



CESENA



EMERGENZA CORONAVIRUS



Dopo 50 giorni ed 8 tamponi aspetta ancora la guarigione

Personal trainer cesenate risultata positiva all'inizio del mese di marzo, rappresenta la prova che non sono solo gli anziani con malattie pregresse ad ammalarsi per poi guarire con fatica

CESENA
GIORGIA CANALI

Dopo 8 tamponi e quasi 50 giorni di isolamento nella sua camera Federica Cuni, personal trainer cesenate, sta ancora aspettando il giorno in cui potrà dirsi guarita e lasciarsi alle spalle la malattia.

La scelta di raccontare

Risultata positiva a inizio marzo, lei è la prova che non sono solo gli anziani con malattie pregresse ad ammalarsi: «La mia - racconta Federica Cuni - è una vita super attiva, sono una sportiva, ho sempre avuto un'alimentazione sana. Per queste ragioni la malattia causata dal Covid la vedevo molto lontana... invece capisci di essere come tutti, che puoi essere debole. È anche per questo che ho deciso di condividere la mia storia sui miei social: troppi giovani sottovalutano questa malattia».

La malattia

«Io ho cominciato a stare male a inizio marzo - racconta - la

prima cosa che ho notato è stata la grande stanchezza, un paio di giorni dopo mi è venuta qualche linea di febbre, ed era strano perché io non mi ammalavo mai e da subito è comparso l'affanno. Il mio medico di base ha riconosciuto immediatamente i sintomi attivando l'Asl che è venuta a casa a farmi il tampone». Poco dopo, mentre la febbre cominciava ad alzarsi, sono comparse le difficoltà respiratorie: «La prima settimana è stata durissima: febbre alta e dispnea, la sera avevo paura ad addormentarmi, non riuscire a respirare bene è una sensazione che non si riesce a spiegare. Sentivo il fuoco dentro, mi bruciava, la schiena, il petto. Dopo la prima settimana la febbre ha cominciato a scendere, i sintomi si sono attenuati dopo circa una ventina di giorni ho avuto quella che pare essere a tutti gli effetti una ricaduta: di nuovo la febbre, la fatica a respirare, il bruciore alla schiena».

Lo stillicidio dei tamponi

Quando la malattia ha comin-

ciato a darle tregua è cominciato lo stillicidio dei tamponi, quelli che vengono fatti a 48 ore di distanza per poter essere guariti: «Ne ho già fatti 8: negativo, positivo, negativo, positivo... L'ultimo lo fatto domenica e sono risultata di nuovo positiva. Questa cosa mi ha messo davvero alla prova sotto il profilo psicologico. In questo momento anche poter uscire dalla mia stanza, potermi muovere per il resto della casa mi sembra già un sogno».

Importante l'affetto ricevuto

Ma anche quando racconta dei momenti più duri della malattia e della frustrazione di questi giorni, Cuni non perde il suo ottimismo: «Ho sempre cercato di dare positività in tutto quello che faccio e in questi giorni in cui ero io ad essere in difficoltà mi è tornato indietro tantissimo, tantissimi messaggi di affetto e di vicinanza che sono stati fondamentali ad affrontare questo periodo. Avere accanto persone che ti aiutano e ti sostengono è fondamentale, io mi sento fortunata ad essere

circondata da persone così, a partire dal mio fidanzato».

Una routine positiva

L'inattività forzata ha cambiato il suo corpo: «Ho perso quasi sei centimetri di muscolo nella coscia, e ancora a mi viene l'affanno camminando per casa, ma ho capito che darmi una routine positiva è fondamentale per la mente oltre per il corpo, ed è una cosa che consiglio a tutti».

Yoga, meditazione, respirazione e anche riflessologia plantare, sono le discipline a cui si è avvicinata in questo periodo, «ho imparato a conoscermi meglio, ad accettare quello che mi stava succedendo». «Il mio corpo è davvero cambiato e destabilizzato - racconta ancora - Un po' alla volta sto cominciando a muovermi: sono partita da una camminata in casa di 5 minuti, poi 10, oggi provo per 15 minuti, poi esercizi posturali, perché l'allettamento ha portato mali che non avevo mai avuto, allungamenti, e esercizi respiratori. Ci vorrà ancora un po' ma non mi lascio abbattere».

Presidi consegnati agli utenti

A seguito dello stato di emergenza legata al Coronavirus, al fine di contrastare le concentrazioni di persone e ridurre gli accessi, dal 20 marzo l'Home care e Tecnologie Domiciliari dell'Ausl Romagna, diretta dall'ingegner Maurizio Patone, ha attivato per tutti gli utenti un nuovo servizio di consegna domiciliare di dispositivi monouso. In particolare ci si riferisce a stomie, cateteri, sacche per urina, condom, che abitualmente venivano ritirati presso punti di distribuzione diretta o ambulatori nelle aree ospedaliere. A Cesena grazie al contributo degli ambulatori stomizzati, sono stati confezionati e consegnati oltre trecento pacchi con il fabbisogno previsto per due mesi. Chi invece li ritirava in farmacia ha ricevuto i buoni necessari.