

ARTICOLO ORIGINALE

Maracanã, 6 Giugno 1984

Maracanã, 1984 June 6th

M. Zenone¹

¹ È nato nel 1973 a Galliate (NO). Ha dedicato gli ultimi due anni alla stesura del suo primo romanzo, intitolato Non ti voglio.

Corresponding author: marcozenone.mz@gmail.com

Introdurre queste riflessioni di Marco mi emoziona. Marco è un ragazzo molto riservato sia nello scambio di mail sia nelle visite entra in punta di piedi. Nel suo percorso di cura è sempre stato in grado di riconoscere i punti di debolezza e di fragilità e di chiedere aiuto per correggerli. Conoscere il cammino che lo ha portato ad individuare e gestire la variabilità e la perdita di equilibrio è stato illuminante. Il testo mi restituisce una complessità a fronte di una apparente pacata semplicità e un percorso di resilienza. Mi sento di chiudere questa breve presentazione con un proverbio “Non arrenderti. Rischi di farlo un’ora prima del miracolo”.

M.C. Ponziani



Citation M. Zenone (2021). Maracanã, 6 Giugno 1984. JAMD Vol. 23/4

DOI 10.36171/jamd.20.23.4.3

Editor Luca Monge, Associazione Medici Diabetologi, Italy

Received September, 2020

Accepted December, 2020

Published February, 2021

Copyright © 2021 Zenone et al. This is an open access article edited by [AMD](#), published by [Idelson Gnocchi](#), distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution License](#), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Data Availability Statement All relevant data are within the paper and its Supporting Information files.

Funding The Author received no specific funding for this work.

Competing interest The Author declares no competing interests.

Ho solo vaghi ricordi di quando, dopo la diagnosi della malattia, fui ricoverato per alcuni mesi; ero troppo piccolo per averne memoria e per quel che ne capivo per me non faceva molta differenza tra stare a casa o stare in un ospedale.

Ricordo invece molto più nitidamente il momento in cui, alcuni anni dopo, a causa di una pesante ipoglicemia presi coscienza di parte dei limiti che la malattia mi avrebbe imposto, e incominciai a odiarla con tutto me stesso. L'ipoglicemia che palesò gli ostacoli e le difficoltà della mia esistenza quotidiana: fu quello il punto di svolta, più indietro la mia memoria non riesce ad andare.

Uno squarcio doloroso si aprì nei giorni giocosi della mia infanzia, come quando dopo un temporale pomeridiano i raggi del sole sbucano dalla struttura ancora compatta di nuvole scure, con una forza tale da bruciarti gli occhi.

Il Maracanã è un tratto di strada sterrata alla periferia di un insignificante paesone a pochi chilometri dalla città. Un luogo su cui aleggia un’atmosfera magica, in cui io e i miei amici possiamo sfoggiare le nostre imperfette abilità pedatorie, come nelle partite vere negli stadi veri; addirittura fino alla sera tardi perché c’è anche il lampione stradale che illumina il campo come un riflettore.

Per me e per i miei amici non c’è nulla di più bello dello stadio Maracanã. Ci siamo giocati partite importantissime sul ghiaino del Maracanã: finali dei mondiali, eliminatorie di coppe europee e scontri diretti di campionato.

Be', a essere sinceri non è proprio come giocare su un campo da calcio vero. Prima di tutto, essendo una strada, non ne ha le dimensioni (e per fortuna, visto che quando ci va bene si gioca quattro contro quattro portieri compresi) e poi occorre precisare che al posto degli spalti ci sono cespugli di spinosissime rose "bucapallone" da un lato, e una recinzione con annesso pastore tedesco "antiscavalco" all'interno, dall'altro.

Un'ulteriore differenza tra il nostro Maracanã e quello vero è che molte volte dobbiamo interrompere la partita per permettere a Tonino Lorenzon, il padrone del pastore tedesco, di fare manovra a centrocampo e parcheggiare in retromarcia la sua Fiat Regata nell'angusta autorimessa a bordo strada. E pensare che ci servirebbe proprio un regista basso, un manovratore di centrocampo che dia il cambio di marcia a me e Mauro, gli attaccanti più pericolosi dell'isolato.

