

Saludos desde San Antonio, Texas



Por Natalie Zuniga,
miembro de la junta de DPC

Mi nombre es Natalie Zuniga y sobreviví a la tormenta de hielo de Texas del 2021 con mi esposo, Eddie Zuniga, ¡quien también es paciente de diálisis! He sido paciente de diálisis durante más de tres años y mi esposo ha sido paciente de diálisis durante ocho años. Al principio pensamos que era una sentencia de muerte y que no íbamos a vivir mucho más, y nos dimos por vencidos. Pero luego, gracias al trabajo arduo y la educación a través de Dialysis Patient Citizens y nuestra nutricionista, Mary, ahora nos esforzamos y disfrutamos de la vida como personas de la tercera edad. También esperamos mejorar nuestras vidas con futuros trasplantes de riñón.

Sin embargo, tuvimos una semana que nos desafió, con una emergencia climática que pasará a la historia. Vivimos en Texas y la tormenta de hielo de Texas en febrero de 2021 fue un acontecimiento extraño. La última vez que nevó fue en 1985, por lo que no estábamos preparados para este gran evento.

El lunes, primer día de la tormenta, mi esposo y yo fuimos lentamente a nuestro centro de diálisis mientras resbalábamos y resbalábamos; sin embargo, ¡logramos llegar de manera segura! Nuestro equipo médico en DaVita Las Palmas fue tan dedicado que todos estaban ahí. Un técnico dijo que salió de su casa a las 2 am para asegurarse de llegar a las 5 am. Wow, eso es dedicación. Nos explicaron que solo recibiríamos dos horas de tratamiento en comparación con las cuatro horas normales. También nos pidieron que siguiéramos la dieta renal y que controláramos nuestra ingesta de agua de 32 oz a solo 16 oz porque no sabían cuándo sería nuestro próximo tratamiento.

Cuando llegamos a nuestra casa, la electricidad y el agua ya no funcionaban. Vivimos en una casa diminuta y tenemos tres bebés peludos, dos de los cuales prefieren dormir afuera en su casita de perro. Los dejaba salir de vez en cuando a pesar de que estaban molestos porque querían estar afuera y la temperatura era extremadamente fría. Nos acurrucamos en nuestros edredones y mi esposo tenía un pequeño generador para cargar nuestros teléfonos. No podía encender mi máquina CPAP, que me ayuda a dormir bien por la noche, y me sentía exhausta la mayor parte del tiempo. Derretimos la nieve para usarla en el inodoro y para nuestros baños de esponja. Nuestra electricidad funcionaba periódicamente, pero no nos avisaban cuando bajaba. No comíamos comidas ni meriendas saladas para no tener sed. No abrimos la puerta del refrigerador para tratar de guardar nuestros alimentos



percederos. Dado que la dieta renal funciona con carnes magras y verduras frescas, llenamos nuestra hielera con nieve para salvar nuestras carnes. Pero principalmente comíamos atún y pavo enlatados, que no se echaban a perder. Ese miércoles, volvimos a presentarnos en nuestro centro de diálisis para recibir tratamiento. Comenzaron la diálisis, pero en 15 minutos, la instalación se quedó sin agua. El director de personal explicó que debido a la falta de agua no podrían continuar con nuestro tratamiento. La única opción, si te sentías mal, era ir al hospital. Sin embargo, los hospitales estaban rechazando pacientes a menos que fuera una situación de vida o muerte debido a la pandemia.

El jueves no pude más e hicimos una reserva en uno de los únicos hoteles que tenían luz y agua. Pude ducharme y usar mi máquina CPAP. Me sentí como una persona nueva a pesar de que tenía que seguir minimizando mi ingesta de líquidos. Finalmente llegó el viernes y recibimos nuestro tratamiento completo. Todavía no teníamos agua en casa, a pesar de que mi esposo se había asegurado de que las tuberías estuvieran cubiertas. Intentamos ir a comprar agua, pan y cualquier cosa fresca, pero la tienda de comestibles estaba vacía. Tenemos un dispensador de agua de 5 galones, y fue suficiente para los seis días, por lo que aún podíamos manejar la situación del agua.

Había lecciones que aprender de esta emergencia climática. Aprendí que para estar preparado para emergencias, es importante tener siempre agua almacenada y asegurarse de tener una taza medidora para controlar su consumo personal de agua. Además, tener alimentos no percederos aptos para el riñón y asegurarse de tomar los medicamentos al pie de la letra. Mi esposo y yo estamos muy agradecidos de haber sobrevivido ya que algunos de mis compañeros de diálisis no tuvieron tanta suerte. Estamos extremadamente agradecidos por nuestro equipo de Las Palmas DaVita y por DPC que brinda seminarios web, que se graban y se pueden ver en cualquier momento (www.dpcedcenter.org).

