas relevantes, pero eso me ayudó a ponerme al corriente con algunos temas para estudiar.

Así llegó el último día de mi servicio social. Aún no sé cómo paso tan rápido este año, en el cual aprendí mucho, tanto profesionalmente como personalmente. Nunca creí que la modalidad rotatoria sería tan rotatoria, pasé por dos centros de salud, una UNEME y el área de epidemiología del centro de salud de Xochimilco, pasé de ser pasante de medicina a hacer "home office", pero desafortunadamente nunca roté por el Hospital Materno Infantil, fue lo único que no me agradó, es algo que por la pandemia no se pudo. Fue un servicio social inusual tal vez, pero fueron unas cosas por otras, como el que nunca pensé que tendría que realizar pruebas COVID o participar en una campaña de vacunación contra el COVID. Por algo esta narrativa se llama "médico pandémico de servicio social", y me alegra haber cumplido mis metas y objetivos, fue una experiencia única y ahora podré decir que fui una pasante pandémica.

10. ANEXOS:



CAMPAÑA DE VACUANACIÓN ANTIRRABICA



VASECTOMIAS SAN MATEO



SEMANA DE NACIONAL DE SALUD

RECOMENDACIONES

- Si crees que te pica una garrapata no esperes al brote de sarpullido y acude inmediatamente a tu centro de salud.
- Si encuentras una garrapata retírala de inmediato.
- Al salir de casa una repelente de insectos.

Esta es la mejor manera de sacar una garrapata:



- 1 Usa una pinza y sujeta las manos con guantes o pañuelos desechables, si es posible.
- 2 Agarra la garrapata completa lo más cerca de la piel.
- 3 Con cuidado, sácala derecha hasta que todas las partes de la garrapata estén afuera.
- 4 Lava la zona de la picadura con agua y jabón.

De ser así acude a tu centro de salud para recibir un tratamiento oportuno. Una infección que no se trata de inmediato puede causar GRAVES PROBLEMAS de salud, que pueden terminar con SECUELAS FATALES.

CS TIII SAN GREGORIO ATLAPULCO

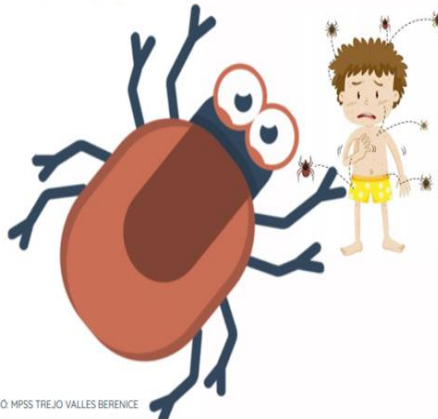
Gustavo Diaz Ordaz s/n, San Juan Mayatepec, Xochimilco, 16600 Ciudad de México, CDMX

TEL: 5558439559

salud.cdmx.gob.mx

QUE ES LA RICKETTSIOSIS?

CUIDADO CON LAS GARRAPATAS!!!!!!!



QUE ES?

Es una enfermedad producida por bacterias conocidas como rickettsias que son transmitidas por la picadura de una garrapata, puede ser mortal ya que destruye las células de algunos tejidos. La mayoría de las infecciones ocurren en primavera y verano, cuando las garrapatas están más activas.

COMO SE TRANSMITE?

A través de una mordedura de una garrapata infectada la cual permanece adherida a la piel de su huésped de 4 a 6 horas, tiempo en el que le inculca las rickettsias. Otro mecanismo es la contaminación de escoriaciones en la piel o mucosas por restos de tejido infectado de las garrapatas o sus heces.

El periodo de incubación de la rickettsiosis en el huésped humano es de 3 a 14 días, no existe transmisión directa de persona a persona.

FACTORES DE RIESGO

Mala higiene en el hogar.
Hacinamiento.
Descuidar a tus mascotas.

SINTOMAS



Pequeñas manchas o granitos rojos empiezan a salir en las muñecas y los tobillos, y se extienden avanzando hacia el tronco.



MEDIDAS PREVENTIVAS CONTRA LA RICKETTSIA

- 1 Vacuna y desparasita a tus mascotas.
- 2 Mantén tu casa limpia y ventilada.
- 3 Fumiga tu casa cada 6 meses.



LOS ADICIONES NO SON UN JUEGO

Los drogas son sustancias que producen una alteración natural del sistema nervioso. Sus efectos son tan nocivos que pueden causar la MUERTE.

Marihuana: Tos, liberación de ácido, disminución de la memoria, depresión, irritación de las vías respiratorias.

Alcohol: Pérdida de conciencia, la memoria, náusea, vómito, diarrea, desequilibrio para caminar, cáncer de estómago.

Amfetaminas: Pérdida del apetito, hiperactividad anormal, paranoia, delirio de persecución.

Cocaína: Muerte por paro cardíaco, respiratorio, Tiques, convulsiones, Parálisis muscular.

Alucinógenos: Alucinaciones psicóticas, distorsión de la realidad visual y auditiva, ruidos mecánicos o alucinados.

Alcohol: Trastornos mentales, cerebros hepáticos, Enfermedades cardiovasculares, Cáncer de estómago.

