

---

**COVID-19 provoca pesadillas similares alrededor del mundo**

---

Por: AP  
28/04/2020



Para millones de personas alrededor del mundo afectadas por la pandemia de coronavirus, el sueño no trae el menor alivio.

Los horrores del COVID-19 y las maneras extrañas y aterradoras como trastorna la vida cotidiana infecta los sueños y saca a la luz sensaciones de miedo, aislamiento y aflicción que trascienden la cultura, el idioma y las fronteras nacionales.

Todos, desde una profesora universitaria en Pakistán hasta un empleado de correos en Canadá o una sacerdote episcopal en Florida enfrentan el mismo demonio. Todos se despiertan en la mitad de la noche bañados en sudor frío.

Los expertos dicen que en la historia de la humanidad rara vez se han experimentado “sueños colectivos” en semejante escala, y ciertamente nunca a la vez que se tiene la capacidad de expresar esas pesadillas a otros en tiempo real.

El costo psicológico es pasmoso, sobre todo para los trabajadores de la salud, cuyos sueños son similares a los de veteranos de guerra y el personal de emergencias que responde a los grandes desastres, dijo Deirdre Barrett, una profesora de Harvard que estudia que el fenómeno en el mundo y ha recolectado 6.000 sueños de 2.400 personas.

Tanta gente relata sus sueños en las redes sociales que existe una cuenta de Twitter que los reúne en una biblioteca virtual bajo el título “I Dream of COVID” (sueño con el COVID).

“Que yo sepa, nadie tiene muestras de sueños de la pandemia de influenza de 1918, que probablemente sería lo más comparable”, dijo Barrett, quien ha estudiado los sueños de sobrevivientes del ataque terrorista del 11 de

septiembre de 2001 y los de prisioneros de guerra británicos de la Segunda Guerra Mundial. “Ahora uno tiene el teléfono celular junto a la cama, y puede grabarlo o escribirlo. Nunca ha sido tan fácil registrar nuestros sueños”.

Los sueños también sacan a la luz lo que más nos perturba de la pandemia. Los temas parecen ser universales.

Los sueños con un lugar seguro repentinamente abrumado por el virus reflejan la invisibilidad aterradora del contagio, según Cathy Caruth, profesora de la Universidad de Cornell que ha estudiado el trauma psicológico durante 30 años. Los sueños provocados por la pandemia recuerdan la experiencia de los sobrevivientes de Hiroshima, que temían estar expuestos a radiaciones invisibles, y las pesadillas descritas por los veteranos de Vietnam.

“Parecen ser en parte sobre cosas difíciles de aprehender, qué significa que cualquiera puede ser una amenaza y que uno mismo puede ser una amenaza para los demás”, dijo Caruth.

La sacerdote episcopal Mary Alice Mathison soñó que 500 personas concurren a un funeral en su iglesia y se negaron a volver a casa. Otros sueños ponen de manifiesto que nadie sabe cuál será el fin de la pandemia. En éstos, el soñador suele despertar sobresaltado.

En la provincia paquistaní de Punjab, una profesora de literatura soñó que era una de apenas 100 personas en el planeta que no padecían COVID-19. La población infectada había ganado el control político y perseguía a los no infectados “para que el mundo fuera el mismo para todos”, dijo Roha Rafiq, de 28 años.

Según Barrett, muchos sueñan que están enfermos de COVID-19 o están cubiertos de cosas que parecen representar el virus: enjambres de insectos o gusanos, brujas, saltamontes con dientes. Algunos sueñan que están en lugares públicos sin mascarilla o sin poder guardar la sana distancia.

“El personal de salud es el que más se parece a una población traumatizada”, dijo Barrett. “Tienen pesadillas en las que reviven sus experiencias y... todas con el tema de que ‘soy responsable de salvar la vida de esta persona y no lo consigo y la persona está a punto de morir’”.

“Y cuando sueñan que el enfermo es un hijo o un padre, dicen que siempre hay un paso siguiente en el sueño cuando comprenden que... ‘yo los contagié’”.