

## Conseguenze del Covid: "Ero una manager di successo, ora non riesco nemmeno a guidare l'auto"



▲ Molti pazienti si sentono affaticati a lungo dopo il Covid

di Donatella Zorretto

*Maddalena si è ammalata sette mesi fa, è guarita dall'infezione ma non da depressione, insonnia e disorientamento. Ora è in cura nell'ambulatorio post Neuro-Covid del Mondino di Pavia*

28 GIUGNO 2021

4 MINUTI DI LETTURA

f

🐦

in

✉

🔗

📌

IL PRIMO giorno che il Covid l'ha assalita, stava mettendo piede in ufficio. Appoggiata la borsa sulla scrivania, ha accusato una sorta di compressione al torace, una sensazione di oppressione accompagnata da debolezza. "Da quel momento in poi, spiega a distanza di quasi sette mesi, è stato come un incubo, una discesa costante verso il vuoto". Questa è la storia di Maddalena, manager di successo, donna di 44 anni, che, dopo una laurea alla Bocconi, ha occupato una delle prime poltrone in un'azienda della Lombardia. Una capace di stare fuori casa anche 12 ore per lavoro. Frequentatrice di palestre e convinta sostenitrice del benessere. Che, con due figli, si è dovuta destreggiare tra pranzi e cene, tate, parchi gioco, scuole e riunioni di istituto. Ora Maddalena alterna poltrona, giardino, supermercato, letto. Lavora in smart working perchè gliel'hanno praticamente imposto ed, esausta, ha scelto di farsi assistere dall'ambulatorio Long Covid del professor Antonio Pisani, neurologo del Mondino, che nell'aprile scorso ha avviato



all'istituto di Pavia un centro per la cura dei pazienti con sintomi post Neuro-Covid (aperto il mercoledì dalle 14, si accede telefonando al Cup del Mondino), come pure a Milano e Roma.

### Long Covid, quali sono i fattori predittivi

di Valentina Arcovio  
17 Marzo 2021



#### “Quel giorno me lo ricordo bene”

Maddalena la mattina verso le 8 era solita salire sulla sua Bmw per dirigersi in azienda. Era un martedì di sette mesi fa quando ha girato la chiave e acceso l'auto puntandola verso l'ufficio. "Mi ricordo che avevo in mente il bilancio e mi ero portata dietro alcuni importanti documenti consultati a casa - racconta -. Il



tempo non bastava mai e spesso facevo così. Avevo salutato i miei due bimbi promettendo loro che li avrei portati dalla nonna. Ma il Covid era in piena espansione e quella era solo una bugia per tenerli buoni. Lo sapevo che contagiarsi sarebbe stato facile. Bastava guardarsi intorno per constatarlo: amici e parenti che erano dovuti correre in ospedale ne ho avuti anch'io. Ma le precauzioni le prendevo, e comunque mi dicevo che sarebbe stata meno pesante della volta precedente".



#### “Ho perso il contatto”

“Appoggiata la borsa sulla scrivania ho cominciato a perdere il contatto. Lo definisco così quell'insieme di sensazioni che mi ha portato il Coronavirus - ricorda Maddalena -. Al di là dell'infezione, da cui poi sono guarita, sono rimaste nel tempo. Quel giorno di sette mesi fa ho avvertito distintamente che stava cambiando qualcosa. Mi è salita la febbre e ho iniziato a tossire, ma non sembrava proprio un'influenza. In ufficio, oltre il vetro, ho notato che mi osservavano, preoccupati perché avevo sintomi inequivocabili. Quella mattina, tenacemente, ho resistito nonostante il malessere che si stava diffondendo nelle mie ossa e la diffidenza dei colleghi. Poi, verso l'ora di pranzo, mi sono arresa. Ho preso la borsa e sono tornata a casa”.



### “Come mai non passa?”



Isolamento è la parola che Maddalena ha conosciuto da quel giorno in poi, per almeno un mese. «Sono andata al Pronto soccorso e mi hanno fatto un tampone. Era Covid, ma io già lo sapevo - sottolinea -. Mi hanno detto che, siccome non avevo difficoltà a respirare, mi sarei potuta curare a casa, ovviamente con una lista di farmaci da seguire. La febbre era a 38, mi sentivo debole, però fortunatamente respiravo abbastanza bene. Ho preso la lista, salutato, e ripreso la via di casa. Pensavo che si sarebbe risolta in breve tempo. E mi sentivo abbastanza sicura dal fatto di essere monitorata dal medico di famiglia. Mi dicevo che l'avrei vinta quella febbre. E in effetti avevo ragione, perchè i farmaci sono riusciti a mandarla via, come anche la tosse e l'emicrania. Tuttavia non sapevo che da quel momento si sarebbe aperta un'altra porta sull'ignoto: le conseguenze a lungo termine generate dal Covid".



