

# HISTORIAS REALES



## Charlene

### Madre hispana de 8 hijos

Hola, mi nombre es Charlene. Soy madre de 8 hijos. Durante esta pandemia del covid-19, la situación ha sido muy difícil para mi y mi familia. He tenido que aprender a cómo ayudar a mis 8 hijos que están en 8 grados diferentes. He tenido que aprender cómo ayudarles con sus tareas y con sus clases virtuales. Hemos tenido que comprar más comida de lo normal ya que mis hijos están en casa conmigo todo el día y no reciben el almuerzo de la escuela. Han habido veces en las que nos quedamos sin comida y sin otras necesidades.

Ya que no tengo como comprar lo que nos falta he acudido a una trabajadora de la comunidad para que nos ayude con la comida. Ella nos ha traído cajas de comida y kits de higiene cuando nos hacen falta. Esto me ha ayudado bastante. Nuestros recibos han sido más altos que nunca. En un momento tuve que pedir ayuda porque no podía pagar el recibo de la luz.

Esta pandemia no solo me ha afectado financieramente sino también emocionalmente y psicológicamente.

La pandemia me ha causado mucho estrés hasta el punto en el que llegue a desmayarme de tanto estrés que tenía. Me han dado muchos dolores de cabeza que también han sido causados por el estrés y la angustia. Yo estoy ocupada con mis hijos desde que me levanto hasta que me acuesto a dormir. Cuando me voy a mi cama es cuando tengo tiempo para mi misma. Me tomó 10 minutos para estar sola y relajarme lo más posible. Las cosas son difíciles ahora pero sé que se van a mejorar. Gracias a la ayuda que me ha dado la trabajadora comunitaria he podido estar un poco más tranquila. Tengo fe que las cosas seguirán mejorando y ojalá mis hijos puedan volver a la escuela lo más pronto y seguro posible. Se que nuestra situación mejorará y podremos salir adelante.

# HISTORIAS REALES



## Leah

### Madre soltera Afroamericana de 7 niños que se quedó sin hogar

Hola, mi nombre es Leah. Durante esta pandemia he tenido que sobrepasar muchas dificultades. La peor de todas es haber quedado sin hogar con mis 7 hijos. Yo soy una madre soltera de 7 hijos entre las edades de 3 y 17 años. Cuando la pandemia empezó mis hijos y yo fuimos desalojados del hogar que estábamos rentando ya que el dueño tenía miedo de lo que iba a suceder. Él sabía que yo no iba a poder pagar la renta así que me sacó a mí y a mis hijos. Por su miedo, mis hijos y yo tuvimos que vivir en nuestros carros ya que no teníamos a donde más ir.

Los hoteles habían cerrado y los pocos que estaban abiertos no tenían ningún tipo de cocina o microondas donde podíamos cocinar nuestra comida. Tuvimos que recurrir a personas que conocíamos y a algunas organizaciones para ver si nos podían ayudar. Con la ayuda de unas promotoras de salud logramos encontrar un hotel con cocina que nos permitió quedarnos por 2 semanas. Esa fue la estadía máxima que nos permitieron estar pero era mucho mejor que vivir en nuestros carros.

Yo empecé a hacer muchas llamadas a gente que conocía para ver si alguien nos podía ayudar a encontrar un hogar en el que pudiéramos estar. Una trabajadora comunitaria me ayudó a

hacer llamadas y a contactarme con gente que ella conocía también. Gracias a sus contactos una persona con gran corazón escuchó de mi situación y logró ayudarnos. Nos permitió conseguir un hogar en Barstow. Antes de que todo esto sucediera vivíamos en San Bernardino y ahora teníamos que dejar todo atrás para irnos a Barstow. No lo dude ya que mis hijos merecen tener un hogar.

La pandemia ha traído mucho estrés y problemas a nosotros y a muchas más personas. No ha sido una situación fácil pero se que las cosas mejoraran y saldremos adelante.

Mis hijos y yo tenemos fe de que las cosas mejoraran y el saber que tenemos a personas buenas como los promotores de salud y los trabajadores comunitarios de nuestro lado nos ayuda mucho a seguir positivos. Gracias a todo el trabajo que hacen y la ayuda que nos brindaron pudimos conseguir un hogar y estamos mucho mejor. Ellos son los verdaderos héroes.

# HISTORIAS REALES



## Christopher

Hombre hispano, 22 años

Mi nombre es Christopher, soy guardia costal en Texas. Yo viaje a Riverside en Navidad para estar con mi familia durante los días festivos. Estaba muy emocionado de poder pasar tiempo con ellos. Mi padre nos había cocinado una gran cena ya que él era chef.

