



Alberico Lemme, il consulente alimentare dei vip

«Faccio dimagrire le donne a insulti e mi amano»

«Non sono un medico: insegno a curarsi con il cibo. Il mio metodo è infallibile, ma bisogna fare tutto quello che dico»

PAOLO BIANCHI

■ ■ ■ Dimenticatevi tutto quello che credete di sapere sull'alimentazione e pensate a questo: i pomodori fanno ingrassare; l'insalata non fa dimagrire; l'olio e il burro non fanno ingrassare (anzi, possono avere un effetto contrario); l'attività fisica non fa dimagrire, anzi blocca il dimagrimento; la bulimia e l'anoressia non sono malattie ma squilibri ormonali, e si curano non con la psicoterapia, ma esclusivamente attraverso un regime alimentare; la ritenzione idrica non esiste. Il termine «massa muscolare» è una scemenza. Misurare le variazioni di peso sulla base delle calorie è una scempiaggine. Anche solo annusare una pizza fa aumentare, il giorno dopo, di mezzo chilo.

Che sia un genio, un santo o un ciarlatano, del dottor **Alberico Lemme** si parla molto, perché è oggi in Italia forse l'uomo che più riesce a fare dimagrire la gente. L'uomo che sussurrava ai ciccioni, come si è definito nel titolo del suo primo libro autopubblicato, ha ottenuto l'occhio di bue dei media grazie alle apparizioni trash in programmi molto nazionali, fra tutti quello di Barbara D'Urso, dove il dottore è stato ripetutamente schiaffeggiato da signore molto in carne, da lui provocate a suon di «guarda come sei ciccione, fai schifo».

Laureato in Farmacia, è anche diplomato all'Isef. Di origini abruzzesi, ha fondato a Desio l'«Accademia di Filosofia Alimentare». Sul suo biglietto da visita c'è scritto: «Farmacista Esploratore Consulente Alimentare». Non dietologo, quindi. Esploratore perché tenta continuamente nuove strade. Al momento è impegnato nella realizzazione di una specie di Nutella che fa dimagrire.

Ha avuto notorietà per aver fatto perdere la ciccia a persone famose, come Flavio Briatore. Attualmente ha fra le mani un tipo che lui chiama «il ciccione tedesco», un grassone teutonico di 320 chili, che in un mese e 20 giorni ne ha persi 68. Il suo pensiero è esposto anche nel libro **La rivoluzione dimagrante**, che uscirà a ottobre per Mondadori, e che lui prevede sarà vendutissimo, perché l'uomo di certo non è modesto.

Alberico Lemme dal vivo è un'altra cosa rispetto a come appare in televisione: abbiamo avuto occasione di notarlo assistendo a una sua affollata conferenza all'hotel Miramonti di Cortina D'Ampezzo. Un incontro organizzato dalla giornalista Rosanna Ghedina. Due ore e un quarto di confronto, con una spiegazione dettagliata



Alberico Lemme dinanzi a un piatto di pasta: per perdere peso non serve rinunciarvi

Quanti se ne vanno?
«Il 70 per cento rimane». **Allora uno su tre non ce la fa.**

«Mica è colpa mia. Io non obbligo nessuno a dimagrire».

È vero che risponde al telefono anche alle tre di notte e alle sette del mattino?

«Sì, è vero. È la possibilità che do a chi soffre di bulimia. Lavoro moltissimo. Non mi fermo mai. In sedici anni non ho fatto un solo giorno di vacanza. Ho visto 14.000 persone».

È sicuro di non averne bisogno?

«Sì. Io mi diverto e delle vacanze non me ne frega niente. Non amo perdere tempo».

È vero che c'è una lobby di medici che le rema contro?

«Altroché. Ho cinque denunce. Mi accusano di esercizio abusivo della professione medica. Ma io sono tranquillo, inattaccabile: non faccio diagnosi, non prescrivo farmaci, non visito. Ho un'Accademia. Insegno alle persone a curarsi con il cibo».

Che cosa pensa dei suoi colleghi farmacisti? Del fatto che vendono un po' di tutto?

«Il farmacista ha un ruolo fondamentale. Ma adesso prevalgono gli interessi delle case farmaceutiche. Il farmacista è questo: un venditore a disposizione delle case farmaceutiche. Ma io ridarò competenza professionale alla figura del farmacista».

Ha figli?
«Due. Un maschio e, purtroppo, una femmina».

Che cosa pensano di lei?
«Che sono matto».

Che cosa hanno studiato, che cosa fanno?

«Farmacia. Lavorano come me».

Ha messo su un'impresa...

«Ho 22 persone che lavorano per me. Ma io sorveglio e controllo personalmente ogni aspetto della produzione degli alimenti».

Lei ripetendo parole come «ciccione» e «testa di donna» sta facendo una piccola rivoluzione semantica. Sa che alla fine dei conti potrebbe essere ricordato soprattutto per questo?

