

La era poscoronavirus

Cara y cruz. Ganamos el teletrabajo, la mascarilla y las visitas telemáticas con el médico. Perdimos la salud mental. El 95,5% de fallecidos eran mayores de 60 años



El uso de la mascarilla en centros sanitarios es ahora muy habitual. FOTO: PERE FERRÉ/DT

Cinco años después: ¿Cómo nos ha cambiado la Covid?

CARLA POMEROL DALMAU
TARRAGONA

La Covid representó un antes y un después para la mayoría de nosotros. Y no era para menos: algunos expertos aseguran que se trata del acontecimiento más importante de la historia reciente desde la Segunda Guerra Mundial. Aprendimos cosas y cambiamos costumbres. La pandemia demostró que no estábamos preparados para una situación así y nos empujó a mejorar algunos aspectos. Cinco años después, el *Diari* hace un repaso sobre cómo ha cambiado la sanidad, las residencias, las maneras de hacer y, sobre todo, como la Covid nos cambió como sociedad.

1. Una generación perdida

La Covid se llevó por delante una generación, la de la postguerra.

El virus fue más letal para las personas mayores que para los jóvenes. Prueba de ello es que el 95,5% de los fallecidos por Covid en el año 2025 eran mayores de 60 años. Perdimos a nuestros abuelos.

2. El gran reto: que las residencias no vuelvan a ser una trampa

Las residencias se llevaron la peor parte de la pandemia. Era el hogar de muchos ancianos. Los geriátricos no contaban con los recursos necesarios para poder hacer frente a la Covid y muchos usuarios no fueron trasladados a los hospitales cuando lo necesitaron. El resultado: casi 35.000 personas muertas en residencias. Una trampa mortal. **Cinta Pascual, presidenta de ACRA**, la patronal mayoritaria de la depen-

dencia en Catalunya, asegura que «las expectativas de cambio eran tremendas, pero a la hora de la verdad todavía se está debatiendo la ley de integración social y sanitaria». Pascual asegura que «hemos aprendido mucho, sobre todo a nivel de aislamiento. Si volviera a pasar, todo estaría más controlado».

Una de las medidas que se ha llevado a cabo en las residencias es la de crear unidades de convivencia más reducidas, de 15 a 20 personas, para evitar cualquier propagación de infección.

3. Más conciencia sobre las medidas de protección

Una de las cosas positivas que nos ha dejado la Covid es que, ahora, hay más conciencia sobre las medidas de protección contra las enfermedades infecciosas.

«Temas como el uso de la mascarilla, antes era excepcional. Ahora es habitual y lo vivimos con relativa normalidad. Pasa lo mismo con los profesionales que se ponen guantes o la población que se lava las manos más que antes», explica Xavier Oliach, director asistencial del Hospital Santa Tecla.

4. Las vacunas salieron victoriosas

La gran protagonista de la postpandemia fue la vacuna. La carrera frenética de las grandes marcas farmacéuticas tuvo su resultado. «Siempre hay gente escéptica con el tema, pero la Covid nos enseñó la importancia de la vacunación», explica Oliach, quien reconoce que «con el paso de los años, se va perdiendo concienciación». Prueba de ello es que las últimas campañas de vacunación no han sido tan buenas como se esperaba.

5. La normalidad de hacer una visita telemática con el médico

La pandemia nos ha llevado a nuevos modelos de asistencia, como por ejemplo, la telemática. «Antes era imposible hacer una consulta telefónica o una videollamada con el paciente, ahora tanto los usuarios como los profesionales lo vivimos con normalidad en los casos que se puede», dice el director del Hospital Santa Tecla, quien asegura que «esta medida nos ha benefi-

ciado a todos. Es más cómodo y eficaz». Ya había habido experiencias de visitas telemáticas antes, pero la Covid acabó de consolidarlas.

6. La salud mental quedó muy tocada

La otra cara de la moneda es la salud mental. El gran talón de Aquiles de la pandemia. Sobre todo entre los jóvenes que vieron como su vida quedaba paralizada de un día a otro.

Eva Llatser, presidenta del Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya en Tarragona, asegura que «tras la pandemia, se ha dejado de cuestionar la importancia de la salud mental y del bienestar de las personas. Y eso es muy importante». Llatser dice que ahora estamos pagando las consecuencias de esa época. «Nos alejamos unos de otros y apostamos por las redes sociales y las tecnologías. Durante mucho tiempo, entre los jóvenes, era la única manera de comunicarse. Hay quienes siguen con la misma conducta», añade la psicóloga.

7. La apuesta por el teletrabajo

Otra de las medidas positivas que nos ha dejado la Covid es el teletrabajo. Algunas empresas lo han visto como una oportunidad para que sus trabajadores puedan conciliar mejor. «El teletrabajo ha conseguido que las cargas fami-

Los profesionales sanitarios siguen reivindicando mejoras laborales

liares sean más ligeras, sobre todo para aquellas familias con hijos o con personas mayores a su cargo», explica la presidenta del Col·legi de Psicologia en Tarragona.

8. Todo cambió, pero todo sigue igual

Pero si hay algo que no ha cambiado ha sido la situación precaria de los profesionales sanitarios, según denuncia el colectivo. Fueron muchos los días que la ciudadanía salía al balcón para aplaudir a los sanitarios. Todo hacía pensar que, desde entonces, y teniendo en cuenta el papel fundamental que tuvo el colectivo durante la pandemia, la administración mejoraría sus condiciones laborales. Lo cierto es que, tanto médicos, como enfermeras y auxiliares, denuncian que la situación es la misma o incluso peor.