

# Cartas a la Pandemia



Editora  
*Marisol Goyeneche Reina*



FUNDACIÓN UNIVERSITARIA  
DE CIENCIAS DE LA SALUD  
**FUCS**

Vigilada Mineducación



# Cartas a la Pandemia

## **Editora**

Marisol Goyeneche Reina  
*Directora Sistema de Bibliotecas*

© 2021 Copyright Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá – Colombia

## **Grupo Editorial**

### **Vicerrectoría de Planeación y Proyectos Especiales**

Darío Cadena Rey

### **Coordinador editorial**

Jeyson Leonardo Arismendy R.

### **Diseño y diagramación**

Yuly Viviana Barón Castillo - Coordinadora y diseñadora  
Diseño, Impresos y Publicaciones

### **Coordinador de impresos**

César Augusto Acelas



Licencia creative commons: Atribución – No comercial – Compartir igual.

Cartas a la pandemia / Editado por Marisol Goyeneche Reina. -- Bogotá D. C.,  
Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud; 2021  
72 p.: Il.

ISBN: 978-958-59863-8-1

1. Cartas - Colecciones 2. Literatura colombiana 3. Acontecimientos que cambian la vida 4.  
Relatos 5. Escritura – Aspectos psicológicos 6. Pandemias I. Goyeneche Reina, Marisol  
Clasificación LC PQ6259/C17 Clasificación Dewey Co866/C17



# Autores



**Adrián Enrique  
Lozano González**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Andrés Fernando  
Salcedo**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Angie Katherine  
Triana**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Alejandra  
Navarrete Arias**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Belquiss Solamilly  
Figueroa Ramírez**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Carmen Yaneth  
Buitrago Buitrago**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Carolina Rodríguez**

Comunidad externa



**Carolina María  
Rodríguez Vargas**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Claudia Andrea  
Suárez Rivera**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Claudia Constanza  
Saray Baquero**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Consuelo Vargas**

Comunidad externa



**Daniela Valentina  
Medina Bernate**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Daniilo Flórez Chacón**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Diana Marcela  
Leal Menjura**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Edwin Daniel  
Tarquino**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



# Autores



**Eva Paola  
Gutiérrez Medina**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Evelin Alexandra  
Mendoza Corredor**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Gabriela  
Jacome Lobo**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Gina Ortiz**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Gineth Abril León Cepeda**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Jan Carlos Segura Gil**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Jorge Leonardo  
Fajardo Ruge**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Karen Milena  
Velasco Rey**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Laura Lorena  
Castiblanco Orozco**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Laura Natalia  
Cogua Cogua**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Lisette Alexandra  
Zorro Bermudez**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Leydy Marcela  
Rodríguez Quintero**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Manuela Gómez Hurtado**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Manuela Patiño**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Maria Alix  
Estupiñan Rojas**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Maria Camila  
Cortés Osma**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Marisol Goyeneche Reina**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



**Martha Lorena  
Correa López**

*Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.*



# Autores



**Miguel Ángel  
Suárez Melo**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Miguel Antonio  
Ríos Torres**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Milenka Linneth  
Argote Cusi**

Comunidad Externa BIDEM



**Mónica Alexandra  
Chacón Montoya**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Nancy Virginia  
García Poveda**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Olga Rocío  
Castillo Mayorga**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Paula Natalia Alturo**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Omar Segura**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Sandra Catalina  
Guerrero Aragón**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Sandra Marcela  
Rodríguez Gaitán**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Sara María Ospino**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Valentina Buitrago León**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Víctor Luis  
Gómez Ardila**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Yolanda Correa**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Yorlhey Torres Duarte**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.



**Yuly Katherine  
Guerrero Muñoz**

Fundación Universitaria de  
Ciencias de la Salud - FUCS,  
Bogotá DC., Colombia.

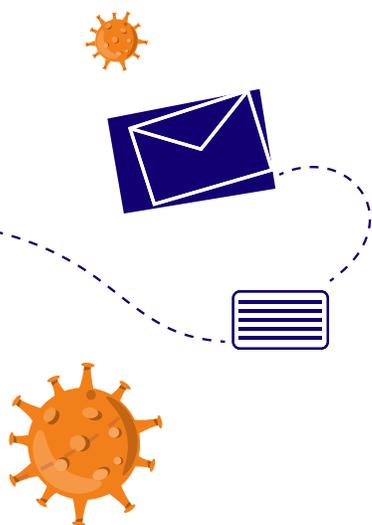
# Índice



- 10 ..... Carta a la pandemia  
*Sara María Ospino*
- 11 ..... Carta a la pandemia  
*Gina Ortiz*
- 12 ..... Carta a la pandemia  
*Sandra Catalina Guerrero Aragón*
- 14 ..... Carta al tiempo  
*Manuela Gómez Hurtado*
- 15 ..... Estimada pandemia  
*Mónica Alexandra Chacón Montoya*
- 16 ..... El verdadero sentido de la vida  
*Lisette Alexandra Zorro Bermúdez*
- 17 ..... Mis sensaciones en los tiempos de COVID-19  
*Omar Darío Segura*
- 18 ..... In memoriam  
*María Camila Cortés Osma*



- Carta a un colega ..... 20  
*Nancy Virginia García Poveda*
- Queridos usuarios ..... 21  
*Claudia Constanza Saray Baquero*
- Jake ..... 22  
*Sandra Marcela Rodríguez Gaitán*
- Carta a la pandemia ..... 23  
*Alejandra Navarrete Arias*
- Carta a la pandemia ..... 24  
*Daniela Valentina Medina Bernate*
- Carta a la pandemia ..... 25  
*Miguel Ángel Suárez Melo*
- Pandemia ..... 26  
*Natalia Alturo*
- Carta a la pandemia ..... 27  
*Diana Marcela Leal Menjura*

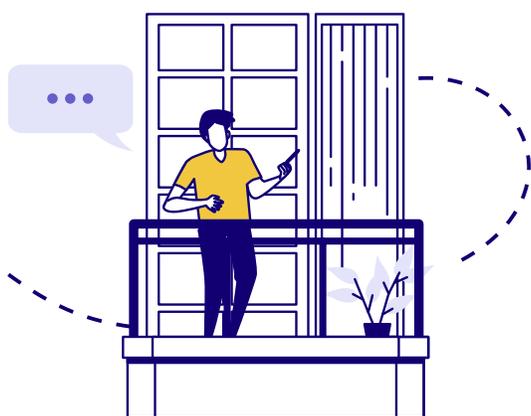


# Índice



- 28 ..... Carta para la 'amiga' pandemia  
*Adrián Enrique Lozano González*
- 29 ..... Una carta a la pandemia como experiencia académica  
*Víctor Luis Gómez Ardila*
- 30 ..... Carta a la pandemia  
*Carmen Yaneth Buitrago*
- 31 ..... Carta a la pandemia  
*Carolina María Rodríguez Vargas*
- 32 ..... La realidad de la pandemia 2020  
*Eva Paola Gutiérrez Medina*
- 33 ..... Carta a la pandemia  
*Karen Milena Velasco Rey*
- 35 ..... Carta a la pandemia  
*Jorge Leonardo Fajardo Ruge. M.D.*
- 36 ..... Pandemia vs. la vida  
*Angie Katherine Triana Mahecha*

- Carta a la pandemia ..... 37  
*Yuly Katherine Guerrero Muñoz*
- Carta a la pandemia ..... 38  
*Gabriela Jácome Lobo*
- Carta a la pandemia ..... 39  
*Miguel Antonio Ríos Torres*
- Carta a la pandemia ..... 40  
*Laura Natalia Cogua Cogua*
- 'Con cariño, desde mi casa en pandemia' ..... 41  
*Olga Rocío Castillo*
- Vive el día a día... ..... 42  
*Consuelo Vargas*
- Anónimo ..... 43  
*Anónimo*
- Mi Majito ..... 44  
*Marcela Rodríguez*



# Índice



- 45 ..... 'Mi querida Yo'...  
*Yorlhey Torres*
- 46 ..... Golem  
*Edwin Tarquino*
- 47 ..... Carta a la pandemia  
*Belquiss Solamilly Figueroa Ramírez*
- 49 ..... 2020...  
*Claudia Andrea Suárez Rivera*
- 50 ..... A la vida...  
*Andrés Salcedo*
- 51 ..... Pandemia, vida y universo...  
*Carolina Rodríguez*
- 52 ..... ¡Hola, Gabriel!  
*Evelin Alexandra Mendoza Corredor*
- 54 ..... 'Nunca pensé que el coronavirus  
cambiaría la forma como veo la vida'  
*Valentina Buitrago León*
- 55 ..... Carta a la pandemia  
*Danilo Flórez Chacó*
- 56 ..... Carta a la pandemia  
*María Alix Estupiñán Rojas*

- Carta a la pandemia ..... 57  
*Marisol Goyeneche Reina*
- 'Carta para mí en el futuro' ..... 58  
*José F. Rueda B.*
- Para ti: coronavirus ..... 61  
*Laura Castiblanco*
- Rosalba Villa de López (q.e.p.d.) ..... 62  
*Javier Rolando Valencia López*
- Carta a la pandemia ..... 63  
*Silvana Molano Correa*
- 2020... el año en el que ya nada  
nos sorprende ..... 64  
*Martha Lorena Correa López*
- Carta a la pandemia ..... 65  
*Yolanda Correa*
- Querida señora Lola León: ..... 66  
*Anónimo*
- Incertidumbre ..... 68  
*Milenka Linneth Argote Cusi*
- Querido paciente internado en  
UCI COVID ..... 70  
*Manuela Patiño Rivera*

# Introducción



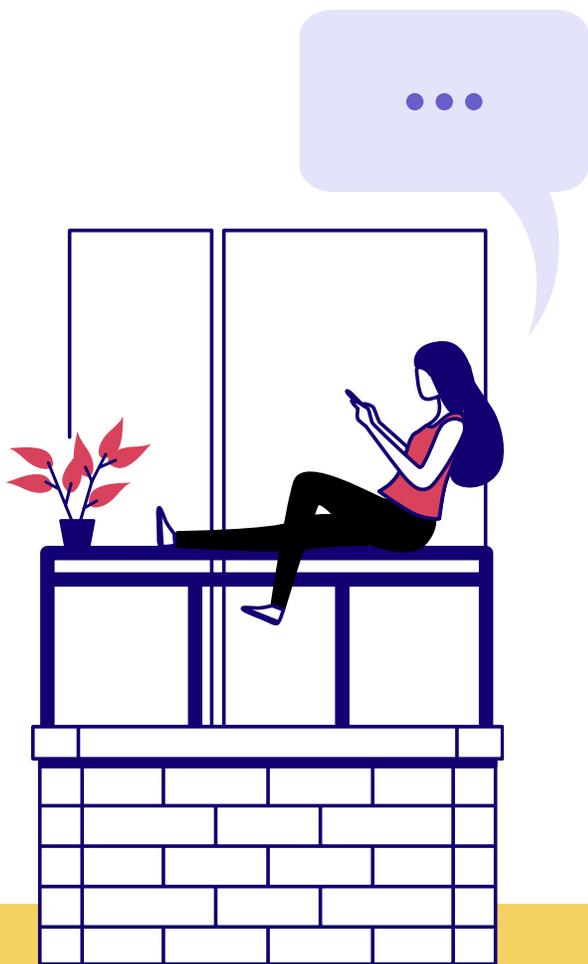
Este documento es el resultado de una iniciativa que se gesta al interior del Sistema de Bibliotecas y toma fuerza en la medida que se vuelve un trabajo participativo y colaborativo con diferentes áreas como: La Editorial, Diseño, Impresos y Publicaciones, Bienestar Institucional, Egresados, Orientación Universitaria y Universidad Saludable.

Se enmarca dentro de la habilidad identificadora y exclusiva de los seres humanos, la escritura, entendida como la capacidad de comunicar el lenguaje a través de signos y caracteres con los otros, cercanos, lejanos, ausentes, futuros o desconocidos, como la oportunidad de preservar y dejar huella de lo vivido.

Emulando experiencias de otras épocas u organizaciones, se realizó la convocatoria abierta y voluntaria a toda la comunidad institucional para expresar sus sentires, experiencias, sentimientos, aprendizajes o cualquier otra cosa que quisiera contar desde la vivencia del confinamiento y las nuevas realidades que la pandemia del COVID19 generó en el planeta.

Se realizaron dos talleres de formación para motivar a los participantes al envío de las cartas, el primero denominado *¿Cómo comenzar a escribir?* cuya pretensión se basó en conocer que es una carta, como empezar a escribir, a quién se le envían las cartas, que tipos de cartas existen, la importancia de las cartas, así como su historia; el segundo taller se centró en el poder de la escritura como un catalizador de las emociones humanas denominado *“las emociones a partir de la escritura creativa”*.

***Gratamente querido lector usted va a conocer, a leer 52 cartas a la pandemia, cada una desde la perspectiva íntima y personal de sus autores.***



## Carta a la pandemia

Señora,  
Pandemia de Covid-19  
Planeta Tierra.  
Despreciada y centenaria señora pandemia.

—¿Cómo has estado, mijita?, ¡tiempo sin saludarte! (ufff)  
—Bueno mijita, no es por desearte nada malo, pero espero que desaparezcas pronto de nuestras vidas...

Por ahí me han contado que te la pasas “tragando y tragando” ... Que te han visto muy cachetona... y que casi no puedes caminar de lo regordeta que estás.

¡Raro contigo! Hace un siglo que andabas en las mismas... Parece que esa maldita maña no se te va a acabar.

Supe que emparentaste con una tal Gripe Española... (¡gracias a Dios que te la combatió!)

... ¿Cuándo vas a dejar de meterte con esos “especímenes de mala muerte”?

Hace dos siglos andabas con el maquiavélico del Cólera... (¡gracias a Dios que te la combatió!)

Ese sí que era peor que un “sabañón” ... todo lo que tocaba, lo iba dejando muerto (Gloria a Dios que te lo venció).

¿Y qué me dices, hace tres siglos cuando andabas de “coquetona” con la Peste esa?... ¡Óyeme!... déjame decirte...

Supe que te la pasaste “tragando”, cuanta vida mal, o bien parqueada se encontraba por ahí (... ¡eres una sinvergüenza!). Pero, ¡NO más!

¡Cínica y asquerosa!:

Te recuerdo que Cristo te venció en la Cruz del Calvario.

Que, por su llaga, fuimos nosotros curados.

¡Y que, en vez de destruirnos, Dios nos ha hecho más fuertes de lo que te imaginas!

Y, aunque nos has sacado lágrimas y dolores por acabar con nuestras familias... permíteme informarte: ¡Estamos más unidos que nunca!

¡Sí!, ¡sí!, ¡sí!

Estamos más gorditos y paliduchos... (por tu culpa, ¡mugrosa!) ... Pero los malos deseos tuyos, Dios los ha cambiado en bendición.

He tenido tiempo de compartir en casa con mi familia, de conocer muchas cosas que por culpa de tu prima: la Crisis Económica, nos había sacado de la vida de



ellos, para esclavizarnos y no enterarnos de tantas cosas bellas y malas que les pasaba.

¡Ah! Y, ¿sabes qué? Nos hemos acercado más a Dios. ¡Sí señora!, ¡mañosa y vulgar Pandemia!, ... Como para que te vayas mordiendo tu ensangrentada lengua de envidia.

Bueno, pérfida y arrogante ponzoña, no te quito más tiempo (porque no lo vas a tener).

¡Dios nos ha dado la victoria!

Cada vez son más los que nos recuperamos y nos fortalecemos en Él... y esta triste etapa que hemos pasado solo será el comienzo de mil bendiciones que llegarán a nuestra Tierra. No te molesto más.

Se despide para siempre jamás, de ti, con el mismo desprecio que siempre te he tenido,

Tu enemiga: Sara.

¡Ahh!... lo olvidaba. Te regalo esta cita bíblica:

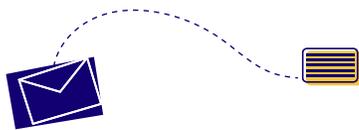
***Miqueas 7:8. “Tú, enemiga mía, no te alegres de mí, porque, aunque caí, me levantaré; aunque more en tinieblas, Jehová será mi luz”.***

Sara María Ospino



## Carta a la pandemia

Querida pandemia,  
Recibe un especial saludo.



Es difícil dirigirme a ti, pensarte con una sonrisa o verte como algo positivo... sin embargo, tengo que ser justa y en honor a la verdad, sí tengo gratitud contigo pese a la catástrofe que estás causando.

Cuando llegaste a nuestras vidas, cuando no sabíamos nada de ti, gracias a mi personalidad previsiva y quizá un poco controladora, me sentí desesperanzada y el estrés, la angustia y la ansiedad me invadieron. Tu avance en nuestra vida comenzó a evidenciar tragedias económicas, familiares, sociales, económicas y de bienestar en millones de personas; el desempleo comenzó a crecer.

Al ver esto, en mi rol de madre cabeza de familia, proveedora y cuidadora no solo de mi mamá que ya es mayor y presenta comorbilidades, sino de mi hijito de tan solo 3 años, me angustié... yo no tengo derecho de enfermarme porque ellos dependen de mí; yo soy quien "sale" y no puedo llevarles la enfermedad, ellos son los seres más valiosos de mi vida. Tampoco puedo dejar de recibir el ingreso porque implicaría que mi familia pasara necesidades.

En estos meses he tenido tres episodios de ansiedad, por pensar en los peores escenarios para buscar posibles alternativas... terminé transpirando, vomitando y con migraña. El resultado, decidí poner mi vida y a mi familia en manos de Dios, porque lo que está en mis manos ya lo vengo haciendo desde hace mucho; decidí abandonarme en sus brazos misericordiosos, vivir un día a la vez, dar lo mejor de mí, extremar los cuidados en mi hogar.

Así, cada día hago una lista de las cosas para agradecer, trato de no escatimar, de incluirlo todo y al final tengo paz en mi corazón y me siento muy afortunada. Pese a que siempre he amado mi trabajo, ahora lo valoro aún más, así como a mi equipo de trabajo, compañeros y jefes.

Gracias a esta tragedia llevo casi 5 meses viendo crecer a mi hijo. Soy muy rigurosa con el cumplimiento de mi horario, lo que es muy difícil de manejar con un niño tan pequeño, pero al menos en mis pausas activas lo abrazo, le doy besos, canto con él y a la hora del almuerzo veo su carita y sus ojos de felicidad.



¡Gracias pandemia! He podido disfrutar de mi hijo gracias a ti. No ha sido fácil llevar la casa, el trabajo y las clases virtuales de mi hijo; tener en mis hombros la seguridad, la salud y la vida de la familia; pero veo a mi mamá cada día, me aseguro de que está comiendo sano y suficiente, de que tiene sus medicamentos, de que en medio de esta situación ella se siente amada, cuidada, valorada y sabe que es el otro motorcito de mi mundo.

Muchas cosas han ganado valor, otras en cambio ya no importan tanto. Todo esto ha reforzado la diferencia entre el valor y el precio de las cosas. La familia y los amigos, los momentos, el abrazo, la risa, el viento en la cara, correr en el parque, ver los paisajes a través de la ventana del carro, poder comer en la calle con tranquilidad, hacer planes y no temer cuando en la calle la gente se acerca, ver sonrisas... ver sonrisas y no tapabocas.

¡Gracias pandemia! Nos has abierto la mente, has demostrado que hay otras maneras de hacer las cosas, que si se quiere se puede, que podemos cambiar el discurso, pero mejor aún cambiar el hacer y usar mejor los recursos. Has demostrado que calentar una silla no necesariamente trae consigo un buen resultado, que podemos responder de la mejor manera usando la tecnología, que el compromiso es lo que garantiza el resultado.

***Cuando todo esto pase, todo será distinto, ojalá todo sea mejor que antes...***

Gina Ortiz



## Carta a la pandemia

A propósito del Covid-19, esta carta a la pandemia es con el fin de compartir todos los sentimientos, aprendizajes, actividades y aspectos que me hicieron fuerte.

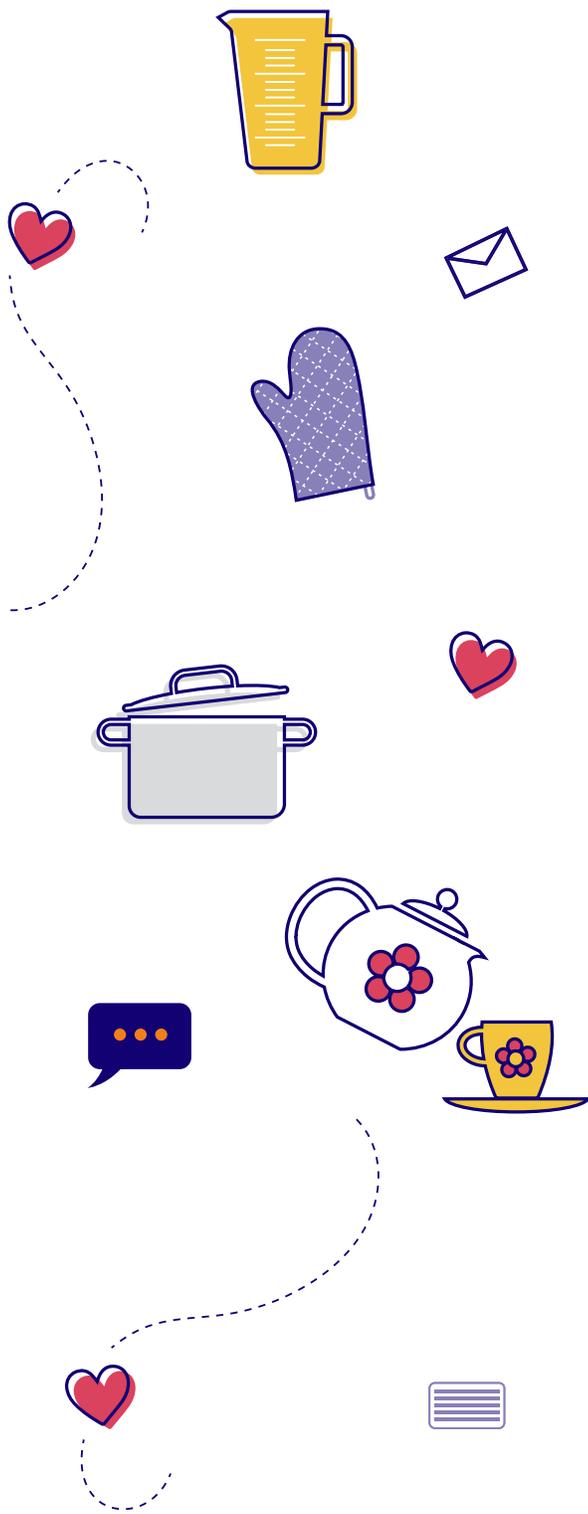
Al respecto, debo referir que la primera vez que escuché del Covid-19, lo sentí lejano a lo que mi mente y recursos personales han tenido que asumir en este momento para enfrentar la pandemia, ya que las sumas de noticias mencionaban el brote de enfermedad surgida por primera vez en Wuhan, en diciembre de 2019 y comienza a resonar el viernes 6 de marzo con la primera persona diagnosticada con Covid-19 en Bogotá, noticia que escucho en la oficina de los docentes en la sede norte. No en vano, tras 10 días posteriores a esta noticia veía cómo mis estudiantes se aislaban de las aulas, y yo, en contraste, luchaba por reorganizar mi mente, mi corazón, mi vida y el trabajo ante el miedo inminente de lo que se venía. En este punto de mis meditaciones, evitando el contacto, habituándome al nuevo lenguaje, a la comunicación limitada y al hecho de que poco a poco me aislaba de los allegados, los amigos, los que amaba y estaban lejanos a mi casa, se hacía evidente el inicio de la pandemia, pero el comienzo de la reconstrucción de mi vida y la resignificación de la situación.

Analógicamente, esta época me ha llevado a comprender cómo en medio de esta devastación que nos rodea, he sido capaz de mantenerme tranquila y serena, comprendiendo que las verdaderas pruebas vitales se pueden presentar en cualquier momento y que nadie puede controlar lo que sucede tras las circunstancias. La cuestión estribó en que la pandemia me dotó de fortaleza interior para enfrentar las adversidades, claro mi creencia hacia Dios me ayudó bastante, pues eso me permitió recordar la importancia de nutrir mi propia vida para ofrecer una caricia y la amabilidad desde la fortaleza interior, unido al valor de mi familia y todo lo que amo en mi vida. En este sentido, la simpleza del momento me permite aliviar las cargas de la vida, confronto la mayor emoción que tenía en el momento: el miedo, ya que sabía que era una de mis debilidades y era el responsable de hacer que se activaran pensamientos de pérdida; esto me llevó a un momento



crítico de la pandemia, en Semana Santa, de conflictos y situaciones de duelo por los cambios y el miedo a perder que, en el curso del conflicto, me da el reinicio de empezar de nuevo y dar sostenimiento a mi vida con el aprendizaje personal, resumido en tres frases que me repetía todo el tiempo: un día a la vez, suelta las cargas, sigue tu corazón; acepta las diferencias y cuida tus palabras.

