

Español Podcast

290

SPANISH PODCAST
Español Podcast

Volver tras el COVID

**(después de haberlo sufrido, porque el
COVID sigue entre nosotros)**

Hello and welcome to Spanishpodcast. I am Mercedes speaking to you from Barcelona. In our 290th episode : Returning after COVID, I want to explain to you what has happened in my life to keep me away from Spanishpodcast for half a year.

Hola queridos amigos y bienvenidos a Español Podcast. Soy Mercedes y os hablo desde Barcelona. En nuestro episodio nº 290: Volver tras el COVID, quiero explicaros lo que ha pasado en mi vida para mantenerme lejos de Spanishpodcast durante medio año.



Hola queridas amigas y queridos amigos. La verdad es que no sabía ni cómo empezar a hablar otra vez con vosotros. Hace ya muchos meses que no me acercaba a mi querido sitio web de Spanishpodcast, hace siete meses, mucho tiempo.

Recuerdo que hice el último podcast cuando empezamos a salir del confinamiento (o reclusión obligatoria en casa) al que estuvimos sometidos los ciudadanos de mi país a raíz de la extensión de la pandemia del COVID-19. Y creo que eso fue en junio del pasado año.

En aquellos momentos, yo estaba convencida de que esta pesadilla se estaba acabando. Pero, ay amigos, qué equivocada estaba. No había hecho más que empezar.

Justo después del verano, empezó de nuevo un número enorme de contagios y hubo que tomar medidas otra vez para detener esos contagios, aunque cada vez era más difícil. No se volvió al confinamiento en las casas, pero se limitó el número de horas en la calle y también los horarios de lugares públicos como restaurantes, cafeterías, bares, cines, salas de música...

De nuevo creímos que esta vez sería la última, y volvimos a equivocarnos. En diciembre las cifras se dispararon otra vez, tanto en número de personas contagiadas, como en número de personas hospitalizadas y de enfermos graves en las UCI (las Unidades de Cuidados Intensivos) y desgraciadamente el número de fallecidos.

En estos momentos se habla de que la pandemia está desbocada, igual que se dice de un caballo cuando va al galope y es imposible pararlo. La epidemia está desbocada en todos los sentidos, es decir, está descontrolada y no podemos pararla. Los virólogos hablan de cuarta ola y exponen su temor de que sea la peor, ya que el virus ha mutado y hay otras variedades de virus aún más contagiosas que el primero.

La fatiga pandémica de los ciudadanos tampoco es menor: hay un gran número de personas que no pueden más, que están sometidos a condiciones psicológicas muy estresantes y muy angustiosas. Y por otro lado, muchos ciudadanos han visto cómo sus pequeños negocios se iban al traste y otros muchos se quedaban sin trabajo. La economía, agonizan-



te, siembra el temor y la angustia al lado de la pandemia, y todo junto dibuja un panorama triste y desesperado para mucha gente.

Pero ahora os diré la razón precisa por la que llevo tanto tiempo apartada de mis actividades habituales. Y esa razón es porque yo también me contagié de COVID. Eso sucedió entre setiembre y octubre del año pasado.

Primero se contagió mi pareja, aunque al principio nunca creímos que pudiera ser coronavirus y estábamos convencidos de que era un simple resfriado. Al cabo de una semana, también yo empecé con fiebre muy alta y con una fatiga de una intensidad desconocida para mí.

Nos hicimos la prueba diagnóstica PCR y dimos positivo. Nos encontramos tan mal que al día siguiente nos fuimos a urgencias de un hospital. A mi marido le detectaron neumonía y quedó ingresado en el hospital, donde permaneció ocho días aislado y con terapia de oxígeno y de los fármacos necesarios para tratar la infección.

Yo volví a casa, aislada también, con un cansancio extremo y con náuseas y vómitos las 24 horas. Me dolían todos los huesos de mi cuerpo, todos los músculos, vomitaba día y noche, me encontraba débil y sin fuerzas, y sin embargo no tenía ni tos, ni fiebre. Los médicos nos dijeron que teníamos los dos tipos más frecuentes de COVID: el de fiebre e infección, y el de fatiga y debilidad extrema.

