

**Figura 1. Foto de Graciela Díaz de Alfonzo, madre del suscrito del artículo, el cual está dedicado íntegramente a su madre que por sus numerosas veladas, impotencias, sacrificios y sapiencia supo enrumbar el manejo del asma de su primogénito. Murió en diciembre del 2020 por diabetes.**



## **EL SARS-CoV-2 ME HIZO DESCENDER LOS INFIERNOS POR LOS CAMINOS DE DANTE...**

### **Salí por el Baile.**

**Por Dr. Miguel Alfonzo**

#### **Introducción**

**T**odo aquél que haya crecido en zona costera y sepa nadar, respeta al mar. Pero, también aquél que ha sido paciente del asma, respeta a toda enfermedad respiratoria. Esos respetos los tengo y los he practicado a lo largo de mi vida, porque nací en la Guaira, aprendí a nadar como pez en el agua y crecí con el asma.

Este artículo decidí a escribirlo ante el padecimiento que tuve de COVID-19 desde el **21 de julio**

pasado, hospitalizado en la Unidad de COVID-19 del Hospital Pérez Carreño el **28 de ese mes** y dado de alta el **08 de agosto**, y aún en plena recuperación.

Hay muchas razones para haberlo escrito que, a lo largo del contenido del manuscrito, las percibirá el lector atento, pero quiero adelantar que la principal razón que tengo es el de divulgar como testimonio personal de lo que sucede en un paciente al momento de inicio y el transcurso de esta grave enfermedad. Consciente que

cada experiencia es diferente, considero que son pocos los que han podido contarlo después, y mucho menos, escribirlo al respecto.

Trataré en este artículo elementos personales (biográficos), posiblemente emotivos, todos relacionados con el tema principal, pero principalmente, reflejaré con la mejor objetividad el proceso que se tiene de la enfermedad, desde su inicio hasta la recuperación. Además, debo incluir en este artículo elementos científicos del virus y de la vacuna, de la



**Figura 2.** Entrada del Hospital José María Vargas, San José, Caracas. Lugar donde aún se encuentra el Servicio de Neumología. Allí estuve por cinco años con terapia respiratoria y aprendiendo sobre mi enfermedad, el asma.

terrible situación que vive el país con el bloqueo y asedio de las potencias extranjeras, y cómo eso ha afectado el cuerpo de salud que combate día a día esta terrible enfermedad. En algunos momentos usaré algunas palabras soeces, solamente con la intención de expresar con fuerza lo que me estaba pasando.

En pocas palabras, voy a hacer el intento de dar un panorama íntegro de la enfermedad, por lo que mi querido lector y lectora, el artículo será largo, pero le aseguro que no se aburrirá y aprenderá, modestia aparte, porque se requiere conocer la enfermedad y enfrentarla, y para ello se necesita la mayor cantidad de conocimientos posible. No hay otra. Pues, sin más preámbulo, lo invito a dar el paseo que se dio Dante

por los caminos del infierno, purgatorio y finalmente al paraíso (**La Divina Comedia, Dante Alighieri, escrita en 1304 y finalizada en 1321**) y el virus me los hizo recorrer completo, y aún sin llegar al paraíso.

### **¿CÓMO VIVIR CON EL ASMA Y NO MORIR EN EL INTENTO?**

¡Qué difícil crecer con asma! Un niño guaireño que le gustaba jugar pelota de goma o fútbol, a veces le aparecía la crisis del asma y se acababa el juego. Vivir en una zona calurosa como La Guaira, llegar de jugar pelota y meterse en la nevera para tomar agua... mortal. Aparecía el asma, y se hizo más recurrente. Mi querida madre (**figura 1**) literalmente sufría. Preguntaba, averiguaba entre familiares y vecinos que se podía hacer. Les

llegó los consejos populares, numerosos brebajes y me los administraba disciplinadamente. Algunos horrosos en sabor, pero ¿Cómo hacía un niño para negarse a tomarse esas vainas asquerosas? Muchas veces funcionaban, pero otras veces no, y ahí mi mamá debía correr y si el caso era grave, con mi papá, a emergencia del hospital de Pariata (muchas veces de noche, sin carro, pues un calvario) y el remedio final era la inyección en la rodilla de adrenalina, eso era lo que realmente me calmaba la crisis asmática. Llegaba a la casa cansado, muy cansado, pero recuperado de la función pulmonar. El tema era que la administración de adrenalina es de alto riesgo para el corazón. Por lo que mi mamá lo pensaba 40 veces para ir al Pariata, porque posiblemente el remedio iba a ser peor que la enfermedad.

Cuando la situación se convirtió insostenible (si me reía mucho se activaba el asma, si comía patilla, principalmente fría, se activaba la asfixia. ¿Cómo carajo un niño evitaba reírse

**Figura 3.** Entrada del Instituto de Biomedicina, al lado del Hospital José María Vargas, San José, Caracas. Lugar donde aún se encuentra el Servicio de Alergología. Allí estuve por cinco años con inmunoterapia y aprendiendo sobre mi enfermedad, el asma.

o comer frutas? ¿Cómo dormir ahogado toda la noche durante las crisis, oyendo el bendito pitido de mi pecho y amanecer cansado al día siguiente, con ganas de salir a jugar, pero imposible? Pues tuve que aprender y adaptarme a esa terrible situación en mi niñez y pre adolescencia.