MUERTE

Atención y prevención del Cáncer infantil

es curable si se detecta a tiempo

RUTA PACIENTES CON SINTOMATOLOGÍA RESPIRATORIA

Patidez, fatiga, cansancio, mareo, sudoración abundante, secreción en oídos, Moretones, Puntos rojos en la piel, Masa abdominal, Pérdida de peso, tropiezos y caídas frecuentes.

Palidez, fatiga, cansancio, mareo, sudoración abundante, secreción en oídos, Moretones, Puntos rojos en la piel, Masa abdominal, Pérdida de peso, tropiezos y caídas frecuentes.

Dolor de cabeza, Sangrado en encías y nariz, Fiebre sin causa, Dolor en huesos y articulaciones, Bolicitas en cuello, axilas e ingles, Tropezones y caídas frecuentes.

Si notas alguno de estos síntomas acude al médico

MI NOTE 9
CÁMERA

ELIGE Y SALUD prevenir



“MEDICO PANDEMIAL DE SERVICIO SOCIAL”

11. REFERENCIAS:

- American Psychiatric Association. (2015). Manual diagnóstico de trastornos mentales DSM 5 (pág 322). Madrid: Editorial Medica panamericana.
- Ayala, B. (2012). "Centro Recreativo San Mateo Xalpa, Xochimilco". Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México, México.
- Carrió, S. (2007). Medicina narrativa en Pediatría. Relatos acerca de un paciente. Rev. Hospital Italiano de Buenos Aires, vol. 27, núm. 2. Recuperado el 25 de 06 de 2021 de <https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/MedicinaNarrativaRevistaHIBA.pdf>
- Centro de Prevención y Control de Enfermedades. (2021). COVID-19 CDC. Recuperado el 06 de 02 de 2021, de <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>
- CDMX (2020). Alcaldía Xochimilco. Recuperado el 07 de 2021 de <http://www.xochimilco.cdmx.gob.mx/mapa/>
- Embarcadero de las Flores Nativitas (s.f.) Historia de Xochimilco. Recuperado el 10 de 07 de 2021 de <https://www.trajinerasxochimilco.com.mx/historia/>
- Flores, L. H (2020). Chicuarotes, la realidad inamovible de México. Ocio con estilo. Recuperado de: <http://www.uaslp.mx/Comunicacion-Social/Documents/Divulgacion/Revista/Diecisiete/248/248-14.pdf>
- INEGI. (2020). Censo 2020 de Población y Vivienda. CDMX.
- Landázuri, G. (2012). La fiesta patronal de San Gregorio Atlapulco, México. Espacio de reproducción cultural e identitaria. Ra Ximhai, vol 8, núm 2. Recuperado el 15 de 03 de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/461/46123366011.pdf>
- Landázuri, G. (2018). San Gregorio Atlapulco: Cultura y naturaleza. Enlaces Xochimilco núm 6. Recuperado el 02 del 02 de 2020, de [dossier_18_I.pdf](#) (uam.mx)
- Martínez, C. (2015). El nacimiento a la profesión médica a comienzos del siglo veintiuno en México, una incursión desde la medicina narrativa. Entre poética y didáctica. Narrativas en el campo de salud (pp. 219-243). CDMX: UAM-X.

- Morales C. González R. & Martín G. (2020). Toma de muestras nasofaríngeas para diagnóstico de COVID-19. Revista ORL, 11(2444-7986). doi:10.14201.
- Ocampo, A. (2020). San Gregorio, el pueblo donde sus chicuarotes buscan recuperarse del COVID-19. Animal Político. Recuperado el 02 de 01 de 2021, de <https://www.animalpolitico.com/2020/12/san-gregorio-pueblo-chicuarotes-buscan-recuperarse-covid-19/>
- Secretaría de Salud. (2009). Prevención y tratamiento de Úlceras por presión en Primer Nivel. Guía de evidencias y recomendaciones. México: CENETEC.
- Secretaría de Salud. (2010). Diagnóstico y Manejo de Rubeola Congénita. Guía de evidencias y recomendaciones. México: CENETEC.
- Secretaría de Salud. (2017). Control Prenatal con Atención Centrada en la paciente. Guía de evidencias y recomendaciones. México: CENETEC.
- Secretaría de Salud de la Ciudad de México, (s.f). Secretaria de Salud. Unidades Médicas. Recuperado de: <https://www.salud.cdmx.gob.mx/unidades-medicas/centros-de-salud>
- Secretaria de Salud de la Ciudad de México, (s.f). Organigrama. Servicios de Salud Pública. Recuperado de: http://sersalud.cdmx.gob.mx/sspcdmx/organigrama.php?op=p_juri_xoch .
- UNAM. (2013). La fiesta del NiñoPa, tradición de Xochimilco. Boletín UNAM DGCS. Recuperado el 11 de 07 de 2021 https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2013_753.html
- UNAM. (2021). COVID-19 Comorbilidades de las defunciones. Coordinación de la investigación científica Recuperado el 26 de 07 de 2021 de la base de datos de Plataforma de información geográfica de la UNAM sobre COVID-19 en México: <https://covid19.ciga.unam.mx/apps/CIGA-UNAM::covid-19-comorbilidades-por-estados/explore>