

# «Resistere all'autoisolamento? Affrontare un giorno alla volta»

di **Valeria Pinoia**

■ Si chiama isolamento volontario ed è quella terra di mezzo nella quale è confinato chi ha avuto un contatto certo con un soggetto risultato positivo al Covid-19: stanza e bagno a parte rispetto al resto della famiglia, biancheria dedicata, pasti e notti in solitudine e nessuna uscita per 14 giorni.

Né malati né certi di essere sani, questi soggetti stanno bene ma devono evitare ogni contatto, nel rischio che la malattia si manifesti. Si tratta di un popolo nel popolo, i cui numeri a dire il vero non sono chiari nemmeno per le istituzioni. Proprio tra ieri e oggi, sindaci e forze dell'ordine attendevano dati precisi da Ats, anche per poter effettuare i controlli previsti dai decreti ministeriali.

È Ats che gestisce questi dati ed è sempre Ats che avvisa le persone che, di volta in volta, risultano nella cerchia di contatti di un positivo.

«La telefonata che ricevi è scioccante -spiega una mamma vimerchiese finita in autoisolamento sabato scorso per avere condiviso una sala d'aspetto con un'anziana positiva due giorni prima-: quando l'ho ricevuta io



**Donne in centro a Vimercate** Foto Agostoni

non ero nemmeno a casa. Sono tornata a Vimercate e mi sono chiusa in casa cercando di ricordare tutte le raccomandazioni dell'operatrice Ats su come lavare spazi e biancheria».

Oggi l'isolamento è una condizione simile per tutti, «ma allora quello che mi ha spaventata di più è stato proprio l'isolamento in casa per due settimane -ammette la quarantenne vimerchiese- poca invece la preoccupazione perchè ricordavo bene l'episodio e ricordavo di esser stata a

distanza di qualche metro dalla persona malata, con la mascherina, per pochi istanti, nella sala d'aspetto della dottoressa».

Dottoressa che a sua volta è finita in isolamento.

Il trucco adottato dalla mamma vimerchiese è semplice: affrontare un giorno alla volta. «Lo smart working che già mi era stato concesso mi occupa la giornata -spiega- e poi faccio ginnastica, se riesco, due volte al giorno». Momento propizio anche per pulizie di primavera da record («che

mi hanno fatto ritrovare in casa piccoli tesori come la confezione di Amuchina»), per leggere, per informarsi sui corsi on line «e per scoprire le videochat di whatsapp dove mi ritrovo con le mie amiche».

Per chi riesce ad affrontare tutto con equilibrio, le nuove prospettive riservano anche qualche sorpresa: «Non avrei mai pensato scherza la donna, instancabile viaggiatrice -che avrei potuto considerare un cane e una villetta con il giardino». ■