

DOSSIER ESPECIAL

XAVIER BERTRAL



L'any que el covid ens va canviar la vida

Laura Rosel, Oriol Mitjà i Roger Coma, entre la trentena de testimonis recollits per l'ARA per reconstruir com ens ha afectat la pandèmia



▶ 31 Diciembre, 2020

2020: L'ANY DEL CORONAVIRUS



Maria Climent
Esriptora, 35 anys

1. Tot just feia deu dies que m'havia mudat de Barcelona a Amposta. M'havia instal·lat sola en un pis i allà em vaig quedar confinada. La idea de no poder sortir al carrer i no tenir contacte físic amb ningú sense saber si seria cosa de dues setmanes o de tres mesos m'estava afectant. Descobrir-me la sensació evident de necessitar la comunitat és la cosa que més em va marcar.

2. La lliçó que he après aquest 2020 ha estat ser molt conscient que vivim en una comunitat, un país, una ciutat, un poble, un bloc de pisos, una família, i que és important cada persona de la comunitat a la qual es pertany. I també he estat conscient d'una manera bastant palpable de com m'estimo la gent que m'estimo. Crec que el dia que puguem reunir-nos sense preocupar-nos del virus, abraçar-nos i riure fort seré molt feliç.



Josep Maria Argimon
Secretari de Salut Pública
62 anys

1. Em quedo amb com em van cuidar les professionals de l'ICS quan vaig contraure el covid-19 i, molt especialment, les infermeres i auxiliars de l'Hospital Germans Trias.

2. La gran capacitat d'adaptació i resiliència que ha demostrat el personal de l'ICS i de la resta de la xarxa assistencial en una situació extrema. Una pandèmia en què hem vist la nostra fragilitat com a societat.

L'any que el covid ens va canviar la vida

La cara més íntima del 2020 explicada en primera persona per alguns dels seus protagonistes

LARA BONILLA

El 2020 serà per sempre més l'any del coronavirus. No l'oblidarem mai. Poques coses més han passat que puguin fer-li ombra. La vida tal com la coneixiem ens va canviar de la nit al dia. Ens vam tancar a casa, vam teletreballar, vam deixar de veure els pares i els amics, vam canviar les abraçades per les trobades virtuals, vam parir soles, vam acomiadar familiars massa aviat i vam aprendre a conviure amb restriccions, amb mesures d'higiene i amb distància de seguretat. Hem explicat la tensió que es va viure als hospitals, la por dins les residències i les conseqüències econòmiques del confinament. Ara volem explicar la cara més personal del covid. Hem preguntat a més d'una trentena de persones conegudes i anònimes quines són les experiències que els han marcat més i quines lliçons n'han tret. Hi han participat sanitaris, mestres, actrius, cantants, responsables polítics, autoritats sanitàries, escriptors, malalts de covid, treballadors de residències, àvies i investigadors. La més jove, la Suu, té 20 anys, i la més gran, la

Serafina, en té 92. La primera ha après a estar sola i a gaudir d'ella mateixa. I a la segona, malgrat viure sola, no li ha caigut la casa a sobre, ha sentit la família a prop i ha après que encara es pot valdre per si mateixa. Dues generacions unides per una mateixa experiència. Hi ha crítiques a la gestió de la pandèmia, sobretot per la falta de material protector al principi. Moltes respostes són un cant a gaudir de la vida, el present i les coses quotidianes, i a dir t'estimo més sovint perquè demà pot ser tard. Es posa en valor el treball en equip i la necessitat de pensar en la col·lectivitat i no deixar ningú enrere. Que dins una vida hi ha moltes vides i que no hi ha més futur que l'ara han sigut altres lliçons compartides. S'esmenta també la por: la por d'emmalaltir i la por de no tornar a sortir de l'hospital. I un altre aprenentatge comú: som més fràgils del que ens pensàvem, no ho podem controlar tot i no som els amos del planeta. Segur que en més d'una resposta us hi sentireu reflectits. N'hem fet una selecció. Podeu trobar els textos sencers a l'interactiu web.