Es así como las actividades y hábitos de mi vida se unen en medio de la cocina, los libros, los escritos, las cartas, las fotos, los regalos, las videollamadas, el sushi y las pizzas compartidas con los que amo, lo que me facilitó, con algo tan sencillo, tomar conciencia para escuchar más a los demás, a vivir e interactuar con otras personas lo que me ha permitido comprender la importancia de dar cada día cosas que suman, a creer en lo que soy y en aumentar el potencial desarrollado estos años y que muchos tantos, había dejado guardado en el cajón sin sacarlos para mostrar todo lo que llevo dentro. Pero, querido lector, no se trata de lo académico, eso es lo que todos conocen, el potencial iba más allá de miles de títulos académicos, ya que la verdadera esencia estaba en mí misma. Esta oportunidad maravillosa me hace comprender que



lo que estaba mal adentro, se refleja afuera, y que es importante aprender a ser uno mismo, pero a ser mejor, porque la clave está en la elección de actuar mejor, de entender lo que comunicamos, de soñar y tener una meta, pero, ante todo, creer en nosotros mismos.

Por esta razón, la presente carta está centrada en mi mayor aprendizaje resumida en una frase: "cuando actuamos amando la acción, nos desapegamos de la recompensa y es ahí donde la magia puede pasar, porque recibimos más de lo que pensábamos". En este sentido, es oportuno agradecer a la pandemia porque me ha llevado a entenderme desde el interior, además de darle valor al agradecimiento diario, la tranquilidad, la salud, las personas y la familia, como todo lo que está a mi alrededor, de ahí que comparta esta hermosa receta que mi persona favorita me obsequió, es una persona que en tiempos de pandemia le agradezco eternamente su amor, su compañía y sostén en los tiempos buenos y malos y que quiero compartir con ustedes:

### ***El ingrediente secreto es una cucharada de amor***

- ***1 bolsa de sonrisas***
- ***½ taza de buen humor***
- ***Gotas de paciencia***
- ***Pizca de buena voluntad***

### ***Batido de mango amoroso***

- ***2 vasos de agua llenos de sinceridad***
- ***2 mangos dulces de amor***
- ***4 cerezas de diversión***

Estos grandes aprendizajes que me deja hoy el Covid-19, me dan toda la convicción de que la vida es un camino de autodescubrimiento, ya que me permite sostenerme en los momentos necesarios de dificultad y me ofrece las herramientas, estrategias y posibilidades para adentrarme en la aventura del sentido de la vida con la libertad de la mente de ser más consciente y de conectarme desde el amor trascendiendo en la expresión interior y exterior con sintonía y armonía, logrando la interrelación con los demás, con el mundo y con la vida.

**Sandra Catalina Guerrero Aragón**



## Carta al tiempo

Todo empezó como una historia lejana en Wuhan, China.

Las noticias hablaban de un virus que estaba navegando entre los orientales. Tal vez, hasta ese momento, la situación era muy lejana para mí y quizás era igual para muchos.

Las imágenes que se transmitían desde esa zona del mundo, que hace algunos años recorrí, evidenciaban escenas que solo las pensábamos en las películas de ficción. Las calles vacías en un silencio ensordecedor, el miedo caminando entre las calles y entre nosotros la incertidumbre...

Ese miedo tocó a nuestra puerta y esa incertidumbre se hizo propia cuando la normalidad cambió, cuando lo que era cotidiano se hizo extraño y lo extraño se tornó en cotidiano.

¿Puedes imaginar la sensación de querer abrazar a alguien y no poder?, ¿sabes lo que se siente tener miedo constante de perder a quien amas?, ¿acaso tu miedo más profundo es perder la libertad? Te cuento que estos fueron algunos de los sentimientos encontrados en esta época desde la que te escribo, donde los más profundos temores confluyeron en un mismo lugar y al mismo tiempo.

Una mañana desperté en la cotidianidad de mis días, pero lo que era normal para mí se tornó en extraño, ya no pude salir, ni compartir con las personas que son importantes en mi vida, no pude sentir el cálido abrazo de mi madre, ni charlarme un café con mi padre, no pude celebrar mis fechas importantes como solía hacerlo, no pude salir a caminar tomada de la mano con quien siempre he amado.

Cambió la lógica de mis días y con ello la de mis noches, cambiaron las horas y con esto el tiempo se hizo más indiferente, el lunes se hizo domingo y los viernes eran como cualquier día de la semana, los meses dejaron de serlo con la esperanza que esta época terminará y con ello dejar de extrañar lo que era normal. Con los días lo que hasta hace unos meses era extraño se tornó familiar y se convirtió en una nueva normalidad.

Esa nueva normalidad me hizo reconocer la fortuna de despertar y anochecer cada día junto a mi compañero de vida y aventuras, reconocer también que el valor de un abrazo no está en el contacto físico sino en el sentimiento de sentirnos cercanos, que una llamada a la distancia tiene sentido porque estamos vivos, que una sonrisa es la expresión más pura de nuestros sentimientos.

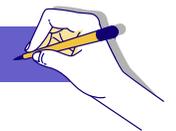


Esta normalidad, esta nueva cotidianidad, me llevó a entender que algunas veces es importante hacer un alto en el camino, que es esencial reconocernos humanos y vulnerables, de entender que muchas veces las cosas no son como quisiéramos, pero en nosotros está el cómo las asumimos, de valorar lo que somos y lo que tenemos.

***Todo esto me hizo reconocer la importancia del tiempo y la vulnerabilidad del espacio, lo importante que es iniciar cada día con vida y salud y con ello disfrutar al máximo de las pequeñas cosas.***

Dicen que los hechos históricos son iguales para todos que lo diferente son nuestras vivencias y experiencias en ese hecho y lo que acabo de contarte es una parte de lo que viví y sigo viviendo en este 2020, con la esperanza de que la carta que hoy te escribo en un día cualquiera de agosto, como en una cápsula del tiempo, permita que tú percibas, de algún modo, cómo fue esta nueva realidad.

Manuela Gómez Hurtado



## Carta a la pandemia



Estimada pandemia:

Estimada podría ser un alago desproporcionado para los impactos que has generado en mí y en los seres que amo. Sin embargo, estimada porque has logrado aperturas interesantes y llenas de incertidumbre estética y caótica.

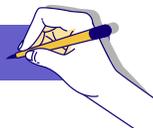
He comprendido y vivido ambivalencias llenas de matices que implican reconocermé diferente y reconocer a los otros en la diversidad del caos, un caos que indudablemente ha sido estético.

Estimada porque he tenido grandes transformaciones de aquellas concepciones rígidas y estáticas en el tiempo de familia, cercanía, distancia y de los mismos abrazos que en ocasiones negué o no disfruté.

***Estimada, hoy me doy el permiso de agradecer por el caos, por la crisis y por reconfigurar los espacios íntimos de mi ser virtual desconocido.***

Con cariño,

Mónica Alexandra Chacón Montoya



## El verdadero sentido de la vida

Se dice que la vida está compuesta por aquellos placeres que se regalan a lo largo del existir diario, placeres que están compuestos muchas veces por materialidad, otros, simplemente, por la exposición de pequeñas cosas simples que el mismo mundo obsequia para el deleite humano.

En la exposición de una vida normal, se dice que se encuentra la felicidad, pues es inevitable no hacer o, simplemente, cumplir con aquello que se apasiona o, sencillamente, se anhela, sin embargo, desde mi postura, considero que la vida de muchos seres humanos se lleva por obligación, por deber, mas no por placer, son seres condicionados al displacer continuo, no son felices, son neuróticos que viven la infelicidad, sin el derecho de sublimar.

Se podría decir que la mayoría de las personas habitantes de este universo, son seres infelices, regidos al cumplimiento de una serie de reglas que ha impuesto la misma sociedad habitante, reglas que le generan al sujeto la realización de deberes no deseados, no placenteros, no soñados, pero que, sin duda, deben ser cumplidos por mandato realizado de la misma sociedad, demostrando así que esto no es sinónimo de felicidad y menos para seres espirituales.

La vida, simplemente, es vivir, vivir lo deseable, gritar al cielo y expresar todo sentimiento grato, es decirle al mundo lo bien que vives, gozas y disfrutas en cada segundo de tu existencia. Vida, eres tú.

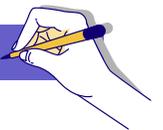
Antes, la concepción de vida era la cotidianidad, era el regimiento de normas expuestas por una sociedad, era vivir de acuerdo con un estereotipo asignado, hoy, gracias a la pandemia, se evidencia, que vida es la conexión de alma y cuerpo, unidas para lograr un buen existir, un placer nunca antes visto o, simplemente, vivido.



Vida en pandemia es la conexión de tu ser espiritual, es regalarte la oportunidad de seducirte con lo bello que te regala el universo, la madre Tierra y tú mismo, es aceptar un bello amanecer, deleitándose con el poder de los ojos, disfrutar del agua, reconectarte con el aire, resplandecer en plena oscuridad, percibir los himnos de la naturaleza en todo su esplendor, alimentarte de los rayos del sol y sentir las letrillas de la luna en cuarto creciente en medio de la noche.

***La pandemia es realmente lo que significa la vida, donde el universo lo expone para el reconocimiento del ser sensible.***

Lisette Alexandra Zorro Bermúdez

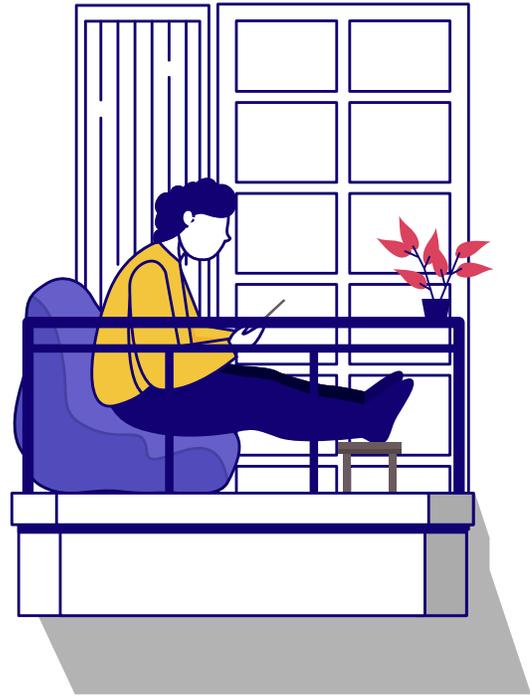


## Mis sensaciones en los tiempos de Covid-19

Esta es una buena oportunidad  para escribir una “carta a la pandemia”.



Diferente a otras personas, yo no he extrañado a la FUCS. Aunque soy respetuoso y servicial con la gente, no rindo ni admito pleitesías, homenajes ni vasallajes. Después de todo, ¿quién extraña gastar 180 minutos, ida y vuelta, tratando de llegar todos los días al mismo sitio o saliendo del mismo sorteando entre tantos ladrones, matones y faltones de verde? Ahora, si algo me ha reafirmado este aislamiento es que practico profesiones liberales (medicina, enseñanza, investigación, buceo). Profesiones que en esta pandemia han resultado de capital importancia, bien sea por su falencia o ausencia, bien sea porque más se les ha necesitado. ¿Qué hubiera pasado si ya se hubiera contado con los medicamentos o el plasma convaleciente ultraprocesado o la vacuna contra Covid-19? ¿Qué habría sido de nuestras comunidades y países si, en vez del discurso de políticos y ricachones pavo-reales, nuestro discurso científico y sensato hubiese sido escuchado? Por otro lado, he estado en aislamiento más de 160 días; curiosamente, no pensaba tanto en la comunidad académica o en algún sujeto en particular, como sí pensaba a todo momento en el estar siempre presto al llamado de un directivo o a la petición de ayuda de un colega o a la interrogante de un estudiante. He pensado también, sobre todo al comienzo de esta crisis, que esta situación ha estado lo más cercana que podemos tener a una guerra nuclear, pero sin la destrucción ni la ruina, sin el olor a porquería y a muerte, pero con 20 mil toneladas diarias de comida entrando a la capital y a la vez la percepción de un enemigo invisible y persistente en el agua, en el aire, en las cosas, justo como es la radiactividad.



***¿Será que nuestros gobiernos están preparándonos con un ensayo de lo inenarrable y de lo horripilante? Una vez que Covid-19 sea manejable, ¿cuál será la siguiente crisis? ¿Quiénes serán las próximas víctimas?***

Omar Darío Segura



## In memoriam

Dr. Jaime Alfonso Beltrán,  
Dr. Camilo Escobar Castaño.  
Víctimas del Covid-19, o de las múltiples  
masacres que vienen sucediendo en Colombia  
por violencia y no por virus.

Ya no sé qué día es, sigo encerrada y lo he estado desde marzo. Lo único que sé es que desde el turno del 29 de febrero algo cambió. Yo sabía que la luna que se veía en tu ventana, en Guillermo Gómez, mientras interrogaba a las mamás trataba de decirme algo, pero los mensajes cifrados rara vez se interpretan a tiempo. No sabía que ese sería uno de mis últimos turnos antes de la pandemia.

Desde que llegué a tu barrio que siento tan mío, a plaza España, donde los primeros días uno inicia las pisadas con cautela y conoce a todos tus cuidadores, no había dejado de verte por más de un mes. Ahora, no te he visto por más de cinco meses, y me atormenta no volverte a ver, ni a ti ni a quienes te habitamos; no volver a ver a los pacientes que me llenan de historias, de sonrisas y de angustias, pero que me llenan la vida aún incompleta.

Desde que te conocí empecé a morar en ti, a hacer el bosquejo mental de tus planos cartesianos, del olor a viejo y de las noches donde estamos en soledad absoluta y das un poco de miedo; y de los días donde todos los doctores están encima de uno preguntando aquí y allá ¿qué es esto?, ¿cómo actúa?, ¿qué manejo le hace al paciente?, y yo sé que tú y tus paredes conocen todas las verdades y no me las puedes decir, entonces busco en los recovecos de mi memoria en mi intento por responder. Pero no es igual, estar aquí extrañando esos momentos de estrés que exige la carrera, demasiado cortisol aquí o allá.

Recuerdo cuando llegaba a clase corriendo cinco pisos; o cuando conocí la parte de coronarios y pensé que antes debió ser un cuarto de monjas, o algo por el estilo; el patio al lado de urgencias que es bueno para estudiar hasta que se siente un frío que llega al tuétano; la biblioteca en su silencio; el patio de la virgen donde está la foto del primer día y estará la del último; el Fergusson donde uno se siente famoso exponiendo; el gallinero donde las puertas y las ventanas se abren solas.



Todo en ti siempre está en movimiento, recuerdo cuando me encontraba con este y con aquel en tus pasillos, mientras en cada uno de tus consultorios y habitaciones los pacientes nos confiaban un montón de secretos, de vida íntima en busca de una solución oportuna, no necesariamente salina, y a veces uno es todavía novato y no sabe nada; otras veces ayuda a resolver pequeñeces, mejor con lactato. Y también, cómo no, encontrarse con algún amigo en el pasillo y quedarse hablando, reírse en grupo, y luego encontrarse a otro amigo, y a otro. Y al que no veía hace rato abrazarlo y reírse frente al café.

¿Sabes? No creí que llegara a extrañarte tanto, porque me has hecho llorar y estresarme bastante. Pero eres una parte de la vía intrínseca de mi vida y de muchos. Ahora, aquí exiliada completamente del pabellón Montoya donde murió mi tío Fabián, mi ángel guardián que me llevó a conocerte. Ahora, donde imagino mis estudios en pacientes que aún te llegan, me haces una falta inmensa. Me daba mucha paz llegar en las madrugadas y ver esa arquitectura tan majestuosa, y salir agotada a tomar el bus mientras sonaba "me tengo que ir... y no es por ti, contigo está mi corazón". Y reírme, o ir a tomar avena con mis amigas.

Aunque me haces una falta inmensa, sé que aún no es el momento de verte y reconocerte, que pronto llegara. Pero antes, quiero pedirte que cuides más a quienes siguen ahí, dentro de tus paredes, a todos mis profesores y a mis amigos. Y a todos los que no conozco y enferman, por favor, trata de ser cálido con ellos, haz que les dé el sol todos los días, que los pacientes puedan no agobiarse tanto, que se cuiden mucho. Haz que la luna con el mensaje cifrado vuelva, para que así acabe esto, la agonía siempre estará, no podemos hacer nada. Y tú lo sabes tras doscientos años de ver agonía, pero ayúdanos a ser más conscientes de la vida. También, cuida mucho a quienes te rodean. Por ejemplo a tus cuidadores como el señor que ayuda a la salida de los carros en el parqueadero, o el que siempre me asustaba, o el joven con las pupilas inyectadas de rojo, o la mujer con quien menos se interactúa, porque ser mujer en la calle es más difícil. Cúdalos a ellos, porque solo te tienen a ti, solo tienen los muros, los cementos y el

periódico por una u otra razón; y cuida a los que te rodean que no viven ahí, pero que venden empanadas, que madrugan con su carro de chorizos y arepas, que venden ropa barata, que trabajan de sol a sol. Cuida al pueblo cansado de guerra, pero víctima ahora más que nunca.

***Y, por favor, tú también cuídate mucho, mantente firme y albergando tanta vida y tanta muerte, pero no te los lleves a todos al tiempo. Porque este año ya he visto demasiadas muertes, dime que no te llevarás a tantos más. Cuídate y cúdalos a todos.***

***Espero verte pronto.***

*María Camila Cortés Osma*



## Carta a un colega

Me imagino que estarás igual que yo: durmiendo mal, creo que todos estamos pasando por esa misma sensación de ansiedad que nos interrumpe el sueño.

Estamos en un escenario sin precedentes, no sabemos más allá de lo que se ha podido escribir o documentar, en unos pocos meses. Da la sensación que no sabemos ni cómo hay que reaccionar (mantenerse con la frente en alto y sin llorar, o expresar que tienes miedo y continuar...), pero una cosa sí te voy a decir, y es que tendrás que confiar en tu capacidad personal de superar la adversidad, no tengas duda de que se pondrán en marcha nuestros mecanismos de afrontamiento, nuestra capacidad de resiliencia. Serán noches duras y días también, y te encontrarás enfrentando una situación que se sale de control, en la que, en muchas ocasiones, no tendrás ni la oportunidad de consolar a tu paciente, del que igual temes, porque tienes miedo de contagiarte. Pero, aún así, continuarás y sin dejar de lado el desconsuelo que es pensar en tus seres queridos, a los que no habrás podido ver en semanas o meses, con los que tu máximo contacto ha sido una videollamada, y a los que, aunque quisieras no puedes proteger, más allá de la labor que ya estás haciendo por el bien común.

Así es, colega, todo esto nos abrumba y es normal, nos dicen "héroes sin capa", pero estamos enfrentando una batalla sin armas, y en un aislamiento social forzoso (por el bienestar de un colectivo) del que como trabajadores de la salud, impresiona que no hagamos parte, porque somos nosotros los que tenemos la tarea de enfrentar a ese enemigo invisible, implacable y desconocido...

No nos queda otra que consolarnos con el hecho de que formamos parte del equipo quien batalla y



lucha para vencer al "enemigo". Sacar lo positivo de esta experiencia que nos ha dado la oportunidad de acercarnos a lo esencial, a lo básico: la supervivencia y la humanidad. Ahora todo está en cámara lenta, pero es posible que esta pausa nos hiciera falta.

***No olvides, colega, que seremos la generación que luchó y sobrevivió a una pandemia.***

*Nancy Virginia García Poveda.*



## Queridos usuarios

En esta época de aislamiento donde se ha detenido el mundo entero, donde sentimos que ya no aguantamos más tanto encierro, es cuando entre la computadora, la cocina, la cama y las ventanas he podido llegar a la conclusión de que así como amo y me hace falta mi biblioteca, ayudar a los usuarios entre libros y a mis compañeros, era una bendición.

En este tiempo de aislamiento nos enfrentamos a una situación sin precedentes. La pandemia mundial de coronavirus está afectando a nuestras familias, a nuestra comunidad académica, así como nuestra forma de vida. Durante este tiempo nos ha tocado emprender cosas nuevas para poder estar al servicio de ustedes.

En primer lugar, nuestros corazones están con todos aquellos que han sido afectados por el virus, ya sea directa o indirectamente, nuestros pensamientos están con todos aquellos que están enfermos, a quienes extendemos nuestros más sinceros deseos de una recuperación completa. Y nos sentimos realmente inspirados por los médicos y los trabajadores en el área de salud en todo el mundo, en especial, los de los dos hospitales de nuestra institución que están en primera línea trabajando incansablemente para atender a las personas que más lo necesitan..

En segundo lugar, la FUCS nos ha alentado a trabajar desde casa y poder acompañarlos en sus actividades académicas, algunos de ustedes habrán notado que han cambiado algunas cosas de nuestra plataforma, han aumentado los servicios en línea.

Es un tiempo privilegiado para aprender, no precisamente anatomía, química, fisiología, literatura o inglés sino para aprender grandes lecciones importantes que, tal vez, pasan inadvertidas en las clases presenciales por el agobio del «temario oficial». Es un tiempo privilegiado para educar la paciencia, sé que te cuesta mucho; la solidaridad del ser humano, todo el mundo está sacando lo mejor de sí mismo y esta



me parece la mejor orientación académico-profesional que puedes recibir; entender la verdadera libertad; vivir con menos cosas; pensar mucho; entender lo importante que son las clases, quién te iba a decir a ti que estabas deseando volver al instinto del que tantas veces dijiste que te querías ir y no volver; entender y valorar la utilidad de las redes sociales como herramienta de relación y aprendizaje, seguro que tú puedes continuar esta lista de aprendizajes..

***Cuando regresemos será otra realidad, realidad más verdadera, más humana, más real y más viva.***

***De esta saldremos siendo mejores.***

***Atentamente,***

***Claudia Constanza Saray Baquero***



## Jake



Mi carta en esta pandemia es para mi perro, él se llama Jake.

A pesar de las dificultades de este tiempo, está su compañía. Con lluvia, frío, sol, viento o cuarentena había que salir a caminar, a observar, oler, explorar y bueno, a hacer sus necesidades. Estuvimos juntos mirando la ciudad vacía al inicio de la pandemia, y su transformación lenta hacia el retorno. Viendo cómo se cerraban los negocios, cómo se aumentaban los avisos de “se arrienda”, pensando cuándo podríamos volver a nuestros lugares favoritos.

También observamos aves que no hubiéramos visto o escuchado, si no fuera tan grande el silencio que nos acogía en el parque. Su compañía en el camino me llena de vitalidad, de alegría, de confianza en un nuevo día cada mañana.

Jugamos, perdimos pelotas, conocimos a Almendra, a Frida, a Rita, a Raquel, a Sol, a Mora, a Capuchina y empezamos a extrañar a Frisby, a Teo y a Rex. En una ocasión nos atacaron, a mí un señor mayor, seguramente con un dolor en el alma que no lo deja en paz, y a él un perro grande que le dejó huellas de amor canino en su pata y pecho, esos momentos los enfrentamos juntos.

Durante el día duerme, a veces lo observo y quisiera echarme a su lado a descansar. Ese instante lo llamo “la hora de la cola”, porque la deja caer y la trata de recoger una y otra vez, como si la fuera a perder, esa escena me hace sonreír y me entretiene y me saca de la rutina.

Él tiene un reloj interno que le avisa cuando es la hora de salir y se acerca a mi escritorio haciendo caras, diciéndome con sus orejas –ya es la hora mamá, deja de trabajar y vamos a caminar–. A veces estoy en alguna reunión y se acerca a morder un poco mi



pantalón con ganas de jugar o se acerca con su pelota a ver si puedo dejar de trabajar o, simplemente, se sienta a mi lado con ganas de que lo consienta, y yo con un poco de caricias en su cabeza lo entretengo y sigo, pero realmente la que recibe las caricias y la calma soy yo.

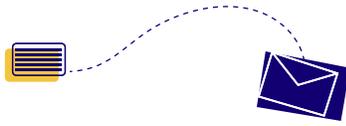
***No me había dado cuenta de cuán importante es su compañía en estos tiempos. Lo voy a extrañar cuando tenga que volver a la “normalidad”.***

Sandra Marcela Rodríguez Gaitán



## Carta a la pandemia

Querida pandemia,



A este punto de mi vida puedo decir que te puedo escribir con cariño y gratitud, pues hace unos meses atrás las cosas eran muy distintas, cambiaste mi vida y el entorno que me rodeaba, me obligaste, de la noche a la mañana, a dejar de ver a mis compañeros, maestros, pareja, pacientes e incluso mi universidad y los hospitales; pero no llegaste sola, claro que no, viniste con la cuarentena, virus, enfermos, muertos, confinamiento y mucha tristeza y soledad en mi corazón.