Pues llegó un momento que mi mamá agarró el toro por lo cachos por el aumento de las crisis asmáticas y decidió acudir a la ciencia. Es decir, al tratamiento sistemático de la enfermedad. Preguntó, averiguó y llegó... al Servicio de Neumología del Hospital Vargas (**Figura 2**), donde allí comencé a conocer a mi cuerpo, a saber, entender la enfermedad (de acuerdo a mi edad). Lamentablemente no recuerdo el nombre de la Doctora (Blanca, muy delgada, asombrosamente delgada y austera en su vestir), explicaba claramente sobre mi enfermedad, a mí, como carajito y a mi mamá. Eso es lo que recuerdo de esa maravillosa doctora de ese servicio. Fue mi guía por cinco



años de terapia respiratoria (dos veces a la semana por cinco años continuos debía acudir a su servicio), sus consejos y su sabiduría para referirme al Instituto de Biomedicina (**Figura 3**), a la Unidad de alergología donde me atendieron la parte alérgica del asma por cinco años simultáneos con la terapia respiratoria, administrando las terapias de alérgenos para hacerme insensible a los mismos.

Aparte de ello, comencé a nadar con mayor sistematización, a saber, respirar, a enfocarme. Y aquí, a esa edad ocurrió un fenómeno que me ayudó a salvarme de la COVID-19 décadas después.

Comencé a bailar. Yo era muy tímido para las chicas y en el

tercer año del Liceo Andrés Eloy Blanco, en Propatria (nos habíamos mudado de la Guaira a Caracas), tomé la decisión de aprender a bailar salsa ¿Cómo coño iba a crecer en Catia, con los panas y durante las matines del liceo no podía bailar salsa? Comencé a bailar solo frente al espejo y luego decirle a mi tía **Gladys Alfonzo** que me ayudará (ya lo había iniciado a los 10 años, pero solamente música de la orquesta Billo Caracas boy). Pues caballero, comencé a sentir la salsa y bailarla: **Barrunto, Abuelita, Como se compone un son, las Caras Lindas, Jala jala, Cuero na más, timbalero**, un largo etcétera. Pura salsa brava.

¿Pero por qué saco este elemento en un tema sobre COVID-19? Adelanto que el baile, cualquiera que sea, mi

experiencia fue la salsa, te ayuda a enfocarte y respirar con control para poder controlar tu cuerpo y poder bailar a la chica con fuerza, elegancia y swing. Esa es la clave. Ese es el punto: sentir la música (algunos los llaman tener oído, pero a mí me gusta más decir sentir la música). Pues con el aprendizaje del baile, me hice más popular en el liceo y después en la Facultad de Ciencias de la UCV (a pesar de ser un completo nerd en los estudios desde mi primaria) me llegaron a llamar el *Michael Jackson* de la salsa. El baile fue que me dio la energía y el enfoque de mi vida, incluso, logré conquistar a la que iba a ser mi esposa hasta el día de hoy (más dura para decir que sí, pero fue con el baile que lo logré).

Y el asma desapareció. No digo por el baile, sino el conjunto de medidas que tomó mi mamá y yo seguí disciplinadamente. No tuve más asma, desde los 15 años comenzó a amainar las crisis, fue un milagro. Comencé a ver los colores del día diferentes, a ver la vida, mi vida con otro color y esos asombrosos cambios lo tengo aún en mi recuerdo y fueron la esencia de mi crecimiento físico, espiritual e intelectual.

Para terminar esta parte debo mencionar que, faltando

dos semanas para presentar mi tesis doctoral sobre la inmunopatología del VIH en el Instituto Pasteur de París, me dio asma. Coño tenía 20 años que no me daba y apareció de repente, ¡¡¡hasta perdí la voz!!! ¿Cómo ensayar con mis compañeros del laboratorio la tesis, ahogado y sin poder hablar, y cómo iba a presentar la tesis después de 4 años arduo trabajo? Pues rápidamente comencé a realizar mis ejercicios respiratorios y tratar una infección de la faringe con antibióticos. En cinco días me recuperé del asma y de la voz por completo y pude ensayar y presentar mi tesis con la decisión de cinco jurados de darme la mención *trés honorable* el **05 de Julio de 2002**. Aprendí dos cosas de ese episodio: el asma no se cura, me puede volver aparecer, hasta por un stress crónico, pero también pude ver que mi experiencia de años sobre mi enfermedad, la pude controlar sin medicamentos, solo saber respirar, es decir la terapia respiratoria.

### LLEGÓ EL SARS-CoV-2 AL MUNDO

Cuando se anunció la aparición del coronavirus SARS-CoV-2 a finales del 2019 por parte de China, yo formaba parte del equipo de directores del Instituto



**Figura 4: Anuncio del presidente Nicolás Maduro de los dos primeros casos de infección por Coronavirus, provenientes de un vuelo comercial de España (13 de marzo de 2020).**

Nacional de Higiene “Rafael Rangel” (INHRR) y se empezó a preparar los protocolos respectivos, de acuerdo a los lineamientos de la OMS para recibir y enfrentar la posible llegada del virus al país, todo bajo la dirección de la Doctora **Lesbia Muro**, directora en ese momento del INHRR.

Durante el primer año de la pandemia del país, personalmente nunca tuve temor del virus, a pesar de mi condición de asmático. No sé si fue por el intenso trabajo que hubo en el Instituto desde que llegó la pandemia al país el 13 de marzo (**Figura 4**). No hubo descanso, fueron meses intensos, muy intensos, todos bajo estrictos controles de bioseguridad. Si quiere

conocer los detalles de todo ese trabajo, puede encontrarlo en la revista del INHRR “**Los ojos de la Ciencia**”, la cual dirigí con un excelente equipo editorial del instituto (<http://www.inhrr.gob.ve/publicaciones.php>)

Lamentablemente, por razones que no vienen al caso, tuve que dejar el cargo el **28 de enero del 2021** como director de Docencia, Investigación y Extensión del INHRR ante una nueva presidenta del instituto, y libre de esas responsabilidades, adquiriendo otras, empecé a tener inquietud sobre el virus y mi posible infección.

