

[SCOPRI LINKIESTA](#)[LE NOSTRE INFOGRAFICHE](#)[LE NOSTRE INCHIESTE](#)[LE NOSTRE INTERVISTE](#)

NON APRITE QUELLE PORTE

di Serena Cappelli

blog

Muffin e pizze surgelate? Favoriscono la depressione

Serena Cappelli - 3 aprile 2012

Non ci credo, ci risiamo. Avevo appena superato il fatto di essere depressa perche esco di casa in jeans ([grazie, ricercatori inglesi](#)) e cosa succede? Apro il Corriere e scopro una bella lista di cibi che favoriscono la depressione. Altro giro, altra corsa. Altra ricerca, altra depressione.

Stavolta ci si mettono gli spagnoli – precisamente alcuni ricercatori delle universita di Granada e di Gran Canaria – a farmi capire che, in fondo, devo proprio avere qualche problema. Eh si, perche scorrendo la lista nera, capisco che ci sono dentro fino al collo. Faccio un rapido controllo: merendine (si), croissant (si), muffin (si), ciambelle (si), panini (si), hamburger (si), hot dog (si), pizze confezionate (si). Oddio, ho la stessa dieta di Homer Simpson, forse me lo merito di essere depressa. O forse sono depressa proprio perche assomiglio a Homer Simpson, chi lo sa. Tra l'altro, i suoi pantaloni saranno di jeans?

Comunque, tornando alla ricerca, la cosa preoccupante e che non serve consumare una quantita smodata di questi cibi maledetti per piombare nel baratro, ne bastano delle piccole dosi. Accidenti!

Il mio pensiero corre al freezer, dove un paio di pizze surgelate, incarnazione del male assoluto, attendono pazientemente il loro giorno del giudizio. Che fare? Affrontare il rischio o chiamare *Il Nilo 2* per farmi portare una quattro stagioni senza controindicazioni? Forse, se tolgo i jeans e metto minigonna e tacchi a spillo, posso arrischiarmi a mettere in forno l'innominabile. Magari funziona come per forbice, carta e sasso: la minigonna (carta) vince sulla pizza surgelata (sasso) e io non sono depressa. Mentre i jeans (sasso pure loro, perche con forbice poi mi entrano in conflitto con la minigonna) pareggiano con la pizza surgelata e io sono doppiamente depressa. Certo, cucinare vestita come la Parodi non e praticissimo, ma se ce la fa lei, posso farcela anche io.

Il problema grosso arriva con i muffin, perche io – modestamente – sono la regina dei muffin. Non per vantarmi, ma faccio dei muffin al cioccolato s-e-n-s-a-z-i-o-n-a-l-i. E come posso continuare a portarli ai miei colleghi, sapendo che, praticamente, sto avvelenando le loro anime? Certo, una soluzione ci sarebbe. Ma chi glielo dice che devono mettersi minigonna e tacco dodici?

Parole chiave: [depressione](#) + [muffin](#) + [pizza](#) + [ricerca universitaria](#)

2 commenti

0