VareseNews

“Occhi di riso occhi di Luna”, il racconto sincero della mamma di una bambina con la sindrome di Down

Pubblicato: Martedì 1 Aprile 2025

“Dopo i primi momenti di buio e incertezza, una timida luce inizia a farsi strada tra le paure, e un giorno, mentre Luna è serena nella sua culla e Alessandra si ferma a guardarla, avviene qualcosa di impercettibile: una sensazione nuova, un filo invisibile che parte da Luna e arriva a lei, e da lei riparte tornando a Luna. Il filo del legame che le legherà per sempre e di un amore che supererà ogni ostacolo. Da quel momento inizia il loro viaggio, fatto di scoperte quotidiane nel mondo della diversità, dove ogni giorno diventa dono e sfida: i primi sorrisi, le prime interazioni con gli altri bambini, le prime pedalate in bici”.

Sul sito di De Agostini Libri sono queste le prime parole che vengono utilizzate per **presentare “Occhi di Luna, occhi di riso. Una vita perfetta in ogni minimo difetto”, il primo libro di Alessandra Baruffato**, autrice varesina, medico nutrizionista, moglie di Luca e mamma di Luna e Archimede.

Giovedì 3 aprile alle 21.00, il libro sarà presentato a Materia Spazio Libero Varesenews, in Via Confalonieri 5, Sant’Alessandro – Castronno.

PRENOTA QUI IL TUO POSTO

Dopo la laurea in Medicina, ha abbracciato il mondo della prevenzione con un focus sulla nutrizione e le cure naturali. Ha sviluppato una visione olistica della persona, con particolare attenzione alla crescita

personale come parte integrante dell'evoluzione umana. **Presidente dell'associazione DAUN, Alessandra è attivamente impegnata a promuovere l'inclusione per le persone con disabilità**, creando progetti che celebrano la diversità.

«**Quando è nata Luna, mia figlia, mi sono trovata di fronte a una realtà che non conoscevo**. Avevo bisogno di supporto, di qualcuno che mi mostrasse cosa significasse davvero **vivere ogni giorno con la sindrome di Down**, al di là delle fredde informazioni mediche e dei pregiudizi radicati nella società – racconta -. **Questo libro nasce dalla mia esperienza personale, ma soprattutto dal desiderio di cambiare la narrativa sulla disabilità**. Troppo spesso si parla di sindrome di Down con parole sbagliate, con un tono di pietismo o con il filtro del "supereroismo". Ma la realtà è molto più sfumata, più umana, più autentica».

«**Con Luna ho scoperto un mondo nuovo**. Un mondo fatto di sguardi, di domande, di paure, ma anche di amore puro, forza e scoperta. **"Occhi di riso occhi di Luna" è il racconto sincero della mia esperienza come mamma di una bambina con la sindrome di Down**. Un libro nato dal desiderio di uscire dai confini dei social per arrivare a chi, come noi, ha vissuto l'impatto di una diagnosi inaspettata, e a chi vuole guardare la diversità con occhi nuovi – prosegue Alessandra -. **Non è un manuale, non è una guida. È vita.** Perché la diversità non è un limite, ma un'opportunità. Perché i bambini con la sindrome di Down hanno tanto da dire, da fare, da dare. **Per chi ho scritto questo libro? Per i genitori** che si sono sentiti soli di fronte a una diagnosi. **Per chi lavora nel mondo dell'educazione** e vuole davvero fare inclusione. **Per chi**, semplicemente, **vuole aprire il cuore e imparare a guardare oltre le etichette**».

Occhi di riso occhi di Luna (uscito nel 2025) è disponibile in tutte le librerie e online.

LA SINOSSI DEL LIBRO, DAL SITO DE AGOSTINI LIBRI

Dopo i primi momenti di buio e incertezza, una timida luce inizia a farsi strada tra le paure, e un giorno, mentre Luna è serena nella sua culla e Alessandra si ferma a guardarla, avviene qualcosa di impercettibile: una sensazione nuova, un filo invisibile che parte da Luna e arriva a lei, e da lei riparte tornando a Luna. Il filo del legame che le legherà per sempre e di un amore che supererà ogni ostacolo. Da quel momento inizia il loro viaggio, fatto di scoperte quotidiane nel mondo della diversità, dove ogni giorno diventa dono e sfida: i primi sorrisi, le prime interazioni con gli altri bambini, le prime pedalate in bici. Luna si rivela una piccola forza della natura, una bimba unica, tenace, solare, spiritosa, con una curiosità infinita e contagiosa verso il mondo, e la capacità innata di scovare la magia nascosta nelle piccole cose. Grazie a lei, Alessandra e Luca imparano presto che la perfezione non sta nell'assenza di difetti, ma nel modo in cui li abbracciamo, e che ogni diversità, se celebrata, mostra la bellezza laddove gli altri non osano guardare.

La loro non è solo la storia di una famiglia, ma un racconto che accoglie la fragilità e la trasforma in forza. Un inno all'inclusione, un invito a guardare al di là delle paure, dei pregiudizi e delle etichette. La testimonianza che ogni storia, come quella di Luna, può ispirarci a costruire un futuro in cui solo l'amore, la comprensione e il rispetto possono guidarci al cuore delle cose.

Tommaso Guidotti
tommaso.guidotti@varesenews.it