Les preguntes

1. Quina és l'experiència que t'ha marcat més i per què?
2. Quina lliçó n'has après?



Susana Ventura, 'Suu'
Cantant, 20 anys

1. El confinament ens ha marcat bastant a totes. En el meu cas, estava confinada amb el meu pare, però ell treballava i em passava el dia sola. Així que he après molt a estar sola i a estar bé, a aprofitar els moments de soledat, a gaudir de mi mateixa. I crec que és una cosa imprescindible a la vida.

2. He après a valorar les petites coses: els moments amb els col·legues, les cerveses en una terrassa... Coses que d'un dia per l'altre, de sobte, se'n van.



Oriol Mitjà
Infectòleg Hospital
Germans Trias, 40 anys

1. Una de les experiències que em va marcar més va ser veure que el 50% dels avis de les residències estaven infectats. I veure com es començaven a perdre vides pel covid és una cosa que marca. I el que he viscut amb dificultat és la incapacitat de traslladar el meu coneixement en gestió de la pandèmia a la presa de decisions polítiques. Si la mort d'avis m'ha entristit, això m'ha indignat.

2. És a través de la recerca que trobarem medicines i vacunes. Crec que no tenim prou clar o no érem conscients que la ciència fos tan central en el progrés de la humanitat. Ens ha de fer reflexionar que, sense la recerca, el covid continuaria present i no s'avançaria en el combat contra una pandèmia infecciosa. La ciència té un rol central i l'ha de mantenir, i ha de ser tractada com a tal, és a dir, amb més inversió.



Roger Coma
Actor, 44 anys

1. Un moment dur durant el confinament va ser quan les feines anaven caient. Vaig tenir una setmana en què em van cancel·lar quatre projectes que havia de fer els mesos següents. Com una cadena del desastre, com una plaga bíblica. Una maledicció còsmica.

2. Que tot penja d'un fil i que no és forçosament tràgic que sigui així. Tot pren un regist d'intensitat i últim dia del món gairebé grotesc.



▶ 31 Diciembre, 2020



Cristina Juher
Professora de llengua catalana, 46 anys

1. M'afecta moltíssim la falta de conversa presencial. Conversar. Enraonar. I com a mare i professora d'adolescents, em mata veure'ls tan submisos i conformats. M'entristeix que no protestin, que no parlin, que s'hagin acostumat a callar i a perdre tantes vivències i oportunitats. M'ha marcat i em desespera no veure la cara dels meus alumnes i no entendre gairebé res del que diuen.

2. He après a respectar i no envair l'espai físic ni emocional de la gent que estimo, i també a fer que els altres respectin el meu. La pandèmia m'ha confirmat que la programació didàctica i el currículum són només una guia que has de saber adaptar a cada alumne i a cada circumstància. L'educació i la cultura són essencials i imprescindibles, i en temps de dificultats encara més. És per això que cal invertir-hi molts més recursos i esforç.



Maria Neira
Salut Pública OMS, 58 anys

1. Parlar cada dia per videotrucada amb els pares. Encara tenen qualitat de vida i veure'ls tancats a casa i amb por m'ha marcat. Veure la por als ulls de la gent m'ha marcat i frustrat.

2. Que no som els amos del planeta ni del medi ambient. Que les nostres ciutats estan densament massificades i que en una setmana podiem teletreballar. Potser ha sigut beneficiós per frenar aquest ritme frenètic que portem.



Laura Rosel
Periodista, 40 anys

1. En destaco dues, però que estan connectades: les meves àvies i les meves filles. Tenia dues àvies abans de la pandèmia i ara només en tinc una. La primera va morir a mitjans de març, el coronavirus se la va emportar de manera fulminant; i la segona, que sempre ha estat molt acompanyada, ara al final de la seva vida, un cop més, la realitat la posa a prova i s'hi d'adapta, però ho ha de viure sola. M'ha marcat veure que dins una vida hi ha moltes vides. I també m'ha marcat la capacitat dels nens per acceptar aquesta situació i viure-la en positiu. Hauran crescut amb aquesta marca, tres mesos tancats a casa, i, tot i així, ser feliços i adaptar-s'hi molt bé.

2. El fet que tothom es tanqués a casa durant setmanes pel bé de tothom fent renúncies tan grans perquè estaven en joc les nostres vides, que és un bé superior, va ser una lliçó molt important: som capaços de fer-ho. I no cal que l'Estat aprovi no sé quantes lleis o que els jutges dictin sentències. Nosaltres mateixos, amb la nostra capacitat de sostenir-nos i cuidar-nos, som capaços de sobreviure i protegir-nos.