Yo note que mi padre estaba un poco resfriado pero el me dijo que estaba bien. El día siguiente lo llevé a que se hiciera la prueba de covid y salió positivo. Él tenía miedo, no por el mismo sino por sus hijos. Especialmente por mi hermana que tiene asma.

Después de que supo que tenía el virus él decidió aislarse en su cuarto por 4 a 5 días mientras se recuperaba. Durante esos días él sintió que sus niveles de oxígeno bajaron. Llamó al 9-1-1 ya que su oxígeno estaba a 85 pero le dijeron que se quedara en casa. Durante ese tiempo llamó dos veces más para pedir ayuda y aun así le dijeron que no lo podían atender. El decidió llamar a un centro médico que lo pudo aceptar para que fuera a que lo revisaran. Cuando llegamos allá nos dijeron que su nivel de oxígeno estaba en 77. El doctor nos dijo que él no recomendaba que mi padre se fuera para la

casa así, pero le dio a escoger entre ir al hospital o regresar a casa. Mi padre escogió el hospital.

Al llegar al hospital se dio cuenta que todo estaba lleno. El tuvo que esperar 2 días y medio afuera antes de que le pudieran dar una habitación. Ya que lo pudieron poner en su habitación él se quedó allí por 2 días más. Él estaba en la sección de pacientes que no estaban graves. Estando allí le hablaba a mi madre varias veces al día para dejarle saber como estaba. De un momento a otro el dejo de hablarle a mi madre así que nos preocupamos. Yo pensaba que él estaba muy cansado así que por eso era que no contestaba. Ese mismo día a las 9 de la mañana, recibí un mensaje de que mi padre había sido transferido al centro de cuidados intensivos y que lo habían entubado. Él estuvo entubado por una semana. Durante este tiempo nosotros recibimos noticias de él. Algunas veces buenas y otras no tan buenas. Hubo un momento en el que el doctor me dijo que mi papá no iba a salir de esa. Me dijo "Tu papa no se ve muy bien, estamos combatiendo una batalla que vamos a perder". Esto me rompió el corazón pero yo aún mantenía la fe de que él saldría adelante.

El día siguiente me llamó el doctor a decirme que mi padre se estaba recuperando y que sus exámenes habían salido mucho mejor. Mi madre y yo nos abrazamos y pudimos descansar mucho mejor. A Pesar de haber recibido buenas noticias ese día, a las 5:28 de la mañana el 14 de Enero, me entró una llamada del hospital. Yo presentí que algo no estaba bien. Me informaron que mi padre estaba teniendo dificultades respiratorias y que no le pudieron cambiar el tubo ya que sus pulmones estaban demasiado inflamados. Su oxígeno había bajado a los 30. Esto nos preocupó demasiado.

Mi familia y yo nos fuimos de inmediato al hospital a ver si lo podíamos ver. A la 1 de la tarde el doctor nos preguntó si queríamos que lo rehabilitarán si algo salía mal. Nosotros obviamente dijimos que sí. Aun así el doctor nos dijo que nos teníamos que preparar para lo peor y para decirle adiós si no salían bien las cosas. El se me acercó y me dijo "Tu padre va a morir. Ve y quédate con él porque nadie merece morir solo". Mi madre seguía con fe así que yo intente ser fuerte para ella. Mi padre sufrió 5 paros cardiacos esa tarde. Los doctores lograron rehabilitarlo varias veces pero llego al punto al que ya no se podia hacer mas.

La muerte de mi padre nos afectó demasiado. No solo emocionalmente sino financieramente también.

Mi madre no trabaja, ella era ama de casa. Yo en este momento estoy en Texas pero pronto podré restablecerme en San Diego para así poder ayudarla.

Después de la muerte de mi padre por el COVID, no hay día que pase sin que yo lloré y lo extraño. Yo me permito llorar, me limpio las lágrimas y sigo con mis días porque se que eso es lo que mi padre quiere para mi.

Yo quiero decirle a los que estén pasando por un momento así, que sean fuertes. Que si tienen que llorar lo hagan. Honren a sus seres queridos que se han ido.

Quiero que tengan en mente que ellos están en un lugar mejor y que los que quedamos tenemos que cuidarnos mucho. Tenemos que seguir los protocolos de salud y seguir con fe de que todo va a mejorar. Tenemos que seguir apoyando a nuestros familiares y cuidarnos los unos a los otros.

# HISTORIAS REALES



## Octavio

Hombre hispano, 42 años

Mi nombre es Octavio y soy una víctima del COVID. Me contagie de COVID en Noviembre del año pasado. La razón de mi contagio fue que en la fábrica en la que trabajo se contagiaron varios compañeros y no hicieron nada para proteger mejor la salud de todos los que estábamos trabajando allí. No había ventanas ni puertas que permitieran el flujo del aire; así que como en cadena, todos nos fuimos infectando, uno a uno.