Empezaron a pasar los meses y la visión negativa que tenía de ti comenzó a cambiar, me empezaste a mostrar lo poco que valorábamos las cosas que nos rodean incluyendo los animales y el medio ambiente, me hiciste ver que la Tierra necesitaba un respiro porque nosotros no pudimos cuidarla, además de eso me enseñaste que vivíamos en un mundo lleno de manzanas podridas y que dondequiera que vaya hay corrupción, pobreza, desigualdad e inequidad, me mostraste que el sistema de salud que tenemos carece de muchas cosas, entre ellas insumos e infraestructura.

En cuanto a mí, logré darme cuenta de que necesitaba trabajar en mí y conocerme un poco más, me hiciste ver que soy más fuerte de lo que parezco y que debo aprender a identificar mis emociones y no ignorarlas porque la única que se va a lastimar soy yo.

Por el lado de la educación llegaste a revolucionarnos y no estábamos preparados, nos hiciste conocer todos los aparatos tecnológicos que teníamos en casa e hiciste ver que la labor de nuestros maestros es tan importante que se nos olvida valorarla, gracias por mostrarme todo lo que tengo, por hacerme compartir con mi familia, con mi entorno y, sobre todo, gracias por enseñarme a enfrentarme de cara a mis miedos, sé que hay muchas cosas por cambiar y otras tantas por mejorar y de lo único que estoy segura en este momento es que no soy la misma persona de hace unos meses a la que hoy te está escribiendo.



***Para finalizar, me gustaría pedirte que no te fueras sin antes enseñarnos el valor de la unión y el autocuidado, pues si nosotros no nos cuidamos nadie lo va a hacer por nosotros, y en nombre de todos los seres humanos te pido perdón por habernos metido con lo que no debíamos, jamás debimos tocar ni transgredir a tus animales, ellos no merecen ser lastimados ni maltratados, no sé quién nos dio el poder de estar por encima de los demás seres vivos, pero la verdad es que no lo merecemos.***

Atentamente,

Alejandra Navarrete Arias



## Carta a la pandemia



### Respetada pandemia:

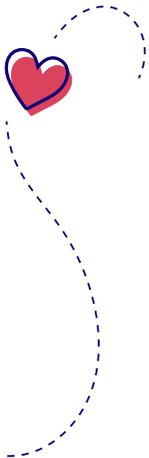
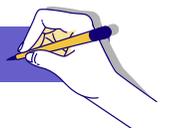
Te escribo esta carta para que sepas cómo me he sentido en estos meses en los que has estado presente. Principalmente quiero decirte que llegaste en el momento más inesperado lo que no fue fácil de asimilar, recién llegaste pensé que te quedarías por un corto tiempo, sin embargo, llegaste para no irte, o no por ahora. Te cuento que no ha sido fácil el que estés presente; cambiaste la vida de todos incluyendo la mía y fuiste modificando cada área de mi vida, en especial, la educativa.

Debido a tu estancia, las clases presenciales se volvieron remotas, la vida, la educación y lo laboral se volvió, en gran medida, tecnológica y a pesar de que no es tan fácil y de que no asimilaba esta situación te doy las gracias porque fuiste una nueva oportunidad y un nuevo comienzo respecto del aprendizaje educativo que he tenido durante estos meses, gracias por las enseñanzas.

***Sin más que decirte me despido y espero que puedas irte pronto en tranquilidad e incumpliendo con las tareas que tienes.***

Atentamente,

*Daniela Valentina Medina Bernate*





Estimada pandemia:

He de decir que has llegado como un obstáculo en mi experiencia educativa, implicaste un aislamiento de mis compañeros y profesores. Pese a ello, eres una circunstancia que requiere de una adaptación para superarte, en estos momentos la educación te dice: “no mostraré debilidad”.

No se te mostrará debilidad ya que la educación tiene la maravillosa capacidad de adaptarse para afrontar diversos obstáculos. Tanto así que empezó a utilizar la tecnología como principal método de acercar a los estudiantes y docentes.

Así que debo agradecerte, ya que fuiste causa de un fortalecimiento, has sido fuente de inspiración para comenzar a utilizar la creatividad por otros medios para sobresalir y volver a unir a las personas, a estudiantes, docentes, escuelas y universidades.

Incluso has logrado sanar la Tierra, gracias a ti la vida ha seguido su camino sin nuestra intervención. Mostrando que no llegaste aquí por pura improvisación de diversos acontecimientos en el mundo, llegaste para enseñarnos que debemos procurar cuidar el espacio donde vivimos y adaptarnos, porque no siempre podemos llegar a controlar todo, solo podemos aprender.

***Eres cruel y malévola, sin embargo, eres la dura verdad a la que nos enfrentamos con valor y valentía.***

Miguel Ángel Suárez Melo



## Pandemia

Hoy, al escribirte,  
recuerdo la primera vez que escuché de ti...

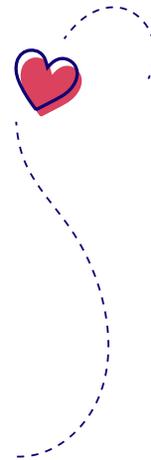


en ese entonces no pensé que pudiera verte de cerca o que llegaras a tener trascendencia en mi vida, vaya error, porque no solo te volviste importante en mi vida, sino que ahora formas parte de ella. Todos los días te siento cerca, sin embargo, tengo el presentimiento de que no será para siempre. Al ser esto cierto, solo me queda recordar todo aquello que aprendí y viví gracias a ti. Aún tengo en mi memoria como poco a poco y al pasar los meses me has ayudado a modificar eso que siempre quise mejorar, como mi autonomía, o en la manera que organizo mis deberes; cómo en este tiempo en el que hemos estado juntos he aprendido mucho de mí, y de mis capacidades como persona y profesional; pero no todo ha sido positivo también me has dejado huellas amargas como el no poder cumplir el sueño de graduarme como siempre lo deseé o cómo me limita para hacer lo que me gusta hacer y compartir más con los que más quiero, bueno, pero para qué recordar lo malo, hoy solo quiero agradecer que llegaste y transformarte, a tu manera, la cual no muchos entienden, pero llegaste, y fuera para de dejar huella en la humanidad, en mí, donde la conciencia era tu lema, con eso me quedo.

***Querida Pandemia, con estas palabras quiero darte mi más sincero agradecimiento, así como un dulce y anhelado adiós.***

Con cariño,

Natalia Alturo



## Carta a la pandemia

La pandemia se originó en el 2019 y hoy continúa, se derivó de la enfermedad por coronavirus (Covid-19), es ocasionada por un virus “coronavirus” 2 síndrome respiratorio agudo grave (SARS-COV-2), fue identificado en la ciudad de Wuhan, república de China; a Colombia llega el primer caso de Covid-19 el 6 de marzo de 2020 y el 11 de marzo la Organización Mundial de la Salud (OMS) declara a este virus como pandemia global.

Desde que tengo uso de razón, nunca se había presentado una pandemia tan grande que paralice el mundo entero; para nuestra época, “los millennias” y “los centennials”, es una situación novedosa, ya que ha cambiado las vidas de las personas y en ocasiones sus costumbres, si bien es cierto este virus puede llegar a cada persona sin ningún aviso, su forma de transmisión es silenciosa, cuando te das cuenta ya está dentro del cuerpo cumpliendo la función de enfermar las vías respiratorias primordialmente, por esto los entes territoriales de salud y el Gobierno deben actuar rápidamente, porque este virus, simplemente, evoluciona cada vez más; ellos se encargan de crear nuevas medidas de protección y prevención que para la población es novedoso e incluso extremo en algunos casos, pero todo esto lo realizan con el fin de evitar que el virus se propague.

Debido a todas las medidas propuestas por el Gobierno el comercio en el país cambia de una manera abrupta, donde la economía se ve afectada drásticamente, pero en este momento lo verdaderamente importante es evitar la propagación del Covid-19 para prescindir catástrofes, argumento que muchas personas no ven necesario y lo demuestran incumpliendo los protocolos establecidos o, simplemente, hacen comentario como: “ese virus no existe”, “es un invento del Gobierno para robar”.

Llevo ejerciendo mi carrera profesional como enfermera y nunca me imaginé o se me pasó por la cabeza que tendría que pasar por una pandemia de esta dimensión, pero el día de mi grado realicé un juramento el cual debo cumplir, al principio es interesante algo nuevo que aprender, una experiencia más, pero al pasar los días observo que el virus avanza y las personas no se cuidan y se contagian, lo interesante es que los síntomas son

como una gripe común, que se podría tratar en casa en tiempos anteriores, pero ahora “una gripe común” es un factor para preocuparse, y esta situación pasa de ser interesante a preocupante, el hospital cada vez se va llenando de pacientes con síntomas respiratorios, la capacidad de ocupación de la institución va sobrepasando los límites y los pacientes llegan y llegan cada vez más, el hospital se va quedando sin insumos para brindar protección al personal de salud, pero ante la demanda hay que responder y atender a cada paciente que llegue para poder salvar su vida si esta está en riesgo o prevenir que avance y su salud se complique, los puntos de oxígeno cada vez son más escasos y los pacientes con requerimiento de este son muchos más.

Las preocupaciones son cada vez más, el pensar tener que salir de casa para afrontar esa situación y esperando que cosas nuevas surgen al pasar de los días, llegar y ponerse todos los elementos de protección para cumplir con la labor que nos propusimos a ejercer, finalizar un turno de 12 horas nocturnas donde no descansas ni un minuto que ni tiempo te queda para comer, y retirar los elementos de protección personal que te cansas físicamente y crean marcas que duelen por el tiempo de tenerlas puestas y por la presión que estas ejercen en la piel, volver a casa con el temor de que ya tengas el virus y no lo sepas y contagies a los seres queridos, personas que aún no conocen el panorama de esta situación.

***Es impredecible determinar cuándo va a terminar esta situación, pero el personal de salud se mantiene al frente y con la frente en alto, a pesar de las duras batallas que se viven día a día y las tristes noticias o decisiones que se presentan, el mundo cambió, la pandemia nos hizo cambiar, pero no debemos desfallecer y aprendamos de lo que vivimos cada día, cada minuto, apreciemos la vida que es la única que se va en menos de un minuto.***

Diana Marcela Leal Menjura



## Carta para la 'amiga' pandemia

Quizá yo califico esta pandemia como el más grande generador del sacudón a nivel personal y posiblemente mundial,

ya que puso de manifiesto las grandes debilidades que nos rodean y coloco como ejemplo cuando se habla de salud, el ver países que considerábamos fuertes para atender problemas de salud, cómo quedaron de rodillas ante los efectos del coronavirus. Esto nos ha llevado a experimentar temor por nuestra salud, por nuestra vida y por la de nuestros seres más amados, resumiendo toda esta emoción en miedo.

Esta pandemia ha tocado y no para el todo bien, las condiciones sociales de vida, el sentirnos feliz, la alegría de vivir, el sentido de la vida, el disfrute de múltiples actividades que deberíamos realizar, ya que todas ellas se han visto afectadas y, por tanto, nuestra calidad de vida.

En lo personal sabía que el Covid-19, inevitablemente, llegaría a nuestro entorno. Desde entonces, fue casi imposible pensar y hablar de otra cosa. El coronavirus provocó gran preocupación y malestar emocional, algo que todavía continúa. Y acá en nuestro país desde el anuncio oficial de las medidas de aislamiento obligatorio para controlar la propagación del virus, se vieron las conductas irracionales, entre ellas una inmadurez que oscila entre el pánico colectivo e incredulidad ante la situación.

Como bien se ve en mi relato, para mí el miedo fue la primera reacción de la pandemia, y es lo esperado; ya que sé que una pandemia de gran magnitud implica una perturbación psicosocial que puede exceder nuestra capacidad de calma y racionalidad. Pero al superar el miedo me encontré, por el aislamiento, con una serie de emociones donde la ansiedad, el aburrimiento, el hastío por el encierro, por la ruptura de las rutinas, y por el deseo de volver a "nuestra normalidad", aun cuando sabía que no tenemos un espacio de vida normal y que nos espera un mundo diferente, vinieron a llenar y rodear mi vida...

¿Pero qué de bueno trajo todo esto? Trajo el tener más tiempo para pensar en nosotros, hacer nuestra introspección, sentir y quién es quién, y quiénes son los más importantes en nuestra vida y con los cuales contamos... darles la verdadera importancia a nuestras cosas, ver las fisuras que presentan nuestras relaciones



interpersonales y que deben ser atendidas, confrontarlas, en resumen, mirar más nuestro mundo interior y nuestro entorno y acercarnos más a nuestra espiritualidad.

Esta pandemia, más que una experiencia negativa, me ha dejado muchísimas positivas, a conocerme, a escuchar a mi yo interior, en batallar con mis fantasmas, conocerlos, aceptarlos como unos buenos amigos, en ser más paciente, en aceptar las cosas como van viniendo, es ser más paciente, en disfrutar la vida, amar más, demostrar más mis sentimientos, sentir a flor de piel, escuchar a quien tengo de frente y dejar el celular a un lado, experimentar la vida, en salir de mi zona de confort, conocer mis capacidades y mis talentos, y siempre apuntar a la colina más alta sin llevarme a nadie por delante.

Ahora bien, al preguntarnos: ¿qué nos dejará la pandemia de coronavirus?, solo podemos aproximarnos a interrogantes, en vista de la incertidumbre que generan los cambios inducidos en nosotros mismos, nuestro contexto social, y humano. La verdad quisiera creer que de todo esto viéramos el aprendizaje que nos deja el saber que lo material no importa, que el ser humano y la naturaleza que nos rodean, son lo más importante y que somos, en verdad, los generadores de nuestra propia destrucción o visto desde una óptica más optimista, los generadores de nuestra propia salvación.

***¡Jajajaja!, se tenía que decir y se dijo...***

Adrián Enrique Lozano González



## Una carta a la pandemia como experiencia académica

Soy médico pediatra,



hoy me encuentro vinculado a la FUCS como estudiante de Especialización en Docencia Universitaria, mi desempeño como docente está dirigido a la práctica de los estudiantes en el área de la Pediatría a través de un convenio docente asistencial entre la ESE Hospital Universitario Erasmo Meoz de la ciudad de Cúcuta y la Universidad de Pamplona.

En estos tiempos de pandemia no solo he vivido las consecuencias del aislamiento como estudiante sino también como docente y a pesar de las condiciones que pueden verse como adversas, en este terreno académico debo resaltar las ventajas que este hecho ha logrado desde mi punto de vista.

No podría manifestar que el uso de la tecnología era algo inusual ya que cada día sentimos que esta crece a pasos agigantados, los simuladores son un ejemplo de ello en el área de las ciencias de la salud, pero el transferir todo un modelo de aprendizaje al uso de las tecnologías aplicadas a la educación fue un reto vivido y que aún vivimos como estudiantes, desarrollando aprendizajes y responsabilidades que parecieran ser mayores un tiempo atrás, reflejados por la mejor utilización y distribución del tiempo, el poder generar diferentes mecanismos tecnológicos para la elaboración de trabajos en grupo, entre otros; como docente ha sido una oportunidad en todo el sentido de la palabra, pues apropiarse de la tecnología no es fácil para todos, el brindarle la oportunidad al aprendiz de valorar su responsabilidad y ética en cada conexión, generando respeto y permitiendo generar ideas que favorezcan transmitir el conocimiento ha sido un reto especial, hoy sé que una de las prácticas que ha generado un mejor aprovechamiento del espacio de conexión permitiendo de alguna manera retomar las prácticas presenciales es aplicar el conocimiento del aula invertida, a través de grupos pequeños a los que se les entrega un material en video de temas prácticos y no prácticos cuya intención final es poder discutir este aprendizaje que debe ser

ampliado en la literatura para poder tener la capacidad de integrar el conocimiento básico o tradicional. Con esa práctica virtual he evidenciado cómo se ha generado un mayor compromiso como docente que me permite tener la seguridad de la comprensión de lo transmitido al estudiante para que pueda, en un futuro, poner en práctica lo allí aprendido, compromiso que es gratificante al generar un mayor vínculo con los estudiantes, permitiendo un diálogo también informal desde su sitio de conexión, pues de una u otra manera nos adentramos en su privacidad y esto a su vez genera, paradójicamente, respeto y agradecimiento del estudiante.

El aprovechamiento del espacio de comunicación virtual es mucho mejor, ya que en estos grupos pequeños la participación es mayor sobre el tema que se desarrolla, de manera que la revisión de un video didáctico, la experiencia vivida y la guía del docente, favorecen la discusión sobre el tema, siendo una experiencia positiva para el estudiante, permitiendo, a su vez, valorar la interpretación, es decir, generando una valoración observacional más que una calificación cuantitativa.

***Debido a lo antes descrito y siendo el tiempo de pandemia uno de los más difíciles vividos como sociedad, con todas las repercusiones económicas, de desarrollo personal, de desarrollo social, de afectación emocional y de compromiso de la salud, puedo manifestar que he tenido, desde el campo académico como estudiante y como docente, una experiencia enriquecedora que seguiré aprovechando, aplicando y mejorando, para no solo mantener sino hacer crecer cada compromiso individual y colectivo en este terreno.***

Víctor Luis Gómez Ardila



## Carta a la pandemia

**Después de seis meses me siento capaz de describir las diferentes experiencias que viví a partir del 24 de marzo de 2020.**



Parecía un sueño, una pesadilla, escuchar y ver las noticias donde mostraban el número de fallecidos y cómo se morían sin poder hacer nada, era aterrador. En el hospital comenzó la incertidumbre a medida que se implementaban los protocolos y nos reunían a diario porque teníamos que saber exactamente qué hacer y cómo hacerlo sin equivocarnos, sin pensar en el miedo de llegar a tener Covid.

Al pasar los días era más crítico, mis compañeros de urgencias lloraban durante el turno, sentían un pánico inmenso porque muchos tienen familiares que son de alto riesgo por lo que decidieron irse del lado de ellos y conformarse con escuchar su voz de vez en cuando, todavía no han sido capaces de volver al lado de ellos. Cuando veía un paciente cubierto con la oruga, el personal del aseo corriendo, los vigilantes gritando, cerrando el pasillo, el personal de enfermería y los médicos con toda esa vestimenta rara que solo se le veían los ojos, estresados, en varias ocasiones se me aguaron los ojos y solo oraba por ellos y por mí.

Todos los días, al llegar a mi casa, solo saludaba de lejos sin abrazos, sin besos, para mis hijos, para mi esposo, me encerraba hasta que me retiraba todo y luego hablaba a señas, comía en un extremo de la mesa como cualquier extraño, mientras rumiaba ideas y solo pensaba en el Covid, en lo que podía pasar si llegase a adquirir el coronavirus, lloraba cada vez que me preguntaban algo relacionado con el tema. En el trabajo nos alejamos como grupo de trabajo, no compartíamos como antes, nadie hablaba con nadie, cambié mi uniforme, dejé de usar toca, para usar gorro, a la hora del almuerzo no me puedo sentar con mis amigas a hablar, a disfrutar de ese tiempo para olvidarnos del estrés, almorzamos solos en una mesa, solo podemos mirar el celular, contestar saludos a señas o con el codo. Es triste porque de un momento a otro nos distanciamos de todo el mundo, pero la lucha seguía y los problemas también.

Recuerdo un día que estaba en mi casa en teletrabajo y recibí la llamada de una amiga, compañera del hospital. Al contestar, ella gritaba porque había salido positiva para Covid, ella pensaba que se iba a morir

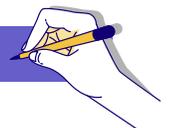
y que iba a contagiar a toda su familia, el impacto fue tanto que terminé llorando y sentía impotencia porque no podía hacer nada, para ese entonces ya habíamos empezado a recibir acompañamiento de los psicólogos del hospital y acudí a ellos, cada sesión era gratificante, además, todos podíamos hablar de nuestros miedos, temores, angustias, este acompañamiento ha sido muy importante para nosotros, siempre hay un tema de interés, ellos siempre buscan la forma de hacernos sentir bien y, sobre todo, de tener herramientas para enfrentar, día a día, la pandemia.

A medida que pasaba el tiempo disminuyó la angustia, aprendí a enfrentarme a los pacientes con Covid, me alejé por completo de los noticieros, solo sabíamos lo que nos comunicaban a diario en el hospital, varios de mis compañeros han salido positivos y les ha ido bien, infortunadamente un médico estuvo hospitalizado y falleció un sábado en la tarde, la noticia fue desoladora porque era muy joven, con muchos sueños por alcanzar, pero, en fin, solo Dios sabe el porqué de todo.

El tiempo pasa y seguimos distanciados de nuestros seres queridos, con la esperanza de volver a la normalidad, pero a pesar de todo hay cosas buenas, hay aprendizajes nuevos, existen historias de vida por narrar, las pequeñas cosas tienen un gran valor. En el hospital se trabaja en equipo buscando siempre proteger al otro, mejoró la humanización, sobre todo con los pacientes, las personas son muy importantes, en especial, si están lejos, nos comunicamos todo el tiempo a través de la virtualidad, aprendí a comprar en línea, antes no me gustaba, mis hijos y mi esposo están siempre conmigo y me acompañan, me comunico con los estudiantes a través de la virtualidad, al comienzo sufrí porque no tenía habilidad y destreza, pero hoy he aprendido y lo he hecho al lado de mis compañeros y docentes de la maestría quienes siempre han tenido palabras alentadoras, son unos seres humanos llenos de valores, sin prejuicios, atentos de las necesidades de cada uno.

***Solo me queda agradecerle a Dios por cada nuevo día y por la oportunidad que tengo de disfrutar de la compañía de mis hijos, esposo y amigos, por la salud, los alimentos y el techo que puedo disfrutar. Gracias.***

Carmen Yaneth Buitrago



## Carta a la pandemia

Soy Carolina María Rodríguez Vargas, médica especialista en Cirugía General y docente de la Facultad de Medicina de la Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud, FUCS.

Además estoy iniciando mi especialización en Docencia Universitaria. Soy mamá, hija, hermana y esposa y como los que están leyendo esto, soy muchas cosas.

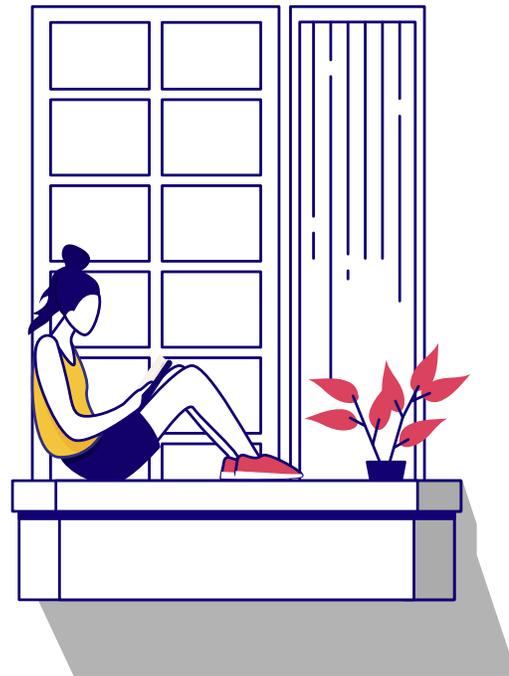
Empiezo con un fragmento de un poema de Fernando Soto Aparicio, no solo por ser un escritor colombiano y por mi gusto de su forma literaria, sino también por ser un familiar lejano, al que veía, leía y escuchaba desde pequeña y mi sentimiento hacia la pandemia está claramente expresado en él.

*El Ala Rota: "un golpe leve le rompió el ala derecha, daba pena verlo intentando volar. Tomaba impulso, pero el dolor le cerraba las alas apenas las abría. Empezó a caminar a pequeños saltos, había envejecido de silencio cuando llegó a su árbol, y trepó trabajosamente por las ramas hasta que halló su nido, allí descansó y se sintió abrigado, y confió en que el tiempo y la quietud lo curarían"...*

La pandemia por el coronavirus nos ha golpeado, nos ha cambiado. A mí me ha obligado a aislarme; a dejar de ver a mis hijos y familia, a sufrir por ver muertos y enfermos más frecuentemente y más cercanos. Además, a extrañar a mis seres queridos y amigos y a luchar por mis ganas de vivir; como ningún otro momento en mi vida.

Procuró estar bien y cuidarme para mis hijos, para mi familia, para mis colegas, para mis pacientes y para todos.

Tuve miedo de ser positiva a este virus y al enterarme de serlo, lloré y lloré mucho; me faltaban cosas por hacer, me faltaban cosas por vivir... ¿Y si contagio a los míos, y si contagié a alguien, y si me muero o me complico?, me preguntaba. Pasé esos días en casa y aquí, como en el poema, es donde más segura me sentí. Creo que sufrimos, nos quejamos y nos cansamos de estar en casa; pero si analizamos el tiempo y la quietud, equiparada con los cuidados por la pandemia nos curarán y en el sentido más figurado: nos cuidarán.



Sin embargo, extraño a los que ya no están, conocidos algunos y desconocidos otros. Oro por ustedes, por sus familias y por su sanidad o comprensión de lo incomprensible, de lo intangible y algunas veces inevitable, que es este virus.

