

C

lass

SESSO
Libro regalo

Marzo 1996 ■ Lire 8.000

Fabio Fazio
L'importanza di
essere
simpatici

I gesti, le parole,
le scelte accattivanti
per riuscire
nella vita

Denaro
I titoli da comprare
subito
a colpo sicuro

Svizzera Fs 7,50 - Francia Fr Fr 30
Sped. abb. postale 50% CMP ROSERIO

Moda: vestire come i 195 maestri mondiali dello stile

Il rosso trionfa su tutta la linea

I raggi infrarossi sono l'arma segreta di una macchina tutta italiana che promette di prosciugare armoniosamente, in poco più di un mese, fianchi e ventri maschili divenuti troppo rotondi. Senza costringere a diete feroci o a ginnastiche massacranti

sensazionale notizia, di quelle che danno fuoco agli entusiasmi: adesso anche l'uomo più impegnato, che non riesce a programmare diete né tantomeno ad assoggettarsi alla cadenza di un corso di palestra, può perdere fino a quattro o cinque dei suoi chili di troppo in tre settimane al massimo, senza immolarsi al jogging all'alba e senza rinunciare allo zucchero nel caffè, al piatto di pasta né, udite, al dessert. Miracolo? Macché. Si tratta della realtà tutt'altro che virtuale ricavabile da una nuovissima tecnologia della salute e della bellezza, che si chiama Infracit e consente di bruciare il grasso in eccesso solo dove si vuole e si deve. Per giunta, appunto, senza fare molta fatica e, specialmente, continuando a mangiare quasi tutto quello che piace. Ciò, per effetto di qual-

di Orsetta Landi
foto di Fred Marcarini

che migliaia di pedalate tipo quelle che richiede una normale cyclette casalinga e del calore «intelligente» di raggi infrarossi che vengono emessi da una particolarissima apparecchiatura computerizzata.

Fanno fede i risultati di una rigorosa sperimentazione scientifica condotta in Sudamerica da una équipe di specialisti dell'Associazione cilena dell'obesità, guidati dal professor Victor Saavedra. Il campione era composto da 14 soggetti in generoso sovrappeso d'età compresa fra i 21 e i 51 anni. Per cinque settimane, un giorno sì e l'altro no, si sono sottoposti a sedute di 40 minuti l'una nella macchina, che si chiama anche lei Infracit come il principio da cui discende, pigiando sui pedali e ricevendo gli infrarossi esclusivamente su vita, fianchi,

cosce e glutei. Durante tutto il trattamento, hanno continuato a mangiare secondo le loro personali abitudini, senza che si rendesse necessaria alcuna privazione particolare.

Ebbene: alla fine della cura, è stata registrata dagli scienziati una perdita media di quattro chili e mezzo di puro tessuto adiposo, con una riduzione del grasso sottocutaneo in particolare sui fianchi (maniglie dell'amore addio, in pratica).

Ma buone erano anche altre note: la muscolatura risultava generalmente tonificata, e molto confortanti apparivano i valori relativi agli esami classici del sangue. Per esempio, il tasso totale di colesterolo si presentava più basso, mentre più alta del 10% si mostrava la quota di quello cosiddetto buono, ossia delle lipoproteine che mantengono fluido il plasma allontanando il pericolo di accidenti cardiovascolari come angina, infarto e ictus. Calate infine, a loro volta, pressione arteriosa, glicemia e insulina plasmatica (traduzione: minore rischio di sviluppare il diabete).