Cuando me di cuenta de que salí positivo al COVID, me fui a mi casa a guardar la cuarentena. Yo nunca pensé que me iba a tocar a mí; cuando estuve en cuarentena no sentí nada mayor, así que pensé que de pronto ya no tenía nada.

Cuando pasé la cuarentena, regresé a mi empresa a trabajar. Eso fue a principios de enero. Sin embargo, cuando empecé a trabajar me sentí más afectado que cuando tenía el COVID en mi sistema. No podía trabajar como antes. Empecé a sentir las secuelas de este virus. Estos efectos los siento hasta el día de hoy. Siento dolores en las articulaciones, fatiga excesiva, falta de respiración, dolor en la espalda por donde están los pulmones, y dificultad al respirar; cuando respiro aire frío se me reseca mucho la garganta y la nariz, y eso hace que sea doloroso el respirar.

Cuando empecé a sentir estas molestias fui a la clínica y ahí mi doctora me dijo que estaba sufriendo de las secuelas del COVID. A causa de esto mi empresa me considera en discapacidad

y quieren evitar una recaída y que me recupere.

Por eso estoy desde finales de enero en casa, no puedo trabajar. Espero que pueda regresar a mi trabajo en mayo; espero en Dios que para esa fecha ya me sienta mejor. Yo soy el único proveedor de mi casa. Soy el único que trabaja para mantener a mi familia. Tengo un bebé y una esposa que necesitan de mí. Además, mi doctora me diagnosticó con ansiedad. Todo esto ha traído mucha ansiedad y depresión. Me dan ataques de pánico y ansiedad. Hay momentos en los que siento que me estoy muriendo.

**A pesar de todo esto tengo una actitud positiva y sé que, aunque digan que ya hay una vacuna, eso no significa que no tenemos que cuidarnos. Yo nunca creí en el COVID y pensé que nunca me tocaría a mí, pero me tocó y ahora más que nunca, sé qué tengo que cuidar para poder cuidar a mi familia.**

Gracias a Dios estoy recibiendo ayuda con mis ataques de pánico, con mi ansiedad y tengo a mi familia que me da valor. Ellos son los que me motivan a seguir adelante y a cuidarme por ellos y por mí mismo para volver a trabajar pronto y que todo con el tiempo se vaya mejorando. Yo quiero que la gente sepa que esto es real y que se cuiden mucho. Y sé que aun así saldremos de esta y estaremos todos mejor. El tiempo lo cura todo y tengo mucha fe que saldremos victoriosos de esta prueba.

# HISTORIAS REALES



## Sam

Hombre Asiático, 21 años

---

Mi nombre es Sam, soy un estudiante de universidad. La pandemia del coronavirus ha afectado a mi familia de una manera fuerte. Mis padres son dueños de un pequeño restaurante de comida china, el cual se ha visto muy afectado por la pandemia.

Cuando empezó la pandemia y todo cerró, nuestro negocio fue muy afectado.

El restaurante es nuestra única fuente de ingresos entonces nos vimos muy afectados financieramente.

Mis padres eran los cocineros y yo atendía a los clientes con otra chica que habíamos empleado.

Cuando todo empeoró con el COVID nos tocó cerrar la parte del restaurante donde la gente podía comer. No teníamos muchos clientes ya que la gente tenía miedo de salir y muy poca gente llamaba a pedir comida. Por la falta de clientela nos tocó despedir a la chica que nos estaba ayudando porque no le podíamos pagar. También tuvimos que ahorrar en varias cosas para que el dinero nos alcanzara.


Durante el mes de Agosto mi padre se contagió del virus. Él se aisló en la casa para evitar contagiar a mi madre y a mi. A pesar del intento nos terminamos contagiando todos. A mi no me pasó mayor cosa. Solo tuve un poco de tos. A mi padre si lo afectó más. Él tiene 58 años y tuvo problemas al respirar. Mi madre tampoco se vio afectada gravemente, solo mi padre. Durante el tiempo que estuvimos infectados nos tocó cerrar el restaurante por completo hasta que al menos uno de nosotros nos pudiéramos recuperar bien.

Después de que todos hicimos la cuarentena, mi madre y yo regresamos al restaurante. Cuando regresamos nos dimos cuenta de que en las paredes había escritos mensajes de odio hacia nosotros por ser de China. Le dije a mi madre que los ignorara y pintamos sobre ellos. Teníamos un poco de miedo de que alguien quisiera hacernos más daño pero tuvimos suerte de que nada pasó. Hay personas que están molestas con nosotros los asiáticos por la pandemia y eso causa un poco de temor en nuestra comunidad. COVID no solo ha traído problemas financieros sino también emocionales.