Tuvieron que pasar muchos días para ir mejorando, muy lentamente, pero un poquito cada día. No dábamos crédito a estar pasando la COVID porque habíamos tenido todo el cuidado del mundo en no contagiarnos..., pero a veces no es suficiente. Y te contagias.

Si os soy sincera, amigos míos, pasamos mucho miedo. Al principio no sabíamos cómo evolucionaríamos, si podríamos salir adelante, si lograríamos superar nuestro estado físico tan comprometido y deteriorado.

Poco a poco vimos que había mejoría y que si seguíamos así, íbamos a curarnos. Y nos hemos curado. Bueno, casi del todo. Pero lo que queda, está controlado por los médicos que nos hacen pruebas y visitas para ir eliminando las secuelas de esta terrible enfermedad.



Ha sido duro, no exagero nada, ha sido muy duro. Nos ha costado meses salir del lamentable estado en el que nos dejó el maldito virus. Pero nos consideramos afortunados de haber podido superarlo. Mucha gente se ha quedado por el camino y es durísimo vivir con este goteo permanente de gente que no puede superar la gravedad de los síntomas y que muere. Durísimo.

El mes pasado intenté volver a los podcasts, pero al empezar a escribir -lo que fuera- me invadía la tristeza y me era imposible concentrarme para retomar una de mis actividades favoritas: la edición de los podcasts.

No me puse nerviosa, me di tiempo. Sé que soy una persona normal, ni muy fuerte ni muy débil, pero también sé que soy capaz de luchar por lo que quiero y de tener paciencia para lograrlo.

Ahora ya puedo concentrarme bien, puedo estar ratos largos pensando, planificando, escribiendo...Ya no me duele la cabeza, ya no me invade la tristeza, al contrario, cada vez me hace más ilusión volver a estar con vosotros hablando de temas de español y cada vez me produce más alegría volver a pensar en Spanishpodcast.

Quiero agradeceros muy especialmente vuestros mensajes de interés por si pasaba algo, vuestros mensajes de afecto en los que nos comunicábais que nos echábais de menos, así como todas las ayudas que hemos recibido de vosotros. En esos momentos, las palabras de afecto y apoyo se han convertido en una ayuda terapéutica de un valor incalculable. Muchas gracias a todas y a todos.

Sé que en todos los países del mundo el virus está contagiando a millones de personas. Hay 100 millones de personas contagiadas, positivas, en todo el mundo. Y a ello hay que sumar la triste, terrible y trágica cifra de los 2.100.000 fallecidos a causa del coronavirus. Esto nos ha obligado a adoptar un modelo de vida diferente, con cuidados diarios para evitar el contagio, con responsabilidad para soportar lo mejor posible las duras condiciones que nos impone la pandemia. Y nos ha obligado a ser más fuertes, a pedir más ayuda y a ser más solidarios, porque todos estamos en el mismo barco.



Creo que es importante intentar mantener el máximo posible de nuestras actividades habituales, por ello vamos a reemprender de nuevo la edición de nuestros podcasts. Quizás ahora, al principio, serán más sencillos, pero poco a poco retomaremos nuestros temas habituales y procuraremos daros una buena ayuda con vuestro español.

La verdad es que hemos superado muchas dificultades en nuestra vida desde que empezamos a publicar Spanishpodcast en la primavera de 2007, hace ahora 14 años. Y siempre hemos vuelto, una vez superados los problemas.

Y estamos ilusionados y contentos de volver otra vez a una de las actividades de nuestra vida que más nos gusta: la de compartir temas de español que os ayuden a hablar mejor esta hermosa lengua, a tener más fluidez al comunicaros y, en definitiva, a disfrutar de una lengua que hablan 580 millones de personas en nuestro planeta y cuya riqueza todos valoramos.

Amigas, amigos, un fuerte abrazo. Adiós.

enero 2021

Si este podcast te ha resultado útil y te ayuda a progresar con tu español, puedes tú también ayudarnos a continuar con futuros podcasts haciendo una donación (donate) en la página de inicio del sitio web de Spanishpodcast (www.spanishpodcast.org), donde pone "Ayuda a mantener esta web. Donar".

Please help support my ongoing podcasts by making a donation. The sole support for my work comes from listeners like you. It is easy to donate. You can donate by going to Spanishpodcast (www.spanishpodcast.org), and choose the option Donar.