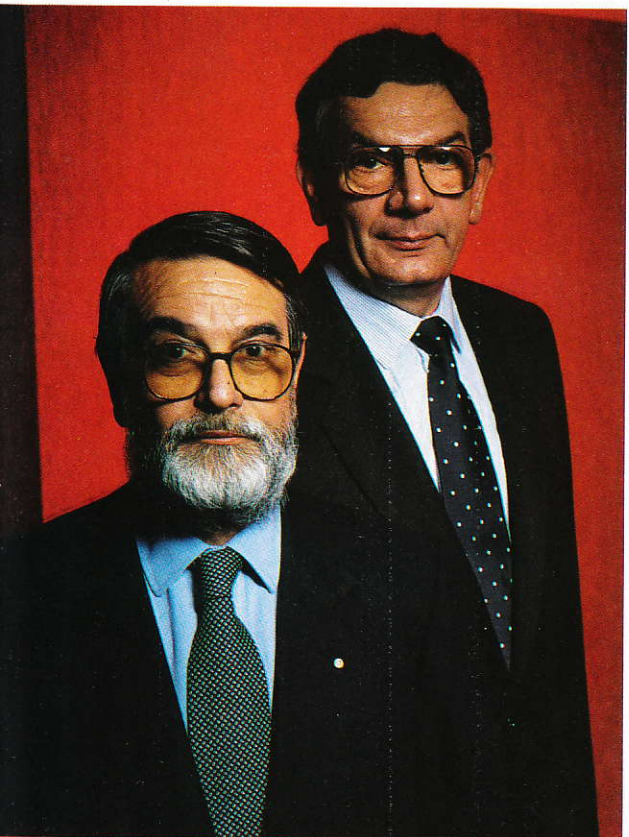
La macchina ai raggi infrarossi capace di tutti questi prodigi toccati, e toccabili, con mano va ora moltiplicandosi in Italia, in adeguate strutture amiche della forma maschile (per sapere il dove, il quando e il perché si possono comporre i numeri telefonici ~~02/6696829~~, corrispondente al distributore nazionale, e 02/6696829, che è quello dell'inventore: lo cono-

sceremo fra un po'). Guardiamola da vicino. Com'è fatta? Che cosa vi succede durante l'attività?

Un'astronave a pedali. Ecco che cosa sembra. In realtà, l'Infracit ospita un lettino dotato di cicloergometro (una sorta di cyclette, appunto), che permette di pedalare da sdraiati, sormontato da una calotta mobile. L'utente, dopo essersi spogliato e aver indossato il costume da bagno, si sistema scalzo sul lettino. Appoggia i piedi ai pedali. Sul petto gli si mette una fascia, che è poi il cardiofrequenzimetro per la rilevazione dei battiti nello sforzo.

Dopo che la calotta, dalle cui 26 lampade si diffonderanno gli infrarossi, viene orientata in modo da arrivare a coprire la zona oggetto del trattamento: le cosce, oppure la pancetta, i fianchi, eccetera. Infine, prima di schiacciare il pulsante d'avvio, il medico (o l'assistente) inserisce in una fessura una tesserina grande quanto una carta di credito: è la personal card del paziente. Su di essa, sono stati registrati in precedenza tutti i suoi dati clinici, e altri ne saranno immessi durante le sedute di lavoro (frequenza cardiaca, ritmo della pedalata, e così via), per tenere costantemente sotto controllo i progressi che vengono ottenuti. È fatta. Si accendono le lampade dalla luce rossa a largo spettro, puntate esclusivamente sul grasso che deve sparire, e il «passeggero» comincia a pedalare, mentre il monitor visualizza tutto ciò che succede: dai giri delle gambe ai battiti del cuore, fino ai tempi d'esecuzione. Se il ritmo cala, o s'interrompe, ecco che entrano in scena i messaggi sonori, che invitano perentoriamente a tornare allo standard previsto per tutti e 40 i minuti della seduta.