Ma Tonino con la sua berlina non è esattamente ciò che ci farebbe vincere tutte le partite, anzi... Ogni volta che torna dal lavoro ci costringe a interminabili minuti di snervante attesa che compromettono la nostra concentrazione. Sembra che Tonino debba parcheggiare un pullman gran turismo cinquanta-quattro posti in centro a Milano nell'orario di punta: mai una volta che riesce a centrare l'entrata del garage con la coda dell'automobile al primo colpo... e neanche al secondo e al terzo... Lui ha questa fissa che deve posteggiare con il muso della macchina rivolto verso la strada, non ho mai capito perché, forse per far prima al mattino quando deve andare in fabbrica.

Tonino è alto quanto un ragazzino di quindici anni, con una pancia da fare invidia a un camionista, il capoccione pelato e la sigaretta che gli spunta sempre da sotto i baffi. Già dalle prime manovre si intuisce che avrà il suo bel daffare: secondo me dovrebbe alzare la seduta con un cuscino di cuoio come quello che Ferruccio il barbiere mi infila sotto al sedere quando papà mi porta a tagliare i capelli. Sono sicuro che così riuscirebbe a vedere bene anche oltre il cruscotto, ma forse, adesso che ci penso, poi non arriverebbe più ai pedali della macchina.

Comincia guardando lo specchietto retrovisore con la testa drizzata al cielo e le mani aggrappate al volante, poi quando l'acido lattico ha oramai indebolito le sue fibre muscolari comincia a "intorcicarsi" tutto e a grattare le marce. Se dopo mezz'ora non è ancora riuscito a combinare nulla, abbassa il finestrino, butta la sigaretta e chiede il nostro aiuto. Allora noi gli diciamo «bene così», «basta, frena», «vieni, vieni» e se tocca la carrozzeria contro il muro.

Muoversi a centrocampo richiede molta tecnica, proprio quella che manca al povero Tonino.

Povera anche la macchina, il cui motore emette preoccupanti gemiti metallici mentre le accelerate di Tonino lo fanno salire di giri come alla partenza di un Gran Premio di Formula 1. Mio papà dice che la Regata di Tonino monta una frizione speciale fatta di materiale aeronautico rinforzato, progettata apposta dagli ingegneri della Fiat per gli imbranati come lui. Come non dargli ragione, una macchina normale Tonino la fonderebbe in due giorni.

Durante le manovre la disgraziata ci guarda confusa con i due grossi fari rettangolari, e sembra anche un po' triste perché uno dei fanali, quello tutto crepato e con l'acqua ingiallita all'interno, pare stia lacrimando.

Tonino non lo ha ancora fatto aggiustare.

Sono stato io ad accecarla così. Un giorno, armato della mia fionda costruita con un ramo di betulla e le camere d'aria della bici di nonna Luisa, ho mostrato ai miei amici quanto lontano riuscivo a lanciare i sassolini del Maracanã. Tantissimo, quasi fino all'imbocco con la strada provinciale. Ne sono sicuro perché, proprio nel momento in cui uno dei proiettili terminava la sua traiettoria parabolica, Tonino svoltava per immettersi nella stradina e un tonfo sordo di qualcosa che si rompeva è esploso nell'aria. Tra le risate di tutti, io mi sono infilato la fionda nei pantaloni e ho fatto finta di niente.

Quando mamma è venuta a saperlo mi ha obbligato ad andare a casa di Tonino a chiedergli scusa e a dirgli che gli pagavo il fanale.

Di domenica, all'ora di pranzo, davanti a tutta la famiglia al completo.

Tonino è stato gentile e mi ha risposto che non importava, non voleva i soldi, e che per la macchina si era già messo d'accordo con suo cognato carrozziere che gli sistemava gratis anche i bozzi sulla portiera.