### “Ho il cervello annebbiato”



“Per capirci: è come quando torni al lavoro dopo una prolungata assenza. Succede che, ad esempio, non ricordi passaggi chiave quando usi il computer, o dimentichi procedure standard - spiega Maddalena -. Ecco io ero così, sono così. Sono rimasta isolata in una stanza della mia villa per qualche settimana, mi passavano il cibo e da bere dalla porta. I miei figli mi urlavano “ciao mamma, buonanotte mamma”, e io rispondevo fingendomi allegra. Invece ero in lacrime. Dopo tre settimane ho rifatto il tampone ed era negativo. Ho esultato. Ne ho fatto un altro dopo 24 ore. Negativo pure quello. Mi sono detta: è finita. Solo che, quando ho cercato di vestirmi e uscire di casa, ho fatto due metri in giardino e poi dietro front. Non ce la facevo ad arrivare all'auto: la debolezza mi assaliva, così forte da faticare a parlare. A quel punto ho capito che non sarebbe stato facile uscirne".





### **Matrimonio congelato**



“Mio marito è sempre stato comprensivo. Certo che, a quel punto, lo sarebbe dovuto essere di più - prosegue Maddalena -. Così è stato. Ha accettato di non avere più rapporti sessuali con me, di accollarsi buona parte del lavoro di genitore, visto che io ero quasi sempre sulla poltrona con la testa fra le mani a chiedermi quando sarebbe finita. Ha accettato di consolarmi, raccontandomi che era una normale degenza. Dopo il primo mese ho cominciato a non dormire. Passavo le notti seduta sulla poltrona a guardare fuori dalla finestra. Anche perchè, appena chiudevo gli occhi, mi sembrava di precipitare nel vuoto: un abisso di immagini angosciose, accompagnate da un senso di perdita. Il lavoro, ovviamente, è rimasto in sospeso, come se avessi chiuso tutto quanto in uno sgabuzzino aspettando il momento giusto per ritirarlo fuori. Solo che il momento giusto non arrivava».



### **Braccio di ferro con la depressione**

Maddalena dice che se l'aspettava. “Certo che vivere in questo modo favorisce brutti pensieri e pessimismo. Così è arrivata lei: la depressione. Ci sono scivolata dentro velocemente - ammette -. Tutti mi confortavano, ma la mia testa era da un'altra parte. Così mio marito mi ha portato al Mondino. Quasi una tappa obbligata per emergere. “Vedrai che ce la faremo”, mi ripeteva come un mantra. All'istituto neurologico di Pavia mi hanno fatto esami e una sorta di psicoterapia leggera. Ma soprattutto mi hanno dato antidepressivi e sonniferi. Dicono che nei primi tempi sono indispensabili, aiutano a calmare e a dormire. In effetti, dopo i primi tre mesi di terapia le cose sono iniziate a migliorare».



### **Smart working “forzato”**

Per Maddalena si è aperto uno spiraglio. Il Covid le ha lasciato confusione e, a tratti, disorientamento, ma sta cercando di riprendere consapevolezza. “Quando ho parlato con i titolari dell'azienda dicendo che avrei voluto provare a tornare in ufficio, li ho sentiti freddini - ricorda -. Mi hanno detto di prendere tempo, che tanto non ci sarebbe stata tutta quell'urgenza. Io ho letto dietro a queste frasi il timore che non fossi all'altezza. Alla fine si sono arresi alle mie insistenze e mi hanno “concesso” di lavorare in smart working. Così, di mattina, mi metto al computer e cerco di riconnettermi con il mondo degli affari. Però certe volte non riesco nemmeno a mettere a fuoco lo schermo. E poi mi dimentico le cose. Ancora oggi fatico a mettere in fila due pensieri. Ma ho mio marito e i miei figli accanto. Quando li guardo penso che, in fondo, sul Covid ho vinto io”.