



DIPARTIMENTO DI IGIENE E PREVENZIONE SANITARIA
SC Prevenzione e Sicurezza Ambienti di Lavoro
Via Novara, 3 - 20832 – DESIO

PAN, LA BELVA CHE MI AZZANNAVA

Mi chiamo Rosa Maria Brucculeri. Per dodici anni, il mio mondo è stato un rettangolo di ventimila metri quadri, illuminato da un cielo di tubi al neon che ronzavano sommessamente, giorno e notte. Nella grande insegna, che non poteva sfuggire alla vista, si leggevano i grandi caratteri verdi del "Rossi Supermercati Spa" di Monza.

Era il mio labirinto e aveva il suo suono: un bip. Un bip acuto, metallico, ossessivo. Il suono di ogni prodotto che strisciava sul nastro della mia cassa. Bip. Bip. Bip. Era il suono del mio tempo che passava.

Ero venuta qui, a Monza, per amore, lasciandomi alle spalle il sole di Scoglitti, un borgo siciliano dove il tempo si misura con le ombre sui muri. Qui, si misura in turni. Avevo iniziato a 17 anni, nel 2002, come apprendista part-time. Ero piena di quella speranza semplice che hai quando credi che un futuro stabile sia tutto ciò che serve.

Conoscevo ogni odore di quel posto. L'umidità dolce dell'ortofrutta, dove avevo passato i primi anni a costruire piramidi di mele. Il rumore sordo e pesante dello scatolame, che mi richiedeva forza nelle braccia e velocità. E le casse. Ero tornata lì, al mio nastro trasportatore, un limbo fatto di sorrisi forzati e gesti identici, ripetuti migliaia di volte al giorno.

L'Ombra non è arrivata con un tuono. È strisciata dentro di me come una nebbia sottile, quel novembre del 2014.

È iniziato tutto con un suono. Un martedì mattina, mentre passavo una confezione di ammorbidente, il bip dello scanner non è venuto dalla macchina. È venuto da dentro la mia testa. Un istante dopo, il profumo floreale del detersivo mi ha investita, ma non era dolce: era chimico, revoltante. Una nausea costante mi si è annodata allo stomaco.

Poi sono arrivate le luci. Il cielo di neon sopra di me ha iniziato a ronzare, una vibrazione bassa che mi si conficcava alla base del cranio. I colori intorno a me sembravano sbiadire, come se la nebbia me li stesse rubando.

Quella sera, chiudendo la cassa, ho alzato lo sguardo verso le telecamere di sicurezza. Nel riflesso scuro, per un solo, gelido istante, ho visto qualcosa. Un'ombra immobile dietro di me. Non un cliente. Qualcosa di alto, sottile. Non aveva volto, ma sentivo che mi guardava.

Ho sbattuto le palpebre. Sparita.

"È solo stanchezza", mi sono detta, massaggiandomi le tempie. L'ho detto a mio marito, che mi vedeva fissare il vuoto.

Non era la prima volta che la bestia nera mi visitava. Nel 2011, un anno dopo la morte di mia madre, avevo già conosciuto l'ansia acuta. Un mostro che mi aveva costretto a sei mesi di terapie. Ma quello era diverso. Quello era dolore. Aveva un nome, una causa, un "dolore tangibile". Potevo piangerlo. Questo no. Questo era orrore. Un ladro che si muoveva nel buio. Ho cercato di rifiutarlo. Mi sono aggrappata ai miei gesti meccanici. Bip. Bip. Bip. Speravo di scacciare l'ombra con la normalità.

Ma l'ombra aveva appena iniziato a tessere la sua tela invisibile dentro di me.

La prima volta che mi ha attaccata davvero, ero nel reparto sette, scatolame. Un canyon di alti muri metallici, carichi di pelati, fagioli e tonno.

Stavo sistemando un cartone di piselli quando è successo.

Il bip delle casse, lontano, si è spento. L'unica cosa che sentivo era il mio cuore. Batteva al galoppo. Un tamburo impazzito che rimbombava nel petto, nel collo, nelle orecchie.



DIPARTIMENTO DI IGIENE E PREVENZIONE SANITARIA
SC Prevenzione e Sicurezza Ambienti di Lavoro
Via Novara, 3 - 20832 – DESIO

L'aria è diventata pesante. Ho cercato di inspirare, ma qualcosa mi premeva sul torace. Un'oppressione che mi toglieva il fiato. Come se una mano invisibile e gelida mi stesse schiacciando contro lo scaffale.

