

Intervista a Januaria Piromallo che spiega come restare affascinanti anche dopo aver superato la boa del mezzo secolo

# Sempre belle

## Un libro contro la paura degli "anta"

di LEDA CESARI

**D**emi Moore insegna: gli anta sono età deliziosa, boa che segnala l'approdo ad un periodo della vita in cui fare finalmente quello che più ci piace (compreso avere nuovo fidanzato o marito di una ventina d'anni più giovane, come l'ex signora Willis). E se non siete belle e toniche come Demi, ancora in grado di reggere egregiamente la concorrenza del

mercato femminile pur in prossimità dei fatidici cinquantenni, poco male: potete diventarlo. E se non volete neppure diventarlo, perché alla fine vi rincresce, ok, va bene: basta stabilirlo e vivere comun-

quamente. Con magari una presenza fissa sul comodino: "Bella e d'annata", fatica letteraria ultima di Januaria Piromallo, 45 anni, napoletana d'alto lignaggio, giornalista adusa ai misteri insondabili dell'animo femminile (con opportune incursioni in quelli, invece prevedibilissimi, dell'animo maschile), firma gossip di "Panorama" e "Novella 3000" (tra gli altri). E, soprattutto, prova vivente della bontà delle sue stesse tesi: dell'argomento "anta" e della rivoluzione biologico-anagrafica-culturale che vivono le cinquantenni di oggi si è parlato giorni fa grazie all'Ande di Lecce, che (nella persona della nuova presidente Maria Lucia Seracca Guerrieri Portaluri) ha invitato Piromallo a presentare il suo "corso di sopravvivenza socialmente scorretto per ragazze cresciute": un vademecum per sconfiggere il tempo che avanza a cura di "Cairoeditore" illustrazioni di Alice Crepax.

E se qualche antina storce il naso, rilevando come il suo libro sia destinato in fondo a signore nate per farsi massaggiare dal personal trainer, non

con l'incubo del supermercato che potrebbe esaurire le scorte di prodotti 2 X 3, lei replica che...

«Che non è necessario spendere tanti soldi per prendersi cura di se stesse. Basta ad esempio bere tanta acqua, come spiegano tutti i guru del fitness. E' un calcolo matematico, sa? Un litro per ogni venti chili di peso. Io comincio la mattina presto, almeno un litro e mezzo».

### E basta per rimanere pimpanti?

«No, ma senta questa: doccia calda prima e poi freddissima. Ideale per mantenere sodo il décolleté, per esempio. Sono piccoli trucchi di buona manutenzione che chiunque può applicare. Oppure, dopo lo shampoo, testa in giù e un bel getto d'acqua ghiacciata

sulla testa».

### Per rinfrescare le idee e al contempo aggravare la crisi idrica prossima ventura.

«Fa bene alla circolazione. Ma penso anche al "buongiorno al sole" fatto con lo stretching. Chiunque può farlo, camminando un'ora al giorno. Per respirare l'énergie cosmique, l'energia cosmica, anche in mezzo alla strada. Oppure i pesi sotto jeans, come faccio io».

### La palestra insomma non serve: belle e d'annata, non dannate alla ripetizione ossessiva di esercizi body building.

«Sono contro i maghi del fitness estremo. Io faccio yoga, ma con moderazione. Meglio la passeggiata sul lungomare che un'ora di pilates, ripeto».

### Impiego massiccio di rimedi anti-age o no, resta la straordinaria rivoluzione anagrafica in atto: la vita comincia davvero dopo i quaranta, oggi, specie per le donne.

«Sicuramente, ed è un'età-trampolino verso una seconda o addirittura una

terza giovinezza. L'età in cui quel che è fatto è fatto, ma non per questo viene a mancare la progettualità. Nel mio incontro leccese un professore di

Comunicazione ha giustamente sostenuto che le ventenni e le trentenni sono bellezze incompiute, ovvero non sostenute dal fascino dell'esperienza: una donna è insomma completa solo dagli anta in su. E questo sono le mie "Belle e d'annata": donne libere dal regime totalitario della dieta a tutti i costi. Magari con una ruga in più, con un capello bianco - io ad esempio non me li tingo tutti - o con le maniglie dell'amore, ma capaci di portare questi segni del tempo con eleganza e autoironia. Una bellezza che si trova dove cinque minuti prima nessuno aveva guardato. Speriamo adesso che la scienza ci aiuti anche con la biologia: per innalzare l'età fertile».

### Di qui il suo libro, per convincere ed autoconvincersi.

«Per esorcizzare lo shock degli anta. Ma anche per regalarlo a *maman*, perché non diventi uno di questi prototipi da salotto, iperliftato e ultrasiliconato. E per le trentenni, perché imparino a corazzarsi contro il tempo che passa. E magari anche per gli uomini: perché ci capiscano meglio, perché ci considerino con maggiore rispetto».

### L'epopea della cinquantenne d'assalto, un po' "Sex and the City" dieci anni dopo, potrebbe adesso diventare un film...

«Il soggetto è stato opzionato dal produttore Massimo Ferrero. Ma sono anche molto fiera del mio blog, [www.bellaedannata.com](http://www.bellaedannata.com), per donne un po' "Sex and the City", un po' "Desperate housewives". Come della barca che mi hanno appena dedicato i Cantieri di Baia, anche se ho disertato l'incontro per venire a Lecce: un motoryacht con venti metri di terrazza cuscinata e sospesa tra il cielo e il mare.... Adatta alle mie "Belle e d'annata", appunto».



L'attrice Demi Moore, simbolo delle donne sempre in forma a dispetto degli anni che passano



Januaria Piromallo



La copertina