Nuestro ingreso fue de \$0.00 durante el tiempo que el restaurante estuvo cerrado. Tuvimos que usar lo poco que mis padres tenían ahorrado para poder cubrir lo necesario. Durante este tiempo, yo llevaba mi computadora al trabajo para poder hacer mis tareas mientras trabajo en el restaurante. Nosotros pensamos que ya que mi papá no estuviera infectado mejoraría todo pero no fue así. Mi padre empezó a tener secuelas del covid. Tenía problemas respirando y se fatigaba demasiado. Intentó regresar a trabajar pero no pudo ya que no podía estar parado más de 2 horas cocinando. Él se fatigaba mucho y con todos los condimentos al cocinar se le hacía más difícil respirar. A causa de esto tomamos la decisión de que mi padre se quedara en casa hasta que ya estuviera mejor. Yo tuve que aprender a cocinar y a hacer todo lo que mi padre hacía. Yo era estudiante de tiempo completo pero se me hizo muy difícil trabajar y seguir en las clases en las que estaba. Me vi forzado a tener que escoger solo uno y no podía dejar a mi madre sola en el restaurante así que me tocó dejar algunas de mis clases. Esto me entristeció demasiado porque significa que no me podría graduar este año. Pero es algo que tenía que hacer. Mi madre intenta alentarme y decirme que todo saldrá bien. Mi madre y yo hemos seguido con el negocio los dos desde Octubre.

Hace unas semanas logramos abrir el restaurante para que la gente pueda comer afuera y esto ha hecho que estemos más ocupados y que tengamos más clientes.

Ha sido difícil para los dos pero nuestros clientes entienden y estamos contentos de poder tener nuestro negocio funcionando otra vez. Estamos considerando emplear a alguien más para que nos ayude ya que mi padre todavía no se recupera el 100%. El ha mejorado pero sigue con la fatiga.



Nosotros esperamos que las cosas sigan mejorando para que nuestro restaurante vuelva a ser lo que era y yo pueda volver a mis estudios. Ha sido difícil para nosotros pero tenemos fe que todo se pondrá mejor.

Esperamos también que la gente entienda que el virus no es culpa de nosotros y que vea que somos seres humanos como ellos. Nosotros también sufrimos por el virus y pasamos por lo mismo que los demás. También queremos que todo mejore pronto. Yo sé que todo se pondrá mejor para todos y espero que mi padre se recupere pronto para que todo pueda volver a ser mejor.

# HISTORIAS REALES



## Luis

### Hombre hispano, perdió a su hijo de 53 años

Hola mi nombre es Luis, a causa del covid-19 perdi a mi hijo de 53 años. Mi hijo, William, era padre de tres hijos y abuelo. Él era un excelente padre, hijo, nieto y amigo. En septiembre del 2020 falleció por complicaciones del virus. El se empezó sintiendo mal un viernes y decidió internarse al hospital para mirar que todo estuviera bien.

El día siguiente, me llamó y me dijo que si había salido positivo al coronavirus. El martes siguiente se empezó a sentir mucho peor y al hablar con el doctor decidió, por su propia cuenta, entubarse ya que no estaba bien. El duro 2 semanas entubado. Su madre y yo estábamos muy pendientes de él. Nos aseguramos cada día que él estuviera bien y estábamos al tanto de como seguian las cosas. Un día antes de que él falleciera, el doctor nos había llamado y nos había dicho que las cosas iban bien y que mi hijo estaba mejorando ya que sus pulmones estaban mejor. El día siguiente mi hijo falleció por un ataque al corazón. Los doctores nos llamaron ese día por la mañana para informarnos del ataque y que a pesar de los intentos de reanimarlo no pudieron.

Mi hijo nos dejó una tristeza inmensa. Él era un hombre muy amado por toda su familia y amigos.

A pesar de todo lo que sucedió nosotros sabemos que él está en un lugar mejor y nos está cuidando desde allí.

Gracias al inmenso apoyo que recibimos de nuestra familia y seres queridos hemos podido salir adelante. Yo siempre le digo a mis clientes y familiares que a pesar de lo que nos sucedió yo sé que la vida sigue y que a pesar de todo tenemos que salir adelante.

Tenemos que honrar a nuestros seres queridos que se nos van de la mejor forma posible. Tenemos que cuidarnos mucho para evitar que cosas así pasen. Si escuchamos y seguimos los protocolos de salud podemos salir de esta más pronto y sanos. Como un padre que perdió a su hijo por esta enfermedad les pido que se cuiden y que cuiden a los demás porque se está saldremos victoriosos.