Sto morendo. Il pensiero è stato limpido, assoluto. Sto avendo un infarto, qui, tra i pelati e i fagioli. Le pareti di scatolette si sono curvate su di me, le etichette un mosaico nauseante. La paura è diventata panico. E il panico era una "belva" che mi azzannava. Mi sono aggrappata allo scaffale, ma le mie mani erano pallide, sudate, non rispondevano. La vista si è ristretta a un tunnel.

"Signora, tutto bene?"

Una voce. Un collega. Quando la Belva mi ha lasciata andare, mi sono schiantata contro i ripiani, esausta, madida di sudore, sorpresa di essere ancora viva.

"Sì", ho mentito. "Solo... un capogiro".

Quella sera, a casa, ho cercato di spiegarlo a mio marito. Non ho trovato le parole. "È una belva", gli ho sussurrato, tra le sue braccia. "Tanto più cerco di allontanarla, tanto più mi aggredisce".

La Belva attaccava e si ritirava. Ma l'ombra, quella che avevo visto nel riflesso, non se ne andava mai. Era un'entità eterea che mi era entrata dentro. E ha preso il controllo.

La settimana successiva, sono tornata alla cassa e l'ho visto di nuovo. Non era un riflesso. Era lì, immobile in fondo alla corsia, tra i vini in offerta e i surgelati. Alto, vestito di un buio che assorbiva la luce al neon. Non aveva volto, il "Puparo".

Ho visto fili sottili, come ragnatele, partire dalle sue dita e arrivare fino a me.

"Buongiorno. Ha la tessera punti?"

La voce è uscita dalla mia bocca. Un "sorriso forzato" ha tirato i muscoli del mio viso. La mia mano destra ha preso la tessera, la sinistra ha battuto sulla cassa. Bip. Bip. Bip.

Ma non ero io. Io ero intrappolata dentro la mia testa, terrorizzata, mentre guardavo me stessa muoversi. Sono un burattino. Un automa, senza alcun controllo su ciò che facevo o dicevo. Sentivo i fili invisibili del Puparo tirare i miei polsi, le mie labbra, le mie palpebre.

Sto impazzendo.

Il mondo esterno era lontano, ovattato, come visto attraverso un vetro sporco. La notte, l'insonnia mi teneva in ostaggio. Di giorno, l'umore era nero, la paura del futuro mi paralizzava.

Ho trovato la forza di chiedere aiuto. Ho chiesto al Direttore un cambio di mansione, un trasferimento in magazzino. Lontano dal bip.

Lui mi ha ascoltata senza guardarmi, sfogliando dei fogli. La sua cravatta era perfetta. "Stress", ha detto, quasi divertito. "Bruculeri, guardati intorno. Siamo tutti stressati. Fa parte del gioco. Prendi un caffè e torna alla cassa".

Non era cattiveria. Era indifferenza. Un'indifferenza totale. In quel momento ho capito: il Direttore non vedeva il Puparo, ma era lui che gli permetteva di esistere. L'indifferenza del sistema era il palco su cui il mio Puparo danzava.

Sono crollata una notte di dicembre. Non dormivo da giorni. Ero in cucina, al buio, e tremavo. La Belva era lì, che graffiava i muri della mia mente.

Mio marito mi ha trovata rannicchiata sul pavimento. "Devi dirmi cosa succede", mi ha implorato. E io ho confessato. Non l'ansia, non il lavoro. Gli ho confessato la mia verità più profonda e terrificante. "C'è qualcuno. Al supermercato. Un'ombra. Un Puparo. Mi muove con i fili. Non sono più io".

Non mi ha guardata come se fossi pazza. Mi ha guardata con il terrore di chi vede annegare la persona che ama. È diventato la mia ancora. Ha preso il telefono e ha chiamato il medico. E il medico ci ha dato una destinazione.



DIPARTIMENTO DI IGIENE E PREVENZIONE SANITARIA
SC Prevenzione e Sicurezza Ambienti di Lavoro
Via Novara, 3 - 20832 – DESIO

L'11 dicembre 2014, mio marito mi ha portata all'Ospedale Minore di Ponte Nossola. Quando ho varcato le porte, qualcosa è cambiato. Non c'erano luci al neon. C'era luce naturale, filtrata da finestre pulite. C'era silenzio.