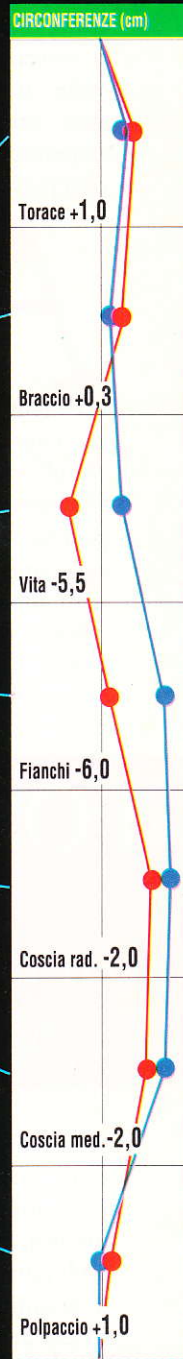
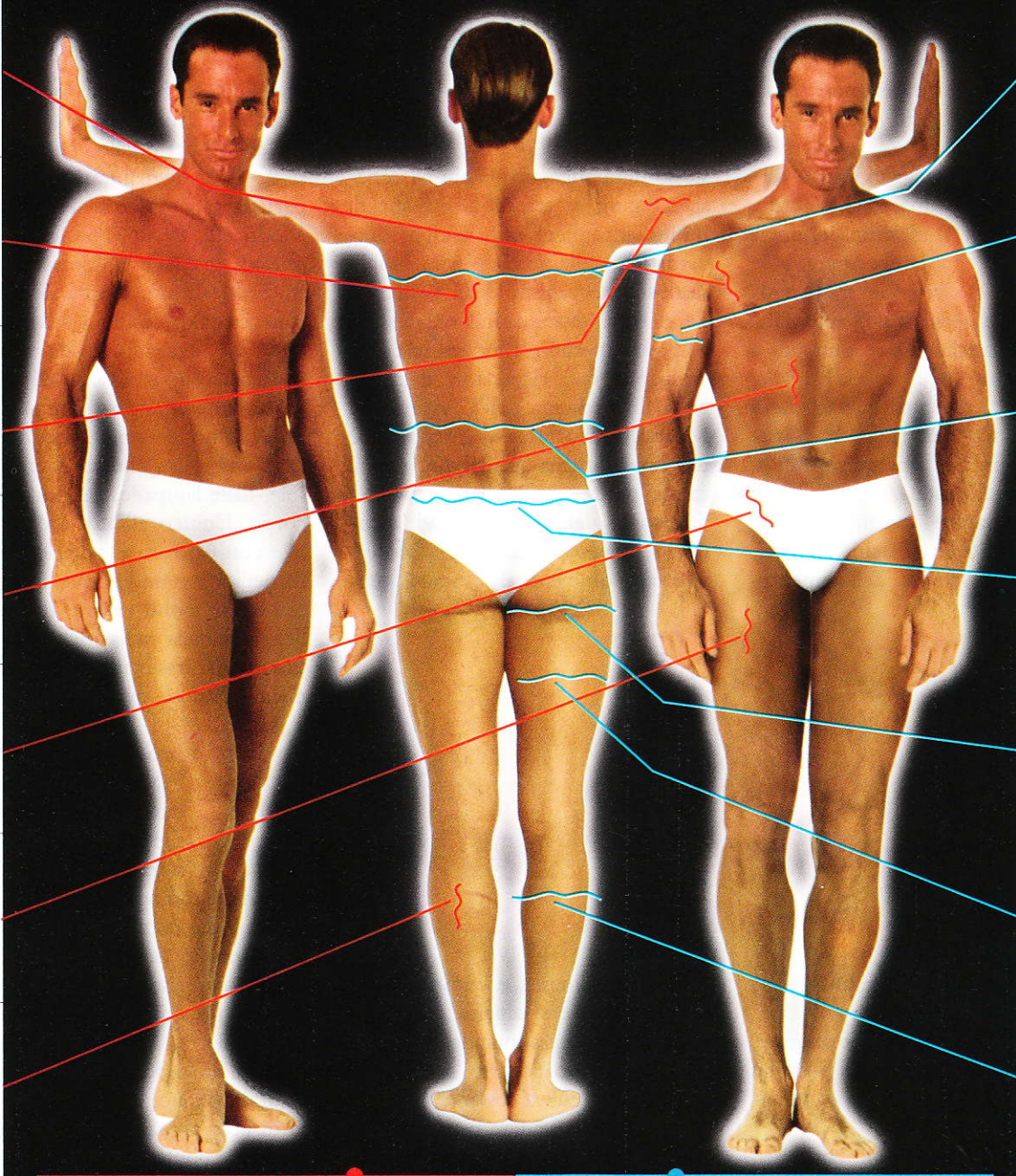
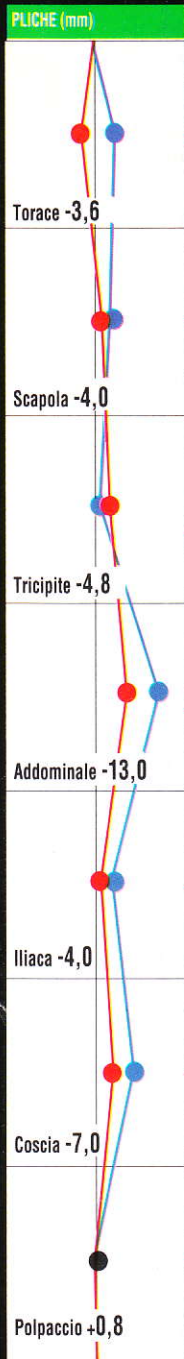
Giulio Rosa