La pandemia me enseñó a valorar más la vida, la amistad, los lazos familiares y a exaltar el valor del trabajo y paciencia de cada persona.

Todos los días veo y opero pacientes positivos o sospechosos, pero son humanos, sienten y están lejos de los suyos, necesitan de mí y del personal de la salud, nos acostumbramos y aprendimos a manejarlos y cuidarlos; así que solo tengo que decir ámense, cúdense y amen y cuiden a los suyos más que nunca, con más fuerza y dedicación.

***Es duro, claro que sí, pero las alas rotas curan y esto se va a acabar, creo yo, no sé cuándo, pero eterno nada es. Además, siempre hay alguien esperándonos en casa... en nuestro lugar seguro.***

Carolina María Rodríguez Vargas



## La realidad de la pandemia 2020

Estimado lector:



En el 2010 comencé mis estudios para convertirme en enfermera profesional. Durante los cinco años de mi carrera al hablar de pandemia mi mente se transportaba cientos de años atrás, el conocimiento del origen de enfermedades se daba desde el contexto histórico, recordando cuando en 1939 la epidemia del polio azotó al mundo o cuando, en 1953, al comienzo de la epidemia del SIDA, la enfermedad se diseminaba y los pacientes eran puestos en cuarentena y aislados, pero jamás pensé en vivir una pandemia.

El Covid-19 se especulaba mucho en mi país, parecía algo que no sabíamos si tocaba o no a nuestra puerta. Al pasar los días la sensación de angustia y miedo se apoderaba más, no solo desde el contexto laboral, mi mayor preocupación era ser fuente posible de contagio para mi familia.

Todo esto que hemos vivido a lo largo de los últimos seis meses me ha servido para apreciar lo que realmente es valioso: los momentos, los amigos, la familia, los encuentros... los abrazos. Reflexionar sobre cuántas veces, por pereza o por el simple hecho de no hacerlo, rechazaba encuentros o colocaba para un después aquello que hoy se añora; ver a través de una pantalla ese ser querido que con lágrimas te dice cuánto te extraña, poder ser ese bastón de aliento para tu hermano cuando por la distancia no te tiene cerca para expresarte cómo se siente, cuando escuchas a tu hija quien en su lenguaje te dice que



quiere ir al parque, nada de esto me lo enseñaron a sobrellevarlo en mis clases de formación. Yo creo que si esta pandemia nos va a cambiar y esperemos que nos cambie, sea para bien, para darle valor a lo realmente importante.

***Bendiciones siempre,***

*Eva Paola Gutiérrez Medina*



## Carta a la pandemia

¡Hola! Mi nombre es Karen Velasco y la verdad es que nunca pasó por mi mente escribir acerca de mi experiencia de vida en medio de una pandemia como la que estamos viviendo en este 2020, pero el verme a mí misma redactando esta carta me demuestra una vez más que la vida es una caja de llena de sorpresas que nos aporta nuevos aprendizajes y nuevas maneras de adaptación ante los cambios.

Yo soy instrumentadora quirúrgica y docente tiempo completo de la FUCS, coordino las prácticas de los estudiantes del programa de instrumentación quirúrgica en salas de cirugía del Hospital de San José y desde marzo recibí con sorpresa la noticia de que todos los seres humanos en el planeta debíamos quedarnos en el interior de nuestros hogares y trabajar desde nuestras casas para protegernos de un virus mortal, el Covid-19. Al inicio, el primer reto para mí fue adaptarme al trabajo en casa, no tenía siquiera un buen computador e ignoraba completamente cómo utilizar plataformas como Hangouts Meet o Zoom Renata para conectarme con grupos de personas en la distancia, mucho menos tenía idea de cómo organizar una clase de manera virtual o de reestructurar la forma de llevar un taller que normalmente es netamente práctico. Aún así, la universidad me brindó un gran apoyo, me prestó un equipo de cómputo y facilitó una serie de capacitaciones con las que pude empezar a alinear mis intenciones educativas con la puesta en marcha de la educación en línea. No voy a mentir, no fue tan sencillo y el trabajo en casa demandó duplicar mi horario laboral y escolar, pero gradualmente se fue haciendo más llevadero en la medida que tuve una red de apoyo importantísima de parte de mi esposo y hubo disposición en mi corazón para aceptar esta etapa con amor y tranquilidad, entendiendo que para todas las personas a mi alrededor era algo nuevo y que trataban de hacer lo mejor posible según sus posibilidades y su experiencia.

En medio de toda esta situación, se acrecentaba el miedo por las cifras de contagiados y fallecidos que arrojaba la pandemia, pero a la vez me sentía afortunada por poder estar en casa al lado de mis seres amados con la bendición de contar con un empleo



que nos permitía hacer frente a la situación de manera sosegada. Cuando llegó la mitad del mes de mayo recibí la noticia de que el Hospital de San José comenzaría a recibir a estudiantes del programa de instrumentación quirúrgica para desarrollar sus prácticas quirúrgicas en salas de cirugía; cuando el momento llegó, recuerdo lo irreal que parecía tener que organizar a los estudiantes por grupos y darles doble tapabocas, visor, polainas y gorro de cirugía para que pudieran hacer sus prácticas sin riesgos y me parecía inconcebible tenerles que pedir que no utilizaran sus uniformes de la universidad porque en medio de la crisis había personas que discriminaban o lastimaban al personal de la salud que identificaban en la calle.

Recuerdo salir y ver todo solitario y llegar a casa y sentir inseguridad al abrazar a mi hija y a mi esposo por el miedo de poder transmitirles el virus al haber estado en el hospital, en donde además se empezaban a ver más y más pacientes infectados, en camillas, rodeados por esa cápsula plástica de color rojo, seguidos por dos personas de servicios generales en su recorrido por cualquier zona del Hospital y al personal de seguridad bloqueando el paso de los transeúntes con sillas para que nadie más pasara por allí mientras circulaba el paciente. Recuerdo que en las clases virtuales de



la maestría en educación y desarrollo social que actualmente realizo junto con la jefe Carmen Buitrago, coordinadora del servicio de urgencias del Hospital, ella nos comentaba que el Hospital se había declarado en emergencia funcional debido a la gran cantidad de pacientes infectados que llegaban. Un momento que siempre llevaré en mi corazón fue cuando el doctor Carlos Pérez, director médico del Hospital, compartió un video en el que anunciaba el fallecimiento del doctor Luis Molineros Padilla, anesthesiologo con quien tan solo unos pocos meses antes me encontraba frecuentemente por las salas de cirugía sonriendo de manera dulce y amable; fueron momentos muy difíciles, sin duda, porque se veía cómo el virus se acercaba a mi realidad y a mi cotidianidad. Hubo muchas cosas que extrañé y aún extraño como, por ejemplo, llevar a mi hija a un parque con tranquilidad, el caminar sin tener que usar un tapabocas que me hace sentir asfixiada e irrita la parte superior de mis orejas, el poder visitar a mis familiares y amigos sin el temor de estar en aglomeración, el poder ir a hacer mercado en familia, entre otras.

En muchos espacios de la vida y académicos, se decía que las personas íbamos a salir diferentes después de esta experiencia de la pandemia, pero,

la verdad, para mí no ha sido tan fácil identificar ese cambio drástico de mentalidad en la humanidad. Lo que sí puedo asegurar es que yo me siento diferente y agradecida porque esta experiencia me llevó a dar más de mi misma como esposa, madre, hija, hermana, profesional, docente y estudiante de maestría, esto me mostró que si uno tiene disposición y voluntad de hacer las cosas, todo es posible y tengo muy en el fondo de mi corazón la esperanza de que estos pequeños cambios que se dieron en mí, tengan algún impacto positivo más adelante.

***Sigo aprendiendo, sigo esforzándome al máximo, porque esto no se ha acabado, esta pandemia continúa y exige ahora, más que nunca, autocuidado y sentido de la responsabilidad tanto individual como colectiva, pero, asimismo, mi corazón y mi espíritu siguen dispuestos y tienen la esperanza de un nuevo mañana.***

*Karen Milena Velasco Rey*



## Carta a la pandemia

**El coronavirus inició su incursión en Colombia el 6 de marzo de 2020 durante mis vacaciones.**

Fue un mes entero viendo noticias de muertes diarias, casos nuevos y leyendo datos inciertos sobre las mejores estrategias de tratamiento. En julio reanudé mis actividades, en este mes nos preparamos por medio de charlas y discusiones sobre la información actual de la enfermedad, el hospital y el servicio de medicina interna se reestructuraron para enfrentar el tan esperado pico. En nuestro caso este llegó para el final de julio y comienzos de agosto, nos enfrentamos a situaciones inesperadas, a casos nunca antes vistos, a muchas frustraciones y a grandes pérdidas.

Al comienzo entendimos que era necesario, más que nunca, estar unidos para enfrentar adecuadamente las distintas situaciones que se presentarían, celebramos con entusiasmo los prematuros éxitos obtenidos en una pelea que se extendió peligrosamente más de lo que hubiéramos deseado. Con los días crecieron el número de pacientes que requerían UCI y el tiempo que estos demoraban en ser trasladados y recibir la atención necesaria. Enfrentarse a situaciones para las que no estábamos entrenados nos costó mucho, desde las auxiliares de enfermería hasta los especialistas sentimos mucha frustración y enfrentamos varias derrotas que en otras condiciones no habríamos tenido.

La pandemia nos obligó a ser humildes, a recordar que sin importar el nivel de entrenamiento siempre existirán casos que nos superan y que debemos aceptar con resiliencia, nos enseñó que los momentos amargos



se superan con mayor facilidad junto a nuestros seres queridos y nos recordó, con muchos casos cercanos, lo efímero de la vida y lo frágil que son los planes que a veces damos por hechos.

***Todo lo que vivimos en esta pandemia habrá sido en vano si no aprendemos a valorar cada día, junto a las personas que queremos, como si fuera el último.***

*Jorge Leonardo Fajardo Ruíz. M.D.*



## Pandemia vs. la vida



La vida a veces es considerada un beneficio para todos, día a día aprendes a valorar lo que tienes, siempre tienes altibajos con los que aprendes a levantarte y seguir adelante, de repente te das cuenta de que todas tus metas y proyectos cambian en un abrir y cerrar de ojos.

En medio de mi profesión siempre he estado expuesta a virus y enfermedades, pero llega un virus que no conoces y no sabes manejar, te expones y expones a tu familia, lo más valioso que tienes, sin saber qué pueda pasar. Me enfrenté a tomar decisiones que cambiaron todo de mí, una de ellas fue tener que alejarme de mi hija y llegar a pensar que no la podría volver a ver, y no solo a ella sino a toda mi familia y amigos, no poder dar un abrazo, un beso a los que no le dabas importancia, llegar a sentirte rechazada por la sociedad por ser personal de salud, vivir con miedo y llegar a tener miedo de mí misma.

Siempre he sido muy fuerte y de la mano de Dios, de mi hija, de mi esposo y de mi familia nos volvimos aún más fuertes, cuidándonos y cuidando a los otros; es así como hemos aprendido a convivir con este virus, valorar lo más importante que es la familia, los amigos.

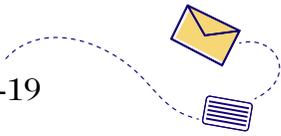
***Gracias pandemia porque hoy me has dado la oportunidad de poder relatar mi vivencia.***

Angie Katherine Triana Mahecha



## Carta a la pandemia

### Hola querido Covid-19



Hoy, después de seis meses de tu llegada a nuestra vida, nos tomamos el tiempo de recordar cómo era nuestro diario antes de tu aparición... llamando a la nostalgia y a la reflexión. Un día de nuestra cotidianidad inicia con los buenos días que nos ofrece el sol, asistiendo a una cita con nuestro cuerpo, fortaleciendo músculos y tendones, en ese sitio que a pocos nos gusta, pero que es, sin duda, necesario y es el llamado gimnasio, un café tal vez mientras miramos lo que tenemos para el día. Nos dirigimos, entonces, a nuestro sitio de trabajo, ese que nos inspira cada día a ser mejores personas, compartiendo con nuestros pacientes; ellos, los que vienen en busca de alguien que los escuche, que no los juzgue y les brinde una oportunidad para salir de esa enfermedad que acaba sueños, familias y hogares (enfermedad adictiva). Ese lugar que nos brinda amigos y compañeros de vida, en donde desarrollamos el arte de "curar" y que en algún momento se paralizó en el tiempo para unir especialidades, procedimientos y esfuerzos en torno de ti mi Covid-19, probablemente soy posesiva al escribirte con tanta confianza, pero ya que decidiste estar en mi vida indefinidamente y afectar todo mi entorno, hoy quiero decirte que estoy dispuesta a estar contigo, que constantemente desaprendo y aprendo para volver a vivir, para no sentirte como una limitación sino como alguien más que ha llegado a la familia y debo hacer lo necesario para brindarte lo que requieres y estar bien a tu lado.

Hoy, con la llamada "nueva realidad", nos acogemos a esos recuerdos que nos hacen frágiles y humanos, reconociendo que no vivíamos nuestra vida con total pasión, que quizá no dábamos la importancia a detalles simples de la vida, o que veíamos insuficientes algunas cosas que hoy extrañamos como la satisfacción de llegar a casa a ver a nuestra familia, seres queridos brindándonos un beso, un abrazo de esos que hacen que todas tus preocupaciones queden paralizadas en el tiempo o aquella bienvenida del día a cargo del sol que fue postergada por la luz del computador y las nuevas formas de interacción social. Sin duda, han sido días fríos, dominados por la angustia y la incertidumbre, viviendo lejos de los nuestros por miedo a entregarles tu

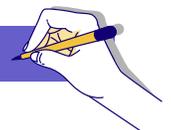
presencia y que los quieras tanto que quieras llevártelos. Aquellos que tuvimos contacto contigo, te respetamos, nos cuidamos, pero no sabemos qué tan lejos te puedas mantener... esa presión constante de los medios de comunicación nos mantiene informados de cómo has afectado nuestro país y el mundo entero y no permite que nos distanciamos mucho.

Sin duda, nuestro pequeño mundo ha cambiado, llegaste sin preguntarle a nadie y tienes un intenso deseo de quedarte. Los planes del 2020, poco a poco, se fueron derrumbando en algunos de nosotros, pero nos quedan esos dones especiales llamados vida y salud, los cuales en estos momentos tienen más valor e importancia que ir a una playa, sentarnos en un lindo restaurante o ir a conocer otro continente. Poco a poco nos vamos acostumbrando a tu presencia, pero no es nuestro deseo tu permanencia... aún así te agradezco el llamado de atención que haces a nuestra vida y recordarme el sentir con intensidad cada minuto; disfrutar mi café matutino, valorar el despertar junto a mi compañero de vida, abrazar a los míos y tener la oportunidad de modificar mi existencia.

Entiendo que debo detenerme con más frecuencia a evaluarme, analizarme y construir el sentido de estar en este planeta, eres una motivación más para amar lo que hago y espero dejarte ir, como aquel hijo que ama una madre por lo que representa para sí, pero que debe hacer su vida. Tal vez llegue el momento de que hagas la tuya y sabiendo que ese día llegará, hoy aprovecharé todas las nuevas oportunidades que me has brindado.

***Hoy termino este mensaje para ti, no sin antes recordarte que aunque no fuiste planeado y a veces haces que todo sea más complicado te he aprendido a querer y te acompañaré hasta donde necesites que lo haga.***

Yuly Katherine Guerrero Muñoz



## Carta a la pandemia

Cuando decidí ser médico jamás pensé que tendría que vivir una pandemia, cosa que solo había leído como historia de la medicina. Realmente creo que nadie se imaginó nunca lo que sería para la humanidad este 2020.

La pandemia generada por un nuevo coronavirus SARS-COV-2 logró detener de sopetón las vidas de todos los seres humanos sin importar condición, religión, clase social o política, a ricos y pobres, nos detuvo a todos en un instante y nos puso al mismo nivel cambiando radicalmente nuestras vidas.

No importa si creen en él o no, este ser invisible, pero inclemente, llegó a cambiarlo todo, a poner en nuestras vidas un antes y un después, ha sido capaz de mostrar lo mejor de muchos, pero también lo peor de otros.

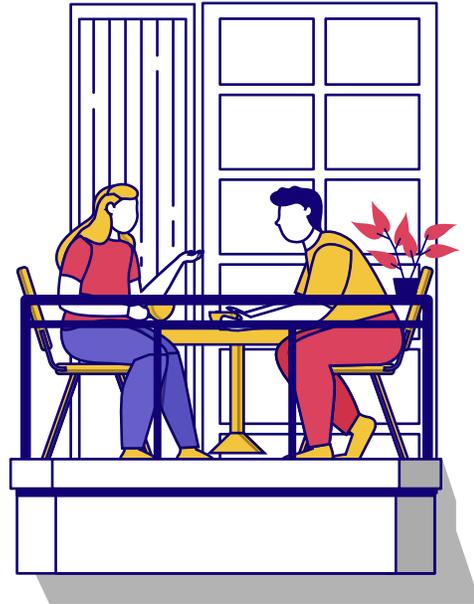
Para mí, como médico y como persona ha traído días de dolor, angustia y miedo. Es muy duro ver en muchos ciudadanos, sea por ignorancia o egoísmo, esa fría y peligrosa indiferencia mientras veo tantos colegas y compañeros perder la batalla de una guerra que nos toca a todos, sean o no personal de salud, una guerra que enfrenta la humanidad nuevamente, no es la primera vez ni será la última, pero como somos tan buenos olvidando nuestra historia, claramente volvemos a repetir los mismos errores de hace cientos de años.

Sin duda, para mí lo más duro de la pandemia ha sido separarme de las personas que amo, no poder abrazar a mi familia ha sido lo más doloroso que me ha dejado esta prueba.

Yo vivo con mi esposo, quien también es médico y vive la misma zozobra, gracias a Dios nos hemos tenido el uno al otro en este momento tan duro, ambos nos alejamos de la familia, extrañamos a nuestros padres, hermanos y yo, sobre todo, extraño con toda mi alma a mi sobrino con quien juego por video-llamada, pero a quien deseo con toda mi alma poder ver y abrazar muy pronto.

Afortunadamente nos tocó vivir esta dura época de la historia, en un momento en el que la tecnología nos permite mantenernos cerca con la virtualidad, vernos y reunirnos, aunque siempre quede el sinsabor de ese abrazo pendiente.

A mí, como a todos, me tocó replantear mi vida y como dice la palabra de moda del 2020, reinventarme. Como de todas las crisis, de esta hay que sacar cosas buenas. Cambié paseos, visitas y viajes por educación,



he continuado con la especialización, he podido acceder a múltiples recursos educativos como un diplomado, varios cursos y congresos virtuales que son mucho más accesibles dada esta nueva modalidad en casa y ocupan mi tiempo libre.

También estoy aprendiendo a cocinar, siento que he avanzado mucho y lo disfruto junto con mi esposo. Mi maestra es mi tía que por tener alto riesgo en esta pandemia ha estado aislada en su casa, pero nos reunimos de forma virtual para mis clases, así ella también se distrae y se relaja un poco.

A pesar de la distancia y de la zozobra, he fortalecido lazos de amistad con personas maravillosas que con el tiempo y el agite diario había dejado de lado, pero gracias a la coyuntura actual he podido acercarme a ellas, aunque realmente estemos muy lejos.

Sé que esto pasará, en unos meses o un par de años, pero pasará como lo han hecho las otras pandemias a las que se ha enfrentado la humanidad.

Esta nueva normalidad que de normal tiene muy poco, es solo otra parte del camino, de este camino que nunca pensé vivir, pero que ha dejado en mí huellas imborrables.

***Esperando de todo corazón poder superarte pronto, pandemia.***

Gabriela Jácome Lobo



## Carta a la pandemia

Desde tu inicio, hasta tus días presentes, me encuentro en un lugar diferente a lo que venía viviendo, y a pesar de que no me afectaste como a muchos, sí me quitaste espacios y libertades.

No todo de ti es malo, vale destacar tu poder para ayudarme a reinventar mi vida, para dar un nuevo sentido a los espacios y los vacíos presentes. Logré conocer lo mejor y lo peor de mí, y aunque continué conociendo, sin duda, fue durante este tiempo que entendí lo importante de poder compartir en familia o también, solo.

Hablemos de aquello que me arrebataste: mi grado, mis prácticas, mi cumpleaños, mi último semestre, la oportunidad de poder abrazar a personas cercanas, la oportunidad de dar una celebración por tantos años de esfuerzo y dedicación. Muchas veces me diste sustos, porque tras tu llegada, me he enfermado cuatro veces, veces donde el miedo de asistir a un hospital se apoderaba de mí. Aún recuerdo ese primero y único día que asistí, todo era diferente, todo era poco común a lo que solía conocer, desde la atención médica, hasta los protocolos y vestimenta del personal. Aún pienso en ese doctor que denotaba en su rostro cansancio, tristeza, incomodidad y miedo. También logré experimentar discriminación por parte de otros, me veían con temor y desconfianza.

No importa, afortunadamente, no estuve o he estado contagiado, solo se trataba de síntomas que no eran ajenos a mí, síntomas que no desconocía y que me han acompañado desde que tengo memoria...

¡Vaya que nos afectaste! Pero a pesar de todo, no dejé que me derrumbaras. Recuerdo con amor y cariño los momentos que compartí en familia, durante aproximadamente 1 mes, tuve la oportunidad de conectar con diferentes emociones de ellos, emociones que no había tenido oportunidad de conocer antes, así que por esto, te agradezco. Adicional a ello, pude celebrar mi cumpleaños virtualmente, quién diría que ahora nos volveríamos más cercanos a la tecnología.

Solo queda agradecer, porque quizá no he sido lo suficientemente juicioso o agradecido con mi salud, sabiendo cómo muchos lloran hoy por alguien que perdieron o han pasado un susto más grande que el mío.



Te agradezco por darme la oportunidad de ser más sensible, porque sé lo difícil que debe ser atender pacientes y aún más en UCI, ahora sumarle el miedo o la ansiedad por contagiarte o simplemente, la presión social. Sin embargo, hoy pienso en tener una oportunidad de conectar con personas víctimas del Covid, jamás le he tenido miedo, le he tenido respeto, pero estoy seguro que muchos pacientes, víctimas de tu llegada, sienten temor, necesitan fortaleza, compañía y la oportunidad de sentir lo que les falta o perdieron...

Finalmente, aprovecho la oportunidad para agradecer, para aplaudir y para reconocer ese esfuerzo con el que se levantan todos y cada una de las personas con las que comparto en una clase y que sé, han sido los héroes de esta historia, una historia que a muchos hasta les ha quitado la vida.

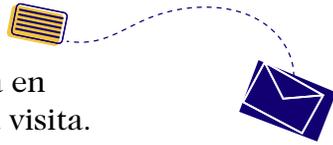
***Hoy lamento todas estas circunstancias, pero espero jamás pierdan su humanidad, jamás dejen de hacer lo que aman y por lo que se formaron, porque hoy esas lágrimas con las que se levantan o se acuestan, son las que a futuro les van a permitir llenar su alma y su ser.***

Miguel Antonio Ríos Torres



## Carta a la pandemia

Querida pandemia,  
te escribo esta carta en  
agradecimiento a tu visita.



Estos meses que decidiste venir a la Tierra, con una gran diversidad de objetivos, voy a hablar desde mi experiencia personal. Agradezco a las directivas de la FUCS que me permitieron aislarme con mi familia contando con los recursos económicos que venía devengando sin ningún cambio, mi esposo también pudo cerrar su consultorio por un tiempo sin grandes afecciones económicas, comenzando a buscar recursos creativos, para hacerme entender, a través de la pantalla, para poder transmitir conocimientos que permitan el desarrollo de las practicas que realizamos normalmente en el laboratorio de simulación.

Durante el tiempo que estás visitando en nuestro planeta hay muchas familias afectadas, trabajadores, empresarios, todos, en general, sentimos miedo de ser contagiados o de perder algún ser querido. A pesar de todos estos sentimientos encontrados, quiero escribirte para agradecerte, ver la situación desde el vaso lleno, ver que es una oportunidad de llamar a las personas, familiares, amigos con los que de pronto tengamos algún tipo de desacuerdo o enemistades, agradecerte por el respiro que le estamos dando al planeta, pedir perdón al ser supremo por las agresiones contra la naturaleza, en muchos lugares se dio paso a diversas actividades para ayudar al prójimo, en mi experiencia personal te agradezco por todas las horas junto a mi esposo, que nos permitieron redescubrir detalles, cualidades, tolerancia que teníamos olvidadas por el diario trajín de la supuesta normalidad, descubrir rincones de mí misma que despertaron gracias a tu visita, la que nos ha permitido valorar un abrazo; la ausencia física de nuestros seres queridos hace que deseemos sentir cada una de nuestras células.

