



Boom per palestre e centri d'estetica prima delle vacanze
Nella capitale si spendono 750 miliardi l'anno
per gonfiare i muscoli e combattere la cellulite
Testa a testa tra uomini e donne nella corsa alla bellezza

Sudore e creme Roma vanitosa prepara l'estate



Nessuno lo considera più effeminato. E lui, nella Roma dai cento dialetti, nei quartieri alti, in periferia, in casa e nelle beauty farm, lui burocrate o manager, commesso o colonnello, edicenne o sessantenne si profuma e usa unguenti per lustrare i muscoli, fa palestra per gonfiarli e si lascia impastare per rassodare le forme, si fa levigare il viso. Lo colora scegliendo nuance e sfumature sotto i raggi Uva, in uno dei quaranta centri di Roma, città dove il sole non manca e il mare è vicino. È l'arrivo dell'estate fa scattare l'alta stagione della bellezza. Tutti a faticare per mostrare muscoli e pelle liscia.

Trecentoventi miliardi spesi l'anno scorso per i cosmetici: 280 in profumeria, in farmacia, nei supermercati; 40 dai parrucchieri e negli istituti di bellezza. Tra i prodotti: 45 miliardi per i capelli, shampù, gommine, coloranti e lacche; 40 per i profumi; 35 in saponetteria; il resto per rossetti, abbronzanti, unghie.

Altri trecentoventi miliardi sono costati i servizi alla persona: barbieri, visagisti, centri di ringiovanimento, cure dimagranti, massaggi rassodanti e antinghe. Soldi dati con soddisfazione, fino a 100.000 lire. La tariffa è libera. Lo standard è 40.000 lire per una seduta contro la cellulite; 60.000 lire per un lifting cosmetico (ringiovanimento); mille lire al minuto per la

depilazione elettrica. Sono dati e informazioni dell'Unione consumatori, passati al microscopio dal suo presidente Emanuele Piccarini.

I maschi romani che frequentano istituti e palestre, solari e idromassaggi, stanno per toccare quota 30%. Le richieste crescono, ma la domanda è largamente inevasa. È in arrivo l'ondata di piena che non conosce stagioni, più alta certo quando l'estate è alle porte, ma da due anni costante per dodici mesi, avvertono ancora gli operatori del settore bellezza. I muscoli fanno scena, l'agilità è sinonimo di giovinezza, la pelle levigata è come lo specchio per le allodole. Nudi o vestiti l'ansia è costante: un bell'aspetto sempre e ovunque.

«Gli uomini? Sono molto curiosi, spesso mi pregano, insistono per avere i massaggi, ma non ho posto», dice Silvana Garcia. Nel suo famoso salone di bellezza e cosmesi, in via della Pace, vanno per dare più elasticità alla pelle del viso, per rallentare l'invecchiamento. Piacerà è la regola, per guardarsi allo specchio e farsi un sorriso, per lasciarsi guardare in slip e costumi francesi, o vestiti in blaiser e camicie bisusani, una moda che senza muscoli infagocita. Anche il colonnello della guardia di finanza, le guance cadute per le cure dimagranti, rinfresca l'aspetto e i muscoli facciali, una volta alla settimana. E si sente meglio.

Il 30% degli uomini romani d'ogni età ama curarsi per ringiovanire o mantenersi bello. E lo vorrebbe almeno il doppio di quanti oggi frequentano le beauty farm. Ma mancano i posti e il personale disponibile ai massaggi. Intanto la spesa annua per la bellezza ha superato i 750 miliardi. Un'ora contro

le rughe o la cellulite costa dalle 40 alle 100mila lire. Nelle 700 palestre è cominciata invece l'invasione delle donne. Insomma nel firmamento della bellezza le due metà gareggiano alla pari per civetteria ed esibizione. E con l'arrivo dell'estate s'ingrossa l'armata degli aspiranti «forti e belli».

muscoli ai bancieri e ai pull over, indurisce l'addome sulle panche inclinate, tre volte a settimana. Quando non può - è un libero professionista - rimedia con la sua palestrina domestica, per non perdere la fitness, forma e benessere. «In maggio, dice senza pudori, prendo la tintarella Uva. E la sera attingo al barattolo di crema della mia compagna. Mi sento bene. Perché, solo le donne possono?». Non ha tutti i torti, l'aspetto è eccellente, gommata tra i capelli e non una ruga in viso.

