

Dimagrire, porca miseria! Un “comfort book” nel quale riconoscersi

Pubblicato: Martedì 4 Giugno 2019



Perché voler **dimagrire è un desiderio che accompagna moltissime persone**, forse la maggior parte di esse, senza grandi distinzioni di sesso e socialità. Ma non solo. Perché sentire di voler assottigliare i propri confini si accompagna spesso a un **senso di inadeguatezza che può essere fonte di piccole, grandi sofferenze**. Idiosincrasie, autoironia, lievi isterie.

Elisa Origi, autrice di Cardano al Campo, affronta l’argomento con **piglio e umorismo**, senza rinunciare a uno **stile narrativo delicato** e rispettoso, perché **il bisogno di snellezza che ci caratterizza – e spesso ci ossessiona – merita di essere raccontato** più che descritto.

Questo non è infatti un saggio sociologico o un manuale di psicologia: e allora, di che cosa si tratta? La risposta sta proprio nel sottotitolo: **un comfort book, un libro cioè in cui ritrovarsi**, riconoscersi e forse aggrapparsi quando si avverte la necessità di rimettersi in discussione per provare a migliorarsi, partendo dal proprio corpo ma andando, evidentemente, anche oltre. “Dimagrire, porca miseria!” è un libro per ripercorrere tutte le tappe che portano dalla **decisione di voler perdere peso**, all’entusiasmo che ne consegue; fino al **calo di motivazione**, nascosto dietro a ogni angolo.

Una quotidianità scandita dalla dieta diventa così una somma di **piccoli riti, buoni propositi e voglia di vedersi migliori**, non solo esteticamente. Entrano così in gioco autostima e disciplina, senso della misura e capacità di ascoltarsi. Un cammino da osservare con cura, perché in grado di rivelare tanto

della nostra umanità. Per questo la scrittura segue un doppio registro, affrontando il tema con verve comica ma senza dimenticare quante difficoltà possa comportare il sovrappeso, anche quando lieve. Insomma, un libro per chi saprebbe già come fare per perdere peso. Ma non riesce a iniziare. Perché per dimagrire non è sufficiente attenersi alle tabelle dei conteggi calorici, occorre volersi bene, in primis.

Anche per questo, il libro si apre, nel suo cuore, a una serie di veri e propri **racconti, dove il cibo è al centro del mondo dei loro protagonisti** che svelano a volte tratti acerbi della propria personalità, a volte tensioni semplicemente drammatiche. “Dimagrire, porca miseria!” è **un libro da leggere quando i libri sui metodi più folgoranti per perdere peso, ormai, li si è letti un po’ tutti**. “Dimagrire, porca miseria!” è acquistabile online, per esempio su [Amazon](#) e [Ibs](#).

L’autrice

Elisa Origi è consulente per la comunicazione d’impresa. Laureata in Lettere Moderne e formatasi presso la Scuola di scrittura di Raul Montanari, ha pubblicato nel 2017 la raccolta di racconti *Lucore*. Giornalista e due volte mamma, le diete le ha provate un po’ tutte.

La casa editrice

Hygeia Press è nata nel 2009 come casa editrice specializzata in saggistica medico-scientifica, con una particolare attenzione rivolta ai progressi della ricerca. Anche se le pubblicazioni Hygeia Press, fin dall’inizio, si sono orientate e continuano a rivolgersi al mondo universitario e professionale, si è fatta strada prepotentemente la consapevolezza della necessità di creare un link informativo tra l’ambito della ricerca e la vita quotidiana. Da qui l’apertura a nuove proposte editoriali rivolte a un pubblico più vasto, fatto di persone che desiderano diventare protagonisti nelle scelte che riguardano la loro salute e il loro benessere. In questa ottica Hygeia Press sta sviluppando manuali di self help e di medicina narrativa perché, nella cura di se stessi, sono importanti la consapevolezza, la motivazione personale e la capacità di comunicare con gli esperti e con altri *stakeholder*.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it