

Respira

21 giorni con me stessa

I contenuti e i pareri espressi nel presente libro sono da considerarsi opinioni personali dell'Autrice, che non possono, pertanto, impegnare l'Editore, mai e in alcun modo.

Ombretta Renzi

RESPIRA

21 giorni con me stessa

Racconto

BOOK
SPRINT
E D I Z I O N I

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2022

Ombretta Renzi

Tutti i diritti riservati

*A me stessa perché è
importante saper
ascoltare il proprio respiro.*

1

Positiva: guardo incredula il monitor del mio computer, uno splendido Samsung da 24 pollici, dove avevo scaricato con leggerezza e superficialità il referto del tampone rapido per Covid-19 fatto nel primo pomeriggio nel laboratorio analisi di Corso Matteotti 65.

I pensieri che si succedono sembrano infiniti: “Non ci posso credere, eppure mi sento bene!”

Sì, ho un po' di tosse ma io sono cagionevole di salute e le mie due, tre tracheiti all'anno non me le leva nessuno.

Di solito la prima arriva subito dopo le vacanze estive, in modo tale da minare la ripresa dell'attività professionale, la seconda poco prima di Natale, in modo da rovinarmi tutte o quasi le festività, e la terza nel

mese di marzo, in prossimità della partenza per la consueta e tanto attesa settimana bianca che, causa pandemia, abbiamo dovuto annullare per il secondo anno consecutivo.

Io non amo sciare ma il resto della famiglia sì e quindi, mio malgrado, li seguo, anche se per me gli sci sono solo un mezzo per raggiungere i rifugi dove gustare gli strepitosi piatti delle Dolomiti: la varietà dei salumi e formaggi locali, il famoso piatto dello sciatore, ossia patate a uova, i canederli, gli Spätzle di spinaci, lo Strudel di mele e quello che amo di più, il Kaiserschmarren. Non è una crepe e neanche una vera frittata, ma è un dolce delizioso a base di latte, farina e uova, servito con confettura di ribes rossi, una delizia da non poter perdere, soprattutto se abbinata a una tazza di cioccolata calda.

Positiva: ma siamo proprio sicuri? Qual è l'attendibilità di questi tamponi rapidi? Qual è la percentuale dei falsi positivi?

E pensare che ho fatto il tampone solo per poter dire orgogliosa a mio marito – che a ogni colpo di tosse mi ripete ormai come un automa: “Covid?” – “No, mio caro,

ho fatto il tampone e sono negativa, questa la risposta, leggi!”.

Positiva... Adesso come gestisco la situazione? Cosa devo fare? Eppure sono due anni che, ogni giorno, radio, TV, giornali ci illustrano le procedure anti-Covid!

Panico!

Come lo dico a mio marito e alle mie figlie? Liavrò contagiati?

Per fortuna i miei genitori hanno fatto la seconda dose del vaccino Pfizer almeno dodici giorni fa, non dovrebbero contrarre il virus anche in caso di contatto con positivi.

Mia sorella – cacchio! – con lei praticamente sono a contatto ventiquattro ore su ventiquattro.

Lavoriamo nello stesso ufficio, lei ha due bambini piccoli, i miei splendidi nipoti!

Respira.

Calma.

Ragiona sul da farsi.

Lascia stare il cuore e usa il cervello.

Fotografo con il cellulare il referto e giro immediatamente tutto, tramite WhatsApp, al mio medico di base che, fortunatamente, è anche un caro amico e che sicuramente,

visto che sono una paziente modello e non lo chiamo quasi mai, sarà attratto dal mio messaggio.

Risponde nel giro di pochi minuti, tranquillizzandomi e invitandomi, una volta scaricata l'impegnativa elettronica per la prescrizione dell'esame di laboratorio, che a breve mi invierà sul pc, a recarmi al drive-in dell'Ospedale di Genzano di Roma, per effettuare il test molecolare.

Il suo messaggio mi rassicura: allora i tamponi rapidi non sono attendibili al 100% se devo fare il test molecolare! Si apre uno spiraglio di luce.

Adesso mi devo concentrare sul da farsi. Devo coordinare la comunicazione della situazione in cui, mio malgrado, sono incapata, cercando di non allarmare nessuno, anche perché non ce n'è bisogno: sto bene, mi sento bene, mi potrei definire asintomatica, se non fosse per questa tosse fastidiosa.

Sono da poco passate le 16:00, in ufficio c'è il legale rappresentante di un'impresa edile che sta discutendo animosamente con mia sorella in merito a un computo metrico

per un lavoro di ristrutturazione da avviare con il Superbonus del 110%.

Quella del Superbonus è una grande opportunità per migliorare l'efficienza energetica degli immobili e per rendere più sicuro il nostro patrimonio immobiliare, grazie a interventi antisismici. È un'opportunità che permette lavorazioni a costo zero per la committenza, ma è una vera agonia per noi professionisti perché, come accade spesso in Italia, le norme non sono chiare e quindi, fatta la legge, ci sono poi una miriade di circolari, provvedimenti, interpretazioni, per non parlare delle ormai immancabili e irrinunciabili *faq* (acronimo di *Frequently Asked Questions*, ossia "domande poste frequentemente") a cui qualcuno tenta di dare risposte).

Mi alzo dalla mia scrivania, lanciando un'occhiata a mia sorella che, presa dal discorso, con il sig Luciano dell'impresa edile non recepisce la mia richiesta di aiuto.

Vado nella stanza attigua; il nostro studio di architettura è piccolo ma gradevole, è composto essenzialmente da una piccola zona servizi e da due ambienti: uno più piccolo, pensato e progettato per ricevere

imprese e committenti, e una stanza più grande, pensata e progettata per lavorare.

Nonostante i buoni propositi, alla fine facciamo quasi tutto nella stanza grande, perché più spaziosa, luminosa, con un grande tavolo bianco al centro e pareti verde acido, che danno un senso di vitalità e di equilibrio. Il verde è un colore che oggi più che mai è l'emblema di tutto ciò che riguarda le tematiche del "green" e dell'ecosostenibilità e un architetto non può essere lontano o insensibile a questi temi.

Aspetto la fine della conversazione, che si era incagliata su alcuni aspetti prettamente burocratici, di cui in quel momento non riuscivo proprio a comprenderne il senso. La mia mente era altrove.

Finalmente si salutano, lui esce.

Informo mia sorella.

Lei sbianca di colpo, mi guarda attonita, incredula, non riesce a dire nulla, sembra paralizzata.

Le nostre scrivanie sono una di fronte all'altra e ci separano solo i monitor dei computer. Mentre lei cerca di fare mente locale, chiamo mio marito, che, in modo