

I FIANCHI SI
ALLARGANO,
SI CRESCE
DI STATURA,
COMPARE
IL SENO. MIA
FIGLIA DIVENTA
DONNA IN
FRETTA. PER
IMPARARE
COSA DIRLE MI
SONO ISCRITTA,
CON LEI, A UN
SEMINARIO
ALTERNATIVO

Testo raccolto da Paola Santoro
Foto di Carla Kogelman



IL

IL PROBLEMA È SORTO con il fatidico "bottoncino", un piccolo gonfiore che indica che le mammelle iniziano a svilupparsi. Il primo giorno di quinta elementare, subito dopo le vacanze, in 4 o 5 madri ci siamo ritrovate davanti al portone della scuola con le figlie più alte di otto centimetri e una sfilza di coppie di "bottoni". C'era chi aveva già chiamato l'endocrinologo, chi aveva già percorso passo per passo il mistero dei controlli ormonali e radiografici (per verificare che sia tutto in ordine si procede valutando la crescita ossea tramite una radiografia della mano). Tutto, per tutte, era nella norma: l'età media di inizio della pubertà è andata via via abbassandosi negli ultimi decenni. I nove anni sono la soglia minima di normalità, nulla di strano nel "bottoncino", quindi. Meno normale sembrava mia figlia Sofia, che evidentemente durante l'estate in soli due mesi doveva aver barattato i bottoni con una seconda di reggiseno. «Di questo passo, nella migliore delle ipotesi, vedremo il menarca alla fine della quinta», aveva decretato la pediatra.

Menarca. Che parola orribile, ricordo di aver pensato. Ai miei tempi si diceva "diventare signorine", "avere il ciclo", "diventare teen-ager". Non tanto meglio, ma adesso tutti gli addetti ai lavori parlano di "menarca". Che tecnicamente è il termine più adatto per la prima mestruazione, ma nel mio universo connotativo evoca più un re con uno scettro, un patriarca, un gerarca, qualcosa comunque di lontano e polveroso, non uno sbocciare della vita, un aprirsi al futuro.

Fatto sta che per noi, in casa, bisognava trovare un nuovo assetto comportamentale. Sofia è una ragazzina estremamente curiosa. Quell'estate, poi, aveva trascorso una parte delle vacanze con la cugina Francesca: seconda media, mille chat, mille mega di video sul telefonino, e la prima mestruazione. Sofia, di quei bagni di mare negati, quei mal di pancia e repentini sbalzi d'umore della cugina si era fatta una ragione. Ma visto che l'altra era già prigioniera del proprio imbarazzo, non aveva dedicato troppo tempo a gestire quello della più piccola. Bisognava intervenire, parlare, spiegare come porsi con consapevolezza di fronte al proprio corpo che cambia.

Il discorso "sesso" era già stato affrontato. Sofia e la sua migliore amica Ludovica, alle prese con i primi ardori infantili, avevano digitato su Google in un momento di nostra disattenzione "Ragazzi e ragazze che si baciano" ed erano finite su YouPorn. «A tavola!», le avevamo chiamate noi genitori di entrambe a cena insieme. «Arriviamo tra un momento», ci avevano urlato una sera, dall'altra stanza, «vorremmo solo finire di vedere sull'Ipad questa ragazza che bacia il pisello del suo fidanzato». Avevano 7 anni ma bisognava urgentemente affrontare questioni pruriginose, ed erano partite - insieme ai filtri sui congegni digitali - le visioni seriali della puntata dell'*Albero della vita*, evolutissimo corso di educazione sessuale (anni '70) via cartoni animati.

Ma il "menarca" è diverso. Sul menarca, evidentemente, l'*Albero della vita* non si era soffermato a sufficienza. O forse il sesso veniva considerato dalle bambine come un magma che le avrebbe travolte, forse, un giorno lontano. La pubertà, invece, era entrata velocissima a cambiare la forma dei fianchi, ad allargare le spalle, a regalare un'inizio femminilità non ancora né compresa né desiderata. I "come mai sei così alta alla tua età?" ormai si susseguivano, i "mamma vorrei fare ginnastica con una maglietta scura così mi si vede meno il seno" erano richieste settimanali, l'odore delle ascelle cominciava a diventare penetrante e i peli sul pube più che un'ombra sottile. Il non riconoscersi più allo specchio, per mia figlia, era qui e subito.

