

## MODI STORIE

Gianluca Mech: presenterà il suo nuovo libro il 13 marzo nella libreria Mondadori Duomo di Milano.

# LA TISANOREICA METTE A REGIME IL GIOVANE CASTRO

di Marco Morello

**P**resto sarà fra i protagonisti di un film americano, «una storia romantica alla *Chocolat*», intanto è ospite fisso in tv, su Rai 5, dove detta le regole del nuovo bon ton alimentare: «Non riempire il bicchiere di vino quando qualcuno lo svuota, non insistere con il bis...». Lo si vede dove chiunque vorrebbe farsi vedere: in platea al Festival di Sanremo o a una prima a Cannes, alla notte degli Oscar e a un'opera alla Scala. Presente, non presenzialista: «In realtà, spesso partecipo a quegli eventi per continuare a seguire in incognito un mio cliente» racconta Gianluca Mech, il guru della **tisanoreica**, il metodo per perdere da 6 a 8 chili in 40 giorni.

La ricetta ha per base un mix di piante, un segreto di famiglia, blindato come la formula della Coca-Cola, e ha sbancato a Hollywood grazie a fan come Britney Spears, Sharon Stone e Katie Holmes. Una dieta che aspira a diventare stile di vita anche per chi vuole mantenersi in forma, come spiega Mech nel suo libro in uscita, il quarto: *Dimagrisci con la tisanoreica* (Mondadori editore).

La strada è non limitarsi ai consigli standard, ma prelevare la saliva del paziente con un tamponcino, farlo esaminare e scoprire, grazie a un test del dna, la sensibilità personale a carboidrati e grassi, e stimare il fabbisogno personale. «Si riceve un profilo

ad hoc, un regime alimentare che include pure quanti caffè al giorno conviene bere. Non siamo tutti uguali, tra quello che posso mangiare io e ciò che va bene per Brad Pitt c'è una certa differenza».

Autoironico, abile testimonial di se stesso («La **tisanoreica** l'ho inventata per me, vengo da una famiglia di obesi, pesavo 80 chili, ora sono arrivato a 68»), Mech è un trapezista con le parole. Teorizza la «bellezza sostenibile» contro «il barocco del corpo», promuove obiettivi di dimagrimento credibili contro gli eccessi che mettono a rischio la salute: «Oscar Wilde diceva che apparire è meglio che essere. Io dico che sopravvivere è meglio che apparire».

Un successo redditizio: il 2012 ha fatto registrare un fatturato intorno ai 26 milioni di euro, con allargamento verso nuovi mercati come la Romania, dove già è una celebrità, e la lontana Cuba. Il suo prossimo cliente vip, a sentir lui, sarà Alex Castro, il figlio di Fidel, che inizierà il trattamento fra qualche giorno. Persino la stirpe del Líder máximo cede al fascino della **tisanoreica**, dieta globetrotter e pure bipartisan. ■

«Oscar Wilde diceva che apparire è meglio che essere. Io dico che **sopravvivere è meglio che apparire**».