Una bella figura da deficiente.

Come che sia, dopo aver parcheggiato (e impestato l'aria del terreno di gioco con fetidi gas di scarico), Tonino sbatte la portiera contro il muro e si trascina fuori dal box di cemento prefabbricato. Sudato marcio peggio di noi giocatori. Ci saluta e si ritira, soddisfatto: l'indomani mattina per uscire farà molta meno fatica.

Col tempo abbiamo imparato a sfruttare queste inevitabili pause a nostro favore; durante le partite più sbilanciate, le manovre di Tonino finiscono per fare nascere altre manovre molto più importanti: quelle di calciomercato, grazie alle quali ci scambiamo i giocatori per riequilibrare le squadre e rendere le sfide più combattute.

Nonostante questa sera nella mia squadra ci sia Raffaella, più portata a giocare con le bambole che a difendere a uomo per tutto il campo, la partita è molto equilibrata. Tanto equilibrata che quando Tonino si impossessa del centrocampo per dare inizio alla fitta ragnatela di infruttuosi avanti-indietro, destra-sinistra, decidiamo di lasciare invariate le formazioni. In palio c'è la coppa europea per club più importante di tutte. Ce la saremmo giocata.

Il risultato rimane inchiodato sul sei a sei fino alla fine dei tempi supplementari e arriviamo così a disputarci la vittoria finale ai calci di rigore. Tocca a me tirare l'ultimo, quello decisivo: Mauro ha appena calciato il Tango HOT PLAY contro il citofono della signorina Carlini, la zitella dell'isolato. Ampiamente fuori dallo specchio della porta.

Dieci pari.

Spossato e in piena trance agonistica, sento a malapena gli insulti che la Carlini, sbucando in ciabatte e grembiule a fiori sull'uscio della sua abitazione, comincia a indirizzarci come d'abitudine, utilizzando l'unico idioma che abbia mai conosciuto: il dialetto locale nella variazione bestemmata.

La signorina Carlini ci disprezza profondamente ed è temutissima da tutti noi giocatori per le sue famose sforbiciate, con le quali è in grado di chiudere qualsiasi partita. Occhio per occhio, dente per dente; a ogni vaso di gerani che le rompiamo un nostro pallone finisce squarciato dalle cesoie letali di quella vecchia strega.

Deposito la palla sul brecciolino del dischetto, respiro, raccolgo l'ultima goccia di energia che mi è rimasta, guardo negli occhi il portiere e comincio la rincorsa. Con una finta di corpo calcio debolmente di sinistro e lo spazzo.

Gol.

Vittoria.

Sono stremato.

A partire dai tempi supplementari le mie energie e la mia forza sono pian piano calati. Lentamente e inesorabilmente.

Lo sapevo benissimo che cosa mi stava succedendo... ma non mi sono fermato. Volevo andare avanti a giocare a tutti i costi, volevo finire la partita, volevo vincere.

Anche i miei compagni spesso sono stanchi, ma a loro basta fermarsi per pochi secondi, appoggiarsi con le mani sulle ginocchia, riprendere fiato, e già sono pronti a ripartire con uno nuovo scatto fulmineo.

Io invece mi sento i muscoli sfilacciati, la testa confusa, le gambe pesantissime, come di piombo. E ho fame. Una fame da lupi.

Ma come diavolo fa un giocatore serio a pensare al cibo durante la finale più importante della sua vita?

Non sono un vero giocatore... non lo diventerò mai.

Che sia stata dura anche per gli altri lo conferma il fatto che una volta finita la partita sono spariti tutti come un branco di gatti randagi, e intorno a me non c'è più anima viva.

Esco dal campo di gioco.

Il tunnel dello stadio Maracanã è piuttosto lungo, devo camminare per circa cento metri oltre la porta in cui ho calciato il rigore, poi girare a sinistra e farmi un altro centinaio di metri, sempre su uno stradino di ghiaia e pozzanghere.