Estel Solé
Actriu, 33 anys

1. El naixement de la meua filla en el primer confinament.

2. Que només existeix l'ara. El futur és d'aquí unes hores, no gaire més lluny. La imprevisibilitat marca el ritme dels temps.



Isidre Correa
Pacient de covid, 61 anys

1. Saber que he passat gairebé 45 dies de la meua vida sedat i que quan em vaig despertar era com un nadó. No podia caminar, ni parlar, ni aixecar les mans, ni anar al lavabo... Tot el dolor que he sentit, que ha sigut molt, no era comparable al neguit que em produïa pensar que no podria ser autosuficient.

2. Que val la pena prendre't les coses com venen. Ningú tria infectar-se. Si et toca i sobreaccions, com vaig fer jo, pots morir. Val la pena gaudir de les petites coses de la vida. La més important és la gent que t'estima i que estimes.



Guillem Clua
Dramaturg, 47 anys

1. Aquest 2020 ha passat el millor i el pitjor de la meua vida, ha sigut un any molt intens, i això és el que m'ha marcat més. El fet que en una setmana et passi el millor i el pitjor que et pot passar em fa veure que la vida està plena de contrastos i que no s'hi ha d'intentar trobar un sentit.

2. He après a no donar les coses per fetes, a viure, a aprofitar el que ens dona aquesta vida, perquè potser demà ja no ho tenim. A dir t'estimo a la gent que estimes, a no deixar-ho passar. A aprofitar les oportunitats, a tirar-te a la piscina. És a dir, a ser més valent, en definitiva, perquè si ho deixem per a més endavant potser no tindrem l'oportunitat de fer-ho. I crec que aquest any ho he vist més clar que mai.



Àngela García
Infermera UCI Hospital del Mar, 41 anys

1. Veure morir pacients sols és la pitjor cosa que hem viscut. Veure un pacient morir dins l'UCI amb la família a l'altra banda de la paret, encara no ho hem paït. La soledat dels pacients és el més dur. I el patiment de les famílies.

2. Aquest any ens ha demostrat que important que és tot el que havíem engegat en termes d'humanització de l'UCI, de portes obertes, de passejades al mar... El fet d'haver-ho hagut de tancar tot pel covid ens ha fet veure que era molt necessari.

LA FAMÍLIA

"M'ha afectat no poder estar sovint amb els nets"

El valor de compartir estones amb la família i els amics ha sigut una de les lliçons del 2020 i una de les respostes més repetides. L'escriptora Maria Barbal reconeix que l'ha afectat "no poder passar estones, tot sovint, amb els nets; per tot allò que els nens aporten als grans". També l'ha marcat l'elevada mortalitat per covid a Tremp, el seu poble. "I he après com som de vulnerables i com poden ser de generoses algunes persones". Serafina Sabaté, una àvia de 92 anys, diu que la pandèmia li ha servit per sentir que té la família a prop. "Em sento i m'he sentit acompanyada. Soc a casa sola, però m'hi sento". Ara bé, lamenta que ha sigut el primer Nadal des del 1962 que no ha pogut reunir la família a casa. I ha après una gran lliçó: "Que amb 92 anys encara em puc valdre per mi mateixa i això és un estímul". La pandèmia també ha deixat escenes com la que va viure l'alcalde de Lleida, Miquel Pueyo, que va celebrar el seu primer casament a l'habitació d'una clínica de Lleida *in articulo mortis*: "Tinc el record d'anar vestit amb un equip de protecció individual [EPI] de cap a peus en aquest context".