Le palestre cittadine per uomini e donne sono più di settecento, quasi la metà attrezzate per il body building. Sono spuntate come funghi, in ampi scantinati ristrutturati, una proliferazione selvaggia. È una città sotterranea, dove un abbonamento annuale oscilla dal mezzo milione al milione e mezzo. Lì si saltella tutto l'anno. «Si autodisciplinano, così come si lavano i denti tutti i giorni - assicurano alla New Fitness club, una palestra all'Alberone, in via Gino Capponi, con 150 presenze giornalieri». Anche le ragazze fanno body building e all'uscita aspettano le mamme iscritte al corso successivo. L'imperativo di un corpo in piena forma, il più possibile perfetto, l'ha imparato prima chi ha un dovere di bella presenza in società. Al «Navona health center», in una cornice di classe, «in un luogo antico, nel cuore di Ro-

ma», avverte il biglietto da visita, donne professioniste, giornaliste e restauratrici, le big dell'aristocrazia, nei giorni pari, modellano il corpo con una tecnica originale, quella americana. Agli uomini tocca nei giorni dispari: «Sono tanti» - dice Grazia Cegna, la direttrice, che non vuole fare il nome del tal industriale, del tal notaio - «Si riempiono lontano dalla mondanità e dai salotti».

Curano la vita mondana invece quelli del «Golden gym», al Parioli. «È un punto d'incontro e di preparazione sportiva» dice Stefano Cardelli, direttore sportivo. Hanno dai venti ai quarant'anni, sono tutti professionisti, uomini o donne della politica e manager dell'industria, personaggi del Foro e della carta stampata, e vanno nell'eden, nell'immensa palestra sotto villa Borghese, al «Roman sport center», 5400 metri quadrati. Il costo dell'abbonamento è alto, e quello della struttura ha sfiorato i dieci miliardi. Le presenze non sa dirle neanche Mario Valente, addetto stampa, che parla di relax, di voglia di break dei suoi clienti.

«L'esibizione fisica arriva dopo il benessere», dice - ma arriva. Ma quanto costa? E riesce sempre? Gli operatori del settore sono generosi di promesse, ma i più seri ammoniscono: «Ci vuole costanza per tutta la vita».

GRAZIA LEONARDI

«Qualcuno che pensa a te e tu a niente, ecco cosa chiedono i miei clienti. Recuperarsi dallo stress, mantenere uno stato di benessere, allentare le tensioni nervose e muscolari. Anche l'uomo chiede di diventare bello, sa di diventare più comunicativo», dice Franco Brunetti, vent'anni di professione. Nella sua scuola prepara i nuovi operatori: nel suo istituto di bellezza, in viale Parioli, la clientela maschile non scende mai sotto il 30%. Più timidi i clienti che si affacciano al «Beauty sun center», in via La Spezia, a San Giovanni. Sonia, giovane estetica, li deve rassicurare continuamente: «Ma sono solo io?», domandano preoccupati durante il massaggio drenante. Poi passano al lettino

Uva, prenotabile con una settimana d'anticipo. Ed escono marron glaccé, lucidi, tirati a nuovo. Da lì il salto in palestra è breve. Al centro sportivo Santacroce, in via Eleniana, vicino a Porta Maggiore, gli abbonamenti annuali sono 500. Negli 800 metri quadrati della struttura i clienti - dai 4 ai 70 anni - fanno ginnastica, body building, nuoto, pallavolo, tennis e danza, dalla moderna al ballo liscio. «Uomini e donne - precisa Alma Di Mattia, addetta alle pubbliche relazioni - Sono persone del quartiere Esquilino e di quelli limitrofi». Egidio, 34 anni, ha un cartellino appeso al collo (la sua scheda personale per il body building) consuma l'adipe ancor prima che compaia e gonfia i