In assenza di lezioni scolastiche sull'argomento (incredibile come alle elementari si facciano seminari sull'educazione stradale e si provi perfino a suonare il violoncello, ma di rudimenti di educazione al corpo nemmeno vaghi accenni), di nonne vicine alle quali chiedere complicità, di sorelle più grandi con le quali spartire il compito di spiegare - perfino la fatidica cugina vive in un'altra città - ho accettato di fare qualcosa che mai avrei pensato prima: partecipare a un seminario tenuto da un'ostetrica allenata al confronto con i pre-adolescenti. Per caso un'amica carissima (la madre di Ludovica) molto attenta e molto impegnata mi aveva girato delle mail: proponevano una giornata intera madre-figlia dedicata alle bambine tra i 9 e gli 11 anni, alla scoperta del corpo e dei suoi stravolgimenti. Dall'invito sembrava un seminario disegnato su misura per lo stereotipo della mamma milanese. No, non mi avranno, ho pensato d'istinto. E invece piano piano, in un paio di giorni, l'idea ha cominciato a piacermi. Una domenica tutta per noi. In tuta e calzoncini antiscivolo. In un palazzo dove il bar più vicino era a 500 metri: nella mail d'invito veniva specificato chiaramente che, segregate dalle 8,30 del mattino alle 16,30 le adepti non avrebbero avuto neppure il tempo di un piccolo break. Anzi, c'era qualcuno disposto a preparare dei thermos di caffeina ai quali attingere al volo? Il pranzo? Comunitario, tutti avrebbero dovuto pensare a viveri da condividere, per quella mezz'ora che ci era concessa di pausa. In un momento di debo-

lezza frutto dell'interrogativo se comprare o no un deodorante a una novenne, mi sono iscritta. Anzi, ci siamo iscritte. Pensavo che Sofia si sarebbe ribellata, che avrebbe trovato l'idea una delle stranezze di cui mi reputa immotivatamente capace. E invece no: alla notizia non stava nella pelle, anche se un po' di timore covava dietro la curiosità.

Dopo un bonifico da 75 euro e un paio di giorni, la domenica è arrivata. Sofia ha pensato per tutte le 48 ore precedenti a quale tipo di leggings indossare. A quale maglietta mettere su per mitigare il seno. A quante altre bambine ci sarebbero state. A quante avrebbero avuto un décolleté procace come il suo, a quante avrebbero già avuto il "ciclo". Alle 8,31 del mattino, armate di bagaglio con cuscini, coperte, calzini antiscivolo e un misterioso pacchetto eravamo davanti al portone di un palazzo milanese in cui ha sede la Lunanuova, ufficialmente uno "studio professionale associato di ostetriche dedicato alle attività di preparazione alla nascita e assistenza in gravidanza". Di fatto, in città, un'istituzione. La frenesia della giornata doveva aver contagiato tutti, visto che c'erano già quasi soltanto posti defilati. Il seminario, condotto da Paola Maria Lussoglio, ostetrica torinese di lunga esperienza in questo genere di incontri, che da tempo tiene corsi sull'educazione alla crescita fisica e affettiva (anche alle scuole medie e superiori), era tutto esaurito. In una grande sala con un bel parquet a spina di pesce lucido lucido c'erano una dozzina di mamme, qualcuna con una figlia appollaiata addosso, qualcuna con due. L'unico comun denominatore delle presenti erano gli occhi sgranati delle bambine e la forzata disinvoltura delle madri.

Per sciogliere il silenzio, dopo le presentazioni, Paola ha ini-

ziato a parlare di vulva. In realtà ha esordito in modo un po' più ammiccante: «Chi sa dire come si chiama il membro maschile? Pisello, ok. Ma anche? Non abbiate paura di usare anche le parole che vengono di solito giudicate volgari... in fondo le conosciamo tutti... Cazzo? Membro? Ok. E come si chiamano gli attributi maschili che contengono gli spermatozoi? Testicoli, azzarda qualcuno. E poi? Mi hai rotto le... palle? Giusto! Visto? Tutti sappiamo chiamare l'apparato sessuale degli uomini in tanti modi. Ma alzi la mano chi sa cos'è la vulva?». Silenzio. Una mamma timidamente azzarda: la... vagina? No, risponde Paola: e lì, a 47 anni e dopo un parto, ho capito che del mio corpo neppure io avevo ancora una geografia esatta. «Il problema del corpo delle donne è questo: i maschi hanno quasi tutto in mostra, all'esterno: noi abbiamo tutto nascosto. E noi stesse facciamo confusione. Perché nessuno ci spiega chiaramente come siamo fatte».