▶ 31 Diciembre, 2020

EL MATERIAL

“Em feia vergonya repartir ulleres de moto”

La falta de material va ser una constant al principi de la pandèmia. Organitzacions i particulars van elaborar i repartir material de protecció. És el cas del pilot de ral·lis Nani Roma, que a través de la seva fundació va repartir centenars d'ulleres de moto. Reconeix que al principi li feia “vergonya”. És l'experiència que el va marcar més: “La meua sorpresa va ser veure la precarietat amb què treballaven molts sanitaris i les ganes amb què ho feien. A les residències n'hi havia que treballaven cobrint-se amb bosses d'escombraries i mocadors. Vaig quedar fotut i empenyat perquè qui ho hauria d'haver previst no ho va fer. Penses que això a casa no pot passar. La falta de previsió va ser un drama”. Miguel Vicente, president de Barcelona Tech City, va repartir tauletes als hospitals “perquè la gent es pogués acomiadar dels familiars”. Se li va acudir després de veure com amics molt propers perdien els pares sense poder-los dir adeu. “És molt impactant i em va deixar fred”. També al cantant Kelly Isaiiah Ogbobor l'han tocat “de prop” les pèrdues de familiars d'amics. Malgrat guanyar un concurs musical, ha hagut de renunciar als concerts i per això la principal lliçó del 2020 ha sigut “tenir paciència”.



Cristina Genebat
Actriu, 44 anys

1. L'experiència que més m'ha marcat i que crec que encara hem de pair és aquesta nova vinculació amb els altres. La manera de relacionar-se amb els altres és el que m'ha marcat més d'aquesta pandèmia. En l'era de les xarxes socials i amb la pandèmia, crec que les relacions socials i d'afecte es modificaran i ho estan fent d'una manera molt ràpida i estem una mica descol·locats. Em sembla que d'això en tindrem alguna seqüela.

2. Que tot pot canviar de cop. De cop i volta som enmig d'una pandèmia, estem tancats a casa, els teatres estan tancats i el que en dèiem la zona de confort ha deixat d'existir. No era prou conscient que les coses poden canviar d'un dia per l'altre. I moltes microl·liçons més: aprofitar el moment, cuidar la gent que estimo, valorar el que és imprescindible i el que no ho és tant. I moltes més que ens queden per aprendre.



Ferran Latorre
Alpinista, 50 anys

1. La cosa més dura ha sigut veure la meua mare intubada, sedada, inconscient a l'UCI i amb respiració artificial. Ha sigut dur veure així algú tan important en la teua vida com pot ser la mare, que ha patit tant i que encara pateix, perquè no s'ha recuperat del tot.

2. Hem sigut capaços de tirar endavant i superar situacions complexes, però cal més consciència col·lectiva. Com a societat, davant de situacions difícils, hem de ser capaços de pensar en tothom i no deixar ningú enrere. I aquesta és la lliçó que crec que no hem après del tot.



Ingrid Silvestre
Directora de la residència L'Olivaret, 41 anys

1. Vaig patir la malaltia i vaig estar ingressada. La vivència personal més bèstia va ser no poder estar a prop de la meua família, estar aïllada i no poder ni tocar el meu fill. Recordo el dia que vaig arribar a l'hospital amb una pneumònia bilateral i vaig entrar a urgències: ells no hi van poder entrar i ja no els vaig poder veure més. Tenia por, era al març i molta gent s'estava morint, i pensava: “No els he fet ni un petó”. No sabia si els tornaria a veure.

2. Encara és massa aviat per treure'n una lliçó. No m'he aturat a pensar-hi, perquè no puc. Potser quan estigui tot més estabilitzat podrem reflexionar, però aquest moment encara no ha arribat. Ara a la residència estem bé, però al març vam tenir un brot gros i va caure tot el personal. Va ser terrible. No hem pogut pair el que va passar.



Núria Mora i Lorente
mestra, 38 anys

1. M'ha marcat haver d'estar a casa gestionant un centre en la distància, sense experiències prèvies en aquesta situació, i combinar-ho amb la logística familiar pròpia de tenir tres fills petits confinats. Obrir la porta el primer dia de curs també em va fer un impacte gran. Saber que era el meu lloc, saber que ho havíem fet possible.

2. He après a valorar la importància del dia a dia a l'escola, dels moments compartits i del paper socialitzador per a alumnat, professorat i famílies. L'escola necessita presencialitat per existir com a tal.



Victòria Molins
Monja teresiana, 84 anys

1. El confinament va ser per a l'hospital de campanya de Santa Anna una acumulació de miracles humans. Les llargues cues del carrer Santa Anna i el Portal de l'Àngel en són testimonis. Cada dia es va poder donar esmorzar, dinar i sopar a més de 200 persones. En una epidèmia pot sortir el pitjor i el millor de les persones. Aquí ha sortit la millor versió.