Chiedono scuole e regole certe per battere l'abusivismo

Ventimila esperti al lavoro per il corpo

È un mestiere molto ambito dai giovani, storicamente dai gentili sesso, da pochi anni anche dagli uomini, dopo i primi timidi assaggi. Grandi o piccole sono 5000 le imprese artigiane di estetica iscritte all'elenco professionale. Danno lavoro a più di 20.000 addetti. Ma la loro classificazione legale - 3500 accconciatori, femminili, 1000 maschili, 25 istituti di bellezza, 100 estetiste con laboratorio - non registra quella che invece è una realtà vulcanica, pululante di attività d'ogni genere fino a quelle paramediche. C'è una legge, la 1142 del '71, che disciplina professionalità e criteri di insediamento nel territorio cittadino. Ma è un gran Calderone, e da anni le estetiste chiedono al Parlamento di avere una legge tutta per loro. È diventata una categoria così folta da reclamare regole per fare chiarezza sulle prestazioni, sulle strutture, sulla professionalità. Perché l'abusivismo è imperante.

Il quadro è di Luciano Foglia, parrucchiere asciutto, energico e combattivo di viale Manzoni, presidente regionale e provinciale della Fibma-Cna, il sindacato dei barbieri e accconciatori.

Tanti giovani verso l'estetica per scongiurare la disoccupazione?

«Non credo. C'è una domanda di bellezza pressante, alimentata dalla pubblicità che la declama come un passaporto vitale. Pelli solari, massaggi, creme, è una sollecitazione a scena aperta, dietro le quinte industrie e multinazionali con fatturati da capogiro. Da qualche tempo anche gli uomini chiedono di potersi curare, lo fanno in luoghi da sempre frequentati dalle donne. Dai coliffeur vanno

per tingere i capelli, per un massaggio al viso, per le manicure, alla vista di tutti, senza domandare il separé. Tutto questo ha messo in movimento il settore dell'estetica fin dalle radici. Le scuole, da quelle comunali, regionali, a quelle private hanno un sovrannumero di richieste, posti per tutti non ce sono, tanto che le iscrizioni slittano all'anno successivo».

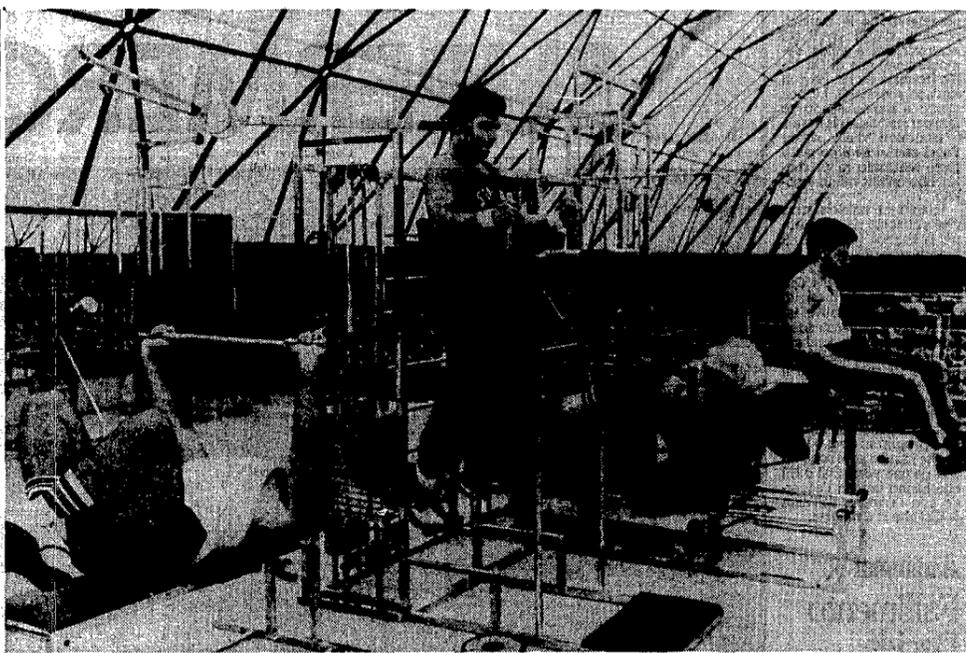
Vuol dire che il made in Italy scaccerà le mode estere?

