

Vulnerables frente al Covid



JOSÉ IGNACIO ARIZALA
TRASPLANTADO DE RIÑÓN

«Todo el mundo tiene un boleto para contagiarse, pero yo tengo tres»

Toma doce pastillas al día «para poder vivir decentemente». Aunque no se queja, procura ser positivo. «Porque lo importante es vivir», afirma José Ignacio Arizala. A los 35 años y durante casi tres años, tres veces al día, estuvo enchufado a una máquina para tratar su enfermedad renal hasta que llegó la llamada después de 5 intentos fallidos. Había un riñón para él. «Desde entonces empecé a funcionar y la cosa va bien», asegura este errenteriarra de 64 años sin olvidar que fuera de su «burbuja» circula un virus que podría cebarse con él por la vulnerabilidad que acarrea su enfermedad crónica. «Tengo mucho miedo a contagiarme. Mi sistema inmunitario está más debilitado –las personas trasplantadas tienen las defensas muy bajas al tomar inmunosupresores para evitar que el organismo

rechace el nuevo órgano, por lo que son más vulnerable a las infecciones–; además soy del grupo sanguíneo A, que según dicen los médicos estamos más expuestos. Todo el mundo tenemos un boleto para coger el virus, pero yo tengo tres, somos más vulnerables», expone Arizala, consciente de que «lo menos sería pasarlo y luego, quedar decente. Pero podría perder el riñón o incluso la vida».

Este alto riesgo de enfermedad grave y mortalidad asociada al Covid ha llevado a Sanidad a priorizarle en la vacunación, al igual que otros pacientes vulnerables como los oncológicos en quimioterapia, los enfermos renales en diálisis y aquellos con síndrome de Down mayores de 40 años, según la última actualización de la Comisión de Salud Pública, que establece que se vacunarán de manera simultánea

con el grupo de entre los 70 y los 79 años y se utilizarán vacunas de ARNm. «Estoy deseando vacunarme. Al principio no tenía muchas ganas de hacerlo. Me daba miedo que la hubieran sacado tan rápido cuando suelen tardar años, pero una vez he visto cómo va funcionando creo que es necesario que nos vacunemos todos». En este sentido, aplaude haber entrado en este bloque de prioridad aunque cree que deberían haberles incluido antes en la estrategia de vacunación, ya que «las personas trasplantadas estamos muy expuestos al contagio, al igual que los pacientes que están en diálisis que tienen que ir día sí y día también al hospital. Esta es una enfermedad muy jodida, más cuando tienes otras patologías asociadas», afirma sin paños calientes. Desde que irrumpió el coronavirus reconoce estar en una continua

«burbuja». Echa de menos las visitas a Madrid donde vive uno de sus hijos, los paseos con amigos o las reuniones familiares donde celebraba el simple hecho de vivir.

Otra de las cosas que más ha echado en falta ha sido las visitas presenciales con su médico. «El pasado 25 de marzo tuve la primera consulta en el hospital, después de un año», exclama. «Hasta ahora ha sido todo por teléfono y resulta más frío», señala Arizala, aunque comprende que «esta crisis nos ha pillado a todos fuera de juego. Esperemos que pronto vuelva todo a la normalidad». El tiempo no juega a su favor. «Ya han pasado 27 años del trasplante y el riñón ya está viejito, lo que implica que en algún momento fallará, tendré que volver a diálisis y esperar otro riñón, aunque ahora ha bajado la donación de órganos», lamenta.

José Ignacio Arizala camina por Errenteria, siempre protegido con una mascarilla FFP2.

ARIZMENDI

PRÓXIMOS EN VACUNARSE

► **Colectivos de riesgo.** Según la última actualización en la estrategia de vacunación aprobada el martes por la Comisión de Salud, forman parte de este grupo: las personas con trasplante de progenitores hematopoyéticos, trasplante de órgano sólido y lista de espera, personas en hemodiálisis y diálisis peritoneal, enfermedad oncohematológica, cáncer de órgano sólido en tratamiento con quimioterapia citotóxica, cáncer de pulmón en tratamiento con quimioterapia o inmunoterapia, infección con VIH inmunodeprimidos, personas con inmunodeficiencia primaria y personas con Síndrome de Down mayores de 40 años.

