



NICOLE RICHIE

«Io non ho problemi con il cibo»: questo è il ritornello di tutte le ragazze con un fisico da top model. C'è chi dice la verità, ma è sempre meglio verificare



KEIRA KNIGHTLEY



VICTORIA BECKHAM

Keira Knightley (21 anni) giura, soprattutto al boyfriend Rupert Friend, che non fa pazzie per dimagrire. Nicole Richie (25), invece, ha qualcosa da nascondere tant'è vero che annaffia il fotografo per cacciarlo. Teri Hatcher (41) nega di essere mai stata anoressica, ma i jeans stringono coscette senza polpa. Solo Victoria Beckham (32) confessa problemi, ma li aggira gonfiandosi il petto con la chirurgia estetica.



TERI HATCHER

# TROPPO MAGRE!

di Walter Winchell jr

**S**pecchio, specchio delle mie brame, chi è la più pelle e ossa del reame? Sembra che questa sia diventata la domanda più ricorrente di molte belle ragazze quando si guardano allo specchio. La capintesta è, senza dubbio, Keira Knightley. Sotto un viso dal fascino magnetico, mette in mostra un fisico neanche da bambina ma addirittura da bambino. Lei si vanta del pancino molto tonico e del piercing che lo adorna, e tuona: «Guai a chi dice che sono anoressica. Io ho solo un regime alimentare disordinato». Come fisico all'osso non scherza neanche Teri Hatcher, che resta la più sexy delle *Casalinghe disperate*, né Nicole Richie, che si è fissata di voler somigliare alla grande amica Paris Hilton. Solo Victoria Beckham ha ammesso di aver avuto problemi, ma giura di averli superati. A vederla non si direbbe.

## IL PARERE DELL'ESPERTO

■ La prima cosa da fare è verificare il peso con la formula dell'IMC (indice di massa corporea). Si divide il peso, in chili, per il quadrato dell'altezza, in metri. Se si ottiene una cifra oltre 25 si tende al grasso, se la cifra è inferiore a 18,5 si tende al troppo magro.



Nicola Sorrentino, nutrizionista dei vip

■ Se si è molto magre, non basta negare: anzi questa è la prima cosa che fanno le anoressiche. Che, oltretutto, fanno anche molta ginnastica per sembrare muscolate.

■ L'origine non è mai alimentare, ma conflittuale: l'intervento di uno psicoterapeuta è molto importante.

■ Ricorrere alla chirurgia estetica per gonfiarsi in certi punti aggrava il problema.