Credo che sarà più lungo del solito, lo percorro sempre di corsa ma stasera non ci riesco proprio.

Mi sento stordito, mi sembra di trascinarci come il robot sfigato dei cartoni animati, quel rottame malconcio e incerottato costruito con materiali di scarto che fa da ridicola e inutile spalla al mio robot preferito, il grande Mazinga Z, diciotto metri per venti tonnellate di superlega di acciaio al servizio del pianeta terra contro le forze del male.

Per azionare il corpo devo concentrarmi sui miei movimenti, che da sciolti e naturali sono diventati macchinosi, disordinati e meccanici. Le gambe che di colpo non ne vogliono più sapere di andare avanti.

Le imploro di fare un ultimo sforzo.

Panico.

Connetto a malapena: i miei pensieri si sono offuscati, la testa mi gira ed è leggera, senza nulla dentro se non una fitta nebbia di confusione.

So solo che devo arrivare a casa da mamma il prima possibile. Ma questi duecento metri sono diventati due chilometri.

Posso farcela.

Mi sembra che tutti notino il mio comportamento strano e mi osservino incuriositi. Ma tutti chi? Sono alla periferia del paese, ci saranno tre o quattro case sul mio cammino e la via è deserta.

– Enzo, hai sete? Vuoi un po' d'acqua?

Ho un sussulto. È Biagio, il padre di Fabrizio, il nostro portiere volante. Non l'avevo visto, mi ha fatto spaventare. È lì poco più avanti alla mia destra, appena dietro la rete metallica verde che segna l'inizio della sua proprietà. Sta innaffiando il giardino con la canna dell'acqua tra le mani.

– Eh?

Mi scruta dietro i suoi buffi occhiali con le lenti a fondo di bottiglia che gli fanno diventare gli occhi piccolissimi. Secondo me non funzionano bene, dovrebbero comprarne un paio ancora più spessi.

Quando ti osserva strizza sempre gli occhi e arriccia il naso scoprendo i denti davanti nello sforzo di vederci meglio.

Si appoggia alla recinzione e mi studia.

– Guarda come sei sudato, sempre a giocare a pallone voialtri... Ma studiare?

– Cosa? Chi?

– Ti senti bene, Enzo?

Faccio segno di sì con la testa. – Certo... sto... sto bene. Ho fame, vado a casa...

Imbarazzo.

Mi ha visto in queste condizioni.

Chissà che ha pensato.

Sono sicuro che anche tutti gli altri mi stanno guardando alle finestre delle loro case, da dietro le tende. È brutto essere osservati quando stai male.

Ma che cavolo vogliono da me?

Paranoia.

Incomincia a darmi fastidio tutto. Qualsiasi cosa. Mi irrita il rumore lontano ma insistente delle macchine che arrancano sul tratto in leggera salita della provinciale, mi irritano i sassolini che calpesto con le mie nuovissime scarpe da ginnastica rosse e blu, ma che sento scricchiolare come se fossero a un centimetro dalle mie orecchie, e i cocciuti moscerini che cercano di infilarsi nel naso e negli occhi...

Ma non finisce più questo tunnel? Che rabbia!

... mi irrita il bastardino del vicino di casa che comincia ad abbaiare come un indemoniato appena mi scorge...

Zorro, stupido idiota di un cane, quanto lo odio!

Puntini luminosi mi velano la vista.

Sono quasi arrivato, mancano pochi metri. Avanti dritto.

Il cuore mi martella come un tamburo impazzito sotto lo scudetto tricolore della divisa da calcio; il viso e i capelli che mi ricadono sulla fronte, divisi a metà come piace a Raffaella, sono bagnati di un sudore appiccicoso e gelato. Fino a poco fa avevo le gote rosse e accaldate per lo sforzo della partita, ora credo di essere diventato bianco peggio di un lenzuolo, come un cadavere. Sto per morire.

Ipglicemia.