Se llegó el día de salir de nuestro refugio, nuestro hogar que nos brinda seguridad y ahora amamos más que nunca, tener que estar protegidos por una armadura para protegernos de los otros y de nosotros mismos. Te agradezco, querida pandemia, por permitirnos vivir



cada día de una manera más intensa a partir de tu visita. Gracias porque cuando viniste directamente a mi familia, donde nos contagiamos, fuiste muy condescendiente al generar afecciones físicas leves para mí y toda mi familia.

Con mi esposo, pensamos no tener hijos y comenzando este año decidimos que era el momento de traer una vida a nuestro mundo. Al comienzo de tu visita pensamos muchas veces, que definitivamente no queríamos ser papás en este mundo tan cruel, pero con tu visita deseamos enormemente ser padres, pues nos permitió valorar, amar, entender y desear profundamente tener hijos con los que podamos compartir todas nuestras experiencias, entre estas tu visita desde un punto positivo, que nos permita ser mejores personas día a día.

***Querida pandemia ya viene la vacuna y es hora de que dejes nuestro planeta.***

Laura Natalia Cogua Cogua



## ‘Con cariño, desde mi casa en pandemia’

Queridos compañeros:



El jueves 19 de marzo de 2020, saliendo de mi trabajo, no imaginé que no volvería por causa de esta pandemia, sabíamos que regresábamos el martes 24, pero no fue así, entramos en cuarentena y me puse a pensar y ahora qué “el trabajo de todos” y veía cómo en los supermercados llevaban muchas cosas para comer, no imaginaba que todo esto nos llevaría tanto tiempo en casa, el mundo entero tuvo que hacer una pausa en su vida.

No sabía qué pensar, tal vez no sentirme presa y ser agradecida con la vida. En mi mente estaba el grado de mi hija, cómo iba a ser, porque ya habían dicho que no podía ser presencial, tenía la esperanza que pasara.

Ahora me encuentro con los noticieros, que por cierto ahora son nuestra compañía en la mañana, tarde y noche, con la fe de escuchar que ya está pasando este virus y que no hay más muertes por esta causa, muy triste escuchar que ha muerto alguien más.

Sé que las circunstancias de cada uno son muy diferentes, el acceso a la tecnología, las situaciones familiares, el hogar... pero no debemos angustiarnos, lo más importante es aceptar la situación y sacar lo mejor de cada uno como en tantas ocasiones lo hemos hecho.

En estos primeros días de aislamiento, en la familia surgieron muchas preguntas con respecto de todo, pero es un tiempo para educar la paciencia que nos cuesta mucho tenerla y para ser solidarios con el ser humano.

Compañeros, por lo pronto esta enfermedad tiene paralizado casi todo, de noche, por las calles, no se encuentra ni un alma.

Ya llevamos 6 meses y la fe en Dios y la ganas de vivir son las que nos han tenido en familia luchando como equipo para que todo continúe, al final, somos como el reloj, sus manecillas no dejan de seguir y así es la vida, no la podemos detener.

Les cuento que en este tiempo me ha pasado lo mejor de la vida y que tanto anhelamos en un determinado día o al menos me lo imaginaba, el grado de universidad de mi hija y el nacimiento de mi primer nieto, Nicolás.

Nada de lo que ha pasado es como lo pensé, todo ha pasado tan bonito y tan rápido, como un avión que solo se mira al pasar.

Todo ha cambiado en mi vida, mi trabajo, que lo amo con toda mi alma, ahora es en mi casa compartido con muchas labores más, es una locura, bueno, eso mientras he adaptado los tiempos... es estresante y causa un poco de tensión.

La responsabilidad y el compromiso ante el trabajo es más y enfrentarse a la tecnología ha sido también un reto, lo único es que cuento con “un gran equipo de trabajo”, los amo.

He tenido encuentros con los demás compañeros por las distintas aplicaciones y me he identificado en otras cosas que nunca pensé que las podía hacer, así como ver mis debilidades también.

Ahora, ¿qué me dicen para comprar las cosas de la casa?, es por número de cédula para poder entrar a los supermercados, me ha parecido muy chévere esa idea, ojalá continúe así.

Otra cosa, donde vivo nos hemos organizado de forma diferente, a mí me gusta mucho trabajar en comunidad y he realizado actividades para recolectar comida para las personas de mi barrio que aunque son de estrato 3 y se creería tienen trabajo y todo está bien, pues no, muchas personas sin que comer.

Cómo les parece que estuve de profesora de aeróbicos, una locura, no pensé que lo pudiera hacer, pero lo logré, eso sí con todas las normas de autocuidado, fue acá en mi conjunto, a diez personas en nuestro espacio comunal. Qué alegría sentí poder compartir.

Les cuento de mi familia, mis padres viven a tres cuadras de mi casa y he podido estar pendiente de ellos, muy duro que no puedan salir porque son muy activos y por eso hemos estado pendientes de todo lo que necesitan. Gracias a Dios por permitirme estar con mis padres.

Así han transcurrido todos los días, una experiencia enriquecedora descubrir lo bello que es poder tomar decisiones con nuestro cuerpo y nuestra vida, pero más aún, dejar de quejarnos y aprender de esta situación, descubrir mis capacidades en cada momento de mi vida y entender que el miedo es momentáneo.

Tan solo quiero volver a verlos y sentir su presencia, estar juntos sin sentir miedo y contarles todas mis experiencias vividas en este tiempo y ayudarlos en todo lo que necesiten, hace falta compartir un café, un gesto, una risa... pero lo quiero compartir, son mi segundo hogar.

***Por favor, sean juiciosos lavándose las manos.***

***Atentamente***

***Su compañera que los extraña,***

*Olga Rocío Castillo*



Soy una ciudadana más de este maravilloso país que ha sido golpeado en los últimos años por diversas circunstancias, que en ocasiones ni entendemos ni cuestionamos el porqué se dan.

Vemos pasar hasta con indiferencia si estas tocan nuestro entorno personal o familiar. Hay una gran desigualdad económica y social, por tanto, se ha aumentado la pobreza, se ha deteriorado el sistema de seguridad social, de salud, de educación, entre muchos más.

El coronavirus ha colocado al mundo entero en una situación donde nos es más difícil adaptarnos a nuevos cambios, en muchos sentidos, donde no estábamos preparados y ha cambiado nuestra manera de vivir por completo.

Esta pandemia la vivimos cada ser humano de diferente manera, porque si todos tenemos empleo, seguridad social, o lo básico para sobrevivir, nos quedaríamos por mucho tiempo en casa, sin mayor preocupación, pero, tristemente, hay desigualdad y muchos factores que tenemos que sobrellevar en esta crisis por la que está pasando el planeta; al menos tenemos algunos recursos que lo facilitan; no sé cómo hubiésemos pasado este confinamiento sin internet y sin los medios que tenemos, gracias a la tecnología.

Aunque es paradójico, en esta pandemia pudimos percibir pánico, inseguridad, miedo, ansiedad, entre otros, pues estamos bombardeados de noticias que nos generan todo tipo de situaciones y nos afectan indirectamente si no las sabemos manejar. Ahora nos preguntamos: ¿Qué es la curva exponencial? ¿Cuáles son los protocolos de bioseguridad? Palabras que no teníamos en nuestro léxico actual. Lo que resalto es que con esta situación hemos valorado lo que teníamos siempre, a nuestro alcance, creo que no nos dábamos cuenta de que éramos felices, hasta que perdimos muchas cosas, tan sencillas, pero a la vez tan importantes como el saludo de un amigo, el comportamiento con nuestros seres queridos, nuestra familia.



La reflexión que me deja este Covid es que la vida se vive una vez más y hay que disfrutarla al máximo con las personas de nuestro entorno y seres queridos, compartir, dar amor al máximo, todo esto con lo que trae el día, sin planear tan a futuro, porque se me hace incierto.

***No olvidemos que de la mano de un ser supremo saldremos adelante.***

Consuelo Vargas



Al comienzo de este año pensé que sería un desafío más, un reto para lograr cosas nuevas y formarme cada día como mejor persona, me planteé objetivos específicos que tendría que lograr sin importar nada, tenía la actitud y la energía para hacerlo, aunque mis pensamientos estaban en conseguir esas metas planteadas... ahí estaba Ella.

Ella siempre me visitaba sin importar la hora, el día o lo que estuviera haciendo, entraba sin avisar, pero a mí no me importaba, me sentía feliz cuando aparecía de repente. Ella me cautivaba con su voz, su presencia, su sonrisa. ¡Aaaahhhhh! Era mágica, sonreía con solo sentir su presencia.

Ella me visitaba cuando quería, cada vez que aparecía era una sorpresa para mí, pero sucedió un hecho que al final cambió mi vida y la de muchos, una enfermedad atacó nuestra sociedad y generó una cuarentena mundial, establecimientos cerrados, centros comerciales, restaurantes, todo fue cerrado y nos enfrentamos a un confinamiento inevitable, pero teníamos que seguir por el bien de nuestras familias y de todos. Mientras permanecía en casa cumpliendo deberes académicos y laborales, Ella seguía visitándome, iluminando mis días mientras no podía salir, conversábamos, reíamos, Ella me miraba con sus ojos profundos y tiernos, me hacía sentir la persona más amada del mundo y lo mejor... un minuto con Ella era todo un día, la cuarentena hizo que me enamorara más de Ella porque todos los días estaba ahí para mí, no se marchaba y eso me hacía feliz.

En lo más profundo de mí se iba forjándose una admiración y un pensamiento que gritaba Ella, no solo mi pensamiento, mi ser, mi alma y mi espíritu estaban con Ella. ¿Los sentimientos pueden influir tanto en una persona para cambiar completamente su forma de ser? Sí, mi perspectiva frente a la pandemia cambió todo, vi una forma de mejorar, de cambiar lo malo de mí por lo bueno, de poder ayudar a otras personas,

de salir adelante porque Ella está siempre ahí en mi mente, en mi cabeza y en mi corazón, me orientó por un camino que consideré el correcto y seguí adelante, por Ella logré muchas cosas.

Sin embargo, con el transcurrir de los días y los meses se volvió una costumbre necesaria, siempre me sentía acompañado y feliz. Ella fue la mejor compañía, me di cuenta de que tenía una dependencia con Ella, al final, no vi problema mientras mis pensamientos estuviesen empapados de su poética voz y su dulce mirada... Al final, no me importaba nada mientras estuviera ahí. Cuando la situación fue cambiando en el mundo ya pudimos volver a las calles, la gente retornaba a sus vidas cotidianas. Por mi parte, ya estaba preparado para afrontar nuevamente el mundo y seguir con mi vida, pero hubo algo que me afectó... Ella ya no estaba, se fue sin avisar, desapareció como el sol en el horizonte, nunca supe el porqué se fue. Mientras retornaba a mis actividades reflexioné en lo bueno que ella aportó a mi ser mientras estaba encerrado, valoré cada momento con Ella mientras estuvo, supe apreciar todo el cariño y sabiduría que Ella me brindó y desde lo más profundo de mí le dije, ¡gracias!

Después de tantos días retorné a mi trabajo con la actitud y la energía que me caracterizan, quería comerme el mundo y estaba dispuesto a seguir disfrutando mi vida y romper todos los obstáculos, volví a mis actividades cotidianas.

Un día caminando por un largo y frío pasillo, divagando entre mis pensamientos, en un segundo levanté la mirada y, de repente, me sentí nervioso, angustiado, pero feliz, comencé a sentir mariposas en mi estómago, a sudar y a inquietarme. ¡No podía creerlo!, mi mirada se concentró en alguien en particular, alguien que no veía desde el comienzo de año, alguien que sin darse cuenta influyó en mí... Miré al final del pasillo y era...

***¡Ella! Con su mirada y su dulce sonrisa,  
¡me cautivó una vez más!***



**El 31 de diciembre de 2019, a las 11:59 p.m., despedíamos un año y celebrábamos la llegada de este 2020, en el que teníamos muchas metas y sueños para cumplir juntos o individualmente.**

En los primeros 3 meses llevábamos una vida normal y cumplíamos con una rutina como ir a la universidad, a la oficina, a un centro comercial. Por otra parte, acciones como saludarnos de beso en la mejilla, un abrazo o un apretón de manos era algo normal, veíamos noticias internacionales y concluíamos que ese virus no llegaría a nuestro país, hasta aquel 7 de marzo que se confirmó uno de los primeros casos, pasaron 12 días cuando el Gobierno nacional decretó la cuarentena obligatoria y desde ese momento, todo cambió.

Al inicio de la cuarentena pensaba que serían 14 días en los que tendría que estudiar y trabajar desde la casa y, exagerando, en un mes todo regresaría a la normalidad, pero no fue así, finalizaba un periodo de cuarentena cuando se volvía a decretar otro, estar encerrada en la casa sin ver a gran parte de mi familia, mi novio, compañeros de la oficina y la universidad me hizo entender el valor de compartir con cada uno de ellos, que lo que antes veía como una acción normal, ya no se podía hacer por prevención. Extraño almorzar en familia o con los compañeros de la oficina, tomar un café o, por qué no, un coctel con mis amigas de la universidad, salir al parque o comprar carritos con mi sobrino y mi novio... éramos felices, pero no lo sabíamos.

Finalizar mi carrera virtualmente y hacer los trámites para graduarme han generado muchos sentimientos, pues uno de mis sueños, cuando inicié mi carrera, era poder graduarme con mis amigos, que cuando recibiera mi diploma, mis papás se sintieran orgullosos y cuando celebráramos en familia la culminación de esa meta sería el orgullo de todos, pero no fue así, sin embargo, culminé esta meta y sé que se sienten orgullosos de mí.

De una u otra manera, la pandemia afectó nuestra salud mental, los medios de comunicación no ayudaban, en las redes sociales la mayoría de contenidos se referían al Covid-19, esto hizo que el

temor aumentara, no solo al contagio, sino a perder a un ser querido, pero, por otro lado, entendí que hoy estamos, pero mañana no sabemos, por esto la importancia de decirnos entre nosotros cuánto nos amamos, qué tan importantes somos para los demás y aprovechar al máximo la presencia de cada uno.

Otro efecto que se originó es la parte económica, sin duda, fue uno de los factores que a más personas afectó, no solo en nuestro país, sino en el mundo. Las economías tuvieron un declive que nunca en la historia se había visto, deja más pobreza, familias y empresas en la quiebra, por lo que las tasas de desempleo se dispararon hasta en los países desarrollados, todo ha sido difícil de sobrellevar, pero siempre quedan lecciones entre ellas, el aprender a ahorrar. Muchas personas no tienen la cultura de disponer algo de sus ingresos para el ahorro, solo piensan en destinar sus ingresos para cubrir las necesidades básicas y el resto para satisfacer sus deseos o pagar tarjetas de crédito, lo anterior sucede porque las personas entran en una zona de confort y no piensan en que la vida es como una montaña rusa, en un momento estás arriba, al otro estás abajo, o estás de cabeza y todo puede cambiar en cuestión de segundos o minutos. En lo personal aprendí que la vida se debe disfrutar, pero con responsabilidad financiera, que siempre debo destinar algo para ahorrar.

Han sido 6 meses y 11 días desde que empezamos a vivir la pandemia del Covid-19 y aún seguimos con las medidas de prevención, llegaste en un momento difícil, pero llegaste a una familia en la que siempre te cuidaremos, velaremos por tu bienestar y protección.

***Cuando estés más grande te seguiré contando más momentos, experiencias y lecciones que hoy nos ayudan a formar como personas.***

***Siempre te llevaré en mi corazón.***

***Atentamente,***

***Marcela Rodríguez***



## ‘Mi querida Yo’...

Este año ha sido algo diferente, disfrutamos de momentos y espacios con nuestra familia sin pensarlo, nuestros hijos no podían creer que nos verían todos los días en casa y, por tanto tiempo.

Se nos afloraron sentimientos que quizá teníamos escondidos como el miedo y aprendimos que no éramos tan valientes como lo pensábamos, admitimos para nosotras mismas que aún somos como niñas indefensas en ciertos momentos.

Nuestros sentidos se agudizaron más, nos convertimos en una mezcla de mujeres pasivas, pero al mismo tiempo atrevidas y con un tacto para tomar decisiones radicales y rápidas bajo una presión invisible, pero muy palpable, de esas presiones que solo las madres sentimos cuando todo es implícito en la estabilidad y felicidad de nuestras familias. En nuestro caso fuimos y somos el soporte de un grupo de personas que yo llamaría mi pequeño Teulu, aunque no desmeritamos el trabajo de nuestro compañero de vuelo; pero, sin duda, a nosotras nos toca el mayor trabajo, y es por eso que a veces queríamos salir corriendo para poder tomar un poco de aire... pero lo más lejos que podíamos llegar era al supermercado, sin contar que para entrar había que cumplir con protocolos de bioseguridad y un distanciamiento social.

Mi querida Yo... en una semana hacíamos como 6 o 7 roles al día, éramos maestras, psicólogas, amas de casa, chef, madres, mujeres, amantes y profesionales, sin contar otras tantas que aparecían a diario. Desarrollamos una habilidad para manejar con más carisma todas las personalidades de los integrantes de nuestro pequeño Teulu. Sin pensarlo, nos convertimos en una mujer maravilla. Aunque no podemos negar que había noches donde pensar en todo lo que estaba pasando nos agobiaba y nos producía un poco de ansiedad. Mi querida Yo... en esos momentos hubiese querido ser como el avestruz que mete su cabeza bajo la tierra, aunque es una metáfora, tú y yo sabemos que eso no lo hacen por miedo.

Aprendimos a ver lo indispensable que somos en nuestras familias, lo asustados que pueden estar nuestros hijos en ciertos momentos y lo agradecidas que estamos con Dios por toda la fortaleza que nos ha dado con la



oración... Sí, Mi querida Yo... ha sido un año único y excepcional, culminamos metas y empezamos unas nuevas llenas de la mejor energía y de la mejor actitud.

Y, Mi querida Yo... nos aprendimos a conocer mucho mejor a nosotras mismas, a buscar esa fortaleza que en ocasiones sentimos que perdemos, no somos de hierro, descubrimos que llorar no es tan malo como parece, nos ayuda a liberar nuestra alma y a levantarnos y ser más fuertes. Descubrimos que somos hermosas y que esos kilitos de más que tenemos no nos hace sentir menos lindas, somos afortunadas por tener a ese pequeño Teulu, y por ser mujeres.

***Por eso y por muchas más cosas, Mi querida Yo... espero volver a escribirte muy pronto, para contarte cómo fue nuestro regreso a una vida “normal”. Ya sabes tú que esto cambiará nuestra historia... Te deseo lo mejor y te envío un fuerte abrazo, para recordar lo rico que se siente cuando te dan un abrazo con amor.***

***¡Con cariño, ¡¡tu amiga del alma!!***

Yorlhey Torres



## Golem

El Golem, según la tradición judía, es un muñeco de barro sin voluntad propia que tiene un solo objetivo y cuando lo cumple se desvanece, lo desintegran, pues ya cumplió con la misión del creador.

Son varias las alusiones de este ser, el hombre lo ha representado mediante esculturas, cuadros, series de TV, libros, películas y claro... en los Simpson.

Dice la tradición cabalística que los rabinos, con ayuda de la chispa divina y de la palabra, el Golem, tomaban vida, no articulaba vocalmente y parecido a los robots nipones eran su movimiento.

El Covid-19 sacó de ese letargo a la mayoría de los hombres-Golem tecnológicos y modernos, el cautiverio, el encierro, el paso del tiempo: lento, pero ya con un aroma a buñuelos y natilla; nos dio una nueva interpretación de la vida, nos devolvió ese tiempo del que no éramos conscientes, nos permitió apreciar la libertad y aquellos lugares que el día a día repetía.

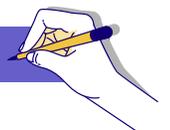
Ahora la comunicación, las emociones, los problemas, han regalado conciencia y filosofía en cada mañana, indudablemente, el ejercitarse, el cambiar de actividades caseras es una necesidad. Mucho se habla de que nuestra situación es similar a la de los animales en un zoológico. También se reconoce que la cuarentena, el aislamiento selectivo, el encierro... no se diferencia en nada, porque realmente siempre hemos estado encerrados, solo que antes la cárcel era más grande. Un filósofo existencialista muy conocido decía... "No hay que temerle a la soledad, hay que temer a no saber qué hacer mientras se está solo", frase muy pertinente en estos tiempos. Un "y qué vamos a hacer" como le decían en la pelota de letras, es la frase con la que se tuvo que aprender a convivir con seres extraños que llamamos familia, el espíritu creador, el replantearnos, en poca o mayor medida, nos ha cambiado e impactado mental, espiritual y corporalmente... nos ha transmutado como lo buscaba la alquimia, el Zohar y el entendimiento de los Sefirot.



Estamos lejos de ver la normalidad, realmente nunca volverá, pues los rituales de desinfección, los protocolos y la convivencia social digital, nos habrá llevado a un escalón más de la Nueva Torre de Babel que están construyendo desde la ONU y los ODS... Evidentemente, ya no somos Golem.

***“Vacía tu mente, se amorfo, moldeable, como el agua. Si pones agua en una taza, se convierte en la taza; si pones agua en una botella, se convierte en la botella; si la pones en una tetera, se convierte en la tetera. El agua puede fluir o puede aplastar. Sé como el agua. Amigo mío, el agua que corre nunca se estanca, así es que hay que seguir fluyendo”.***  
***Bruce Lee... ¡Be water, my friend!***

Edwin Tarquino



## Carta a la pandemia

Llegó 2020 y como todos los años iniciamos con gran expectativa, sin siquiera llegar a imaginar cómo este mundo nos iba a cambiar la vida, cómo los cambios llegarían de un tajo sin el más mínimo aviso y como muchas cosas en la vida, sin preparación; a demostrar en realidad de lo que estamos hechos, de cómo actuamos ante las adversidades, de qué tan merecido nos tenemos el nombre de “humanos”, si en realidad son tan ciertos los significados de las palabras: Amor, Amistad, Respeto, Tolerancia e Igualdad.

Transcurrido el primer mes del año donde la gran mayoría estamos terminando vacaciones, e iniciamos el año laboral y, por supuesto, académico, para muchos niños del mundo se vislumbraba un año de arduo trabajo y gran responsabilidad.

Para febrero, como todos los años, crecen los sueños y empezamos a hacerlos realidad con cada pequeño paso para algunos y con grandes pasos para otros, como, por ejemplo, la gran celebración que se realizó desde nuestra querida Institución, por la Acreditación de Alta Calidad. Nunca la olvidaré ya que fue la última reunión con compañeros en la que compartimos este año.

Llegado marzo algo empezó a cambiar y se expandió la noticia de que cambiaría nuestra forma de vida para siempre, a tan solo 5 días de este nuevo mes, algo llamó mi atención, el ambiente de ajeteo de la ciudad fue cobijado por unos atardeceres donde el sol se ocultaba destellando un color rojo intenso, fue impactante y profético, ya que lo pienso detenidamente, este también fue el último día que recuerdo de mi antigua rutina.

Los siguientes días transcurrieron como minutos, en las noticias solo se hablaba de un virus que amenazaba con destruir la humanidad, pero de una manera más implacable atacaba a los más vulnerables, a nuestros adultos mayores. Anunciaban cifras escalofriantes que con el pasar de los días crecían y crecían, mientras tanto, todos nos volcamos a resguardarnos en nuestras casas, a cuidar a nuestros padres, hijos y hermanos.

Por otro lado, debíamos aprovisionarnos de alimentos y elementos de primera necesidad, teniendo en cuenta



los lineamientos que el Gobierno nos indicaba como el pico y cédula, pico y género, entre otros. Para estos días, muchos nos preguntábamos: ¿Por qué la gente compra tanto papel higiénico?, sin hallar la respuesta a esa pregunta hasta hoy. Agradecemos a Dios por tener el sustento. Muchos entendimos qué es vivir en un país rico, nuestros campesinos nunca dejaron desprotegidas a las ciudades con los alimentos, siempre encontramos y compramos lo que nuestros paladares apetecían y, por supuesto, nuestro dinero nos permitía adquirir.

Al transcurrir el tiempo en cuarentena, muchas personas perdieron sus empleos, muchos negocios quebraron, se vieron sectores con grandes necesidades vitales, por fin nos dimos cuenta de que la gran mayoría vive de sus pequeños negocios y que consiguen su sustento diario, que los bienes materiales no son tan importantes como siempre nos lo hacen creer, que los estereotipos de belleza no importan, que la moda no es nada, solo apariencias.

Los que aún conservábamos nuestros trabajos, los migramos a la virtualidad, y a mi manera de ver llegaron los trabajos del futuro, la capacitación del futuro, sostenibles, que saturan los transportes, que maximiza el tiempo, el espacio; las familias nuevamente estaban reunidas, las madres ya no solo veíamos a nuestros hijos

unas horas al día, ahora los teníamos las 24 horas a nuestro lado, pudimos estar pendientes de ellos, como acompañantes, profesoras, guías, hasta psicólogas e historiadoras, todos estos roles que siempre cumplimos, pero que estaban tan limitados de tiempo, también aprendimos a ser más tolerantes y tuvimos la oportunidad de reencontrarnos.