«GLI INFRAROSSI
FANNO VIBRARE
GLI ATOMI, PRODUCENDO
ENERGIA TERMICA»

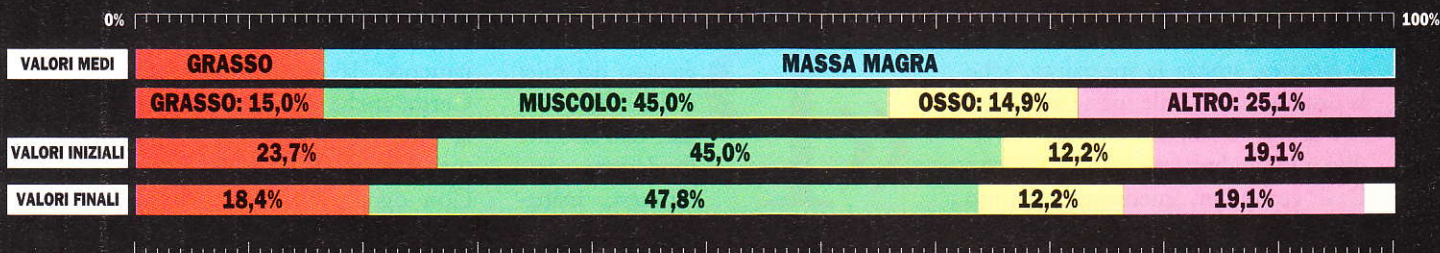
A sinistra, Bruno Berra, 58 anni (in primo piano), e Gianluigi Monticelli, 49 anni. Sono, rispettivamente, ordinario di chimica biologica e professore di fisiologia generale all'Università degli studi di Milano.

Pedalando, pedalando...



Riduzione ottenuta: 35,6 mm

Riduzione ottenuta: 13,2 cm



Nei grafici, i risultati delle analisi eseguite dopo una cura con la macchina Infracit. La colonna a sinistra evidenzia le variazioni dello spessore del grasso sottocutaneo (le cui unità di misura sono le «pliche»); i pallini blu indicano i valori prima del trattamento, quelli rossi i valori finali. La colonna a destra, invece, mostra le variazioni (in centimetri) delle circonferenze. Torace, braccio e polpaccio sono cresciuti, a testimonianza di un miglioramento del tono e delle masse muscolari. Gli istogrammi, infine, visualizzano, qui sopra, la variazione percentuale del peso corporeo dopo sei settimane di cura.

Ci si può rilassare con musiche, piuttosto, o con i filmati che si sono scelti preventivamente. Il calore che avvolge in profondità i tessuti è piacevole: un ventilatore, a ogni modo, impedisce che la temperatura arrivi a oltrepassare i 40 gradi.

Avvicinandosi il termine dell'esercizio, il monitor comincia a lampeggiare e le lampade si spengono, mentre la pedalata si fa automaticamente defaticante. La seduta poi si chiude con una bella doccia calda.

«Abbiamo trattato una quarantina di pazienti, ottenendo risultati addirittura superiori alle aspettative: cali di peso medi di cinque/sei chili nelle cinque settimane canoniche della cura», dice Evelina Flachi, 46 anni, specialista in scienza dell'alimenta-

di 15 trattamenti. Dipende dal modo in cui il metabolismo reagisce alla stimolazione degli infrarossi».