2. Viure el present al màxim sense perdre l'esperança ha sigut la conseqüència de la gran lliçó de vida que la pandèmia m'ha ensenyat: el que ens fa feliços no és el que es viu, sinó com i des d'on es viu.



Joaquín López-Contreras
Infectòleg Hospital Sant Pau, 57 anys

1. A mi també se'm van escapar les llàgrimes en algun moment. Hi va haver centenars de situacions molt doloroses que no crec que oblidem mai. Ha sigut el pitjor moment professional de les nostres vides. També m'ha cridat l'atenció la incapacitat dels polítics, tant estatals com catalans, de posar-se d'acord en el moment més dramàtic de la vida de tothom.

2. La lliçó més important és que com a societat som molt fràgils. Ens hem sentit molt orgullosos de tenir un sistema sanitari equitatiu i millor que el d'altres països. Però s'ha demostrat que la falta d'inversió de les últimes dècades i les polítiques neoliberals havien deixat el sistema en una debilitat absoluta i, quan ha arribat una agressió, el castell de cartes ha caigut i hem tingut grans dificultats.



Meritxell Sánchez-Amat
Metge de família, 44 anys

1. Sentir-me cuidada per les persones que atenc al CAP. Els primers mesos de pandèmia parlava amb pacients meus i em preguntaven com estava jo, com estava la meua família, em deien que pensaven en mi i en com ho devia estar passant. Va ser molt emocionant sentir que la cura és en les dues direccions, no m'ho esperava i em va ajudar.

2. He après a conviure amb la malalta, de contagiar les persones que estimo, de perdre persones estimades, de no recuperar una vida mínimament normal, d'un futur incert.



▶ 31 Diciembre, 2020



Miki Núñez
Cantant, 24 anys

1. Haver de fer concerts d'una música com la meua, que és festiva i alegre, per ballar, amb gent asseguda, amb mascareta i amb dos seients de distància. Al principi em va sobtar molt, perquè no m'hauria imaginat mai que hauríem de fer concerts d'aquesta manera.



Patrícia Cendrós
Directora de residència La Ginesta, 46 anys

1. El fet de conuiu 25 dies amb les persones que viuen a la residència, aïllats del món, em va fer adonar de la importància que té per a mi el respecte i la humanitat cap a les persones grans. Igual que els meus companys, vaig creure en la necessitat de posar en valor els seus drets, cosa que no fa la societat actual, que els aïlla i menysté el seu valor. Decidir que prioritza això als meus fills o a la meua parella em va fer pensar molt en aquests valors i en la importància del que faig.

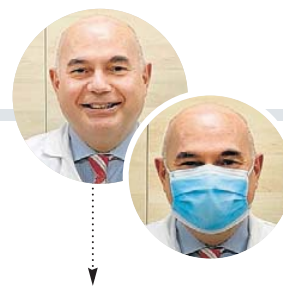
2. Que no està tot a les nostres mans com ens pensàvem, que no tenim ni podem gaudir de la llibertat que creïem ni podem prendre les decisions que creiem que prenem. Però, sobretot, aquesta situació m'ha fet veure que no tenim respecte, dignitat ni humanitat amb les persones grans que viuen en centres institucionals. En la nostra societat no tenim en compte el dret de les persones grans a decidir, i sento orgull pels que vam confinar-nos amb ells.



Marc Castells
Alcalde d'Igualada, 48 anys

1. El confinament perimetral de la ciutat va ser molt complex, sobretot quan van arribar els dies més durs, amb la mortalitat disparada. Un matí em van ensenyar una imatge del tanatori en què es veia un centenar d'urnes que els familiars dels difunts no podien anar a recollir, i em va impactar de debò, perquè es parlava molt de xifres però darrere dels números hi havia persones concretes.

2. He après que en la pitjor situació apareix la millor versió d'una societat madura. La gent reclama informació veraç i transparent perquè tenir certes sempre genera confiança. A Igualada i al país hi ha hagut molt patiment, però també hem vist solidaritat. Hem viscut escenaris de gravetat extrema i la ciutadania ha demostrat que està disposada a fer els sacrificis que calgui, sempre que se la tracti com una població adulta.