Sono come all'interno di una campana di vetro completamente staccato dalla realtà; risucchiato in un mondo tutto mio fatto di persone che mi giudicano, di gente invisibile che spia i miei movimenti e mi deride perché "sembro" (mi sento) strano, e di cose animate e inanimate che esistono solo per procurarmi fastidio e farmi saltare i nervi.

– Mamma, mi gira la testa! – Quando entro negli spogliatoi del Maracanã non c'è puzza di piedi e di sudore. C'è puzza di minestrone, che mi fa schifo

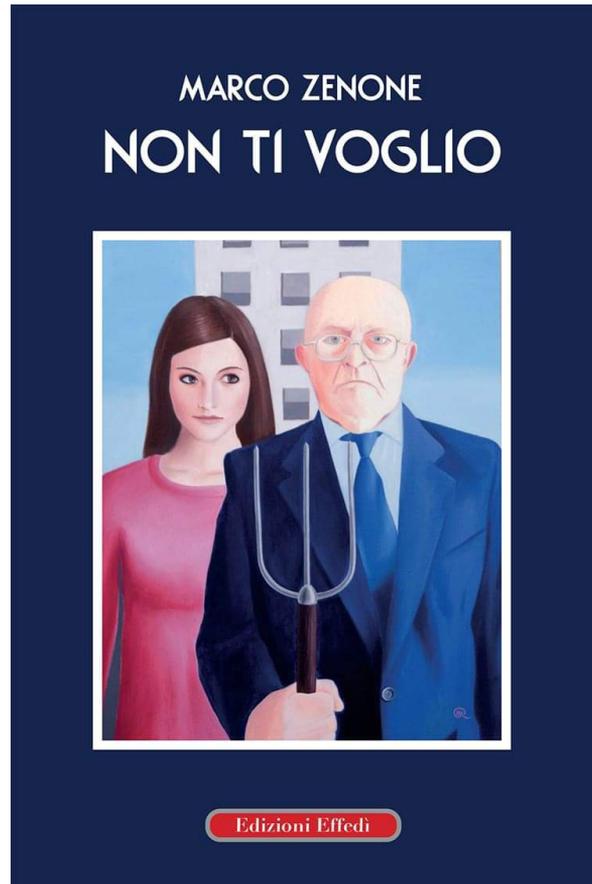


Figura 1 | La copertina del libro.

uguale. Ma stasera ho una fame tale che mi mangerei pure quello senza protestare.

Ciondolando come un ubriaco, mi butto allungato sul divano, quasi privo di sensi.

Mamma, con il grembiule da cucina che non toglie mai, sta finendo di apparecchiare. Appoggia sul tavolo il pentolone fumante di minestra bollente e come un fulmine riempie un bicchiere d'acqua nel quale rovescia due cucchiaini colmi di zucchero.

– Tirati su! – grida mentre mescola l'acqua con il manico del cucchiaino a una velocità supersonica.

Sul suo volto sono dipinti sgomento e paura, ma sta agendo con la freddezza e la precisione di un supereroe.

– Bevi –. Io ingurgito tutto il nauseante liquido.

Poi mi buca l'indice sinistro con quel maledetto pungiglione meccanico che ogni volta mi fa dire parolacce irripetibili dal dolore, e me lo torce, per applicare il gocciolone di sangue che mi è sbocciato dal polpastrello sulla striscia reattiva.

Infila la striscia nel lettore elettronico e aspetta il risultato.

Il lettore elettronico si chiama *glucometro* ma l'ho sentito chiamare anche *reflettometro*: non so quale sia il nome più giusto per il modello che uso io; comunque è uno strumento portatile che serve a misurare il valore di glucosio nel sangue.

Il dottore mi ha detto che il valore è indicato in un'unità di misura che viene usata in tutti gli ospedali: il milligrammo al decilitro.

Molte volte ho avuto la glicemia talmente alta che lo strumento non è riuscito a misurarla. Il mio glucometro arriva a misurare fino a 499 milligrammi al decilitro, oltre questo valore esce la scritta *HI*, cioè "high", che in inglese vuol dire "alto".

