

## Cossos Danone

Sempre s'ha dit que un poble és el simple reflex de la seva gent. Però en massa ocasions és l'entorn de les persones, el poble i la seva gent, la que determina el camí que un individu pren a la seva vida. En un poble de rics, els pobres són mal vistos i en un poble de pobres els rics són els dolents de la pel·lícula. De la mateixa manera en una societat de persones altes i esveltes són els grassos els mal vistos, els mal considerats, la riota de tothom.

Ja fa anys que els models estructurals de la figura humana han patit un canvi radical en la seva concepció. A l'antiguitat i de fet, fins no fa massa, quan una persona estava grassa es considerava sinònim de benestar, de que gaudia de bona salut. No en va les àvies solen procurar que els seus néts estiguin ben formosos. Recordem que no fa gaires dècades l'ideal femení el constituïa una figura que no destacava precisament per la seva silueta sinó més aviat per les seves «cartutxeres» i «mitxelines». Aquesta figura solia ser ampla d'espatlles, amb una pelvis enorme, pits generosos i en que la cintura es confonia amb el tòrax; constituïa pròpiament el durant tants segles generat ideal femení de la fecunditat. En són exemples la Dama d'Elx i altres figures femenines, troballes

arqueològiques que delaten la concepció de la dona com a signe de fecunditat.

Sens dubte la cosa ha canviat molt i en aquesta última dècada s'han posat de moda els «cossos Danone» i la cultura del «wonderbra» i les famoses models com la Claudia Schiffer o la Cindy Crawford són el punt de mira de les adolescents d'arreu. La dona ha deixat de veure's en el seu vessant matern i es prefereixen les combinacions 90-60-90 damunt unes cames llargues i primes, amb una pelvis androide, uns llavis molsuts i una mirada felina.

És bo buscar una bona constitució física perquè ajuda a l'autoestima, però hem de tenir en compte que el nostre cos no és de fang i que, si bé es pot modelar, és amb moltes limitacions. La impossibilitat d'aconseguir la figura «ideal» està portant a nous problemes relativament recents en l'àmbit mèdic. Em refereixo a les famoses malalties com l'anorèxia i la bulímia. Ambdues neixen de la intenció obsessiva de perdre pes i són potencialment mortals anant molt lligades a un component psicopatològic que acompanya l'adolescència. En l'edat adulta també són freqüents les estrictes i esbojarrades dietes d'aprimament. Qui no s'ha proposat en alguna

ocasió començar una dieta per perdre uns quants quilos? Mireu a les farmàcies, a les herbolàries i a la televisió i veureu la gran quantitat de productes que existeixen al mercat amb la suposada finalitat de perdre «aquells quilets que sobren». Cal anar molt en compte i no fer bestieses. Ara, a l'estiu, quan tothom vol passejar el seu cos per la platja, es corre el risc d'intentar perdre el màxim pes en el mínim temps possible. El cos no és capaç de respondre a aquestes importants variacions i aleshores s'esdevenen la fatiga, el malestar i l'anèmia. El perdre pes ha de ser una actitud racionalitzada, a llarg termini i enfocada des de varies perspectives: la dieta continuada, l'exercici físic moderat i regular i els consells mèdics.

Malauradament els humans hem d'aprendre encara moltes coses i una d'elles és a saber valorar allò que tenim i a donar més importància a la bellesa interior d'una persona. De la mateixa manera que un cada matí en aixecar-se es mira al mirall (com diu Joan Barril, «per tenir constància de que un segueix vivint») també seria bo que cada nit, en anar al llit, reflexionéssim sobre nosaltres mateixos i la nostra forma de ser i d'actuar.

Carles Pernal

## Agraïment pels Cursos de Català

A l'atenció de l'alcalde Sr. Salvador Illa

Som un grup de persones que un dia va decidir aprendre a escriure correctament el català i ens vam inscriure als cursos que el Consorci per a la Normalització Lingüística ofería en el seu municipi.

Al terme del primer mòdul de 45 hores ens van comunicar que es tancava el curs perquè així ho havia decidit el CNL, ja que el grup no arribava a les 20 persones (érem 19) que es requerien per continuar-lo.

Aquest escrit és només per fer-li arribar el nostre agraïment, tant a vostè com a les persones que han fet possible que continuem en aquest municipi de la Roca el curs de nivell B de català.

Atentament,

Maria Perpinyà Jalencas, Agnès Mans Collet, Montserrat Granado Vicente, Laura Martínez Costan, Teresa Ametller Quintana, Anna Maria Basart, Ramon Bohils, Montse Cornet Verges, M. Martínez Masachs, Mercè Duran Amorós, M<sup>re</sup> Luz Rodríguez Arcas, Elena Fradera Pascual, Irene Ruiz, Joan Vila Torrellas.



**c/. Espronceda, 54 bajos**  
**Tel. 842 26 37**  
**La Roca del Vallès**

*GALERA PERRUQUERS, ha obert de nou les seves portes, oferint-li, a més del servei de perruqueria femenina, un servei complet de perruqueria per homes, independent.*

*A més disposem també del servei de UVA i d'estètica: depilació, depilació elèctrica, massatges, tractaments corporals i facials, etc., del qual en podran gaudir tant els homes com les dones.*

*Informi's al nou centre, o bé trucant al nostre telèfon.*

**HORARI:** De 9 a 13 i de 15.30 a 20 h.  
Dissabte de 8 a 20 h.