Paola in un paio d'ore ha rimesso in ordine i fattori. Ha spiegato com'è formato e come funziona l'apparato riproduttivo maschile e quello femminile, pezzo per pezzo. Le bambine sembravano sempre più ipnotizzate. Nella sala non volava una mosca. E se le parole non erano ancora abbastanza, in un attimo alcuni fogli plastificati mostravano ogni segreto. Geniale, ho pensato, partire dai nomi è stato un esordio geniale. Non credo mia madre abbia mai nominato in mia presenza alcuna parte dei genitali femminili, se escludiamo il sostantivo "vagina" quando si andava dal ginecologo. E invece le parole hanno un peso. Usarle senza remore aiuta a togliere imbarazzi, a fare chiarezza sulla fisiologia, a visualizzare che tutto sommato una vulva, una vagina, le piccole e grandi labbra le abbiamo tutte. Anche le bambine. E leggerle sui libri, invece che pronunciarle lì, ad alta voce, è un'altra cosa.

Il secondo grande momento, subito dopo la pausa-caffè-nel-thermos, era mirato più dettagliatamente al "menarca", e partiva di nuovo dalle parole. «Come le chiamate in casa vostra?». E lì noi mamme abbiamo dato il meglio: Così ci erano state presentate, ai nostri tempi: le rosse, quei giorni, le tue cose. Joanna, che viene dall'Ecuador, dice che dalle sue parti in gergo si dice "La niña está triste". Sublime, poetico, altro che "il marchese". «Ma perché usare tutti questi eufemismi? Si chiamano mestruazioni, dice Paola, diciamolo tutte insieme, mestruazioni». Le bambine erano estasiolate da tutta questa precisione, dal puntare dritti al centro. «Perché non trovate, tra madre e figlia, un modo per chiamarle che piaccia a entrambe? Una parola intima, che possiate capire solo voi due?». Che dritta! Anche la seduta di autocoscienza che ne è seguita, il raccontare delle mamme pubblicamente ognuna il proprio primo mestruo, e la reazione dei genitori, ha aggiunto spunti di riflessione. Qualcuna di noi era stata liquidata con un assorbente in mano, qualcun'altra era stata terrorizzata dalla frase: da adesso in poi potrai avere dei bambini. A 11 anni può in effetti suonare

«CHI SA DIRE COME SI CHIAMA IL MEMBRO MASCHILE? FORZA, NON ABBIATE PAURA DI ESSERE VOLGARI... BENE, SIETE PREPARATE. E INVECE CHI SA COS'È LA VULVA?». SILENZIO

L'OSTETRICA HA TIRATO FUORI UN BEAUTY CASE PIENO DI OGNI GENERE DI TAMPONI E L'HA FATTO CIRCOLARE. LE BIMBE ERANO ESTASIASTE



come una minaccia. È importante quel primo impatto, delicatissimo, ho imparato: trovare le parole giuste è necessario, perché è uno di quei momenti che restano indelebili e ai quali le quasi ragazze attingeranno più o meno consciamente una volta ogni 28 giorni per svariati decenni. Basta arrivarci preparate, e tutto funziona, mi è stato spiegato.

Dopo che hai raccontato a una trentina di femmine sconosciute dell'imbarazzo di quando alle medie macchiavi le sedie perché non sapevi indossare un assorbente per il verso giusto condividere con loro un pranzo è uno scherzetto. Il desco comunitario era eccellente, e i miei tramezzini crudo e stracchino impallidivano davanti a ciotole di cous cous vegetariano, torte salate senza lattosio e dolci alle bacche di goji preparate da qualcuno che sì, con la cucina biologica doveva saperci fare. Il vero dessert, però, è arrivato nella sessione pomeridiana. Dopo qualche altra chiacchiera ho scoperto perché la nostra teacher sopra ai leggings indossava una corta gonnellina da tennis. Seduta al centro della sala Paola ha tirato fuori un be-

auty case, con svariate tipologie di assorbenti e salvaslip. Ha lasciato che le bimbe ci curiosassero dentro, poi si è alzata in piedi, ha alzato la gonna e abbassato i leggings, che ho scoperto erano stati indossati sopra un altro paio di calzamaglie, inframmezzati da un paio di mutandine "dimostrative". Su queste Paola ha cominciato a spiegare come sistemare i tamponi. La platea di piccole era in visibillio. Un altro passaggio che sembra banale solo a posteriori: mai, in questi mesi, mi era venuto in mente di mostrare a Sofia come si gestisce un assorbente. La seduta si è chiusa con un gesto simbolico: un regalo, fatto dalle madri alle figlie, che ci era stato richiesto di portare in gran segreto. Un libro sulla pubertà, un cosmetico per la cura del corpo. Qualcosa che concretizzasse un immaginario passaggio di testimone di femminilità. Sofia da qualche tempo aveva le mani sempre screpolate per il freddo. Io ho scelto per lei una crema leggera che le lenisse la pelle. Sono passati due mesi. La mette tutte le mattine, e ripone il tubetto come uno dei suoi tesori più preziosi. ■