Non ci vuole molto ad arrivare a fondo scala, basta mangiare quattro o cinque merendine al cioccolato. Sono sicuro che adesso, invece, i milligrammi per decilitro saranno pochissimi.

Infatti è così: quando compare il numero sul display mamma si lascia sfuggire un'imprecazione sottovoce.

Altro giro di acqua dolcificata.

Adesso il sapore della bevanda è ripugnante.

– Stai sveglio, non metterti a dormire! – mamma non si è ancora tranquillizzata.

Mi sdraio, la mano destra chiusa a pugno che stringe il dito ferito contro un batuffolo di cotone.

Poco alla volta comincio a riprendermi, il senso di stordimento si sta mescolando ora a una vaga sensazione di euforia. Mi sento felice.

È perché ho appena vinto la Coppa dei Campioni allo stadio Maracanã con addosso la maglia della mia squadra preferita? No, non è per la Coppa dei Campioni.

È perché adesso mi sento al sicuro, finalmente sono a casa con mamma e tra poco arriverà anche papà, e poi anche perché dopo una crisi, quando la glicemia comincia a risalire, mi viene di essere felice.

Quando invece ci sarebbe solo da piangere.

– Come stai? Va meglio adesso?

– Sì, mamma. Non mi gira più la testa.

La testa può girare a tutti i bambini e per svariati motivi, non solo perché non ti senti bene.

Può girare perché hai fatto troppi giri sulla giostra con le astronavi volanti o il giro della morte sulle montagne russe, perché ti sei fatto spingere troppo in alto sull'altalena, perché hai fatto tante capriole nel prato, perché hai bevuto di nascosto il vino di

papà, perché hai riso a crepelle fino a farti mancare il fiato, perché ti sei innamorato della compagna di classe, perché ti sei arrampicato su un albero e poi ti sei appeso come una scimmia a testa in giù. Per me, *mi gira la testa* non significa nessuna di quelle cose.

Questa semplice frase ha un solo e unico significato. È una specie di messaggio in codice che dà il via a una serie di operazioni antipatiche che sono obbligato a fare.

Quando pronuncio queste parole i miei genitori capiscono subito che sto avendo una crisi ipoglicemica.

A volte me lo chiedono loro, «ti gira la testa?», vogliono sapere come mi sento, se devono farmi la prova della glicemia col pungiglione meccanico sul dito e se è necessario che io mangi lo zucchero.

Io non voglio mai fare la prova col pungiglione meccanico, la odio, fa troppo male! È addirittura più dolorosa della puntura sul sedere con la siringa che papà mi fa tutte le mattine appena mi sveglio per iniettarmi l'insulina.

Non parliamo poi dello zucchero... ingoiato a cucchiaini è una schifezza peggio del minestrone, mi fa venire la nausea e bruciare la gola. Qualche volta lo vomiterò tutto.

Con mamma e papà ci siamo messi d'accordo che quando vado a scuola devo portare con me un pacchetto di zollette di zucchero avvolte nella carta stagnola, da prendere se mi gira la testa. Questo pacchetto argentato e spigoloso è uno dei miei inseparabili compagni di vita, mi accompagna sempre.

Utile ma scomodo.

A volte insopportabile: per esempio quando la carta si rompe e io mi ritrovo la tasca dei pantaloni piena di zollette sbeccate e fastidiosi granelli, che se li sfioro le mani mi diventano appiccicose e non posso più toccare nulla.

Anche il diabete è appiccicoso, ti sta sempre addosso; ora che ci penso è proprio come un difensore che cerca di portarti via il pallone e che non vuol farti segnare, ti marca stretto, ti trattiene, ti strattona, ti spintonna, ti sgambetta, ti spinge fuori dal campo e ti fa fondere il cervello costringendoti a pensare a mille strategie per riuscire a batterlo.

E tu ti stanchi, e se vuoi fare un gol te lo devi sudare di brutto.