### LLEGÓ LA VACUNA CONTRA COVID-19 AL MUNDO

A partir del **10 de enero de 2020**, cuando los científicos chinos publicaron la secuencia del SARS-CoV-2, los investigadores de vacunas se prepararon inmediatamente para iniciar una competencia para obtener la primera vacuna contra el virus causante de la pandemia del siglo XXI.

En este sentido, el presidente de Rusia, Vladimir Putin, sorprendió al mundo cuando anunció el **11 de agosto del 2020** que su país ha registrado una vacuna contra el coronavirus, la cual iba a ser la primera vacuna registrada en el globo terráqueo. A partir

de este acontecimiento, lamentablemente, en lugar de examinar la ciencia que existe detrás de la plataforma de vacunas basadas en vectores adenovirales que Rusia había desarrollado, algunos políticos y medios de comunicación internacionales optaron por centrarse en la política y en los intentos de socavar la credibilidad de la vacuna rusa, incluso, sancionar al Instituto involucrado. Pero el tiempo les ha dado la razón, la vacuna rusa y las demás, han funcionado para proteger la población mundial contra el virus. Seguidamente debo dar un resumen de las bases científicas de la vacuna, la cual me iba a salvar de la muerte cuando me infecté del terrible virus.

### ¿CÓMO ACTÚA LA VACUNA RUSA?

Tradicionalmente, las vacunas se elaboran a partir de virus debilitados o muertos, o fragmentos de virus. Pero producir grandes cantidades de vacuna de esa manera puede llevar años, porque tales vacunas deben fabricarse en células (SN: **7/7/20; Los Ojos de la Ciencia n° 4**), que a menudo no son fáciles de cultivar en grandes cantidades. Al momento en que sale a la luz pública el genoma del SARS-CoV-2, permitió a los científicos

aprovechar rápidamente la información genética del virus para hacer copias de una pieza crucial de SARS-CoV-2 que se puede utilizar como base para las vacunas. Nos referimos a la que se conoce como proteína de espiga (glicoproteína S). Se encuentra en la superficie del virus, formando su halo y permitiendo que el virus se adhiera y entre en las células humanas, a través de un receptor, la molécula ACE2. Debido a que la proteína de espiga está en el exterior del virus, también es un objetivo fácil de reconocer para los anticuerpos.

Los investigadores han copiado la versión de las instrucciones del SARS-CoV-2 para convertir la proteína de espiga en ARN o ADN, o han sintetizado la proteína en sí, para crear vacunas de varios tipos. Una vez que la vacuna ingresa al cuerpo, el sistema inmunológico produce anticuerpos que reconocen el virus y bloquean su entrada en las células, ya sea para prevenir infecciones o para ayudar a las personas a evitar enfermedades graves.

En ese sentido, los Investigadores del Instituto de Investigación de Epidemiología y Microbiología Gamaleya con sede en Moscú



**Figura 5. El Instituto de Epidemiología y Microbiología Gamaleya con sede en Moscú, donde se obtuvo la controvertida vacuna rusa Sputnik. Desde los años 1980, el Centro Gamaleya ha encabezado el esfuerzo por desarrollar una plataforma tecnológica que utiliza los adenovirus, que se encuentran en las adenoides humanas y que normalmente transmiten el resfriado común.**



**Figura 6. El presidente Nicolás Maduro anunció la participación de la Fase III de la vacuna rusa Sputnik V con 500 voluntarios venezolano (09 de octubre de 2020).**

(Figura 5), que forma parte del Ministerio de Salud de Rusia, desarrollaron la vacuna en dos partes. Ambas partes comienzan con el virus que causan el resfriado común, el adenovirus. Esos virus, el adenovirus 5 (rAd5) y el adenovirus 26 (rAd26), fueron diseñados para producir la proteína espiga del coronavirus. Dado que está en la superficie del virus, también es un objetivo de los anticuerpos contra el virus.

En ese contexto, en una entrevista radial del mes de junio pasado, al terminar la misma, la moderadora me preguntaba si yo estaba vacunado. Por supuesto le dije que no, por lo cual me informa que me iba a incluir en un operativo del MPPS para vacunarme con la Sputnik V, gracias al acuerdo que habían llegado meses atrás (octubre de 2020) el presidente Nicolás Maduro con el presidente ruso Wladimir Putin para traer la vacuna rusa al país (Figura 6). Me vacunaron en el mes de mayo pasado, el 28 para ser más preciso, me vacunaron con la 2da dosis en el Hospital Vargas (nuevamente el hospital Vargas).

Con mis conocimientos de inmunología y todo lo que había investigado y escrito en la revista de divulgación

científica “El Vitral de la Ciencia” (<https://revista.vps.co.ve/>), sabía que me había protegido contra el virus gracias a la vacuna. Lo que no sabía era el cómo iba a ser el golpe de la infección en mi condición de asmático. Ya estaba en mi mente intuyendo que pronto me iba a encontrar con el virus ¿Estaría preparado con mis conocimientos científicos del tema superar el aspecto patológico y psicológico de la enfermedad? veamos.

