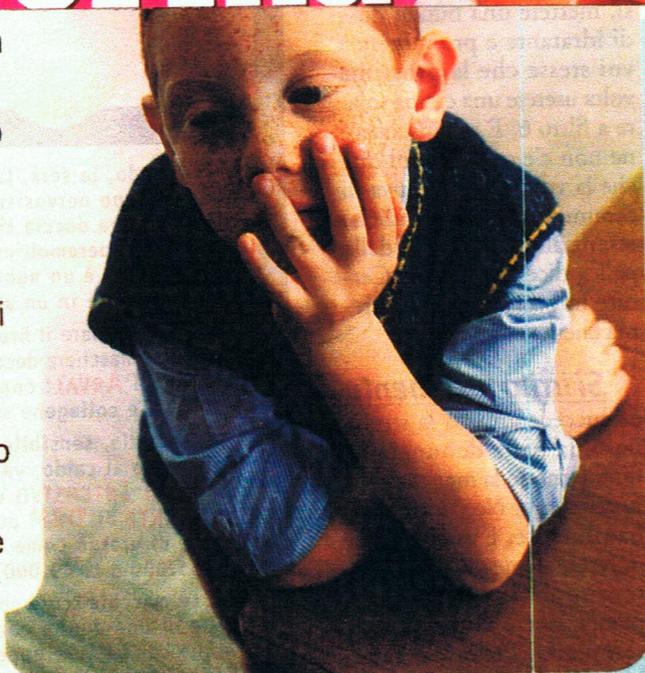


Donna in forma

Con la bocca fresca e i capelli lavati, è più bello. Ma farlo capire a un bambino è spesso un'impresa. O si sopportano i suoi strilli, o si fa la "gara" delle buone abitudini. Con tanto di cronometro e record da battere

di **Roberta Marioni**



Il complesso dell'apparecchio

Se c'è una cosa che riempie di complessi un giovanotto di sette anni (figuriamoci una signorina) è dover portare l'apparecchio per i denti, quello che la sera va tolto e pulito. In America, per le più grandicelle hanno inventato le macchinette con i brillantini. Per i più piccoli è valido l'intervento dei nonni. Se un nonno con la dentiera gioca la carta della complicità e dice al nipotino «che barba, eh, dover lavare l'apparecchio tutte le sere...» lui non si sente più "strano". Anche se forse entra in crisi il nonno, che della dentiera non aveva parlato con nessuno.

La pulizia è un gioco

Di bambini che si lavano il collo senza far storie, che si puliscono regolarmente i dentini, o che si lasciano tagliare i capelli senza lamentarsi, a memoria di mamma, non se ne ricordano molti. L'unica cosa che i piccoli fanno volentieri è il bagno. Anzi, non uscirebbero mai dall'acqua, tanto è vero che dovete tirarli fuori a forza quando ormai hanno le labbra livide e le dita raggrinzite. Contemporaneamente, vi tocca ripescare

cinque o sei pupazzi sgocciolanti e metterli ad asciugare sul calorifero, saltellando su un pavimento dove si è rovesciata la schiuma che, invece, sarebbe dovuta rimanere nella vasca. Ma, alla fine, eccolo lì: lavato, asciugato e con i capelli spazzolati fino a brillare. Voi, invece, siete a pezzi. E cominciate a pensare che, forse,

non ne valeva la pena: in fin dei conti anche i bambini sporchi diventano grandi. Ma può esserci un'altra strada: quella di trasformare la pulizia in un gioco. Tentate con questi trucchi.

- Per fargli lavare i denti, basta un cronometro. Ditegli di sfregare bene dal basso verso l'alto e viceversa, senza trascurare l'interno. Record da battere? Quello dei trenta secondi. Insomma, dovrà essere più veloce di Superman. Senza barare usando lo spazzolino elettrico del papà.

● Arriva il momento di tagliare i capelli e la sola vista delle forbici lo fa strillare. Per superare l'ostacolo, durante il taglio, tenerlo in braccio. E distraetelo con il gioco delle smorfie allo specchio. In più, per diradare le visite dal parrucchiere, optate per un taglio cortissimo, che per i maschietti è anche di moda.

- E le unghie? Per tagliargliele senza traumi, raccontategli una favola che abbia per protagonista un orsetto o un gattino. Che, per rendere più forti i suoi artigli, così utili alla caccia, se le fa tagliare dalla mamma. Qualsiasi bambino sarà felice di imitare il suo animale preferito.

- «Vediamo che cosa si nasconde qui dentro». Basta una frase così, per trasformare la pulizia delle orecchie in una caccia al tesoro.

LE REGOLE BASE

Dice il dentista Gianfranco Aiello: «Il bambino deve lavare i denti tre volte al giorno, dopo ogni pasto. E imparare, fin da piccolo, a usare il filo interdentale».

Dice il dermatologo Antonino Di Pietro: «Il bagno deve essere quotidiano. Meglio con la schiuma neutra: anche se rimane immerso a lungo non inaridisce la pelle».

Dice il parrucchiere Aldo Coppola: «La testa del piccolo va lavata tutti i giorni con un pizzico di shampoo. Da passare senza mai strofinare troppo».