Otros aspectos no fueron tan gratificantes, la clase política una vez más defraudó al pueblo que, con boca abierta, seguía viendo cómo, una y otra vez, corrompen todo lo que pasa por sus manos.

Perdimos amigos, docentes, conocidos; acompañamos a muchos amigos con sus propias penas, de haber tenido que decir adiós a sus seres queridos a causa del virus y no nos restó más que acompañarlos desde la distancia con nuestras oraciones.

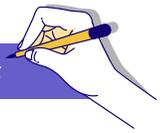
Por último, “querida para mí” pandemia, porque me permitió tener un respiro en ese corre corre en el que se me iba la vida y recuperar un poco el tiempo perdido con mis hijas.

Como siempre lo digo, todos contamos la historia como la vivimos, y si no hubiera sido por esta maravillosa Institución a la que me encuentro vinculada –de ahora en adelante, más que laboralmente, de corazón–, no sé cómo hubiera sobrevivido con mi familia todo este tiempo. La FUCS nunca nos abandonó, siempre nos protegió, tanto con el cumplimiento económico como psicológico, poniendo a nuestro alcance todas las ayudas que requeríamos.

***Dios bendiga a la FUCS, a sus directivos, a sus colaboradores y, por supuesto, a nuestros estudiantes y egresados quienes, indudablemente, fueron los protagonistas más importantes de toda esta pandemia.***

***Me despido con gratitud.***

***Belquiss Solamilly Figueroa Ramírez***



2020...

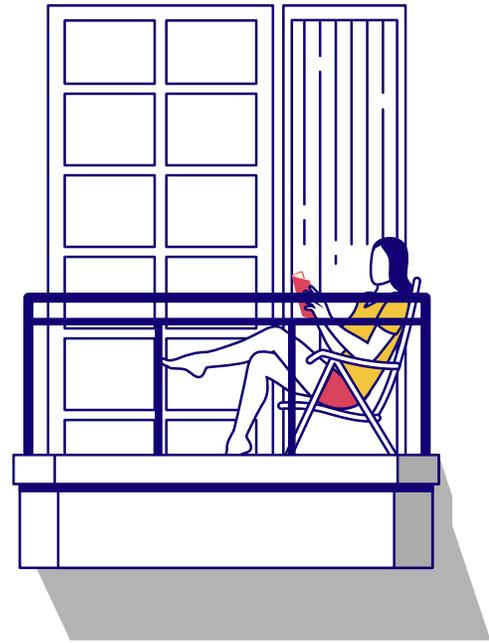
Escribo en el presente, pero soy consciente de que vivo en un futuro caótico, apocalíptico y hostil, casi al mejor estilo ciberpunk imaginado por muchos en la década de los años 70 y 80.

Me recuerda, e incluso siento que vivo escenas de alguna de esas películas y narrativas como Blade Runner, el Quinto Elemento y 1984. Este es un futuro de colores, diverso y cambiante que nos muestra a su manera y en extremo lo mejor y lo peor del ser humano.

Les escribo viviendo el 2020, un año misterioso, lleno de incertidumbre, inseguridad, pero, sobre todo, miedo, mucho miedo que es difícil de describir con precisión, pero que, sin duda, pasa a ser extrañamente una señal de vida, una sensación que nos recuerda la fragilidad de nuestra existencia.

Gracias a este año, he vivido y he experimentado con algo de intensidad el encierro, la melancolía, la tristeza, la desesperación, el estrés y la soledad, pero al mismo tiempo he vivido y disfrutado del amor, no ese amor romántico, sino el amor que aprende, que se acaba, que se renueva, que acepta, que perdona, que es víctima y victimario, el amor que nos abre los ojos para que veamos lo esencial, el mismo amor que nos quita la dura y superflua máscara con la que nos disfrazamos para revelar nuestro bello ser.

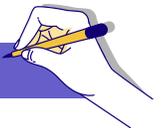
El 2020, por mandato divino, pasará a ser uno de los años más recordados de las generaciones que lo vivimos, pues nos ha golpeado, nos ha despertado, nos ha arrancado el disfraz y nos ha tomado de los hombros para hacernos reflexionar como individuos y como sociedad. El 2020 nos ha marcado y no hay filtro de Instagram, hashtags, comentarios y publicaciones virales que cambien esta realidad, el 2020 nos cambió, en definitiva, la vida.



Hoy, finalizando septiembre de 2020, les dejo mi testimonio que resume mi experiencia personal, reflexionando sobre la vulnerabilidad humana contra el ego del hombre, que no es un enfrentamiento ni competencia, más bien es una invitación que nos propone repensarnos como personas, volviendo a lo esencial para perdonarnos y continuar el camino que nos hace ser mejores seres humanos.

***¡Gracias 2020 por lo que me diste y me darás; Andi.***

*Claudia Andrea Suárez Rivera*



## A la vida...

Pensar en unas líneas desde este contexto, apartado, con la dificultad de dar un abrazo a mis seres queridos, con conocidos afectados por la salud a causa de esta pandemia o por falta de oportunidades laborales y afectación en sus finanzas, parece que no es fácil escribir algo positivo, sin embargo, luego de meditar por horas, incluso días, entre todo el caos y los diferentes impactos negativos, quiero agradecer; quiero compartir la fortuna que me trae la vida.

Agradezco por mi familia completa, por el tiempo que ahora destinamos para hablar, aprovechando los recursos tecnológicos para reunirnos, vernos, escucharnos y apoyarnos. Si no fuese por esta pandemia, seguro la comunicación sería ocasional, como antes.

Qué afortunado al levantarme y poder contar con un trabajo, y más afortunado aún por poder hacer lo que me gusta, disfrutarlo. Pasan los días, las semanas, ya varios meses y aún tengo la posibilidad de brindar una mano, una voz de aliento, mantener la cordura en momentos difíciles, es una gran bendición, espero no equivocarme, pero ojalá suceda de igual manera con muchas personas.

Reconozco que por el afán de la vida pasaba por alto algunas cosas y sin darme cuenta me volvía mecánico, trabajaba, hacía deporte (si quedaba tiempo y ganas), estudiaba y descansaba, y así cada semana. Esta pandemia me dio la oportunidad de explorar más mi gusto por la cocina, aprender más de mi pareja; conocer de cerca su trabajo, su estudio y su familia.

Me considero una persona muy social y dada a la comunidad, pero este tiempo con mis pensamientos, con lo que sucede, me ha vuelto más reflexivo, tengo más de lo que necesito, y agradezco por esa abundancia, pero sé que puedo dar más. Agradezco porque este tiempo me ayudó a reconocer, de una manera más consciente, esa responsabilidad como ser social. No me reinventé, como muchos lo dicen, pero esta pandemia ha hecho que cambie, en cierto modo, mis hábitos de consumo

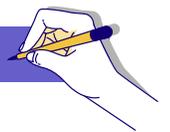


(alimentación, compras e incluso de contenido digital) y los tiempos de actividad física.

No se cómo hubiera sido esta pandemia en otra época, con hijos, con más años, o sin alguien a mi lado, sin uno de mis padres o hermanos, lo que sí sé es que pasa en un gran momento de mi vida y por eso reitero lo afortunado que soy, pues termina siendo una ventaja para sobrellevar la situación y sacar el mayor provecho de todo esto, para mí, los cercanos y demás personas que se crucen en mi camino.

***A mi vida, en esta pandemia, ¡gracias!***

Andrés Salcedo



## Pandemia, vida y universo...

... Y en definitiva, la vida siempre te da posibilidades para ser mejor persona, solo es cuestión de ver más allá de lo evidente y definir cómo tomar las circunstancias del diario vivir.

Cada aspecto, bueno o malo, debería ser visto como un aprendizaje... nosotros, como seres humanos, por naturaleza racional, estamos en constante aprendizaje, en la exploración de nuevos campos, de nuevas aventuras, pero cada aspecto positivo lo vemos como algo que debe ocurrir y lo normalizamos, y cada aspecto negativo tendemos a vislumbrarlo como una tragedia para la existencia propia, por nuestra naturaleza emocional; si nos tomáramos un momento para analizar cada detalle, poner estas dos naturalezas en equilibrio, nos daríamos cuenta de que con todo tenemos la maravillosa posibilidad de ser más fuertes, humildes, tolerantes a los cambios. Es cierto, generalmente, el cambio conlleva traumatismo porque no queremos salir de nuestra zona de comodidad, pero al no explorar cada posibilidad nos perdemos de la oportunidad para que se iluminen nuevos y mejores caminos.

Si viéramos cada cosa que nos sucede como un logro y como un aspecto a mejorar, logro porque hicimos algo que proyectamos por más pequeño que sea, cada día de nuestra vida en sí es un logro, y aspecto a mejorar porque los errores deberían ser motivo de reflexión para ser mejor en el futuro, es como aprender a caminar. Al final de todo se aprende y seríamos más justos con nosotros mismos.

Por ejemplo, esta pandemia ha permitido tener momentos para reflexionar y determinar si tomamos la situación como positiva o negativa en nuestras vidas. Para mí, es un logro que existamos y que nuestra familia esté bien, es un logro que muchas personas han sabido reinventarse y salir adelante, es un logro muy grande que muchas empresas sigan en pie y mantienen a sus colaboradores, como es mi caso. Es un logro que muchos hemos empezado a utilizar las tecnologías para algo positivo, como es mantenernos en contacto con nuestros seres queridos, algo tan simple como hacer una pequeña

llamada y que en un momento todos nos encontremos desde cualquier parte del mundo y podamos hacer de un día, quizá difícil, algo maravilloso. ¿Acaso esto lo hacíamos antes? ¿Una llamada grupal con tus padres, con tus suegros, abuelos, hermanos, tíos, sobrinos, amigos, reírnos un rato porque nos quedó grande la tecnología o agradecer porque los más adultos aprendieron a conectarse? ¿Esto lo hacíamos antes? No lo creo. De cierta manera, estamos más unidos. Ahora el anhelo más grande es abrazarnos, seguramente este aspecto positivo antes lo normalizábamos, ahora lo vemos de forma diferente, y bueno, sí, todo gracias a la pandemia. Claramente hay personas que no han tenido muchas posibilidades durante este tiempo, por lo que pido al universo para que el siguiente día de ellos sea mejor y su camino se ilumine.

Muchos hemos fortalecido nuestra relación con aquel ser hermoso con el que convivimos, ya sea nuestra pareja, nuestros familiares, amigos, o con nosotros mismos, que de hecho es lo más difícil. Y si no hubo mejora en estas relaciones con tanto tiempo cerca, ¿no crees que es un momento importante para reflexionar? Aquí la importancia del equilibrio entre nuestra naturaleza racional y emocional.

***Solo me queda decir, gracias pandemia, gracias vida, gracias universo, por permitirme reflexionar, trabajar para ser mejor persona, cuidar mi salud física y mental, gracias por permitirme amar cada día más a mi pareja y reconfirmar que es el hombre con el que quiero seguir esos buenos caminos iluminados, por permitirme valorar más y mejor a mis dos familias, por permitirme confirmar los amigos verdaderos y demás aspectos que surgen, todo como aprendizaje de vida para la vida.***

Carolina Rodríguez



## ¡Hola, Gabriel!

¡En este momento siento mucha tristeza!



No sé por dónde comenzar, no imaginas cuánto extraño verte y hablar contigo, esperaba visitarte este año, pero infortunadamente la situación actual no lo permite, espero te encuentres muy bien, supongo que para este tiempo has retomado las actividades académicas en el cole; a propósito de la pandemia, con preocupación veo los reportes de las noticias en donde hablan acerca de los rebotes en España y que seguramente habrá un nuevo confinamiento, eso me genera mucha incertidumbre dado que aquí en Colombia muchas personas no han acatado las restricciones y, por tanto, no han tenido el comportamiento y distanciamiento requeridos para reducir el contagio... y bueno, como te decía, me embarga ahora mucho la nostalgia y la impotencia, sobre todo al escribir esta carta y es que bien sabes que justo ahora pasamos por el duelo de haber perdido a mi tío Hernando, el pasado 31 de julio, y es que no hemos superado su partida y de nuevo nos enfrentamos a esta misma situación, no sé cómo decirte... pero... por causa de este virus mi tío Sergio ha fallecido hoy, se hace un nudo en mi garganta y un profundo dolor en mi pecho, siento un vacío muy grande e impotencia.

Sabes que el último año no ha sido nada fácil, con el tiempo he tratado de aceptar que mi mamita Sofía ya no esté entre nosotros, adicional a esto haber perdido a Boni, nuestra mascota, hace un poco más de tres meses hace que siento mucho más la ausencia de mi mamita. Boni fue nuestra compañía por más de 12 años, ¡y ahora esto! ¡Perder a dos de nuestros tíos en el marco de esta situación es muy triste!

Constantemente me hago muchas preguntas y no comprendo. ¿Por qué?, ¡pido a Dios que me ayude!, aún no lo asimilo, ¡no puedo creer que esto nos esté pasando! Me he preguntado: ¿qué tiene la vida en contra de nosotros? Y, bueno, también pienso que quizá más adelante o de pronto nunca podamos comprender el porqué ellos han fallecido por este tiempo... incluso, algunas personas me han dicho que esto es un castigo de Dios, que debemos reflexionar en lo que ocurre y el porqué hemos pasado últimamente en el interior de nuestra familia por situaciones así. También me han dicho que debemos pensar en las cosas que debemos



cambiar. Por mi parte, a veces pienso que hay un mensaje que trasciende y va más allá de creer que esto es un castigo. Inicialmente, cuando todo esto comenzó y nos confinaron veía de lejos la muerte de tantas personas a nivel mundial y creía que efectivamente era un castigo, una manera en la que como seres humanos debíamos comprender el significado del amor a la familia, el valor de compartir en familia, el hablar menos para escuchar más, el respeto por nuestro planeta y además dejar de lado las cosas vanas y materiales, incluso llegué a pensar que el uso de la mascarilla facial, fuera de proporcionarnos protección, también dejaba otro mensaje aún más trascendental... y, bueno, he dejado de pensar en ello y ahora me cuesta aceptar que efectivamente ellos cumplieron su tiempo en este espacio, a veces siento rabia y otras veces me consuelo con pensar que mi mamita Sofía ya no está sola en el cielo con sus padres y mi abuelo sino también con mi tío Sergio y mi tío Hernando. Me pregunto si nos pueden ver, si permanecen cerca de nosotros o si, simplemente, se separan de este mundo





terrenal, incluso, dejándonos atrás y sin memoria de este para renacer a otra vida quizá diferente, los he imaginado como ángeles e incluso al lado de Dios.

La muerte, Gabriel, es algo desconocido y constantemente buscamos dar respuesta a lo que pasa del otro lado para consolarnos, pero, finalmente, no lo sabemos. Pienso en aquel poema "epitafio" de Jorge Luis Borges descrito en algunas líneas del libro: "El olvido que seremos" y, asimismo, pienso en cómo Héctor Abad Faciolince a través de este libro recuerda cómo su padre decía: "No es la muerte la que se lleva a los que amamos. Al contrario, los guarda y los fija en su juventud adorable. No es la muerte la que disuelve el amor, es la vida la que disuelve el amor".

Y sí, Gabriel, así de vivos y de fijos permanecen en mí los recuerdos de cada uno de ellos, sin duda, nuestros tíos han sido grandes hombres merecedores de reconocimiento por su amor, sus valores, su ejemplo y su trabajo, ¡me quedo corta en palabras!; creo que no merecían morir, me duele ver a mi madre llorando a sus hermanos y a mis primos desconsolados por sus padres, queramos o no, la vida sigue y aquí todo es diferente, ahora ruego a Dios que esta pesadilla ¡acabe pronto!

***Lamento mucho escribirte en este tono, espero comprendas. Te quiero mucho y espero volver a verte cuando esta situación pase, salúdame a Ariadna y a tus padres.***

Evelin Alexandra Mendoza



‘Nunca pensé que el coronavirus  
cambiaría la forma como veo la vida’

En mis casi 25 años que voy a cumplir nunca llegué a imaginarme que viviría una pandemia y mucho menos que viviría mis días con tanto miedo como me ha pasado desde aquel lunes 16 de marzo donde mi vida dio un giro total ya que mis planes cambiaron del cielo a la tierra.

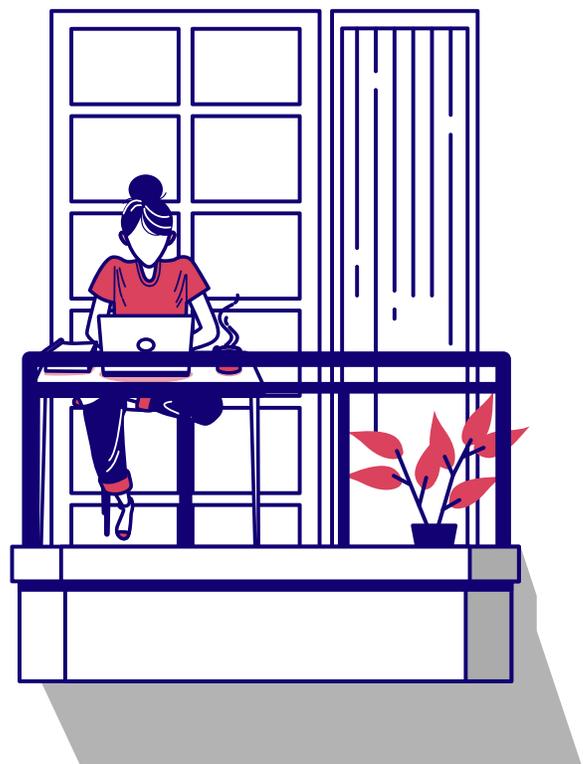
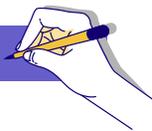
Nunca me llegué a imaginar que mi último semestre de pregrado lo iba a realizar lejos de pacientes, docentes y compañeros; mucho menos que uno de mis sueños más grandes que era recibir mi título como profesional iba ser de la manera en como lo viví, aunque doy gracias a Dios que fue diferente, pero más especial de lo que imaginé.

Mi graduación como profesional era uno de mis grandes sueños y lo soñé tanto que en el momento en que nos dijeron que era virtual, no puedo mentir, sentí mucha frustración y rabia, pero después agradecí de la manera en cómo se dieron las cosas ya que me permitió que toda mi familia me acompañara desde sus casas presenciando via streaming este gran día.

Esta pandemia sacó a flote mis mayores miedos y me mostró lo que es verdaderamente importante: ¡MI FAMILIA! La que siempre está para celebrar y pasar mis logros y derrotas, me hizo ver que lo más valioso es el tiempo que pasamos con nuestros seres queridos y lo importante que es vivir la vida del presente y disfrutar cada momento.

***Sigo viviendo esta pandemia con miedo todos los días ya que mi hijo es asmático y esta enfermedad puede llegar a ser muy grave en él, pero tomo mis precauciones, nos cuidamos en casa y hoy sigo dando gracias a Dios, todos los días, por mantenernos con salud y seguir compartiendo momentos juntos.***

Valentina Buitrago León



## Carta a la pandemia

Hola pandemia. 



No te había escrito porque estaba enojado, indignado contigo por muchísimas razones, me cambiaste la vida, no solo a mí, sino a muchas de las personas que forman parte de mi vida y esto fue un proceso fuerte, insensible y sin compasión.

Sin embargo, también quiero darte las gracias porque hoy, después de cinco meses, puedo evaluar y ya con tranquilidad puedo entender que todo en la vida tiene un propósito, una razón de ser y gracias a ti pude avanzar en varios aspectos que por cuestiones o justificaciones no había logrado hacer. Pude retomar mis proyectos aplazados de trabajo, dediqué tiempo a mi casa para hacer cambios y ver las cosas como las soñaba, ideaba y, bueno, hoy las puedo ver como una realidad, logré dedicar tiempo para llamar a mis amigos que hacía mucho no escuchaba y pude saber qué ha pasado en sus vidas.

Respecto de mi familia, tú lograste que hubiera mayor cercanía, lo que me permitió estar en mayor contacto, saber qué estaba pasando en este tiempo. Y me permití expresar mis pensamientos y mi afecto a pesar de las distancias. No todo lo hiciste mal, me ayudaste a ser fuerte y constante en mis relaciones con quienes amo y extraño. También tuve momentos, cuando tú no estabas, de decir no tengo tiempo para el estudio, con la universidad me basta. Pero ahora que me diste tiempo para estar en la casa logré dedicar horas para autoestudio, para realizar cursos, participar en seminarios, lives, eventos en las redes sociales relacionados con mi profesión como psicólogo y especialista en docencia universitaria de la FUCS. Tú me diste este regalo.

En cuanto a mi trabajo, esto sí que fue sorprendente, me cambiaste la forma de hacer las cosas, de aprender a hacer lo mismo de forma diferente, y tuve que esforzarme, dedicarme a saber cómo funciona la tecnología en mi profesión y que bueno, porque hoy me siento diferente, más integral, servicial, sin límites de espacio, distancias, tiempo y soy eficiente,



***Esto te lo expreso pandemia, en amor y agradecimiento, sin dejar de lado el dolor y la tristeza de quienes partieron de nuestra presencia, de quienes quedaron con el dolor de un vacío, quienes perdieron sus trabajos y otros que tuvieron que llevarlo a sus casas. A pesar de todo, también me dejaste amor, aprendizajes y, lo más importante, una nueva forma de ver el mundo, ¡gracias!***

Danielo Flóres Chacó 

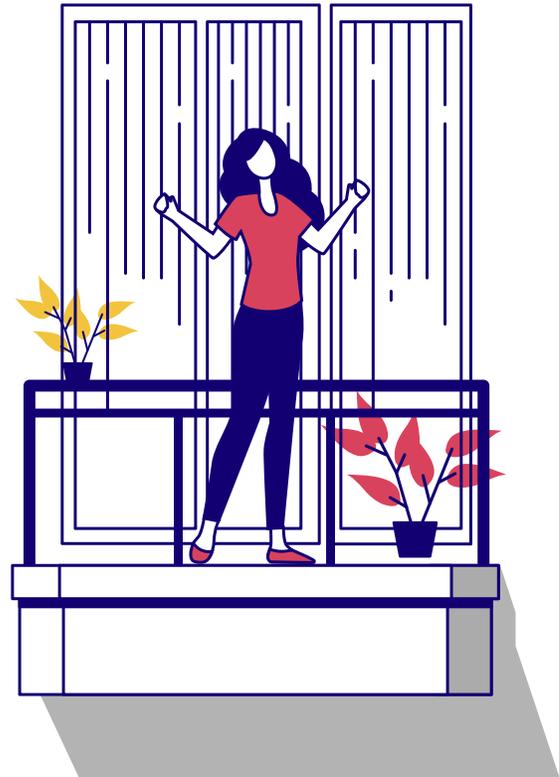
## Carta a la pandemia

En este tiempo de aislamiento, que por cierto se está prolongando más de lo que hubiese podido imaginar, me gustaría saber cómo están todos, en especial quienes por su profesión u oficio no han logrado regresar a sus actividades.

Siempre me encuentro en mis pensamientos con preguntas como: ¿Qué van a hacer para el sustento de sus familias? ¿Cómo van a cubrir las necesidades en salud si no tienen los medios? También he experimentado diferentes sensaciones como miedo, angustia, temor, tristeza, dolor, cansancio físico y mental, entre otros... las mismas que expresan todos mis compañeros de línea de frente en los servicios críticos de atención a pacientes sospechosos o positivos para Covid-19.

Este sentir me ha generado la gran necesidad de cambio en hábitos para cuidarme, cuidar a los míos y a quienes me rodean aplicando medidas extremas, dentro y fuera de casa, como también dentro y fuera de la institución de salud donde me desempeño como enfermera administrativa. El reto más grande ha sido lograr que todos los integrantes de mi familia tomen conciencia y lo apliquen como mecanismo de supervivencia.

Sin embargo, a pesar de todos los cuidados no se logró estar ausentes en las estadísticas de mortalidad por este virus. El 30 de julio nos sorprendió la pérdida de mi querido suegro por sospecha de Covid-19. Situación de no creer, de difícil aceptación para sus hijos, sobre todo porque se enfrentaron a un duelo sin cuerpo; no hubo tiempo para acompañar, para la oración, para el acostumbrado ritual de despedida.



***De un momento a otro, todo cambió. Estamos aprendiendo, intentando, reinventando nuevas formas de compartir, de trabajar, estudiar y, sobre todo, de disfrutar, ser felices haciendo lo que nos gusta, en mi caso, cuidar a los míos, a mis pacientes y compañeros de lucha. Hasta pronto, cuidense mucho.***

María Alix Estupiñán Rojas



## Carta a la pandemia

Estimados amigos:

Como es de su saber, estamos en tiempo de pandemia, extraña situación para todos en donde entramos en aislamiento obligatorio y la presencialidad resulta ser "peligrosa". Así que inmersos en una virtualidad en la que ya estábamos, se hace más consciente y sorprendentemente empezamos a extrañar esas cotidianidades prohibidas.