### **COMIENZA EL DESCENSO A MIS INFIERNOS. ME INFECTÉ**

El miércoles 21 de julio pasado, a las 7.30 pm comencé a sentirme mal, con un malestar en el cuerpo como si comenzara una gripe. Se instaló una fuerte fiebre esa noche, mas nada. El jueves en la noche continuaba con mi fuerte fiebre que no bajaba con nada. Ya comenzaba a sospechar de la infección y el viernes, al seguir la fiebre, muy intensa y muy debilitante, tomé conciencia que me infecté. No habían dudas en mí. Comencé a estar pendiente que nadie de mi familia presentara síntomas algunos, me aislo en mi cuarto. Llamo al INHRR para que me hiciera la prueba de la PCR el sábado, pero amaneció lloviendo en Catia e informé

que no podía ir esa mañana sabatina, a pesar que había despertado sin fiebre, pero débil, la lluvia me iba a poner peor. Quedamos el **lunes 26 de julio** en hacerme la prueba. En la noche de ese sábado volvió la fuerte fiebre, sin embargo, al día siguiente, se calmó la misma, estaba muy debilitado, pero pensé que había pasado lo peor, ya que no tenía otro síntoma, ningún otro tipo de síntoma. La vacuna me había protegido...

El domingo en la noche ya sin fiebre comienza una fuerte tos que no me dejó dormir toda la noche. me hizo recordar mis noches de asmático. Allí comencé a preocuparme realmente, el virus ya había llegado a mis pulmones. ¿Estarían resistentes al virus por la vacuna a pesar de mi condición de asmático?

El **lunes 26 de julio** desperté débil pero decidido a hacerme la prueba con la seguridad que me iba a salir positivo. En mi casa no estaban seguros, pensaban que era una fuerte gripe. Que vaina, tienen un científico que trabaja en el tema, pero no había manera de convencerlos que era positivo. Hubo episodios de gripe en el primer año de la pandemia en mi casa, Se instalaba el temor, pero al ver todo el cuadro, síntomas, etc.,

llegaba a la conclusión que no era COVID-19, pero no me creían. Hasta que no saliera la prueba de la PCR negativa no se convencían que no era COVID-19. Pero cuando me tocó, no me creyeron...

Me hicieron la prueba y esperar el resultado el martes. Como estaba seguro comencé a prepararme a la hospitalización, llamé a un contacto para que me pudieran ver ese mismo día lunes en el Clínico, sin esperar el resultado. En el clínico me dieron cita al servicio de COVID-19 para el día siguiente, Así fue, yo ya estaba en el clínico, a temprana hora ese martes, muy débil, ya que tuve la 2da noche de tos terrible, pero sin fiebre. Por razones de ética no voy a contar los detalles de la atención en el clínico que tuvieron conmigo. Sé que varios colegas fueron muy bien tratados y sacados con salud después de un cuadro de COVID-19, pero yo no tuve esa suerte.

Tomé una decisión, debía hacerle caso a mi cuerpo, a más nadie. Llegué a la casa del clínico. Normalmente tomo menos de cinco minutos para llegar a mi casa desde el metro de Propatria. Ese martes al mediodía duré 30 minutos ;;; 30 minutos!!! No tenía tos,

sino la enorme fatiga, no podía levantar los pies, debía arrastrarlos literalmente, no tenía fuerzas. Estaba muy, pero muy preocupado, esto se estaba complicando. Al llegar a la casa comencé a hacer algo muy importante, mucho más cuando me informan que soy positivo al PCR, no hubo sorpresas. Comencé a comunicar, a través del twitter, de mis contactos para informarle de mi enfermedad y saber qué hacer. Es por ello que ese martes en la noche me llama mi hermano del alma, **Ricardo Molina**. Me hace dos preguntas luego de escuchar todo lo que estaba pasando desde el 21 de julio: ¿quiere que te ayude, quieres salir de la casa a hospitalizarme? Rápidamente le dije que sí a su motivación, estaba seguro que en la casa no iba a aguantar. Pero le puse dos condiciones, que fuera rápido la hospitalización y no quería estúpidos al lado mío. Sabía cómo profesor de la Facultad de Medicina de la UCV desde hace 28 años que si no es la enfermedad que te mata, es el profesional que sin criterios ni conocimientos que te trata. Pues, estuvo de acuerdo con las dos condiciones. Inmediatamente me llamaron, me iban a recluir en el hospital Pérez Carreño, pero esa noche no pude ir, no llegó la ambulancia para que me



**Figura 7. Ala Noroeste de la Unidad de cuidados moderados de COVID-19 del Hospital Pérez Carreño, Caracas. Lugar que estuve hospitalizado desde el miércoles 28 de julio hasta el domingo 08 de agosto para tratarme la COVID-19.**

trasladaran. Tuve que pasar la peor noche que he tenido en la edad adulta de la tos y el ahogo. Eso fue horrible, pero... no sabía que venía lo peor.

Al día siguiente me levanté muy débil, y le dije a mi esposa, “si a las 9.00 am no llega la ambulancia, nos vamos tú y yo así sea en un carrito por puesto al Pérez Carreño, tengo cupo y me están esperando”. Así fue, mi querida Yadira me acompañó en una camioneta, medio ahogado al hospital. Me hizo recordar de forma nítida la escena de bajar las escaleras para llegar al Pérez Carreño, cuando mi mamá me llevaba

de su mano ahogado del asma al hospital de Pariata...

Llegué a las 11.45 am a la unidad del COVID-19. Me recibieron, me informan delante de mi esposa que los familiares deben traer la comida del día al paciente y realizar los exámenes clínicos respectivos cuando sean necesarios. Eso nos cayó como agua fría. Rápidamente pienso y le digo a mi cónyuge: “tráeme a mitad de mañana el desayuno y la cena, con dos comidas es suficiente. trata que la comida de la cena se pueda comer fría”. Esto con la idea de que fuera una sola vez al hospital. Me despedí de mi querida esposa y entré

a la unidad, ya aislado del mundo, de mis seres queridos y comenzó el trabajo del equipo, con una joven doctora en hacerme las preguntas correspondientes.

