

**CONFERENZA STAMPA DI PRESENTAZIONE
DEL PROGETTO "LAVORATRICI CONTRO COVID:
8 STORIE DI RESILIENZA PER L'8 MARZO"**

Roma, 3 marzo 2021

**STORIA DI ELISABETTA CIUFFO
(Lavoratrice in una ASL e si occupa di malati con problemi psichici)
a cura di Luce Tommasi**

"Mi chiamo Elisabetta Ciuffo, ho 56 anni e lavoro come psicologa in un centro di salute mentale dell'Asl Roma 1". Comincia così il racconto di questa terapeuta - sposata e con due figlie grandi - che si occupa di adolescenti e di giovani adulti tra i 15 e i 25 anni. Soltanto nell'ottobre scorso si era trasferita da un'altra Asl, dove seguiva ragazzi autori di reato, in collaborazione con il Tribunale dei Minori. Era trascorso soltanto un mese dall'inizio del nuovo lavoro quando è arrivata una brutta influenza. Ma in realtà si trattava di covid. "Sarà che pensavo ad una reazione al vaccino anti influenzale che avevo fatto il giorno prima, sarà che per carattere tendo a preoccuparmi poco - continua la dottoressa Ciuffo - fatto sta che non ho dato peso al mio malessere ed ero pronta, con il termometro in borsa, a tornare al lavoro". È stata la sorella medico ad aprirle gli occhi e a spingerla a fare un tampone: positivo! "Alla notizia sono scoppiata a piangere e mi sono spaventata da morire": queste le sue prime reazioni accompagnate da quelle terribili immagini che, durante il primo lockdown, tutti abbiamo visto in televisione. Soltanto la figlia minore, forte dei suoi vent'anni, è riuscita a tirarla su di morale, ripetendole come un mantra che tutto sarebbe andato bene. Elisabetta si è isolata in casa ed è stata presto raggiunta dal marito che, anche se asintomatico, è risultato positivo. E dopo i primi giorni con febbre alta e forti dolori, la situazione è migliorata e tutto è apparso più gestibile. La gara della solidarietà è immediatamente scattata e molti condomini hanno fatto a gara per portare la spesa e piatti caldi. "Ricordo con piacere una collega - sottolinea Elisabetta - che ha suonato il campanello e mi ha infilato nell'ascensore una torta e un libro per nutrire insieme il corpo e lo spirito". Ma che consiglio può dare una psicologa ad altre persone che si trovassero ad affrontare questa situazione? Risposta: "Direi di vedere anche il lato positivo del virus perché per me, dopo il primo momento di paura, è stata anche un'occasione di riposo per fare un viaggio nella mia interiorità e recuperare sensazioni sopite". Scoprire in un cassetto vecchie foto, misurarsi un cappello davanti allo specchio, demandare la gestione della casa: quante cose una donna non riesce mai a fare se non quando si ammala? Passare tante ore chiusa in camera, "ore vuote come uova di cioccolato" - per dirla con Claudio Baglioni - era una sensazione che Elisabetta non provava più dall'adolescenza, in cui il mondo era tutto in una stanza. Il suo rammarico? E qui l'ironia non manca: "Non avere potuto fare la raccolta differenziata dei rifiuti perché né le mie figlie, né mio marito erano in grado di occuparsene". Persino sul suo lavoro è stata portata più luce da questa malattia, che ha finito per accelerare la conoscenza di colleghi che frequentava da poco. Certo, per una dipendente di un'azienda pubblica, le ripercussioni economiche non ci sono state e questa psicologa in servizio alla Asl ammette di essersi sentita una privilegiata. Ma la dottoressa Ciuffo non si è fatta guardare dietro perché, appena è riuscita a fare pace con febbre e dolori, si è rimessa al computer e ha ripreso in smart working le terapie con i pazienti e le riunioni on line con i colleghi. C'è da dire che in passato si era già misurata con un tumore. Un percorso che però ha affrontato con una serenità che l'ha persino spinto a ridefinire le priorità della vita. "Che senso aveva - si domanda - continuare a litigare con mio marito?". Da terapeuta è convinta che anche le malattie possano arricchire e consentire di selezionare



le cose che contano. Questa la sua ricetta: "Prendersi cura di sé stessi ed essere solidali con gli altri perché non c'è niente di più nutriente dell'affetto delle persone". Analizzando le reazioni dei suoi pazienti, dice che 99 su 100 hanno vissuto il lockdown come uno spartiacque: c'è stato un prima e un dopo e a volte, per quanto riguarda i "ragazzi difficili" confinati in casa, la ritrovata stabilità delle relazioni familiari ha avuto un insperato esito positivo. Guardando anche al futuro, quando arriverà il fatidico "liberi tutti", è probabile che ci ritroveremo senza memoria. Magari mantenessimo quell'attenzione, quella cura e quella responsabilità che abbiamo sviluppato in questi mesi! Per fare una previsione da psicologa, la mente umana tende a dimenticare ciò che non le piace e opacizza anche gli insegnamenti che avrebbe potuto trarre dai momenti negativi. La cosa bella che resta ad Elisabetta dopo il covid è un profondo senso di sorellanza con le donne che le sono state accanto, anche se a distanza. Le amiche del condominio, innanzitutto, più o meno sulla soglia dei sessant'anni. Con loro si è intensificato il piacere di incontrarsi per fare due chiacchiere e promettere di ritrovarsi via via che l'età avanza. I tesori sepolti nei cassetti, i ricordi di una vita, le paste al forno cucinate con affetto: il covid ha portato anche cose preziose. "Sì, va tutto bene" si congeda Elisabetta Ciuffo: "Mia figlia aveva ragione!".