No voy a entrar en minucias del día a día, solo nombraré, a continuación, algunas curiosidades para mí durante este tiempo; confieso que, personalmente, minimicé el impacto al inicio de la noticia y lo consideré solo una gripe mayor, sin embargo, como dicen: "la realidad superó la ficción" y el número de decesos, enfermos, y caos en lejanas latitudes vaticinaban que no sería mejor para el país.

El 18 de marzo inició la prueba de confinamiento dictada por los gobiernos locales a los que finalmente las autoridades nacionales se adherieron y empezó el caos, almacenes, tiendas atiborrados de asustados ciudadanos comprando provisiones para los supuestos 40 días, en especial, y no sé el porqué, aún no lo comprendo, papel higiénico.

Sin embargo, no fueron solo 40 días, la verdad es que vamos en más de 150 días en estado preventivo con algunas excepciones que en momentos parece la regla: "y el perro sacó a su amo porque tenía el permiso".

La casa se convirtió en trabajo, universidad, colegio, bar, parque, gimnasio, restaurante y los horarios y días ya no fueron tan importantes, incluso los tan anhelados lunes festivos pasaron inadvertidos.

El lenguaje común se "enriqueció" con términos diferentes, entre otros: SARS-Cov-2, Coronavirus, Covid-19, tapabocas o mascarilla, gel hidroalcohólico, test PCR, distancia física, confinamiento, cuarentena, aislamiento obligatorio, toque de queda, ventilador mecánico, paciente intubado, paciente uno, supertransmisor, personal sanitario, curva de contagios, meet, zoom, hashtag, webinar, fake news, infodemia, protocolo, semipresencialidad, trabajo en casa, teletrabajo, rebrote y algunos acrónimos como covi-ofertas, cov-idiotas, coronapp y el famosísimo covidfriday colombiano.

El altruismo y la humanidad nos invadieron, jóvenes haciendo los mandados de los ancianos, empresas donando millonarias cifras para dotación de hospitales en las regiones, mercados y ayudas para los menos



favorecidos, reconocimiento a los trabajadores de la salud, campesinos, conciertos en los balcones, calles y conjuntos residenciales. Sin embargo, lo cierto es que la inequidad y desigualdad es mucho más visible hoy.

La conectividad y virtualidad se convirtieron en el "lugar", redes sociales y plataformas virtuales, así que las vergüenzas por zoom, micrófonos abiertos, otros se hicieron pan de cada día, bajo diferentes #hashtag se evidenció la cotidianidad de la vida como la incapacidad masculina para diferenciar entre el cilantro, del perejil, la carne o la papa en los días de pico y género, el humor colombiano que es maravilloso para sobrellevar la vida.

Aprendí a jugar con los fondos de meet, he sido extraterrestre, patilla, piña colada, pirata, he estado en la luna, en el mar, he celebrado cumpleaños, cenas, brindis, tertulias, encuentros con amigos lejanos y cercanos.

***He tenido la fortuna de vivir este tiempo insólito, ajeno, raro, singular, exótico, y chocante desde casa.***

***Un gran abrazo virtual para todos, queridos amigos!***

Marisol Goyeneche Reina



## ‘Carta para mí en el futuro’


Hola:

Espero que estés bien en estos tiempos tan vertiginosos en los que muchas cosas ya se tienen por comunes. Tiempos que nunca fueron “normales” como lo son ahora.

Aunque somos de la misma generación, quizá para cuando leas esto ya hayas olvidado algunas cosas que tuviste en el camino que recorriste entre tu juventud y tu madurez. Aunque no lo creas pertenecemos a aquella privilegiada generación que vivió los acontecimientos más importantes de la historia, tanto de nuestro hermoso país, como del mundo entero.

Acontecimientos como ver uno de los papados más largos de la historia, desde su elección hasta su fallecimiento, para luego ver que ese mismo Papa sería canonizado. ¿Cuántas generaciones han podido ver y estar cerca de un santo reconocido a nivel mundial y vivir para contarlo? Acontecimientos como saber que, durante más de 60 años, nuestro país que estuvo en una cruenta confrontación que no tenía posibilidad de terminar, de repente se allanó el camino para una anhelada paz que al fin se dio, ante un sinnúmero de circunstancias que nos hacían ver “imposible” ese anhelo.

Acontecimientos de una generación privilegiada que creció con radio de pilas, teléfonos fijos, buses atestados de gente que viajaban como racimos humanos en horas pico. Ahora los vemos como “irresponsables”, pero ¿cuántos de nosotros no disfrutamos la sensación de recibir el viento en la cara colgados de la puerta de una buseta al filo de las 6 de la tarde? “Irresponsables” que nunca vimos el peligro al que nos exponíamos por viajar agarrados de un pasamanos viejo y a punto de soltarse. Claro que en aquellos tiempos las vías eran estrechas y el tráfico denso.

Pero acontecimientos como viajar en transporte masivo, como si fuera empacado en una lata de sardinas, dejó atrás ese placer del viento en la cara. Y aunque las nuevas generaciones no entiendan o comprendan cómo vivíamos sin los avances tecnológicos de ahora, sin las facilidades de comunicación, sin iPhones o iPods, sin laptops. No comprenden quizá que nuestros juegos fueron sencillos, simples donde nos reuníamos los amigos de barrio a jugar en grupo lo que fuera, a estar jugando partidos de microfútbol en horas de la



noche, sin más reparo que “lucirse” con los amigos de las nuevas jugadas, de la resistencia al frío, en fin, es difícil entender ahora la libertad que tuvimos antes.

Pero quizá lo que te ha marcado más en un tiempo largo ha sido la primera pandemia que el mundo registró. Nunca en la historia de la humanidad se había producido un fenómeno tan complejo que, gracias a la tecnología de comunicaciones tan extendida en el mundo, hizo que la dichosa pandemia se propagara mucho más rápido de lo que por sus propios medios pudiera haber alcanzado.

Quizá nuestra humanidad, agobiada y doliente, se dejó seducir por la “facilidad”, por aquellos momentos de lúdico placer que terminaron por dormir nuestros sentidos, solo centrando nuestra atención en aquellos que nos presentaran los medios periodísticos, sin reparar en la cotidianidad de nuestros vecinos, de nuestras propias familias. Nuestro mundo, literalmente, se volvió mediático.

Y aunque no sé cómo serán las cosas en tu tiempo, creo que las pocas libertades que tenemos habrán cambiado, se habrán restringido o se habrán eliminado. De hecho,

en mi tiempo ya hemos perdido cuatro libertades que años atrás correspondían a comportamientos normales. Quizá no lo recuerdes, pero antes de la pandemia habíamos perdido ya la libertad de viajar. Sí, antes de la segunda guerra mundial y un tiempo posterior, cualquiera de nosotros podía viajar a donde quisiera, sin más requisitos que conocer un idioma, por lo demás, tu libertad era absoluta en ese sentido, nunca te miraban con recelo o con desconfianza; pero de un tiempo para acá, se perdió la libertad de viajar entre países, se pusieron restricciones, se comenzó aquello de reservarse el derecho de admisión.

La pandemia trajo consigo no solo la enfermedad, sino una mayor restricción en los viajes, tanto que movilizarse entre un municipio y otro de un mismo departamento se prohibió y aunque los gobiernos levantaron algunas restricciones, los pobladores no levantaron su desconfianza y ahora a donde quieras ir, te ven de reojo, se preguntan si estás contagiado, se preguntan si será "sano" saludarte así sea a 5 metros de distancia. Aunque tengas los medios, los viajes no son libres, son condicionados y comienzas a generar temor, miedo a que, si de pronto viajas, puedas contagiarte del mal allá a donde vayas...



Pero hay otras libertades que se perdieron antes, incluso de la pandemia. La autosostenibilidad se esfumó antes del primer contagio. Hasta mediados del siglo XX, lo normal era que uno pudiera tener un terreno y cultivar lo que uno pudiese necesitar para su diario subsistir, algunas legumbres, plantas aromáticas, cosas así. Incluso poder crear su propia energía, mediante sistemas hidráulicos u otros elementos. Si eras afortunado y estabas cerca de una quebrada podías disponer de esa agua para tu subsistencia, usabas lo que necesitabas y dejabas fluir el resto. Pero en algún momento comenzaron a prohibir los gobiernos esa libertad, en aras del "modernismo" y etiquetando a los pocos que podían hacerlo como "ladrones".

Con la pandemia, las situaciones no variaron, es más, se intensificaron los controles porque muchos elementos energéticos fueron orientados a los sistemas de salud en aras de minimizar en algo las muertes. Pero la gente murió y sigue muriendo en la misma cantidad, antes era por la violencia, luego por la enfermedad, no sé cómo será en tu tiempo.

Pero, igualmente, nuestra libertad de expresión nos la quitaron, antes podías ir y hablar en un parque o en cualquier sitio gritar lo que quisieras sobre un gobierno, sobre una persona reconocida y a lo máximo que te exponías era a hacer el ridículo. Pero luego la libertad de expresión se censuró, los medios de comunicación solo hablan de lo que sus patrocinadores (sí aquellos que les pagan) les permiten decir. Los medios perdieron su libertad. Y si quieres protestar, vale, hazlo, pero te expones ya no a hacer el ridículo, sino a peligros más grandes, a ser estigmatizado como violento, vándalo, a ser atacado por policías de uniforme o de civil, a ser uno más de la cotidiana cifra de víctimas. Y si escribes algo en redes sociales que sea contrario al común denominador, te destrozan con farsas y argumentos humillantes, con burlas y menosprecio, con los denominados memes o caricaturas.

Y la pandemia agudizó en muchos aspectos eso, pues la imposición de un cubrebocas, que de por sí no lo protege a uno del virus, te limita o impide tu libertad de expresión, porque no solo hablas con tus palabras, sino que hablas con tus gestos, que ya no se ven, pero se suponen. Pasamos a una "normalidad" en la que



si no puedes hablar, mejor. No sé si en tu tiempo aún exista esta imposición o algo peor.

Por último, perdimos nuestra libertad medicinal. Sí, antes si tenías un mal o padecías alguna complicación podías recuperarte con plantas medicinales, en infusión o similares. Incluso algunos miembros de comunidades indígenas de mi tiempo aún se curan y evitan los males con el conocimiento de las propiedades medicinales y terapéuticas de las plantas.

Pero los gobiernos han menospreciado ese tipo de sabiduría y la pandemia empeoró esa percepción, haciendo que muchos ciudadanos solo esperen una medicina de laboratorio, que vaya uno a saber si es verdadera medicina o un placebo...

Quizá tu tiempo sea más progresista, más humano, quizá las cosas hayan mejorado y el subconsciente colectivo que nos hace olvidar todo bueno o malo que hayamos atravesado en algún momento, haya hecho olvidar la pandemia. Pero existió y determinó una nueva forma de ver el mundo que en ocasiones se diluye y se pierde como el agua entre mis dedos.

Y en ocasiones pienso que esta pandemia elaborada por error o por convicción, fuera más que la propagación de un virus, fuera la globalización del miedo.

Y te digo esto porque ¿quién sabe a conciencia qué es un virus? ¿Un "organismo"? no; ¿un agente infeccioso?, sí. Y no es un organismo, porque el virus no crece, no se alimenta, no se reproduce, no crea colonias, no viaja. Un agente infeccioso se replica, pero no se reproduce. Un virus es muy pequeño, ataca las células o partes de ellas. Si fuese más grande que una célula sería una bacteria y esa ya es un organismo. Entonces....

Pero vuelvo al punto del cubrebocas o mascarilla. ¿Será que de verdad protege? En muchos sitios una mascarilla quirúrgica o una mascarilla como la popular N95, no protege contra virus, sino contra partículas contaminantes del ambiente que pueden ser de diversa índole, químicos, biológicos, entre otros. Y vuelvo a preguntarme, ¿será que el virus es una partícula contaminante?

Esta pandemia me ha dejado muchas inquietudes e interrogantes difíciles de responder y quizá nunca tenga respuesta.

Espero que en tu tiempo todo haya sido resuelto y que el miedo se haya disipado, y que las libertades vuelvan como una "nueva normalidad".

Aunque lo que decía un filósofo griego puede ocurrir y seguir ocurriendo en tu tiempo:

***“para quien nace en una jaula, su libertad comprende el espacio de su encierro ... y es feliz porque se siente libre...”***

***Gracias por leerme y quizá, luego de una absurda pandemia, tu mundo sea mucho mejor de lo que mi tiempo ha visto.***

***Un abrazo. Atentamente,***

***José F. Rueda B.***



## Para ti: coronavirus

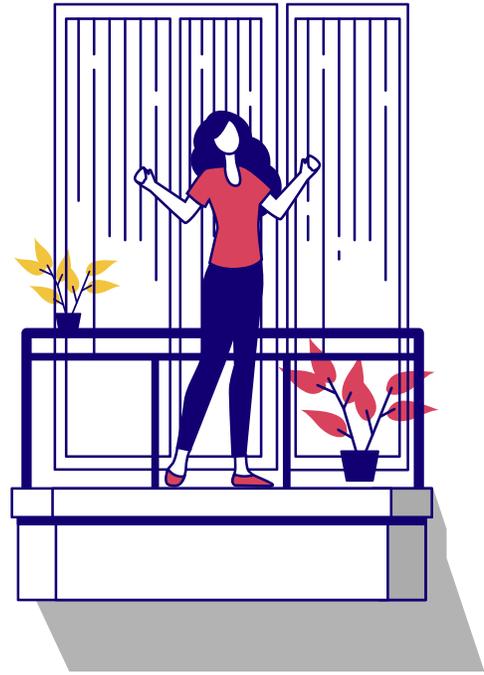
Querido Covid: 



Te saludo ahora desde un nuevo país, quiero contarte algunas cosas que han sido relevantes en mi vida (y en el mundo) desde que apareciste, empezaré por indicarte que los planes que había hecho hace algunos años, antes de que aparecieras, se vinieron abajo con tu llegada y desde que vi la capacidad que tenías para cambiar las cosas, tuve que decidir si verte como un aliado en el camino o como el villano que llegó a “destruirlo” todo y es así como empieza la historia entre tú y yo.

A comienzos de tu llegada te tenía mucho miedo, quiero confesarlo, porque estoy segura que NO soy la única con esa reacción. Y, ¡sí!, te tuve miedo, sabes por qué, porque los seres humanos estamos viviendo en momentos estables de nuestras vidas y tememos infinitamente al caos (cosa en lo que has sido experto), miedo a cambiar la rutina, pues con tu llegada tuve que dejar de ir de forma presencial al trabajo y fue así como empecé a reconfigurar mi idea de trabajo (me tuve youtuber) y otras tantas ideas acerca de la vida... Dentro de esos cambios de idea me proporcionaste posibilidad de pensar en la responsabilidad de mis actos, en el cuidado de los otros y de mi salud (pues eres una pequeña micropartícula que hace desastres en la vida de las personas); me ayudaste a entender que la vida puede llegar a sorprenderte de tal manera con un solo estado de alarma, un país o con la obligación de no abrazar o dejar de ver a aquellos que amas por largo tiempo y limitarte a la cámara o llamadas...

Si te das cuenta al inicio de esta carta inicié con la idea de miedo hacia ti, pero con tu llegada y la capacidad de adaptación que me caracteriza, tuve que verte como un aliado, respuesta a la incógnita inicial; un aliado que les permitió a los animales recuperar su espacio, un aliado que me enseñó a valorar cada espacio en familia y volver a convivir en la misma casa por más de 15 horas al día, un aliado que me recordó lo que es cuidar de sí y de los demás, que me permitió volver a valorar cada detalle de la vida, cada obra magnífica de Dios en la creación, pero también me permitió ver ... el egoísmo de los seres humanos, el oportunismo de unos cuantos... sabes, vi en muchas personas la capacidad de reinventarse (término muy de moda con tu llegada), de no estancarse y salir adelante



pese a los desastres que habías ocasionado al tener que cerrar países, negocios, etc., vi la solidaridad de muchos, el dolor de unos tantos...

Aún sigo viendo que has llegado para darle al planeta una lección y que es muy probable que no te vayas hasta que las personas hayamos entendido que una cosa tan pequeña como tú puede movilizar algo tan grande como el mundo y que si los seres humanos no aprendemos algo con tu llegada, estamos jodidos, porque realmente viniste para enseñar y enseñar tocando cada sector de las naciones, cada espacio de la Tierra sacándonos de nuestra zona de confort. ¡Por algo llegaste al mundo!

***Para muchos serás: puto, hijo de puta, maldito y otras tantas connotaciones que te has ganado (porque sí que has hecho cosas malas); sin embargo, por ahora, para mí serás: “un aliado”.***

***Espero que tengas algún aporte sobre cómo controlarte, para eso debo conocerte mejor y quizás afianzar mi relación contigo.***

***Seguiremos en contacto,***

Laura Castiblanco



Bilbao, España, 12 de septiembre de 2020

Amada abuela de mi corazón, te escribo esta carta con el dolor que me causa el hecho de no poder verte, con la impotencia de no acompañarte, el vacío en mi corazón de no poder despedirte y ese mal sentimiento de creer que todo lo que está pasando a nuestro alrededor no nos va a pasar a nosotros hasta que nos pasa.

Tanto temías a esta pandemia, a todo lo que veías y oías en los medios de comunicación, tanto te cuidabas en casa y pedías en tus oraciones por todo el mundo, más que por ti; ahora mismo solo siento rabia, rabia de no poder hacer nada, nada más que preguntarme: ¿por qué la vida es tan injusta con las personas buenas?, ¿con aquellos seres tan maravillosos como tú?, ¿como mi mami?, ¿por qué a ti?, ¿por qué?; creo que nuevamente me quedo sin respuestas. Han pasado 22 días desde que estuviste por última vez en casa, desde que te llevaron en ambulancia e ingresaron por sospecha de Covid-19; empeoraste, te llevaron a UCI, los días pasaron y te entubaron, nuestras esperanzas seguían intactas, luego te han tenido que volver a entubar y en toda esta tragedia, a pesar de estar allí solita, puedes tener la seguridad de que tu familia estuvo contigo, en la distancia, pero con mucho dolor seguimos paso a paso la evolución de tu contagio, de tu estado de salud; al principio un poco mejor, pero con el pasar de los días se fueron perdiendo las esperanzas (al menos en mi caso). Te lo escribo porque estuviste tan vulnerable en esa cama, en la posición que te tenían, con ese ventilador mecánico, monitores e invasiones en todo tu cuerpo que no sé si has sentido algo, si has escuchado nuestros audios, nuestras video-llamadas y si te diste cuenta de lo fuerte que has sido todo este tiempo; solo espero no hayas sufrido. Hoy partes de este mundo y nos dejas, entre muchas cosas, la enseñanza de que a pesar de todo lo que nos cae encima y de no tener respuesta alguna, debemos seguir adelante siempre, que la distancia es relativa y que siempre se puede estar cerca al corazón; que la vida es como es y no



de otra manera, que la única constante es el cambio y que por más seguros y estables, la vida misma se encarga de movernos. La pandemia es el recordatorio que necesitábamos para detenernos a pensar en lo que estábamos haciendo y de qué manera lo hacemos; un recordatorio para fortalecer los vínculos afectivos y de aquellas cosas que aplazamos para cuando podamos, tengamos tiempo o sea posible.

***La pandemia está para mostrarnos la fragilidad de la vida, la importancia de decir te amo, nos recuerda que despedirse es doloroso, y que con todo el dolor de una pérdida, la vida encuentra la forma de mantenernos a flote.***

Tu nieto por siempre,

Javier Rolando Valencia López



## Carta a la pandemia

**Inicialmente, solo quiero decirte que en serio te odio, pero al igual te amo.**



¿Sabes?, ha sido tan difícil vivir contigo, siento que arruinaste mi vida o, pues no mi vida, pero, en cierto modo, mi año. La verdad, pensaba que este iba a ser mi año, así como lo pensaban muchas personas, pero, pues, lastimosamente, no lo fue.

Lo único que puedo decir es que si no hubiera sido por ti, no hubiera conocido muchas partes de mí en cuanto a lo emocional, ya que el estar tanto tiempo encerrada hace volverse autorreflexivo, sé que tal vez o es obvio que mi tía va a leer esto y va a decir, no le creo, porque sé que no se ha notado un cambio en mi alrededor, pero en cuanto a mi ser, mi forma de pensar, de ver las cosas que me rodean, han cambiado un poco gracias a ti, ¡maldito Covid! Siguiendo con lo anterior, ¿sabes?, siento que has ayudado, pero también destruido, has destruido familias, personas, etcétera.

Gracias a ti estamos viviendo algo que jamás pensamos vivir o, pues, por lo menos yo, no estaba preparada para estar encerrada. ¿Sabes?, siento que has cambiado el mundo, pero, pues, por lo que yo veo o mi perspectiva, no para bien ya que mucha gente perdió su trabajo, también personas se quedaron sin casa, muchas murieron, pero, ¿sabes?, creo que esa es tu misión, destruir las cosas, pero al mismo tiempo construir un nuevo mundo para el ser humano o las nuevas generaciones que vendrán. Tal vez sea lo mejor para mis hijos que espero que sean perros y no humanos, ya que criar a un niño es demasiado difícil. ¿Sabes?, a veces me pongo a pensar en cómo mi mamá hace para criarme, para enseñarme y hacerme entrar en razón, o sea, es difícil de explicar, pero el caso es que un ejemplo es el siguiente: cuando mi mamá me dice no puedes drogarte porque te destruye o distintas cosas de esas se han quedado tantas veces en mi cabeza que sé que son malas y ella me hace verlas mal, pero pienso que yo soy la única que decide como el hecho de lo que está mal o bien y ¿sabes?, o sea siento que si tuviera un hijo no sabría cómo hacer eso que hace mi mamá, así que me quedo con un perro.

¿Sabes?, te agradezco porque gracias a esta pandemia he podido pasar más tiempo con mi familia y he como reforzado la relación con mi mamá, siento que nos hemos vuelto más unidas, además, en esta pandemia han pasado muchas cosas, algunas buenas, otras malas,



pero bueno, de eso trata la vida creo, de momentos buenos y malos. Lo que quiero decir es que gracias a ti han pasado cosas buenas como malas. Como, por ejemplo, el hecho de que mi papá y yo no podamos vivir juntos, no lo digo en el mal sentido, solo que siento que al ser tan parecidos y tener un mal genio tan feo hace que siempre entremos en discusión y es una pelea, lo bueno es que he experimentado nuevas cosas, como decía anteriormente, he conocido partes de mí que no conocía, un ejemplo fue conocer a Javier ¡¡ajaja! ¿Sabes?, jamás pensé, cómo, no sé, no me enamoré de él, pero en realidad pude expresarme y vivir cosas que no pensé experimentar todavía o pues no como lo hice con él, pero sabes, también me di cuenta que la verdad no me tomé en serio el hecho de estar con alguien o estar en una "relación", la verdad, no me lo tomaba en serio y siento que es algo que tengo que cambiar eso, pero, pues bueno, mientras tanto voy a seguir siendo una chimba ¡eee sjjsjsj! Para finalizar, obvio, faltaron más cosas por decir, pero, pues, ya voy a entrar a la evaluación ...

***el Covid es una mier... pero también es como una forma de vivir distinta.***

**Silvana Molano Correa**



## 2020... el año en el que ya nada nos sorprende

Hoy, reflexionando un poco de lo que ha sido este 2020 y en todo lo que nos ha hecho cambiar, pienso en una persona de mi familia quien dijo algo que me obliga a preguntarme si definitivamente la edad nos hace sabios y concedores del futuro, imagino que deseas saber el porqué digo eso, pues te cuento...

Como ya lo sabes, mi familia es numerosa y siempre pasamos juntos el año nuevo, ese día nos abrazamos y nos deseamos lo mejor para el próximo año; sin embargo, esta mujer a la cual todos amamos mucho, nos dijo que el 2020 sea un año lleno de éxitos y que pidamos a Dios que sea un buen año, pues comienza un año bisiesto y la vida me ha enseñado que no traen nada bueno..., sé que eso suena supersticioso y definitivamente no le debería dar mucho crédito a lo dicho, pero te lo cuento para contextualizarte un poco con lo que decía anteriormente.

En fin, no sé si por ser bisiesto o por lo que sea, este año, definitivamente, ha sido algo extraño. Me escucho bastante inocente, pero no pensé que con tanto avance en lo tecnológico y en la ciencia, esto fuera a ocurrir. En mí misma, seguramente de ver tantas películas de Hollywood, creía que la solución saldría de un día para otro y todos estaríamos felices y contentos...

Bueno, como ya lo sabes, "ni muy felices, ni tan contentos", creo que todo aquello se convirtió, simplemente, en pequeños instantes, pues los meses de encierro y con la rutina, no han sido los más divertidos; aunque no faltan las risas y esos momentos entretenidos, lo cierto es que ahora siempre nos está acompañando el miedo y la incertidumbre... Y, bueno, el dolor también nos acompaña, pues al principio de esta pandemia veíamos todo muy lejano de nosotros, pero cuando esta se lleva a alguien cercano, te duele y es entonces cuando decimos que definitivamente esta selección natural no está siendo tan justa...