Lo primero que me asombré al llegar a esa unidad de aislamiento fue el silencio y la limpieza... me agradó sobremanera. hasta lo comenté a la doctora (**Figura 7**). En la tarde me comenzaron a tratar con antibióticos, me extrañó ya que no tenía bacterias sino una infección viral, la doctora me informa que el virus crea un ambiente pulmonar similar a una infección bacteriana.

Esa primera noche, nuevamente no pude dormir. La tos llegó a partir de las 9.30 pm y no me dejó hasta las 4.00 am y pude dormir algo. Al día siguiente, me siento débil, muy débil, me voy al baño en silla de ruedas para asearme, y cuando me paré para lavarme los dientes, siento que me falta oxígeno, me canso, me siento en la silla de ruedas, desde afuera mi grito la enfermera “Miguel, ¿todo bien?”... no me salían palabras, me estaba ahogando solito, el pánico me llegó como un tsunami. Volví a escuchar la misma pregunta, y no sé de dónde me salió ese grito (tal vez no lo fue, pero para el esfuerzo que hice, escuché que grité): ¡¡¡MAAAAL!!!

Inmediatamente me buscaron, me llevaron a la cama y me colocaron sendo oxígeno. A la media hora llamé a la doctora para manifestarle que yo sabía que estaba mal, pero lo que me pasó hace unos minutos me indicaba otra cosa... se me quedó viendo y me dijo “Ud está mal, tiene neumonía bilateral, a partir de hoy no sale de la cama y se queda con oxígeno, olvídense del aseo, no va a poder” .... a partir de ese momento se instaló la enfermedad en mi mente. Me encontré con mi mayor pesadilla, con COVID-19 en condición de asmático. Si

había pensado que lo peor lo había pasado, me volví a equivocar. Los siguientes días fueron terribles en las noches, duré cinco noches sin poder dormir. El virus me dio coñazos por todo mi ser, me batucó, me dio por debajo de la boca, no me dio tregua. Fue implacable. Que duro fue. Todo en la noche, en el día cansado, muy cansado, no podía respirar, pero sin tos, sin hambre. El gusto me lo cambió, hasta el agua me sabía salada. No podía comer más de tres bocados, por la ausencia de hambre y por “lo salado” que lo percibía. Pero la noche sucedía todo, la tos, el ahogo crónico, el no poder descansar. Me recordé y así lo manifesté al cuerpo de salud y por whatsapp a mi esposa y a una querida amiga: “tengo miedo que llegue la noche, no puedo dormir, por la tos” ... me volvió todos los recuerdos de mis largas noches de asmáticos cuando niño, el miedo de no poder respirar. Lo peor no podía hacer mi terapia respiratoria, no tenía fuerza para ello. Al día siguiente débil, muy débil. Hubo momentos que me llegaron a mi mente que de esta tal vez no salía. La vacuna no me funcionó... que cagada.

### **EI SILENCIO Y EL BAILE DE CADA QUIEN**

¿Recuerdan que les mencioné

del silencio de la sala al llegar al primer día de hospitalización? Caramba, que equivocado estaba. Lo que pasa es que había llegado de día. En las noches escucha tu propia respiración, y la de los demás. El ahogo es diferente, el quejido es distinto de cada quien. Cada quien lleva un ritmo diferente de la respiración. Unos más ahogados que otros. Es asombroso como esos ruidos se van introduciendo en tu mente. Y al día siguiente, te enteraba que había muerto en la noche el paciente tal. Morían en paz la mayoría.

Sin embargo, de las seis muertes que fui testigo en esos 10 días de hospitalización, me asombraron dos: la muerte en la tercera noche de mi estadía de un señor que ya tenía 30 días en la unidad, ya estaba estable y ya se estaba hablando de una posible alta a los pocos días. Esa fue la primera muerte que fui testigo. Lo llamaron de repente en altas horas de la noche una de las enfermeras de guardia y no respondió, yo con mi insomnio y la tos, me entero de todo. Había muerto, todo el cuerpo de guardia se acercó a la cama y ya no podían hacer nada. Murió en silencio. Les dolió, fue durísimo su ida, El equipo de salud estaba seguro que salía



**Figura 8. Ala Noroeste de la Unidad de cuidados moderados de COVID-19 del Hospital Perez Carreño, Caracas. En esa hora de la noche había llegado un paciente, el cual fue atendido por el cuerpo de salud de guardia (foto superior). Llegada de otro paciente en horas de la noche, el cual, el equipo estaba preparado para su inmediata atención (foto inferior).**



de esa. En mi inconsciente me llegó (lo supe después en las reflexiones que, ¿si un hombre con 30 días en la unidad y ya casi estable se muere, que me espera a mí?

La 2da muerte que me golpeó como un martillo, fue una noche, ya no sé cual, murieron dos mujeres, una abuela, la abuela María con 89 años con diabetes había llegado muy mal del poliedro el día anterior. Murió en paz, en silencio. Sin embargo, a las pocas horas, en plena madrugada, empiezo a escuchar terribles gritos que no paraba de la Sra, Sofía. NO sé de dónde salía esa fuerza de sus gritos, dos verbos usaba: **Ayúdenme y me duele**. Eran gritos terribles, de horror, de dolor, el cuerpo de enfermera y la Dra. de guardia trataban de calmarle, de saber que le dolía, pero no había manera de parar sus gritos. La trataron, pero nada. Terrible. No sé cómo me dormí, pero al día siguiente le pregunto a la enfermera que si la Sra. Sofía se había podido calmar esa madrugada. Me informó que había partido... como dolió esa agonía.

