

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Luna ci insegna che la normalità è una costruzione mentale degli adulti

Orlando Mastrillo · Tuesday, November 25th, 2025

Una riflessione intensa e personale su cosa significa davvero essere “normali”: è questo il cuore dell’undicesimo episodio della serie podcast Occhi di Riso, intitolato “Il mondo dei bambini normali”, scritto e narrato da Alessandra Baruffato dell’associazione Daun.

Una voce che nasce dall’esperienza

Baruffato intreccia la sua esperienza di vita con una riflessione più ampia sul concetto di normalità. A ispirarla sono stati prima il rapporto con suo nonno, poi – in modo ancora più diretto – la nascita di sua figlia Luna, affetta dalla sindrome di Down. È proprio da qui che nasce la domanda centrale: chi stabilisce cosa è normale?

La normalità come costruzione sociale

Secondo la visione dell’autrice, la normalità è un’idea costruita dagli adulti, una griglia spesso rigida che rischia di diventare una gabbia. «Siamo noi adulti – racconta Baruffato – a creare questa categoria astratta, nella quale pretendiamo di far rientrare i bambini. Ma così facendo li carichiamo di aspettative e limiti che non sono i loro».

Nel podcast si sottolinea come questa pressione sociale non ricada soltanto su chi è considerato “diverso”, ma anche su chi è considerato “normale”. Un paradosso che evidenzia quanto sia fragile la base stessa di queste categorie.

La fragilità come regola

Una delle affermazioni più potenti del podcast riguarda il concetto di fragilità: non è l’eccezione, ma la regola nella società di oggi. Riconoscerla e accoglierla, secondo Baruffato, è il primo passo per costruire un mondo davvero inclusivo, dove ogni bambino possa crescere rispettando il proprio ritmo.

Un invito a smettere di etichettare

«Dovremmo smettere di catalogare i bambini – afferma Baruffato – e iniziare a guardarli per ciò che sono, senza filtri. Ogni bambino ha un valore unico e irripetibile, al di là di qualsiasi etichetta». Il messaggio finale è chiaro: cambiare sguardo è possibile, ma richiede consapevolezza e ascolto.

Alessandra Baruffato ospite da Paolo Ruffini

Giovedì uscirà la nuova puntata di “Mamme”, il nuovo podcast di Paolo Ruffini partito lo scorso 30 ottobre e dedicato ad una delle due colonne portanti della famiglia. Alessandra sarà la protagonista. Non perdetevolo su Youtube e sui canali social di Ruffini.

This entry was posted on Tuesday, November 25th, 2025 at 2:29 pm and is filed under [Salute](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.