

“Pesavo 192 kg... ora ne peso 74” La Storia dello chef Pietro Parisi.

Come sottolinea il Prof. Nicola Sorrentino, specialista in scienza dell'alimentazione, l'obesità è uno dei principali problemi della salute pubblica del millennio. Gli Italiani adulti obesi sono circa 4 milioni, quelli in sovrappeso 16 milioni. Un bambino su tre è in sovrappeso, uno su dieci è obeso. Questo grasso superfluo non solo deturpa la nostra silhouette, ma spalanca le porte a malattie cardiovascolari, all'ipertensione, al diabete, a difficoltà respiratorie, all'osteoartrite, e ad altre patologie ben note.

La Storia di Pietro Parisi, chef e patron di “Era Ora”, il suo Ristorante a Palma Campana

▪ **Ciao Pietro, raccontami di te.**

Sono un ragazzo di Napoli ex obeso, pesavo 192 kg, attualmente il mio peso è di 74 kg. Inutile dire che in passato ho provato diete, farmaci, sondino gastrico, ricoveri per dimagrire... tutto con scarsi risultati, e per poco tempo. La svolta decisiva è arrivata dopo l'ausilio della chirurgia mininvasiva.

▪ **Come hai vissuto il problema dell'obesità?**

L'ho vissuto per molti anni, diciamo almeno per una quindicina. Da ragazzino non ci davo peso, ma crescendo ha incominciato a crearmi veri problemi, sia di convivenza con i miei coetanei, che mentali. Venivo deriso per il mio fisico, e questo mi portava ad estraniarmi dalle compagnie. Mi ritrovavo in una solitudine esistenziale che sfogavo con

grandi abbuffate di cibo. Avere una ragazza era difficile, mi sorridevano certo, ma si allontanavano. Tutto era complicato, dal vestirsi al rapportarsi con le persone. La mia adolescenza non è stata facile...

Una sera ho rischiato anche la vita per colpa di una sonnolenza improvvisa dovuta all'obesità, che mi ha portato ad urtare ed uscire fuori strada con la macchina. Qualcuno mi puntò il dito accusandomi di usare stupefacenti... tutt'altro! Ma è più facile giudicare che capire...

Mi torna in mente il ricordo di un amico che mi accompagnava nei miei lunghi itinerari gastronomici notturni, tra cornetti, impepate di cozze, pizze fritte e cannoli... Il conseguente aumento di peso mi portava molti problemi tipo piaghe sotto la pancia, piedi sempre gonfi, grande sudorazione, difficoltà nei movimenti.

Cinzia, era difficilissimo alzarsi la mattina. Tanta svogliatezza, mal di testa, mal di schiena... Mi viene quasi da sorridere quando penso che ora non riesco a stare a letto per più di 7 ore. Sono un grillo nel lavoro, girarmi e rigirarmi con disinvoltura è una meraviglia. Piaceri scontati per molti... ma non per me.

▪ Come vivevi il rapporto quotidiano con le persone?

Vedo in televisione e sui giornali tante persone che avendo difficoltà nel dimagrire cadono nella disperazione. Nello stesso tempo vedo persone non obese che ci considerano degli incapaci, dei deboli, per la nostra difficoltà nel sostenere un regime dietetico. La conseguenza è l'emarginazione.

Mi capitava di andare in un ristorante e sentirmi dire dal cameriere se avevo bisogno del supporto di due sedie. Non avete idea di come vivevo il disagio ogni volta. La realtà è che l'obesità crea grandi barriere, e porta chi la vive, quasi a nascondersi.

- **La tua forza di volontà, validi ed indispensabili supporti medici, la passione per il tuo lavoro... elementi che ti hanno portato a dare una svolta decisiva alla tua vita.**

Si, ora la mia vita è totalmente cambiata. E' stato un percorso difficile. Ho avuto la forza di decidere e dire finalmente basta optando per un intervento sia pur con le difficoltà del prima e del dopo. Ho riacquisito quella sicurezza in me che avevo perso, e ora, con la mia esperienza, sono più che mai determinato a dare speranza a chi vuole come me percorrere questa strada. Una cosa però è certa, la mia passione per il cibo, per le tradizioni, per il territorio che trasmetto nel mio lavoro di cuoco, è costante e inalterata.

- **Pietro, ora sei chef e patron del tuo Ristorante "Era Ora" a Palma Campana. Nonostante la tua giovane età, per tradizione familiare sei immerso in questo mondo fin da bambino. Quali sono i tuoi progetti per il futuro?**

Ho iniziato a 7 anni, nel laboratorio di pasticceria dello zio materno quasi giocando. Poi come succede spesso è scoccata la scintilla, ed è stato subito amore. Ma ci pensate, spettatore della preparazione della sfogliatella riccia ripiena di ricotta di bufala con salsa allo Strega... bè, stregato sul serio!

Gli studi e le esperienze poi hanno fatto il resto. I miei progetti ora sono orientati verso proposte per una buona tavola, con prodotti sani, privilegiando il km 0, e acquistando da piccoli produttori. Con il servizio di Market Gourmet Shop di Era Ora, li proponiamo ai consumatori, un nuovo modo di fare la spesa.

Ho chiacchierato a lungo con Pietro. E' giovane ma determinato, la passione per le tradizioni, per i territori e per la riscoperta dei bei sapori di una volta ci accomuna. Le nostre origini sono diverse, ma come dico

sempre, io mi sento a casa ovunque, fortunata di vivere in
un paese ricco di tipicità uniche al mondo.