A partir de ese momento comencé a reflexionar en mi debilidad durante el día pero sin tos. ¿Por qué no tenía tos en el día? ¿Por que no podía dormir? ¿Por qué

tenía insomnio, aparte de la tos? Es decir, yo no tenía nada de sueño y a eso de las 10.00 pm a 12.00 me llegaba la tos para toda la madrugada. ¿Tenía miedo de dormirme y no poder despertar al día siguiente? Ya estaba sospechando fuertemente un componente psicologico de la enfermedad. No tenía tos en el día, solo la debilidad respiratoria pero no la tos.

En resumen, el virus no te deja descansar. No te deja dormir. No te deja comer, por la ausencia de apetito y el cambio del gusto en mi caso. No te deja pensar. Estaba frito

### **LLEGÓ MI SEMANA ANIVERSARIO Y EL VIRUS SE JOD...**

El **05 de agosto** es mi cumpleaños, y desde hace muchos años, comienzo a celebrarlo, desde el 01 de agosto, es decir una semana patronal, un almuerzo especial o un helado, antes de llegar el día de mi cumpleaños. Tomé consciencia que era mi primera vez que pasaba mi cumpleaños hospitalizado en mi etapa adulta y solo. Y por lo que me estaba ocurriendo sabía que no estaría de alta antes del 05 de agosto. Sin embargo, me dije de repente, “este virus no me va joder, a partir del 01 de agosto comienzo a celebrar así sea

solo mi semana aniversario”. Comencé a pensar de repente en el baile, en mi baile. Recordé la fuerza de mi baile en los matines del liceo en Catia, la sudadera, el anís con jugo de naranja y el baile, bailando con mis compañeras del salón, sintiendo su cintura, su sudor combinándose con el mío. Recordé de mi coordinación, de mi respiración, del enfoque. Sabía que tenía el virus y ya sabía que era poderoso, era mortal. Comencé a intuir que ya había visto lo peor. Tenía esa intuición y se lo dije mentalmente al virus “!me jodiste, me supiste bailar a tu son, hiciste lo que te dio la gana conmigo. Ahora, ahora me toca a mi, es mi cumpleaños y ahora soy yo el que va a bailar, soy yo que va a tomar el ritmo de este baile, y no lo voy a soltar. Te jodiste CDTM virus. Te jodiste. Voy a bailar la salsa mas brava que jamás había bailado. Y así comencé a bailar mentalmente esas noches de insomnio. Me ayudó el celular colocando youtube con la salsa brava. Volvió **Barrunto, Abuelita, Como se compone un son, las Caras Lindas, Jala jala, Cuero na más, timbalero, Saraguay pantoja, Cha cha, Los Van Van**, un largo etcétera. Pura salsa brava.

Comencé a tener menos tos en la noche pero con insomnio,



**Figura 9. Celebración de mi cumpleaños, el 05 de agosto con el equipo de guardia de ese día. Celebrando juntos, con alegría y esperanzas, la torta de chocolate me la regaló mi consuegra. Ya estaba bailando la salsa brava y el virus se jod...**

aprovechaba a tener mis sesiones de baile. Aparte de los tratamientos y el enorme cuidado del cuerpo de salud de la unidad que tuve, fue la parte personal, mi esencia que me ayudó a superar poco a poco lo crítico de la enfermedad. Debes liberarte del miedo, no enfrentarlo ni resistirte, sino aceptar la realidad y liberarte del miedo, porque el virus crea una gran ansiedad. Miedo consciente o inconsciente. Allí debe el paciente encontrar su esencia, su baile, su Dios, su oración, su tabla de surf

para llevarse en las olas, a bailar o surfear su vida. Y tomar decisión sin soltar esa tabla. Porque si te rinde, te lleva, independientemente del tratamiento médico. Yo agarré mi baile, y lo bailé como me dio la gana. Comenzó la liberación.

### **EL EQUIPO OLÍMPICO DE SALUD DEL HOSPITAL PÉREZ CARREÑO**

Ahora voy hablar del equipo olimpico de la Unidad de cuidados moderados del Hospital Pérez Carreño, comandado por la **Dra María**

**de los Angeles.**

Ese equipo está trabajando con muchas limitaciones Cada día hay un equipo de guardia, entre enfermera (o) y dras (es) están batallando literalmente cada hora, día y noche, para ayudar al paciente que llega a la unidad. Hay una férrea disciplina, coordinación y cumplimiento del deber. No niego que tienen sus problemas laborales, sus dudas e incertidumbres como todo ser humano, lo digo porque los compartí, les pregunté de sus vidas.

incluso, una de las dras tenía a su madre con COVID-19 pero ahí estaba de guardia por 24 horas atendiendo a sus pacientes. Me di cuenta de otro gran detalle: respetan al virus pero no le tienen miedo. Gran parte del hospital no le gusta ir a ese piso (me enteré después que me dieron de alta) por el miedo. Este equipo está en el medio de la infección, todo el día, atendiendo al lado de ese paciente infectado sus dolencias. Tienen control y conocimiento del manejo.

Otro detalle del equipo de salud: no son estúpidos. Nada estúpidos. Les voy a poner un solo ejemplo. El **07 de agosto** me llega una doctora "A" en horas de la tarde y me dice de repente que pronto me darán de alta. Yo estaba leyendo en la cama y me le quedo viendo con la boca abierta. Y le digo "¿Cómo es eso? Aun no estoy en condiciones". Ella me mira y me dice "¿No te quieres ir a casa? le digo que sí pero quiero salir bien. Ella me dice una frase: "hoy o mañana no te vas pero antes del miércoles 11 de agosto está de alta". Sigo sorprendido y termina diciéndome: **aquí en esta unidad no tiene sentido que el paciente siga si puede controlar su respiración...** tremenda frase.