Eccoci a loro: gli infrarossi, i protagonisti assoluti del metodo dell'Infrafit. Come e perché è nata l'idea d'infilarli in un'apparecchiatura per il dimagrimento? Lo svela l'inventore stesso del congegno: Fabio Marchesi, 32 anni, ex campione italiano di nuoto, ingegnere informatico lombardo con alle spalle anche lunghi studi sui meccanismi della formazione e della dissoluzione del tessuto adiposo superfluo, condotti in collaborazione con ricercatori della facoltà di medicina dell'Università di Milano. «All'origine dell'Infrafit c'è una mia lontana intuizione: che il calore potesse invertire la tendenza fisiologica dell'organismo ad accumulare grasso per la propria conservazione, come energia di scorta, sep-

infrarossa è risultata avere tutte le carte in regola per innalzare localmente, cioè nei pannicoli superflui e non altrove, la temperatura corporea, e per stimolare beneficamente, sempre secondo la teoria formulata da Marchesi, il metabolismo.

«In effetti, per quello che a tutt'oggi se ne sa, i raggi infrarossi non sono pericolosi», interviene Gianluigi Monticelli, 49 anni, professore di fisiologia generale all'Università degli studi di Milano, avanzando tuttavia la necessità dell'individuazione sicura del loro meccanismo d'azione nel particolarissimo caso dell'impiego dimagrante attraverso l'Infrafit. «Anzi: viviamo costantemente immersi negli infrarossi, che sono emessi dal sole, dalle lampade, dal nostro stesso corpo. L'unico effetto loro attribuibile con certezza è proprio il riscaldamento. Per un ben preciso principio fisico: fanno vibrare gli atomi, e l'energia della radiazione che costituiscono si trasforma in energia termica. In calore, per l'appunto».

Fatto sta che il metodo di Fabio Marchesi, brevettato nel mondo sotto la sigla Miact (Marchesi infrared adipocytes catabolism technology), funziona.

Eccome. La comunità scientifica internazionale ritiene assai incoraggianti i suoi risultati.

«Quelli fin qui ottenuti», conclude Bruno Berra, 58 anni, ordinario di chimica biologica all'Università degli studi di Milano, «segnalano che il calo di peso riguarda proprio il grasso anziché, come talvolta accade, la massa magra. La procedura potrebbe rivelarsi davvero l'ideale per contenere e ridurre le adiposità localizzate, data la possibilità di orientare accuratamente la radiazione infrarossa. Certo, anche per me resta essenziale la dimostrazione scientifica del suo meccanismo d'azione».

Con ogni probabilità, per scoprire ciò che consente all'Infrafit i suoi prodigi, che comunque sono già ben evidenti, presto proprio all'Università di Milano partirà un'indagine clinica, con tanto di volontari nostrani. Si faccia sotto chi vuole. **C**

«POSSONO BASTARE MENO DI 15 SEDUTE. CHI LO DECIDE? IL COMPUTER, ATTRAVERSO UN TEST»

zione, che utilizza l'Infrafit in uno studio medico milanese.

La dottoressa tiene a sottolineare, tuttavia, l'importanza della raccolta preliminare dei dati di ogni candidato al dimagrimento.

Il test della composizione corporea, in particolare, è realmente cruciale. «Ci sono infatti uomini che pesano lo stesso numero di chili sebbene appaiano o quasi snelli o proprio grassi. Il fatto è», spiega la specialista, «che la distribuzione delle masse muscolari e di quelle adipose varia da individuo a individuo».

È il computer, mediante appunto quel test, a stabilire se a prevalere sono le seconde: e, quando è così, a determinare la quantità delle sedute necessarie per eliminarne il soprappiù. «Naturalmente», conclude la Flachi, «possono bastare anche meno

pure non richiesta, e come isolante termico. Dovete sapere», continua Marchesi, «che, nuotando in acque termali, mi ero accorto che il mio rendimento restava costante. La spiegazione? Ciò accadeva perché il mio corpo, non dovendosi difendere dal freddo, mi concedeva di utilizzare come carburante per lo sforzo agonistico appunto gli accumuli adiposi».

«**P**ersuaso dai miei collaboratori medici dell'assoluta fondatezza dell'ipotesi, maturata sul campo, mi misi a cercare, per la via dell'esclusione, la fonte di calore adatta, quella che fosse in grado di agire in profondità e selettivamente sui tessuti, senza minimamente danneggiarli». Alla fine, la radiazione