



COMUNICATO STAMPA

“Dimagrire, porca miseria! – Comfort Book”

Esce il primo comfort book dedicato alla voglia di dimagrire – ora anche in ebook!

L'innovativa pubblicazione di Hygeia Press apre alla medicina narrativa

19 agosto 2020 – “Dimagrire, porca miseria! – Comfort Book”: già dal titolo, una scelta editoriale innovativa, decisa, comunicativa. Perché voler dimagrire è un desiderio che accompagna moltissime persone senza grandi distinzioni di sesso e socialità.

L'autrice affronta l'argomento con piglio umoristico, senza rinunciare a uno stile narrativo delicato e rispettoso, perché il bisogno di snellezza che ci caratterizza – e spesso ci ossessiona – merita di essere raccontato più che descritto. Questo, infatti, non è un saggio sociologico o un manuale di psicologia: e allora, di che cosa si tratta? La risposta sta proprio nel sottotitolo: un *comfort book*, un libro in cui ritrovarsi, riconoscersi e forse aggrapparsi quando si avverte la necessità di rimettersi in discussione partendo dal proprio corpo, ma andando, evidentemente, anche oltre. “Dimagrire, porca miseria!” è un libro per ripercorrere tutte le tappe che portano dalla decisione di voler perdere peso, all'entusiasmo che ne consegue, fino al calo di motivazione, nascosto dietro a ogni angolo.

Una quotidianità scandita dalla dieta diventa così una somma di piccoli riti, buoni propositi e voglia di vedersi migliori, non solo esteticamente. Entrano in gioco autostima e disciplina, senso della misura e capacità di ascoltarsi. Un cammino da osservare con cura, perché in grado di rivelare tanto della nostra umanità. Per questo la scrittura segue un doppio registro, affrontando il tema con verve comica ma senza dimenticare quante difficoltà possa comportare il sovrappeso, anche quando lieve. Insomma, un libro per chi sa già come fare per perdere peso e anche per chi non riesce a iniziare. Perché per dimagrire non è sufficiente attenersi alle tabelle dei conteggi calorici, occorre volersi bene, in primis.

Anche per questo, il libro si apre a una serie di veri e propri racconti dove, attraverso il cibo, i protagonisti svelano a volte tratti acerbi della propria personalità, a volte tensioni semplicemente drammatiche.

Un libro da leggere quando i libri sui metodi per perdere peso, ormai, li si è letti un po' tutti.

Il libro è ora disponibile anche come ebook sulle principali librerie online ([Amazon](#), [Kobo](#), [IBS](#)...).

L'autrice

Elisa Origi, classe 1976, lavora come consulente per la comunicazione d'impresa ed è allieva della Scuola di scrittura Raul Montanari. Nel 2017 ha pubblicato la raccolta di racconti “Lucore” per Giulio Perrone Editore. Laureata in Lettere Moderne, è giornalista e due volte mamma. Le diete le ha provate un po' tutte, con alterni risultati.

Per Hygeia Press ha pubblicato nel 2019 il comfort book “**Partorire, porca miseria!**” e nel 2020 il capitolo “Il lockdown e il suo silenzio” all'interno del libro “**Bambini e COVID-19. Come orientarsi**” a cura di Vassilios Fanos, Bassem J. Khoory e Gianfranco Trapani.

La casa editrice

Hygeia Press è nata nel 2009 come casa editrice specializzata in saggistica medico-scientifica, con una particolare attenzione rivolta ai progressi della ricerca. Le pubblicazioni Hygeia Press si rivolgono prevalentemente al mondo universitario e professionale, ma con una crescente consapevolezza della necessità di creare un link informativo tra l'ambito della ricerca e la vita quotidiana. Da qui l'apertura a nuove proposte editoriali rivolte a un pubblico più vasto, fatto di persone che desiderano diventare protagoniste delle scelte che riguardano la loro salute e il loro benessere. In questa ottica Hygeia Press sta sviluppando manuali di *self help* e di medicina narrativa perché, nella cura di se stessi, sono importanti la consapevolezza, la motivazione personale e la capacità di comunicare con gli esperti e con altri *stakeholders*.

Contatti per la Stampa per copie omaggio dell'ebook e interviste

Hygeia Press

Marinella Corridori

Telefono: 070 282925

E-mail: hygeiapress@hygeiapress.com