Sin embargo, esa noche me

llega otra doctora "B", mucho más estricta. Yo estaba hablando por el celular con una amiga de un trabajo de investigación (¡Qué bolas!) y hubo un momento que llego a cierta intensidad la conversación. La doctora me llegó, me interrumpió y me preguntó: "¿cuanto tiempo llevas hablando por teléfono?" rápidamente pensé: "me va a formar un peo, tengo como 10 minutos hablando y de trabajo, qué bolas"... "Tengo 5 minutos hablando doctora". Ella me responde rápidamente "Ud se va de alta mañana". Me quedé de nuevo sorprendido y tuve el tupé de decirle si me estaba vacilando y me contestó muy seriamente: "Yo siempre hablo en serio con mis pacientes, Ud se va de alta mañana". Buscó inmediatamente el oxímetro y me lo colocó en el dedo y yo con la llamada en espera. Mide y me enseña el registro: "tienes 93 de saturación de oxígeno, ninguna persona con COVID-19 puede hablar con ese tono de voz por tanto tiempo y tener esa saturación, ud se va de alta mañana". Agarró y se fue, y yo me quedé sorprendido.

### **08 DE AGOSTO, ME DIERON DE ALTA**

Pues se cumplió la orden de la Dra. "B", el 08 de agosto me dieron de alta. Aún muy débil pero salí en sillas de

ruedas gracias al Sr. Daniel, tremendo trabajador, responsable, solidario y el alma de la Unidad de cuidados moderados. Es él que esta pendiente de los cumpleaños de sus compañeros de trabajo, incluyendo a las dras. Y cuando digo pendiente, es que está pendiente. El 02 de agosto cumplió años una enfermera y un día antes le pidió de forma natural al Sr. Daniel que quería dulce de chocolate para sus cumpleaños. Al día siguiente le trajo, no un dulce, sino una bandeja de ponques de chocolate, que hasta yo probé... ese es el Sr. Daniel. Ese fue que me sacó del hospital. Abajo me estaba esperando mi querida esposa, mi hijo Miguel y el camarada Erick Omaña, quien solidariamente se prestó para buscarme y llevarme a la casa.

¡Qué extraño ver el sol de Caracas, después de 10 días aislado! Esos 10 días me pareció un año, como el tiempo se relativiza, de acuerdo a las circunstancias que se vive.

Llegué a mi casa, a mi hogar. sabía que subir tres pisos iba a ser la prueba de fuego (son los edificios de Villanueva que no poseen ascensor por su pequeño tamaño). Pues, tarde 10 minutos en subirlo, y llegué a la casa, ahogado,

**Figura 10. Entrada principal del Hospital "Dr Miguel Pérez Carreño", donde está la sede la unidad de cuidados moderados de COVID-19, donde estuve por 10 días hospitalizados por esta enfermedad viral.**



muy ahogado pero llegué. Me di cuenta de lo débil en que estaban mis pulmones. Hasta tuve serias dudas si las Dras no se habían equivocado en darme de alta tan pronto.

Sin embargo, comenzó a ocurrir un milagro. A medida que iban pasando las horas en el cuarto de mi hija aislado, comencé a mejorar. Cuando llegó la primera comida (una sabrosa sopa, hecha por mi consuegra), fue maravilloso como me llegó al alma. Me dio fuerzas. Y esa noche, preocupado de la noche, pensando si iba a dormir o aparecía el insomnio, o peor, la tos. Pero, ninguna de las dos, dormí como un bebé, toda la noche. Desperté con los rayos del sol, con fuerzas y mejor control de la respiración. Una maravilla.

Aproveché para llamar nuevamente a mi amigo Ricardo Molina para pedirle que me llevara a hacerme la prueba de la PCR para ver si había eliminado el virus por completo (yo estaba seguro que sí), y disminuir la ansiedad que percibí que había en mi familia, por el gran riesgo

que tenía al estar yo en el hogar aún contaminado. El me dijo que estaba dispuesto ese mismo día, el lunes 09 de agosto. Le dije que no, estaba consciente de mi debilidad y así le dije "debo hacerle caso a mi cuerpo, no podré aguantar Ricardo, que mi familia maneje sus miedos. Yo me hago la prueba el miércoles, no antes", Y así fue. Fui el miércoles siguiente con la ayuda de Ricardo y me hice la prueba, la cual ya me informaron que salió negativo. Eliminé el virus de mi cuerpo, tal como estaba seguro.

Es importante que el paciente esté muy atento de su cuerpo, saber escucharlo, y serle leal, independientemente de las buenas intenciones que tengan tus seres queridos para pedirte una exigencia que no podrás cumplir. Si el cuerpo te dice que no, es no. Otro ejemplo para graficar

este tema: el día de mi alta en el hospital (**figura 10**), me llegó la Dra "A" y me dio recomendaciones para la **lenta recuperación**. Una de ellas, fue el de "no bañarte en los próximos días, porque hay alta probabilidad que vuelvas al hospital". Me quedé nuevamente sorprendido, muy sorprendido. Me vio y me dijo sencillamente: "una gran parte de las personas vuelven a la unidad por acciones como esa. Ud está muy débil aún. Si no aguanta en estar sin bañarse, báñase sentado". Me quedé reflexionando intensamente sobre ese nuevo elemento que no tenía consciencia de la gran verdad que encerraba, porque lo viví...

