

# Quando bisogna dire basta alla Nutella

Giovedì a Trento il pediatra Sarti: «Il compito di un genitore è far sperimentare mettendo dei limiti»

TRENTO

Giovedì 12 marzo sarà a Trento (Circoscrizione Oltrefersina, via Clarina 2/1, ore 20.30) Paolo Sarti, il noto pediatra toscano famoso per la teoria della Nutella. La nota crema spalmabile della Ferrero è, per Sarti, la metafora della vita, o meglio la metafora di tutte quelle cose buone, divertenti, interessanti che assumono connotazioni negative solo quando si eccede. «Il bambino davanti al vasetto della Nutella non ha limiti e ad un adulto che i limiti glieli pone risponde protestando, piangendo. Il genitore mette un freno perché pensa al futuro, ma incontra le proteste del bambino che la percezione del futuro non ce l'ha».

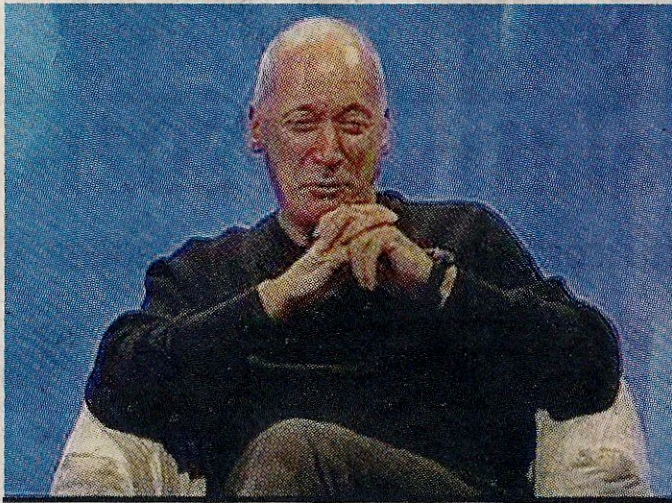
**Meglio cedere o rimanere sulle proprie posizioni?**

Le Nutelle della vita sono tante e il genitore d'oggi, piuttosto che dover gestire la conflittualità con il figlio, che magari vede poco, preferisce evi-

targli tutte le situazioni che potrebbero frustrarlo. Facendo questo però non solo priva il figlio della bontà della Nutella, ma anche dell'acquisizione della capacità di gestirla. Il divieto, il limite crea frustrazione, una frustrazione che il bambino deve imparare ad accettare e a gestire per crescere. Questo per evitare che in un futuro non troppo lontano i bambini diventati adolescenti vivano le normali esperienze della vita, un brutto voto a scuola o la fine di un amore, come vere e proprie tragedie. Non ha senso limitare le esperienze, le Nutelle della vita, che sono anche la tv, il tablet, lo smartphone, hanno solo bisogno di un adulto che insegni come usarle. Non ha senso proibire, come non ha senso tenere i figli sotto una campana di vetro, bisogna dare delle regole.

**Qual è il problema dei genitori di oggi?**

Sono più amici, confidenti



Il pediatra toscano Paolo Sarti, noto per la teoria della Nutella

che educatori, ma il compito del genitore è quello di educare, di far sperimentare anche l'autonomia all'interno di limiti e regole ben chiare. È importante insegnare ai piccoli a far da sé, dando però loro delle direttive che saranno utili anche

in futuro. La famiglia è una palestra dove i figli dovrebbero poter provare quello che poi vivranno nella vita sociale. Oggi i genitori "scansano" tutto il possibile: comprano le scarpe con il velcro per non dover insegnare loro ad allacciare le

scarpe. Limitano i figli per evitare, anche a se stessi, la paura dell'incerto, legata allo sperimentare, e li costringono dentro giornate programmate nel dettaglio, scuola, corsi di ogni genere, a tutte le ore, che tengono occupati senza un momento per sé, senza un attimo di "noia" che scatena la creatività e la fantasia. Ma se a un figlio vengono sottratte le fatiche dell'impegno e dell'esperienza personale sul campo, gli viene tolta, assieme agli ostacoli, anche la speranza di potercela fare.

**Lei è autore, tra l'altro, di "Neonati mal-educati", ma perché i bambini sono mal-educati?**

Non c'è un momento in cui è meglio iniziare ad educare. L'educazione inizia da quando l'individuo nasce, ecco il perché del titolo "mal", inteso come male, "educati", cioè educati male, abituati a dormire nel lettone con mamma e papà, accontentati in tutto pur-

ché non piangano. Eppure sin da subito sono importanti limiti e regole. Lasciare che il bambino rifiuti a priori una pietanza, che s'incaponisca, che proprio non la voglia assaggiare, gli impedisce di provare nuove esperienze, nuovi sapori, limita anche la sua capacità di sperimentazione e creatività.

**Come può oggi l'adulto recuperare il suo ruolo genitoriale?**

Togliendosi il senso di colpa. Deve fare il genitore, se c'è da discutere si discute, anche se il tempo, tra i mille impegni, è poco, anche se dispiace, magari dopo una giornata di lavoro, guastare il clima di serenità, ma è questo fare il genitore. Il genitore non può essere complice del bambino, deve dare delle regole e imporre dei divieti che devono essere rispettati. È sicuramente più faticoso che lasciar correre, ma lo sforzo premia in futuro perché mira ad allevare individui indipendenti, autonomi, sicuri di sé che non si lasciano travolgere dalle frustrazioni e difficoltà della vita, ma le sanno gestire perché hanno imparato a farlo.

(a.l.g.)