Mi ha accompagnata uno psichiatra. Un uomo calmo, con occhi che non giudicavano.

Il medico ha fatto domande. All'inizio, ho recitato la lista dei sintomi: il cuore, l'oppressione, la nausea, l'insonnia.

Poi mi ha chiesto: "Ma lei, signora Brucculeri, lei come si sente?"

Il labbro mi ha tremato. E il fiume è straripato. Gli ho raccontato tutto. Della nebbia che rubava i colori. Della Belva nel reparto sette. E, con la voce rotta dalla vergogna, gli ho parlato del Puparo. Dei fili. Mi sono preparata a essere internata, a essere dichiarata "pazza".

Il medico non ha riso. Ha ascoltato. Ha preso appunti. Quando ho finito, esausta, mi ha guardata e ha annuito.

"Signora Brucculeri", ha detto, con una voce ferma che ha spezzato l'incantesimo. "Lei non è pazza. E non è debole".

Ha scritto su un foglio. Me l'ha mostrato.

"Quello che lei chiama il 'Puparo'", ha detto, "ha un nome. Si chiama Disturbo ansioso generalizzato stress lavoro-correlato con attacchi di panico".

Ho letto quelle parole. Stress. Lavoro. Correlato.

È stato un esorcismo. Le parole scientifiche hanno agito come una formula magica. Il Puparo, l'ombra terrificante, improvvisamente ha iniziato a sbiadire. Non era un demone. Era una conseguenza. I fili non erano magia nera; erano i "ritmi frenetici", i "bip ossessivi", l'indifferenza del Direttore. La Belva era il mio corpo che urlava perché nessuno lo ascoltava.

Il mio malessere aveva una causa, un'origine precisa che affondava le radici proprio lì, al supermercato.

La paura non è svanita, ma si è trasformata. Il terrore paralizzante è diventato rabbia. Una rabbia lucida, fredda, potente. Non ero più una vittima.

Quella diagnosi, quel pezzo di carta, era la mia spada.

La battaglia si è spostata. Dal labirinto della mia mente, si è trasferita al "Rossi Supermercati Spa". Ma questa volta, non ero sola.

La diagnosi ha attivato nuovi alleati: i medici e i tecnici della SC PSAL dell'ATS.

Sono entrati e hanno chiesto di vedere la valutazione dei rischi. L'azienda aveva valutato il rischio stress, sì, ma in modo "generico e superficiale". Avevano usato una metodologia unica per tutti i "65 ipermercati", senza tenere conto della mia sede. I "lavoratori non erano mai stati coinvolti. Mancava la "nomina e la formazione di figure chiave", la "sorveglianza sanitaria era molto superficiale".

La vittoria finale è stata una comunicazione ufficiale. L'INAIL ha riconosciuto il mio disturbo. Due parole hanno cambiato tutto: "malattia professionale".

Non ero più un ingranaggio rotto, un "burattino". Ero una persona la cui sofferenza era reale, documentata e, soprattutto, causata. La mia sofferenza non era un caso isolato, ma il "sintomo di una falla organizzativa".

Il Puparo era stato sconfitto. Il mostro interno, l'ansia, era stato nominato e messo in cura. Il mostro esterno, il sistema organizzativo dell'azienda, era stato smascherato.

Ero stata all'inferno, nel cuore del labirinto, ed ero tornata.

Un "verbale di prescrizione della ATS obbligava l'azienda a cambiare rotta". L'azienda è stata costretta a rifare la valutazione, a coinvolgere i lavoratori.



DIPARTIMENTO DI IGIENE E PREVENZIONE SANITARIA
SC Prevenzione e Sicurezza Ambienti di Lavoro
Via Novara, 3 - 20832 – DESIO

Il mio caso, simile a tanti altri casi, è diventato un simbolo. Un messaggio ai datori di lavoro: noi siamo persone, siamo l'azienda, e l'azienda deve prendersi cura dei suoi lavoratori, soprattutto nei momenti di difficoltà, di malessere. E un messaggio ai lavoratori, a tutti gli altri "burattini" che sentono i fili stringersi: non siete soli. Non siete pazzi. Il vostro malessere ha un nome e il nemico più grande non è la malattia, ma il silenzio che la circonda.