«Senz'altro, perché tantissimi sono diventati bravi professionisti. Anche se c'è ancora molta confusione. Spuntano pseudo palestre e altrettanti istituti, crescono i ciarlatani. Molti si spacciano per paramedici e consigliano e speculano. Ci vuole poco quando si suona il tasto della bellezza: un po' di carisma e di nome in un entourage ristretto, poi ci si allarga in quattro e quattr'otto. Basta guardare quanti nomi dello spettacolo hanno ripiegato su questo settore».

Rimedi?

«Serve al più presto una legge. Oggi non si capisce quali strumenti o macchinari le estetiste possono usare, non sono chiare le mansioni possibili. Ad esempio forbici e mani per i parrucchieri, mani e creme per gli estetisti, ma quali altre tecniche e macchine di recente invenzione possono aiutare l'operatore che cura il corpo? È un vuoto tanto più preoccupante per la concorrenza manageriale che si potrà sviluppare dopo il '92, tra guardo dell'integrazione europea. Per ora la legge nazionale è ferma al Senato. Solo il gruppo comunista alla Regione ha presentato un progetto per regolamentare il settore».

G.L.



«Saltate 15 minuti e siete a posto»

Crackers integrali, la pilloletta che sazia e dà energie, la bistecca di soia, tavolette spugnose marron beigliolino, rigatoni precotti, granulati vitaminici in bustina: è la dieta. Ormai si ingurgita di tutto per smaltire anelli di ciccia e pancioni. Fa bene, è un'illusione, quanti pasticci si combinano? «Molti. Il fenomeno è macroscopico. Magro uguale bello: è il primun movens a soluzioni impossibili».

Marcello Romano, medico specialista dal 1953, da vent'anni esperto di dietologia e aterosclerosi (la patologia da colesterolo) punta l'indice su un labirinto di speculazioni e pressapochismi. Medici che fanno da prestanome agli istituti per la silhouette, multinazionali che giocano sull'aggettivo «dietetico», che accanto ad un cibo qualsiasi diventa, per la gente, sinonimo di dimagrante. Nella sua professione il dottor Romano ha raccolto giorno dopo giorno, nell'atmosfera soft del suo studio, casi drammatici, de-

«Magro uguale bello. In nome di quest'assunto si combinano pasticci per smaltire ciccia e vedere andar giù l'ago della bilancia. È più utile saltare a corda ogni giorno in casa, che andare in palestra una volta a settimana. Attenzione alle creme per smaltire la cellulite o ringiovanire. L'abusivo pro-

voca effetti collaterali dannosi. Una strada per essere sempre in forma c'è: mantenere sani gli organi interni e il sistema vascolare. Altrimenti si invecchia prima e si rischia di accorciare la vita». Parla Marcello Romano, medico specialista da trentacinque anni, esperto di dietologia.

fanto, «eppure eccomi qua».

Tutte illusioni il body building, le palestre, i massaggi e quant'altro ci si inventa per costruirsi un'immagine presentabile?

«Avere un bell'aspetto è il biglietto da visita cui ognuno aspira. Gli insoddisfatti si ripagano col cibo, fanno una scelta di piacere, poi vogliono rimediare, corrono di qua e di là, in modo raffazzonato. La questione è più semplice: si mangia ogni giorno, si deve consumare quotidianamente. Un'automobile non consuma il pieno di benzina rimanendo in sosta. L'equilibrio psicofisico si può compromettere in 5-6 giorni, inutile spe-

manda in circolo. Così la cellulite, il grande nemico delle donne, può essere sciolta ma il dosaggio della crema deve essere studiato sulla persona, tenuto sotto controllo medico, contiene tiroide e spalmarsene a cucchiatale è un abuso, stuccata una ghiandola la moltiplica e magari sana».

Insomma non c'è via d'uscita? «La strada più diretta: un controllo semestrale da un medico internista, esperto di patologie che accelerano l'invecchiamento. Gli organi interni devono stare in ordine, mantenuti sani che si può, i sistemi vascolari arteriosi vanno protetti dall'aterosclerosi, dal colesterolo, epidemia del nostro secolo che uccide più di qualsiasi malattia. Sono le prime cause dell'invecchiamento e si perdono quando si mangia disordinatamente. Allora non ci si ama più, e si piange e si mangia ancora. Invece sani dentro, più belli fuori, di quelli non si scappa».

