

## La desescalada para esta pandemia

La recomendación es de hacerlo de forma progresiva y asimétrica, adoptando acciones que tengan presente: que la transmisión esté bajo control, que los sistemas de salud tengan capacidad para tratar y rastrear contactos, que los riesgos de brotes en centros de mayores o instalaciones hospitalarias sean monitorizados, que las medidas preventivas en lugares de trabajo, escuelas o transportes sean cumplidas; y que todos como sociedad nos comprometamos a respetar normas higiénicas, de distanciamiento social u otras que se nos sugieran. Pues estoy convencida de que todos rechazamos vivir en cuarentena permanente.

Debemos adaptarnos a esta nueva fase, y para ello necesitaremos tiempo, un tiempo que nos fue dado en el confinamiento. Como en la canción de Mercedes Sosa, ***en la vida todo cambia, cambia el ayer y cambiarán las cosas mañana***, lo importante es que pensemos que estos cambios nos ayudarán a todos por igual. Y eso requerirá, en principio, seguir con la medida estrella del distanciamiento social para evitar la transmisión. Parece claro, por los datos objetivos que conocemos actualmente, que esta enfermedad es multifactorial y una desescalada debe tenerlo presente. Es obvio que el objetivo a salvaguardar es la salud, y para ello es necesario llevar a cabo test serológicos masivos, para tener una fotografía global de la inmunidad real, y fortalecer de forma permanente las infraestructuras sanitarias, así como garantizar todas las medidas de protección al personal sociosanitario que las integran. Este sueño de salud para todos en cualquier lugar del mundo no es un experimento, está en relación a lo que todos queremos como sociedad del bienestar, pues como dice *Cyrulnik* ***la salud es el antídoto para saber si una sociedad es igual para todos***.

El profesor Doherty, inmunólogo, habla de un camino a recorrer con informaciones técnicas parcialmente conocidas o totalmente desconocidas, pero con una idea clara sobre la búsqueda de una inmunidad global frente al COVID 19; y hasta conseguirlo debemos convivir con las decisiones de querer abrir los pequeños negocios, de si se podrá ir a clase, o recuperar la rutina de medir la presión arterial en su centro de salud; o, quizás, más ambicioso la de celebrar un cumpleaños entre amigos. Estas situaciones están aún por decidir, pues este virus aún circula y puede continuar un tiempo mayor o menor en función de como científicos, responsables gubernamentales y ciudadanos colaboremos para poder dar una respuesta

real como colectivo. En nuestra área panamazónica donde durante años vivimos el aislamiento por la enfermedad de Hansen (lepra) conseguimos salir gracias a acciones bien concretas: como la de realizar exámenes dermato-neurológicos a toda la población, el acceso a los tratamientos gratuitos y el rastreo continuo de los comunicantes.

Esta desescalada, peldaño a peldaño, nos toca hacerla con cierto grado de confianza, pues todos vamos a participar de la misma maratón, aun cuando el ritmo sea desigual en función del km de desescalada en que nos encontremos, pues todos queremos **salir a la calle más sanos y mejor preparados**. En ocasiones los seres humanos infravaloramos nuestra propia resiliencia, y esta experiencia nos debe haber enseñado que la salud depende en gran medida de la ecuación resultante de medidas preventivas, y la consolidación de un sistema de salud pública reforzado; para poder llegar a ser un poco **más INDESTRUCTIBLES** frente a virus, bacterias, hongos o parásitos. Cuando trabajas en zona endémica de alta vulnerabilidad, o de bajo índice de desarrollo humano, te conviertes en gente muy normal que no se rinde, esto lo he aprendido con personas que han sufrido malaria, jorge logo, puru-puru, hansen (lepra). Todos reconocemos que el mosquito, o el bacilo, o el virus vendrán de nuevo cada año a la misma zona, a las mismas casas, a los mismos ríos, a las mismas vidas, pues como diría el profesor Tal Ben-Shachar esta gente practica, sin saberlo, la denominada psicología positivista. De ahí que entiendan que su supervivencia dependa de no rendirse nunca, y ser capaces de seguir adelante en el mismo contexto de dificultad, pero con una actitud bien diferente. En estos días de trabajos y reuniones intensas tratamos de buscar protocolos de actuación a largo plazo, entre este COVID 19 y nuestras llamadas enfermedades tropicales olvidadas; y reflexionando, como grupo, pensamos que todo esto que estamos viviendo debería ser un ejercicio de confianza hacia la ciencia, como una materia de conocimiento global, y apelar a su sentido ético para reivindicar la salud como derecho fundamental y no como un privilegio en función de donde nazcas.

Antonia López González. Especialista Enfermedades Tropicales. ACI-ESADTE.-AMAZONAS.BRASIL