Esas partidas a la eternidad nos ayudan a valorar mucho más a los que tenemos siempre a nuestro lado:

hermanos, primos, tíos, sobrinos, amigos a los cuales quiero mucho, pero que por esta circunstancia debemos tenerlos lejos (aislamiento y el trinado distanciamiento social) y, sin embargo, por la tecnología en comunicaciones podemos tenerlos cerca, con decirte que he tenido como diez cumpleaños por la plataforma Zoom y hasta un "baby shower". Al principio uno se sentía como tonto hablándole a la pantalla, pero ahora ya se ha perfeccionado el canto para que no suenen todos como cada uno por su lado y hasta sacamos el vino para brindar por la vida, eso sí aclarando que "cuando pase esto" nos encontraremos y nos daremos un gran abrazo, el cual antes parecía una rutina, pero hoy lo extrañamos.

Esta situación de pandemia también nos enseñó un poco de responsabilidad con nosotros mismos y con el otro, pues si me cuido, te cuido. También ya les queda un poco más fácil a los profesores explicar aquello de lo que es un ciudadano global y que lo que yo realice hoy aquí puede tener consecuencias en el otro lado del mundo, ¡je, je, je!

En fin, creo que ya me extendí mucho y en serio espero nos podamos ver pronto, hablar de todas las cosas que nos pasaron durante el encierro, las veces que dejamos la cámara y los micrófonos abiertos y no faltó que dijéramos una imprudencia, pero que al final hoy contamos entre risas...

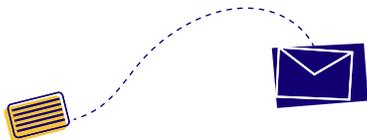
Abrazos y que el 2020 termine lleno de éxitos y alegrías.

***Posdata: el papa Francisco dijo: "Todos vamos en la misma barca... pero en realidad todos estamos sufriendo la tormenta, y muchos van en barcas débiles y otros en unas más fuertes... por eso si puedes ayudar, nunca lo dudes y dale la mano al que puedas... Las pequeñas acciones transforman..."***

Martha Lorena Correa López



## Carta a la pandemia



Soy egresada de la Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud, FUCS, profesión: Instrumentadora Quirúrgica, llevo ejerciendo 23 años en el área asistencial.

Nosotras, las instrumentadoras, somos las encargadas de velar por el buen uso de los elementos de Bioseguridad, responsables de mantener la integridad, seguridad y eficacia del campo estéril durante el procedimiento quirúrgico.

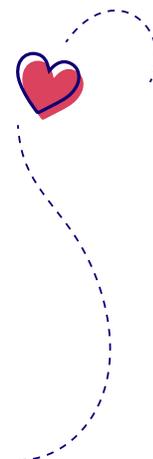
En 23 años es el primer año en que gracias a la pandemia no he tenido que recomendar el uso del tapabocas, lavado de manos, las gafas o elementos que algunos especialistas no usan adecuadamente. Esta es la parte "buena" de la pandemia, nos tocó aprender de una manera que no nos imaginamos, esto que está pasando en los hospitales nos genera una incertidumbre diaria en todos los aspectos de la vida: en lo laboral, social y familiar y, asimismo, en nuestra salud y la de nuestra familia, pues ahora somos de esos que llaman héroes y los que estamos en los nuevos campos de batalla, pues en ocasiones exponemos a los nuestros por ayudar a otros, pero ese es el precio de los que trabajamos en el área de la salud.

Todavía no sabemos en qué terminará esta situación que nos tocó vivir, solo espero sea una experiencia más en mi vida, en la de mi familia y en las de mis compañer@s de trabajo, espero que todos salgamos bien librados de este enemigo invisible.

Bueno, y si no, por cosas de Dios, agradezco a Él que me haya puesto por tanto tiempo al servicio de la humanidad...

***Agradezco a mi muy querida FUCS por la oportunidad de poder plasmar nuestro sentir en estos tiempos de Covid-19.***

Yolanda Correa



## Querida señora Lola León:

Hace tiempo no sé de ti, espero te encuentres muy bien en donde estés, que estés tranquila y rodeada de mucho amor.

Te extrañamos todos aquí, quisiéramos volver a verte, pero sabemos que estás muy lejos. Quería contarte cómo me ha ido en este año que para todos ha sido difícil y muy distinto a los demás. Como sabes el Covid-19 es una realidad que nos atacó a todos de repente y afectó nuestro diario vivir, modificándolo drásticamente, es increíble ver cómo ahora dependemos de un tapabocas, gel y alcohol. Gracias a estos tres elementos podemos seguir una vida “normal”, por lo menos hasta que una vacuna llegue a nuestras vidas.

Te cuento, mi cuarentena fue diferente al de muchas personas, la gran mayoría tuvieron que trabajar y estudiar desde casa, en cambio mi historia es diferente. Casualmente yo tomé la decisión de aplazar semestre con el fin de cuidar de mi salud y del hecho de pensar si realmente esa era mi carrera, mi futuro. Empecé a trabajar en diciembre del año pasado cuando ni siquiera el virus era tan conocido y en mi país no había llegado el primer caso. En marzo, cuando empezó toda esta travesía, me encontraba trabajando en la veterinaria de mi tío cuando el Gobierno tomó la decisión de aislarnos por 15 días para cuidarnos del virus, era increíble el pánico en el que entraron las personas, a sus mascotas les compraban de a 2 o 3 bultos de comida pensando que nunca más abríamos, las personas, por así decirlo, enloquecieron, los teléfonos no paraban de sonar y nosotros de facturar, era increíble ver la cantidad de domicilios que teníamos, hileras completas con todos los productos organizados, realmente parecía el fin del mundo. Pero después todo empezó a tranquilizarse, pero para mí era muy duro, duro en el sentido de que la ciudad al inicio estaba muy sola y el transporte se había complicado mucho, había días que podía durar entre 1 o 2 horas esperando que mi transporte pasara o, simplemente, no pasaba, fueron días difíciles.

Pasaron los meses y ya era hora de iniciar nuevamente mis estudios. Tomé la decisión de cambiar de carrera y estudiar instrumentación quirúrgica siendo lo que realmente me apasionaba, todo fue un proceso realmente hermoso y fui muy feliz al ingresar a mi



nueva carrera. Sentí que a pesar de haber tomado la decisión un poco tarde fue lo mejor, para mi estabilidad emocional y profesional.

Al momento de renunciar fue duro para mí ya que me había acostumbrado a estar casi todos los días rodeada de las mismas personas, el ambiente fue muy bueno y lo más importante es que aprendí un montón. Me llevé cosas muy lindas de cada persona que a pesar de los problemas por los que tuvimos que pasar, crecimos como personas y a nivel laboral también. Conocí al ser humano más noble y tierno que puede existir en este mundo, su nombre es don Morales, él es un señor ya de edad que hasta podría ser mi abuelito, pero tiene un corazón tan grande que desde el primer día que lo conocí me compró un juguito y unas galletas para que comiera como onces, me enseñó tanto sobre el sistema de facturación y de los productos en general. Me brindaba abrazos como muestra de cariño, me sentía como una nieta para él. Otra persona que conocí y



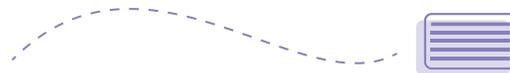
agradezco el hecho de hacerlo es Paula, ella es una chica no tan mayor a mí, con una actitud muy linda y genial que disfrutaba trabajar con ella. También, como el señor Morales, me enseñó mucho sobre los productos y sobre todo de la amistad, con ellas pasé momentos duros en donde queríamos dejar todo botado e irnos, pero trabajando en equipo todo salía bien.

Inicié mis estudios virtuales y ha sido muy duro, estar horas y horas al frente de una pantalla es agotador, escuchar a un profesor a través de una pantalla no es lo mismo como verlo presencialmente. Ha sido una experiencia totalmente distinta a lo que veníamos acostumbrados, pero a pesar de ello he aprendido mucho sin importar la cantidad de trabajo que en muchas ocasiones nos dejan y eso que yo hasta ahora estoy empezando. Realmente me pongo a pensar el porqué los profesores creen que nosotros tenemos mucho tiempo como ellos suelen creer, siento que no son conscientes de que vemos muchas materias hasta tarde, tipo ó de la tarde, de lunes a sábado y que nosotros, al igual que ellos, tenemos una vida y responsabilidades aparte del estudio. Tengo compañeros que tienen que trabajar para pagar su carrera, para comprar materiales para laboratorio, para transporte, entre otros. Siento que los profesores no son conscientes que también estamos sufriendo con todo este tema de lo virtual ya que para nosotros no es nada sencillo estar horas y horas sentados y mirando una pantalla.

Otra cosa que agradezco este año es que a mi vida llegó un perrito bebé el cual lo cuidamos por un mes, en donde le dimos mucho amor y yo sentí una conexión única con él. Él fue mi compañero de desvelos haciendo trabajos, era mi compañero de arriba para abajo. Si salía por un momento sin él me hacía un escándalo cuando llegaba porque no lo había llevado conmigo. Dormía conmigo todas las noches en mis brazos, me hacía daños que en ocasiones me daban ganas de devolverlo, pero el amor que sentía por él era y es inmenso. Lastimosamente, el perrito solo lo estábamos cuidando ya que pertenecía a un CAI, a las dos semanas que se fue, lo atropelló un carro y acabó con su vida. Fue muy doloroso porque lo quise mucho a pesar de estar poco tiempo con él, siempre lo recordaré con mucho amor.

***Quisiera saber cómo te encuentras y más que todo cómo te ha ido en estos tiempos de Covid, espero tener respuesta pronta de ti y de ser posible volver a vernos para tomarnos algo siempre acatando las normas de bioseguridad. Te extraño.***

Anónimo  
Estudiante de Instrumentación Quirúrgica,  
Primer semestre.



## Incertidumbre



Lo que aprendí de la pandemia fue a vivir en incertidumbre y que los eventos raros se pueden dar.

En el libro *El cisne negro* de Nassim Nicholas Taleb se menciona que en su mayoría existen cisnes blancos, pero rara vez podemos encontrarnos con uno negro, por lo que no es imposible. Es más, Taleb hecha por el suelo un concepto en estadística muy importante, la normalidad de los eventos, que dice: “lo más probable que ocurra es el promedio”, es decir, asume un sentido de predictibilidad de los eventos, sin embargo, al parecer, la naturaleza no se rige por comportamientos previsibles, sino por el caos.

No obstante, no podemos decir que la aparición de la pandemia fue del todo imprevista. Si revisamos la historia y otros documentos sobre pandemias –seguro algunos lo habrán hecho en esta cuarentena– podemos encontrar interesantes antecedentes. Según el historiador israelí Yuval Noah Harari en su libro *Homo Deus* (2015:24) cada pocos años existe el riesgo de una nueva peste potencial: en 2002-2003 (SARS), 2005 (gripe aviar), 2009 (H1N1), 2009-2010 (gripe porcina) y 2014-2016 (ébola). También existen numerosas referencias de epidemias que se han originado en China, como ocurrió en el presente, así lo menciona Walter Ledermann en su artículo sobre “El hombre y sus epidemias a través de la historia” de 2003. La gran pregunta es: ¿se pudo haber anticipado la pandemia? De acuerdo con Harari, con el conocimiento y avances tecnológicos de hoy, si una epidemia sale de control se debe más a la “incompetencia humana que a la ira divina”.

Más allá de los orígenes y la historia, no cabe duda de que la pandemia ha evidenciado y acelerado la crisis económica y social que se estaba viviendo en el mundo y ello apunta a más incertidumbre. Al parecer, vivíamos en una burbuja de expectativas y de cantos de sirenas, ya que a la hora de enfrentar el caos, todo se derrumbó y el mundo se niveló a la precariedad económica. Hoy el desempleo va en aumento, el tiempo de vacancia se ha ampliado, los contratos indefinidos poco a poco han ido cambiando por contratos de prestación de servicios y luego a temporales de 6, 4, 3 meses. Es evidente que frente a esta precariedad, una pandemia es fulminante.



Existen dos caras de la moneda, muchos sectores se han visto afectados y otros han emergido para beneficiarse de esta nueva dinámica demostrando las capacidades de adaptación del ser humano. Yo creo que se va a cumplir la teoría de la evolución de Charles Darwin quien encontró que las especies se adaptan a las condiciones y escenarios en los que les ha tocado sobrevivir. Por ejemplo, la jirafa que conocemos hoy en su antepasado tenía, probablemente, el cuello corto, pero ante la necesidad de búsqueda de alimento y la escasez, desarrolló un cuello largo para alcanzar su alimento en la copa de los árboles que seguramente pocos animales alcanzaban y se constituía en una oportunidad de sobrevivencia. En este sentido, ¿por qué el hombre no se podrá adaptar a futuros contextos?

Una pregunta clave es: ¿cómo vivir en la incertidumbre? Si estuvimos acostumbrados a vivir bajo certezas, seguramente, vivir bajo incertidumbre será más difícil, pero en las últimas generaciones el nivel de incertidumbre ha venido creciendo paulatinamente, por el mismo hecho del incremento poblacional y de que cada vez somos más para distribuir recursos escasos y limitados. Es decir, no estamos del todo no preparados, hemos estado viviendo bajo incertidumbre. Sobre todo, bajo incertidumbre económica y ahora de salud mundial. Debemos confiar



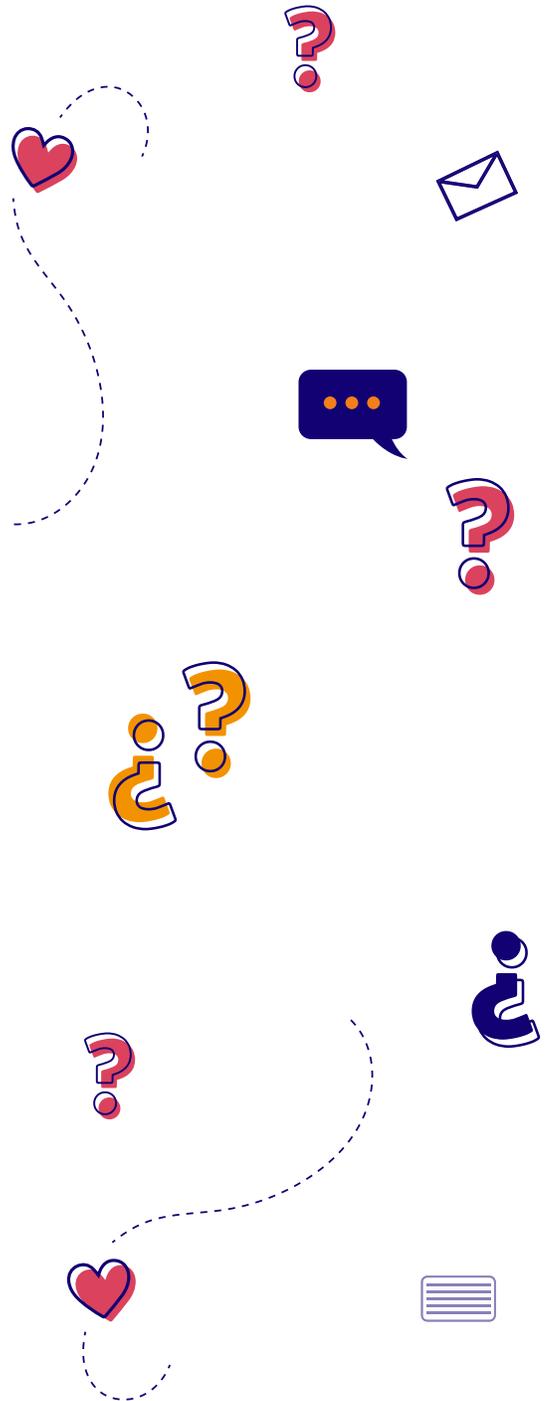
en nuestro sentido común y en nuestra plataforma genética de adaptación que lleva siglos y siglos adaptándose por lo que seguramente lo lograremos.

Pero desde el punto de vista de lo que podemos controlar, la pandemia nos ha enseñado a vivir cada día al máximo porque mañana no sabemos lo que pueda pasar y ese sentido del hoy es una estrategia ganadora para nuestro ser. Probablemente bajo certezas sea más fácil perdernos en lo que está dado, pero al pensar en que hoy tienes algo que mañana no, lo valoras más, lo valoras en su plenitud. Y ese sentido del valor es lo que les estaba haciendo falta a las sociedades modernas permeadas por el materialismo y el acceso, casi ilimitado, a diferentes bienes y servicios que a diferencia del pasado hoy podemos acceder cada vez mas fácilmente.

Sin duda, esta nueva experiencia fue un freno de mano a nuestra vida diaria y lo que conocíamos como "normal", sin embargo, tenemos una de dos opciones: o aprender de ello o no aprender.

***La invitación es a que todos aprendamos y hagamos de este espacio un momento de reflexión para poner en orden muchas cosas y, sobre todo, respondernos preguntas existenciales como: ¿El porqué estamos aquí? ¿Cómo queremos vivir? ¿Cuál es el verdadero sentido de nuestra existencia? Es momento de reevaluar todo y buscar el camino a la felicidad porque solo tenemos un chance de ser felices en una vida que es incierta.***

Milenka Linneth Argote Cusi



## Querido paciente internado en UCI COVID

Este pequeño mensaje debe ser leído únicamente por ti.

¿Recuerdas la última vez que respiraste con tranquilidad? No me refiero a cuando aún el aire podía circular tranquilamente por tus pulmones sino a todas esas veces que veías en las noticias que había un virus muy grave que estaba afectando a China, ¿te imaginabas que iba a llegar hasta donde tu estás? ¿te imaginabas qué iba a cambiar lo que conocías como rutina? y aún peor ¿te imaginabas que este virus te iba a tener leyendo un día estas palabras? Estoy completamente segura que puedo seguir haciéndote preguntas y tu respuesta siempre será no.

Pero, tengo una última pregunta para ti, ¿quisieras regresar al día en que varios médicos y enfermeros te sacaron de la comodidad de tu casa para traerte aquí conmigo? Me permito informarte que no tengo control sobre el tiempo, ni el tiempo control sobre mí, no podemos hacer acuerdos ni pactos, y no puedo devolverte a ese día, así como tampoco puedo mejorar tu situación o la mía, mi trabajo es limitado. Transportar almas es lo que he hecho todos los días desde que recuerdo que existo, nunca he hecho nada diferente a esto; jamás me ha gustado o disgustado mi trabajo, simplemente es una tarea que debo cumplir, pero en esta oportunidad y bajo nuestras circunstancias me niego a cumplirla así que te escribo hoy para proponerte un trato.

Sé que me viste ese día al salir de tu casa en los ojos de tu familia, ahí estaba yo invadiéndolos de incertidumbre y temor, es mi manera de aterrorizar; tu me has visto de frente a los ojos y aunque te atrevas a negarlo tu y yo lo sabemos por qué yo me vi también cuando me refleje en tu mirada. El trato que te tengo es muy sencillo, al menos yo lo veo así, tendremos que hacer un canje, un favor eterno, por un favor eterno y más que un trato conmigo, debe ser un pacto irrompible contigo mismo.

Supongamos que yo un día cualquiera te permito salir de aquí, si tu vuelves a tu hogar no te atrevas a prometerle al personal médico, a tu familia, a tus amigos o a nadie con esos vínculos afectivos insanos que ustedes suelen tener, incluso si me lo prometieras a mí sería el mayor de los insultos. Lo que exijo que hagas para salir de aquí es la promesa a ti mismo de vivir cada día y no



sobrevivir a los días, si sales de aquí tu tarea es que cada día haya valido la pena este trato que hacemos, tanto para ti como para cada persona que te rodee. No me parece nada del otro mundo, aunque nuestro trato si es de otro mundo.

Durante muchos siglos me he preguntado a mí misma: ¿es lindo vivir? ¿cómo se siente el viento en la cara? ¿qué se siente que alguien te espere en las noches? Y para responderlo he tratado de sentirlo, colándome entre casas que jamás imaginarían que estuve ahí, siempre logró pasar desapercibida. ¿Y te digo algo que no deberías saber? Aunque vivo en la oscuridad nunca he sentido el frío, aunque mis ropas son grandes nunca me han pesado y últimamente lo que más me atormenta es tener que transportar hijos, madres, padres, tíos, abuelas, amigos y personas como tu que nunca hubiera querido llevarme, pero como dije en un principio no es algo que se me permite decidir.

Por favor, no sientas pena por mí en ningún momento eso es también típico de ustedes y no quiero tu compasión, no es ese el motivo de mi carta, únicamente quiero tu respuesta, quiero negociar con alguien en quien

he visto sensatez desde que he estado asechándote y creo que la tuya no es una causa perdida, quiero tu respuesta y la quiero pronto, no debes tardarte tanto en responder, aunque tengo el tiempo que todos quisieran tener la paciencia definitivamente nunca será una de mis virtudes.

Con nuestro trato eterno podrás volver a casa con tu familia, podrás volver a reunirte los fines de semana con tus amigos, podrás volver a tu rutina diaria de subirte a un bus para ir a cumplir con tus tareas diarias. Todo eso es lo que no quiero quitarte, ya ha sido demasiado el simple hecho de que estés leyendo esta carta en completa soledad, me niego a llevarte conmigo, necesito que te quedes en la tierra porque también he visto como otros necesitan de ti, lo único que te estoy pidiendo es que ames la vida un poco más, que sientas un poco más, que disfrutes vivir un

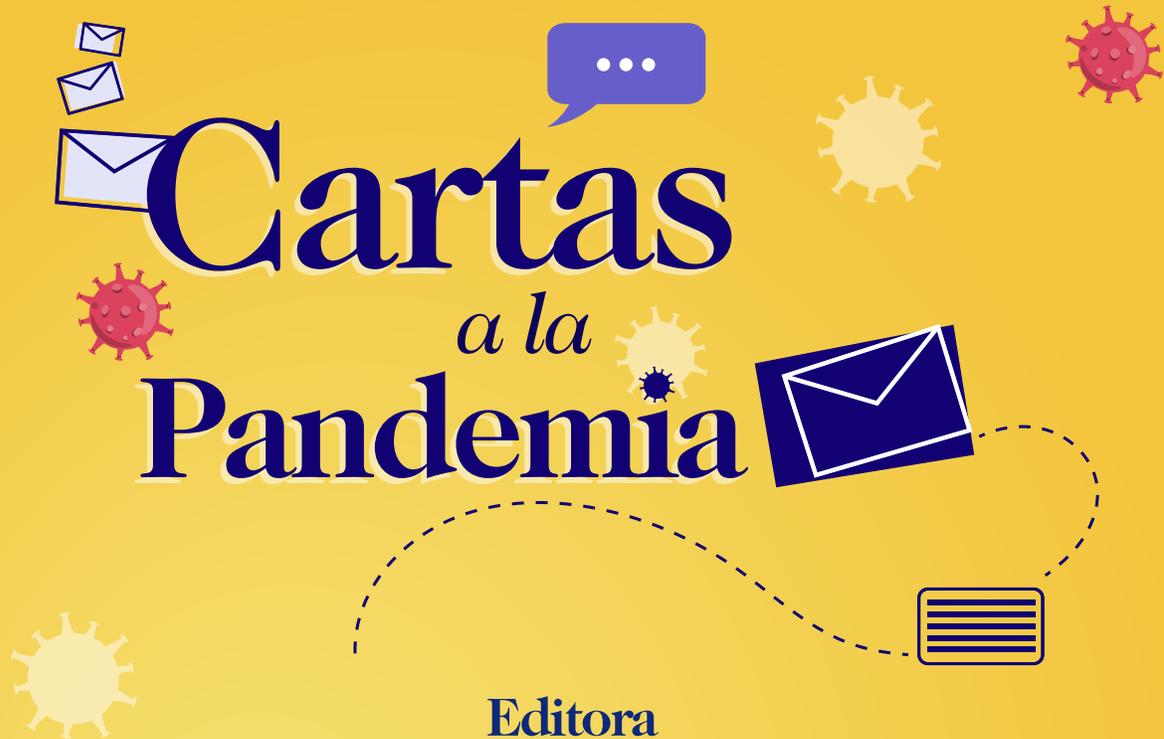
poco más y que al salir de aquí le hagas saber a todos que este virus no es un juego. Que sí, la felicidad esta cuando te subes a un Transmilenio atestado de gente porqué tú lo puedes hacer sin necesitar el soporte o las ayudas que necesitas hoy.

***Me despido de ti sugiriéndote que consideres mi propuesta y dejándote como advertencia que, si desperdicias un segundo más, nuestro trato concluye.***

***Siempre tu amiga, la muerte.***

*Manuela Patiño Rivera*





**Editora**  
*Marisol Goyeneche Reina*



**FUNDACIÓN UNIVERSITARIA  
DE CIENCIAS DE LA SALUD  
FUCS**

Vigilada Mineducación

ISBN: 978-958-59863-7-4