G.L.

Body building, danza moderna, corpo libero e massaggi

Tutte le tecniche per restare sempre in forma

Corpo libero. Sono esercizi di ginnastica: gambe a squadra, braccia aperte ad ala, flessioni e inarcamenti, colli rotanti, fianchi a destra e sinistra, mezzi busti ad angolo retto... dieci quindici volte a figura, il corpo si snoda come un burattino di legno, rimitico come la musica afrocaribica che lo accompagna, obbediente agli ordini secchi dei maestri, riflesso in un gigantesco specchio, unico occhio impietoso.

Body building. In auge ormai da anni, tutti prima o poi l'assaggiano. E allora via con i muscoli da riscaldare, con primi e morbidi scatti per metterli in moto, poi con molto fiato saltelli a ripetizione. È una pratica a punta onda, contrazioni e rilassamenti, per mezz'ora. Il corpo si temprerà ed è pronto a passare alle macchine. Le cavigliere assottigliano e rafforzano i trapezi e le bilanciere gonfiano i pettorali, le panche inclinate riducono gli addominali. I pull over per le spalle, i manubri per costruire i bicipiti e rassodare le braccia, butter fly per ringiovanire il seno, sedia romana per la schiena dritta, i pedali per cosce e glutei. I maschi si allenano dalla vita in su, bicipiti e pettorali, le donne più disciplinate articolano tutto.

Danza moderna. Tre volte a settimana, un'ora e mezzo per otto mesi, alla fine ci si sente un po' Don Lurio. Nei primi tre quarti d'ora ginnastica e esercizi di danza classica. Poi si volteggia a squadra su grandi pedane, mosse e mossette garbate, immagini leggiadre e ambigue, passi riciclabili in discoteca, mentre la fantasia vola su un palcoscenico Rai.

Massaggi. Che siano igienico-estetici, curativi, sportivi, le mani degli esperti impasta-

no, sfiorano e frizionano ogni centimetro. Mille esigenze, ognuno ha la sua e gli estetisti non risparmiano tecniche: Rolling e rocking contro lo stress; ondeggiando di continuo arti e muscoli si distendono. Micromassaggi cinesi: le dita sfiorano piccole zone del corpo e agiscono di riflesso, come gli aghi dell'agopuntura. Lo Shiat Su, un'antica pratica giapponese, è una lieve pressione delle dita sui punti nevralgici del corpo. Linfodrenaggio: una tecnica idraulica che convoglia e svuota i liquidi, e ne attiva lo scorrimento. Da un nodo all'altro, da un vaso infero a uno superiore, percorrendo tante stazioni intermedie si scaricano tossine e si mette in moto il ricambio autogeno. Si parte dalla punta delle dita dei piedi per arrivare all'inguine, oppure dal collo fino allo stomaco. La massoterapia per pannello la figura, curare i guai e confortare gli sportivi. La tonoforesi, sostanze iniettate nel corpo e piccole scariche elettriche.

I più richiesti sono i massaggi estetici che modellano, drenano e rilassano. Abbandonate le antiche creme e la paraffina, ora si usa la fitoterapia, estratti di erbe combinati in miscele ad hoc, per trattamenti personalizzati. Sinergie di aromi, di molecole odorose delle piante, di estratti che sprigionano proprietà antinfiammatorie, rigeneranti, cicatrizzanti. Così la lavanda (di per sé analgesica, euforizzante, citoflattica) che associata al propoli (la pappa reale) e al timo, purifica le cellule. Edera, betulla e ipocastano sciolgono i grassi e cancellano i nodi cellulitici con un effetto placebo sulla circolazione linfatica e venosa. E la cannella è vasodilatatrice, le alghe e l'edera prevenziono i ristagni.

G.L.

In alto: due «forzati della tintarella» davanti alla macchina dei raggi Uva. Nella corsa alla bellezza testa a testa tra uomini e donne. Al centro: fatica e sudore in palestra per gonfiare i muscoli. (Servizio fotografico a cura di Rodrigo Pais)