► **Personas con discapacidad.** Según informan desde Atzegi, desde finales de enero Osakidetza en coordinación con la Diputación comenzó a vacunar a personas con discapacidad que residen en centros de día, residencias de mayores y pisos tutelados de Gipuzkoa.

Vacunación. Personas trasplantadas o en lista de espera, pacientes oncológicos en quimioterapia o pacientes en diálisis son los próximos en vacunarse, una medida que acogen con «esperanza»

PATRICIA
RODRÍGUEZ



MIREN JOSUNE MARTIJA
TRASPLANTADA DE RIÑÓN

Miren Josune, en el exterior del Hospital Donostia tras la consulta con el nefrólogo. UNANUE

«Cuando me vacunen perderé muchos miedos»

La zumaiarra Miren Josune Martija nació con una infección crónica en los riñones. A los cinco años pasó por quirófano por primera vez y a partir de entonces se sucedieron las visitas al nefrólogo y las operaciones hasta que en 2011 y después de 9 meses en diálisis, llegó esa «llamada de gracia», el trasplante de riñón, para cambiarlo todo. Miren Josune y su nuevo órgano encajaron a la perfección.

Esta mujer de 41 años comenta que «muchos ni nota que soy una persona trasplantada y hago una vida prácticamente normal». Hasta que la pandemia le obligó a recluirse en casa para no correr riesgos ya que los inmunodepresores hacen que su sistema inmune esté más debilitado, por lo que prefiere no ponerse en la tesitura de un posible contagio. «La pandemia la

he vivido con miedo. Al principio, a los enfermos crónicos nos recomendaron no salir y en casa me sentía muy segura, por eso la desescalada se me hizo muy complicada porque cuando la mascarilla no era obligatoria todo me daba mucho miedo. Ahora salgo algo pero intento reducir al mínimo posible las visitas familiares». Y es que un simple catarro podría complicar las cosas. «Desde pequeña siempre he estado con medicación para no coger infecciones. Al tener el sistema inmunitario bajo mínimos, una carga viral que a una persona no le afectaría tanto a mí me puede afectar mucho más, tengo más probabilidades de enfermar. Por eso «estoy deseando vacunarme y cuando lo esté perderé muchos miedos. Tengo esperanzas porque creo tanto en la ciencia... me ha ayudado mucho».



MAITE ETXAIDE
TIENE UNA HIJA CON DISCAPACIDAD

Maite y su hija Naiara posan después del trabajo en Gureak. PEDRO MARTÍNEZ

«Le insistimos mucho a Naiara para que tenga cuidado»

Desde que comenzó la pandemia, Naiara Blanco ha conseguido esquivar el Covid pero los días en aislamiento el pasado fin de semana comenzaron a transcurrir a otra velocidad. La espera del resultado de la PCR que le practicaron se hizo larga para ella y su familia y después del resultado negativo todos respiran «mucho más tranquilos». Naiara tiene discapacidad intelectual, además de déficit de la hormona del crecimiento y es alérgica a varios medicamentos, como la penicilina, por lo que «no se le puede poner cualquier antibiótico», precisa su madre, Maite Etxaide, que desde que estalló la crisis sanitaria han extremado las precauciones a la hora de protegerse frente al Covid. «Desde que nos confinaron hemos vivido en una burbuja. A Naiara le hemos in-

sistido mucho de que tuviera mucho cuidado, de hecho ha estado temporadas yendo del trabajo –en los talleres ocupacionales de Gureak– a casa; le llevaba y le buscaba yo en coche, tampoco quedaba con las amigas en época de muchos contagios, y ha dejado la piscina y la gimnasia. Eso le está resultando lo más duro, el no poder realizar sus actividades normales, las salidas al monte, las vacaciones de Pascua...».

La llamada de Gureak para recibir la solución de AstraZeneca esta semana ha sido «una sorpresa y estamos muy agradecidos, teníamos muchas ganas de que se vacunara, nos parece fenomenal», expresa Maite, al tiempo que señala que «quisiéramos habernos vacunado todos antes», pero es consciente del ritmo en el que van llegando las dosis.