



In basso, Barbara D'Urso, 55 anni, conduttrice di «Pomeriggio Cinque». A lato, la copertina del suo libro «Ecco come faccio» (Mondadori, 144 pagg., 15,90 euro).

LA DIETA D'URSO E IL SEGRETO DELL'IMMORTALITÀ

di Raffaele Panizza



Ogni mattina Barbara D'Urso apre gli occhi e fa la «fotosintesi barbarelliana». Prima inghiotte una pasticca di clorofilla, poi fa il saluto yoga al Sole, quindi inizia a bere sali minerali: mezzo litro d'acqua a temperatura ambiente, una capsula d'inositolo, fermenti lattici, spremuta a garganella, centrifugato e una botta calorica di noci brasiliane. Poi si scalda il pane e ci spalma burro di soia e marmellata: «Solo raramente» racconta «mi concedo un giorno di digiuno totale, bevendo tisane disintossicanti e tè dell'Himalaya». Visto che da una vita la gente la ferma per strada chiedendole: «Barbara, ma come diavolo fai?» («A essere 'nu femminone esaggeraaat!» dice lei, svelando in napoletano la parte implicita della domanda), ora ha deciso di dare la risposta in un libro, scritto col dietologo Nicola Sorrentino. È già in libreria *Ecco come faccio* (editore Mondadori). Il perché lo fa, invece, lo trovate qui sotto.

Vuole diventare una guru?

Ma proprio per niente! Nel libro scrivo solo ciò che funziona per me, mica cosa è giusto per tutti. Magari ci sarà pure gente che leggendolo penserà: ma questa qui è cretina...

Davvero beve acqua e aceto di mele per disintossicarsi?

Ogni tanto. Come bere il tè matcha o mangiare le bacche di goji. Se lo facessi sempre, sarei una schizzata.

Ha una schiera d'amiche che pendono dalle sue diagnosi?

Dico la mia, se serve. Ultimamente per esempio ho spedito l'insegnante di pilates dal mio omeopata. Aveva bisogno di riequilibrarsi il pancreas.

Si sente un po' strega?

L'altra sera ho sognato di sfiorare con *Pomeriggio Cinque*, obbligando il tg a durare sette minuti al posto di cinque. Vado in riunione e dico: giocatevi questi due numeri sulla ruota di Napoli. Ehi, sono usciti davvero (e mostra il biglietto con l'ambo, puntato però dai collaboratori sulla ruota sbagliata, ndr).

Le piacerebbe essere eterna?

Io lo sarò, eterna. Vedo nel futuro e sento le cose. Tra 10 anni, per esempio, condurrò Sanremo.

Vuole diventare una holding, come Oprah Winfrey?

Una piccola, microscopica Oprah, un po' più magra possibilmente.

Una rivista settimanale con la D'Urso sempre in copertina...

E già che ci siamo facciamo anche le bambole. Così chi mi odia, chi quotidianamente mi chiama sciacalla sui giornali, può infilarsi comodamente gli spilloni.

Tutti scrivono di cibo e nessuno di sesso. Un suo Kamasutra avrebbe il coraggio di pubblicarlo?

Mancano punti di riferimento: trovare un uomo con cui mi piaccia fare l'amore è praticamente impossibile.

Quando ordina al ristorante è insopportabile?

Una rompiballe totale. Tutto scondito, niente aglio, niente cipolla, vietato il formaggio.

E per dessert?

La mia unica debolezza: mi ingozzo di dolci.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Gianluca Sarago-Lapresse