

L'ITALIA  
ESPORTA  
DIETE

DI NICOLA SORRENTINO

Oggi perché una dieta diventi credibile è sufficiente che una star la segua o ne parli entusiasta in tivù. La riprova viene dal successo riscontrato dalla dieta di Beverly Hills: macedonie di frutta, prima esotica, poi secca. Da un punto di vista medico non ha capo né coda. La dieta non è una moda. In questo momento sulla cresta dell'onda c'è La Zona (Martina Colombari), quella iperproteica (lo dice la parola stessa, che c'è qualcosa di troppo) e quella dell'indice glicemico: il famoso metodo Montignac (Kylie Minogue). Demi Moore fa la crudista, Gwyneth Paltrow la macrobiotica e Angelina Jolie mangia ogni tre ore. Tutta concorrenza alla nostra dieta mediterranea. Copiamo le cattive abitudini degli altri dimenticando che la nostra dieta è invidiata in tutto il mondo. L'unica che apporta tutti i nutrienti come stabilito dall'Istituto nazionale della nutrizione.

**ARTE**  
NAPOLAROID. IN MOSTRA LE  
FOTO INEDITE SCATTATE DA  
ANDY WARHOL A NAPOLI

[ DI FRANCESCA PINI ]



164

**GUARDARE**  
LA TOURNÉE ITALIANA  
DI LIGABUE. E GENOVA CELEBRA  
GARIBALDI CON 5 MOSTRE

[ DI MANUELA CROCE E FRANCESCA PINI ]



170

**MANGIARE**  
LA CASA VICINA DI TORINO,  
I BISCOTTI A TIRATURA LIMITATA,  
LA DIETA ZONA A DOMICILIO

[ DI ROBERTO PEURONE E MAURIZIO DI GREGORIO ]



174

