

appunti letterari stefania vitale

La donna e il suo corpo. I suoi enigmi, le sue evoluzioni. Tra apprensioni spesso ingiustificate, liete scoperte e qualche piccolo trucco da imparare. "Le età della donna" scritto da Mariagiovanna Luini, medico e comunicatore, è un viaggio ideale nel complesso mondo della femminilità partendo dall'età neonatale fino alla vecchiaia. Un'analisi che, intervallata da intense pagine di diario, contempla anche una serie di consigli per tutte le donne. Al di là della sana alimentazione, del movimento fisico e della prevenzione medica, un suggerimento a caso su tutti: mettere in evidenza i pregi e concentrarsi poco sui difetti. Per una vita serena sin dai primi passi e longeva...

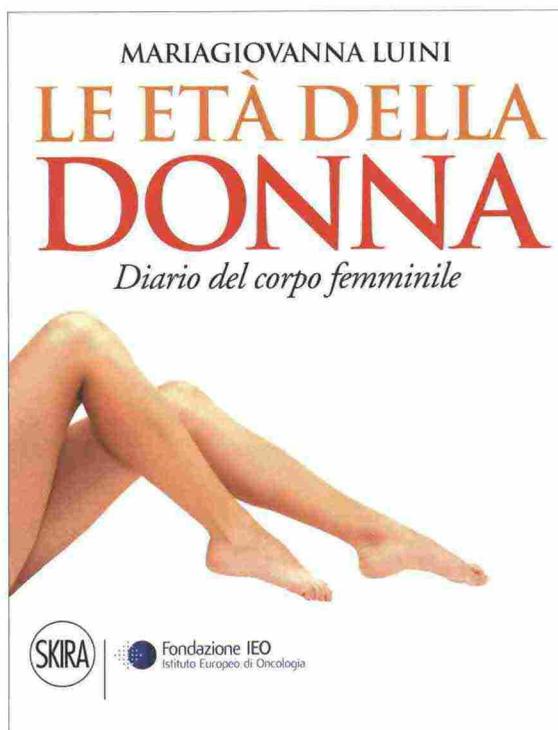
Nuovo arrivo nella famiglia, la bimba, in questo caso al pari del bimbo, rappresenta una autentica rivoluzione all'interno della casa. A chi somiglia, quanto pesa, di che colore ha gli occhi e altri interrogativi, a volte solo di circostanza, accompagnano per i primi tempi la gioiosa presenza della piccola, sulla quale sono riversate in gran quantità premure e attenzioni di familiari e conoscenti. Ma le cose da fare veramente (controlli medici o cure) spesso esulano dalle spontanee manifestazioni d'affetto, a volte addirittura controproducenti. Nei primi 15 mesi di vita si formano i legami più significativi, quelli che contribuiscono a costruire l'identità della persona e a sviluppare in futuro i suoi rapporti sociali. Durante la successiva fase dell'infanzia i sogni di bambina si rifanno ai modelli più grandi: viene naturale ad esempio desiderare le scarpe simili a quelle della sorella maggiore o voler indossare gli orecchini della mamma. Fino a che i meccanismi della psiche, nella successiva fase dell'adolescenza, inducono la piccola donna ad atteggiarsi a "ribelle". Spesso la ragazza preferisce infatti circondarsi degli amici piuttosto che condividere il tempo in famiglia, al punto da chiudersi in se stessa o a confidarsi in chat anche con sconosciuti.

Diventare donna e assistere ai cambiamenti del proprio corpo è un processo fisico e mentale al tempo stesso, una graduale acquisizione di consapevolezza dei propri mezzi e dei propri limiti. Se poi sopraggiunge una gravidanza, il mistero si infittisce imboccando un percorso complesso e affascinante che conduce all'approdo più felice.

Le difficoltà aumentano, i malanni pure, ma per le donne esiste una piccola consolazione a livello statistico: tendenzialmente nel corso degli anni accusano più acciacchi dell'uomo ma vivono, pare, più a lungo.

la donna e le sue età

Un manuale intervallato da pagine di diario per analizzare l'affascinante cammino che va dai primi vagiti all'anzianità. In più qualche segreto per mantenersi sempre in forma.



I perché sono alla base del rapporto con la bambina, ma anche del suo sviluppo intellettuale e della sua immaginazione.

Il DNA influenza l'età dei passaggi fondamentali della donna.

Sembra che il corpo femminile sia in grado di durare più a lungo nonostante una maggiore propensione ai guasti nel corso degli anni.

info **Le età della donna**
- Mariagiovanna Luini - Skira