Josep Taberner
Oncòleg i director del VHIO, 57 anys

1. L'experiència positiva és la capacitat de reacció que va tenir la ciutadania durant la primera onada del covid-19. Veure tanta gent treballant conjuntament, donant suport, fent multitud d'accions perquè la població en sortís més ben parada i l'ajuda que vam rebre en l'àmbit sanitari va ser una experiència única en un període tan difícil. Però també en diria una altra de negativa. Ara que enfoquem la tercera onada, molts d'aquells valors s'han oblidat i fins i tot moltes de les accions que es van fer en la primera onada ara es discuteixen molt. Aquesta és una guerra que hem de lluitar conjuntament, i seria bo que tornéssim a tenir aquells valors socials de comunitat.

2. I, malgrat l'arrogància humana que pensava que ho podria controlar tot o gairebé tot, hem vist que hi ha coses que no són controlables.



Iolanda Batallé
Directora de l'Institut Ramon Llull, 48 anys

1. El silenci de quan vam fer el confinament total. I també el silenci de la primera sortida. Vaig baixar caminant fins a la catedral de Barcelona i era com ser en un poble de 60 habitants.



Víctor Espiga
Mètge servei addicions Hospital de Mollet, 43 anys

1. El moment que vaig deixar el meu lloc de treball habitual i vaig anar a col·laborar per tractar pacients amb covid. A l'entrar per primer cop a la sala amb 22 pacients amb covid, la por barrejada amb l'estranya serenitat que m'aportava saber que era al lloc on volia ser no la podré oblidar mai.

2. Prendre consciència que formem part d'una col·lectivitat i que, com a tal, hem d'actuar. Per separat som molt petits, però si aconseguim centrar-nos en un objectiu comú ens convertim en un gran mur que tot ho para.



Pepa Bertran
Mètge de família i afectada per covid-19, 61 anys

1. Veure els companys embolicant-se amb bosses d'escombraries per anar a visitar pacients als domicilis i les residències. Ha sigut un impacte bestial, no m'ho hauria imaginat mai. Que les nostres autoritats sanitàries no ens protegissin ni informessin. Van morir sanitaris i d'altres ens vam posar malalts, i encara estem lluitant pels nostres drets.

2. Que la societat actual és prepotent i invasiva amb altres espècies. I ara hem après que som fràgils i que també ens poden envair. No tenim el control absolut sobre el planeta.

EN PRIMERA LÍNIA

“Les famílies amb menys recursos ho estan passant malament”

Sanitaris, bombers, personal de neteja, treballadors de supermercat... Els treballadors essencials han estat al peu del canó des del març. Eduard Queraltó és caporal de la Guàrdia Urbana de Barcelona i destaca una escena al principi de la pandèmia, durant una intervenció rutinària en un domicili: “Hi vam arribar al mateix temps que el SEM i veure baixar els companys completament tapats amb l'EPI, que no els podies ni reconèixer, em va semblar una imatge més pròpia d'una pel·lícula que de la vida real. Prens consciència de la gravetat de la situació”. Queraltó recorda que aquells dies Barcelona semblava una “ciutat fantasma”. Al bomber Antonio Cabeza el va impactar el que va veure quan anava a les residències d'avis: “Treballadors amb uns EPI insuficients, desbordats per les

baixes de personal, sense tenir clara la manera d'actuar i, sobretot, en aquells moments amb un reconeixement nul: fins i tot es criminalitzava la seva actuació”. A la cap d'urgències de l'Hospital de Sant Pau el que més “frustració i tristesa” li ha generat són “les desigualtats socials i sanitàries arreu del planeta”, que el covid ha fet més visibles. “Les famílies amb menys recursos ho estan passant malament. Als problemes de salut s'hi afegeix que han perdut la feina, i és realment molt difícil. La recerca ens portarà vacunes i tractaments, però les desigualtats, més difícils de canviar, continuaran marcant la diferència”, sosté. El cap d'epidemiologia de l'Hospital Clínic, Antoni Trilla, destaca com a experiència positiva “la capacitat de transformar i adaptar la feina a l'hospital de manera ràpida i efectiva”, així com el treball en equip.