«Lo so benissimo, ma io non voglio essere ricordato. Per me conta far stare meglio la gente, e per questo il mio metodo è infallibile. Si mangia a sazietà e si dimagrisce. Si è rivolto a me pure un suo collega, Luca Telese...».

Se ce la fa anche con lui, quest'uomo è davvero un genio.

non della sua dieta, perché lui mai si è definito dietologo, non della sua terapia, perché non è medico, dunque non visita e non prescrive farmaci, ma del credo della sua «Accademia di Filosofia Alimentare», dove ha aperto anche un ristorante (anzi un Ristolemme), e dove produce e confeziona alimenti di ogni genere, persino dolci, il tutto nella sua ottica di disciplina del cibo.

La sua è stata una vera e propria lezione di biochimica, impeccabile a dire dei presenti, fra cui farmacisti e medici, anche specializzati nel campo dell'alimentazione. Lemme è un personaggio eccentrico, abituato a porsi in maniera antipatica verso il prossimo, in particolare in un continuativo conflitto verso l'universo femminile. Emanava vibrazioni scostanti al primo approccio, però se ci parli a tu per tu diventa più morbido, addirittura simpatico.



MEGLIO D'UN ARTISTA

■ Michelangelo scolpiva il marmo. Io scolpisco la materia vivente. È questione di come si mescolano gli alimenti. Non è un problema di linea, ma di salute

LA SCHEDA



GENIO O CIARLATANO?

Il dibattito su cosa sia realmente Alberico Lemme continua a dividere. Sbeffeggiato da molti e preso a schiaffi (è successo davvero nel corso di Pomeriggio 5 condotto da Barbara D'Urso su Canale 5), venerato da altrettante persone, è considerato l'uomo che fa dimagrire più persone in assoluto. Vanta una laurea in Farmacia e un diploma Isef.

ACCADEMIA E CONSIGLI

Lemme ha fondato l'Accademia di filosofia alimentare, non si definisce un dietologo bensì un «esploratore» e «consulente alimentare». I suoi consigli - l'olio non fa ingrassare, i pomodori sì, e la palestra non fa dimagrire - son oracchiusi nel libro «L'uomo che sussurrava ai ciccioni».

«Testa di donna» è un suo continuo intercalare.

«La mia è una logica complessa, quella delle donne è solo una logica di base. Le donne si offendono, ma non se ne vanno, anche se le invito esplicitamente ad alzarsi e prendere la porta. Rimangono, come incantate. Vogliano sentire che cosa diro dopo».

«Dio ti ha creato, Lemme ti modella» è un suo slogan.

«Michelangelo scolpiva il marmo. Che cosa ci vuole? Io scolpisco la materia vivente. Non sono qui per vendere niente, semmai per spiegare verità scientifiche incontrovertibili».

Viviamo in una società che sembra schizofrenica: da una parte è un continuo mangiare, ci sono chef dappertutto; dall'altra abbiamo l'ossessione della magrezza.

«Colpa dell'industria alimentare. Produce e vuole che si consumi sempre di più. La questione è come si mescolano i cibi. Non è una questione di linea, ma di salute».

In che senso?

«Diabete, colesterolo, ipertensione e bulimia. Si guarisce mangiando in chiave bio-

chimica».

Prima ha detto che la fama si raggiunge con la televisione, non con le pubblicazioni scientifiche. Sta manipolando i media?

«Mi diverto, non c'è niente di studiato. Ho solo una capacità di elaborazione del pensiero superiore a quella del conduttore di turno».

Quindi lei non fa pubblicazioni scientifiche?

«Nel mio prossimo libro, *La rivoluzione dimagrante*, c'è scritta tutta la verità scientifica. Un libro devastante per il cervello umano».

Chi sono le «teste di donna»?

«Le donne fanno una domanda e non ascoltano la risposta. Non fanno mai quello che dico loro di fare. I maschi invece hanno un pensiero lineare. Se non sono in grado di seguire le indicazioni, lo dicono. E se ne vanno senza tante storie. Le donne sono tutte false e bugiarde. Dicono una cosa e ne fanno un'altra».

Quindi lei è misogino?

«No, non sono misogino, amo le donne, e in effetti le aiuto, ne ho aiutate migliaia. Il problema è che noi uomini siamo ricattati dalla sessualità femminile: se non diamo loro ragione, non le

assecondiamo, non ce la prestano, neanche a pagamento. E comunque, non è colpa mia se la donna è un essere inferiore proprio dal punto di vista cerebrale».

E quando non la ascolta, non che cosa fa?

«Se un cadetto (Lemme non ha «pazienti», ma «cadetti», ndr) non ha risultati dopo un paio di mesi viene espulso dal programma e rimarrà ciccione a vita. Io garantisco il 100 per cento di successo, ma bisogna fare quello che dico io».



STAKANOVISTA

■ Lavoro tanto, non mi fermo mai. Anche perché mi diverto. Rispondo al telefono anche alle 3 di notte e alle 7 del mattino per aiutare chi soffre di bulimia