Al 2do día de estar en la casa, me dio ganas de bañarme, tenía más de 10 días que no lo hacía. Entre mi esposa y yo preparamos ese primer baño,



recordando las palabras de la Dra "A". Le dije, "vamos a bañarnos al mediodía, con agua caliente y sentado". Pensé que era una exageración, pero lo hicimos así. Pues llegó el momento, comenzó el baño, cuando siento que pierdo el control de la respiración, estaba hiperventilando, me asusté realmente, pero pude controlar finalmente la respiración. Entendí las palabras de la Dra: el cambio de temperatura por el agua, así haya sido con agua tibia, el cuerpo reacciona naturalmente hiperventilando (observe todas las reacciones que hace cuando entra a ducharte y sale esa agua fría de repente, te mueve más rápido, exhala con fuerza, hasta puede meter un pequeño grito). El cuerpo reacciona ante al cambio de temperatura e hiperventila. Uno no se da cuenta conscientemente de todos esos cambios. Ahora, imagínate uno recién salido de alta por COVID-19. Menos mal que estaba sentado, sino me iba a desmayar... Pues superé la prueba del primer baño con susto y todo. Y esa noche volví a dormir como un bebé.

### **EL CUERPO DE SALUD, LA PANDEMIA Y EL BLOQUEO A VENEZUELA**

Deseo tratar otro tema de

vital importancia. Observé en carne propia parte de nuestro sistema de salud y la pandemia. Tomé una infinita consciencia el enorme esfuerzo que está haciendo el gobierno nacional y el cuerpo de salud ante la pandemia. Yo no sé cuanto representó mis 10 días de hospitalización, solamente en medicamentos. Me dieron antibióticos, esteroides, antiinflamatorios y permanente cuidado, aún en las altas horas de las noches de tos e insomnio. Eso es dinero. En un centro privado no se puede, te mueres o del virus o del infarto a la presentación de las facturas. Este país con todo los años de guerra económica y bloqueo, ha podido resistir a la pandemia, en comparación a los países vecinos: Colombia y Brasil, con grandes focos de infección y número de muertes.

Pueden decir lo que quieran del gobierno de Nicolás Maduro, pero esta pandemia, el presidente tiene agarrado al virus con su baile, con su ritmo. Está consciente que puede perder por un momento el ritmo pero lo recupera. ¿Será porque Nicolás Maduro es salsero, tiene el baile controlado? Aparte de esta subjetividad, lo que si es seguro es que tiene un excelente equipo científico

y que lo ha sabido escuchar. El gobierno desde el inicio de la pandemia ha tomado medidas antes que llegue el escenario esperado, y eso, es lo que ha salvado este país de un peor panorama ante este virus mortal. La ciencia y la alta política unido en mano y cerebro nos ha salvado.

### **CONCLUSIONES Y AGRADECIMIENTO**

Debemos cada ciudadano de este país manifestar, marchar, hacer lo que sea para gritarle al mundo de la terrible acción criminal que nos están haciendo con el asedio económico que nos está aplicando sistemáticamente el gobierno de E.UU. Están matando a miles de nuestros connacionales por la ambición de EE.UU. y sus países lacayos. Hay que seguir la denuncia que ha realizado la cancillería en los espacios internacionales, ante el Vaticano, la ONU, donde sea, porque estas perversas medidas coercitivas unilaterales están matando al pueblo. Y los cómplices internos de este país, solamente exigen y espero justicia terrenal, la divina, se verá no sé cuando. Quiero que sean enjuiciados y condenados por todas sus acciones en contra del pueblo, buscando el poder mediante la traición y en complicidad con estos gobiernos extranjeros

**Figura 11. Dos grandes hombres que supieron tomar el baile de un país entero y controlaron su respiración, su ritmo. nuestro Libertador Simón Bolívar y nuestro comandante Hugo Rafael Chivza Frías Enrumbaron a un pueblo entero, con sacrificios pero con dignidad, lucha y conocimiento a mejores rumbos. Esa respiración debe ser retomada de nuevo, el enemigo nos acecha y no podemos perder el baile ni la respiración.**

que nos han robado, nos han jodidos. Justicia eso es lo que queremos.

Finalmente, debo decir que este país, Venezuela mi querido país, ha tenido dos grandes momentos históricos que tomó el ritmo de su vida nacional, agarró el paso del baile y su esencia. Con nuestro Libertador Simón Bolívar tomó el baile de un país (pienso que no es de casualidad que él era un gran bailarín) y lo condujo a rumbos grandiosos, llenos de dignidad y claridad. El otro, por supuesto, nuestro Comandante Hugo Chávez Frías. Retomó la respiración del país, inspirado en Simón Bolívar con sus sueños de grandeza y de la Patria grande (**Figura 11**). Hugo Chávez supo tomar el baile (a pesar que no bailaba mucho ni bien). Enrumbó al país nuevamente y el pueblo supo bailar con él, y no soltó ese baile hasta el día de hoy. A pesar, que hay muchos que se cansaron de bailar, cambiaron de pareja, de perder el ritmo o rendirse, las mayorías están bailando esa



salsa en los barrios, sudando, con su familia, llevando el ritmo de la vida. Sin soltar a su pareja, su vida, su país. Sabemos que la resistencia y la unidad es nuestra salvación ante el ataque despiadado de EE.UU. Estamos llevando el control de la respiración del país, de nuestros pulmones. No nos podemos cansar ni perder el paso. Esa es la fuerza, inspirada de esos dos grandes hombres.

Solo me queda dar gracias, infinitas gracias a Dios de la vida, a mi querida familia, esposa Ana yadira, mi hija Anabel y mi hijo Miguel y sus respectivas parejas, Raúl y

Marina, a mi madre que supo conducirme en la enfermedad del asma, al cuerpo olímpico de salud del Pérez Carreño, a los camaradas y amigos de la UCV y otras universidades, a mis vecinos y los miles de mis seguidores en las RRSS. Sabía que me iban a transmitir su energía, su vibración, sin cada uno de uds, no hubiera podido. Pues nos toca seguir bailando.

¡azúcar! ¡venceremos!

**Miguel Alfonzo.**

Profesor de Medicina en la **Escuela José María Vargas, UCV** (nuevamente el hospital Vargas).