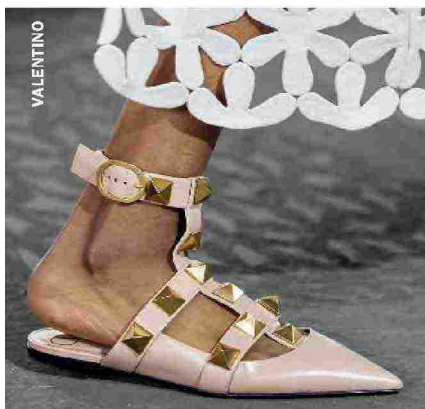


cambiare numero

È quasi arrivato il momento di esporli all'aria aperta. E, a sorpresa, i **pie**di negli anni si modificano in forma e lunghezza. Quindi: servono nuovi sandali

DI CLAUDIA VALERIANI



VALENTINO



CHANEL



HERMÈS



ALBERTA FERRETTI



ISABEL MARANT



CHRISTIAN DIOR



KENZO

SÌ LO SAPPIAMO, sono una parte fondamentale del nostro corpo, la base del nostro equilibrio, le leve con cui possiamo se non sollevare, certo percorrere il mondo. 26 ossa, 33 articolazioni, 114 legamenti, 20 muscoli, 250mila ghiandole sudorifere da trattare con ogni riguardo. Sicuramente anche dal punto di vista estetico, non per niente sono le estremità più pubblicate su Instagram in un'evoluzione social del "vecchio" feticismo e hanno un ruolo sexy di tutto rispetto, specie nell'imminente stagione dei sandali. Per questo non mi sono mai sognata di trascurarli sottovalutando i segnali che mi inviavano: screpolature invernali, calletti da stivali, pellicine tiracolant, unghie impallidite, talloni induriti. Ho un rimedio per tutto.

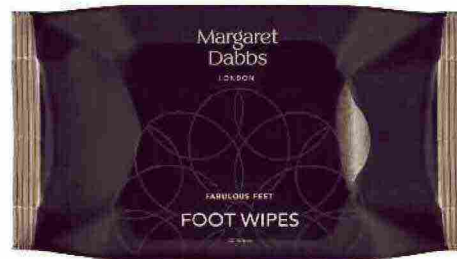
E COSÌ CREDEVO DI PADRONEGGIARE la situazione finché un dolore persistente all'alluce destro, che diventava insopportabile a contatto di ogni scarpa che lo racchiudesse, mi ha spinto a rivolgermi a una podologa. Dialogo successivo all'esposizione del sintomo: «Signora, ma lei che numero di scarpe porta?», chiede la dottoressa. «38», rispondo io. Sorriso saputello, mette mano a una sorta di goniometro con cui mi serra il piede dal tallone all'alluce: «Signora, lei ha il 40», emette vittoriosa il suo verdetto. «Ah ah», rido io, convinta si tratti di una battuta da "esperti", che si trasporta dietro il consueto vagone di giudizi sul come non abbia curato a sufficienza estremità così importanti, che sono il secondo cuore del corpo umano, lo specchio riflesso dello stato di salute e via così. «Non c'è niente da ridere: lei ha il 40», incalza lei. «Ma no, ho il 38, da sempre». «E ora invece ha il 40: guardi».



IL 40, NON È NEANCHE BELLO per una "signora" avere il 40, penso io, cresciuta a *Cenerentola* e (poi) *Lanterne rosse*. «Come, il 40? Mi è cresciuto il piede a 55 anni?». «Certo: il piede cede, si allarga, si allunga e se lei lo costringe in una morsa si ammala anche. Quindi, da ora in poi, compri scarpe 40. Se preferisce, può iniziare con il 39, ma vedrà che presto le andranno strette. Lasci vivere i suoi piedi nello spazio che meritano».

PAROLE FORTI, PROFERITE tutte d'un fiato, approfittando del mio k.o. tecnico durante il quale la mia mente naufragava tra l'idea di dover rinunciare a decine di tronchetti e costose décolleté e l'incredulità di fronte al dato di fatto: il mio piede è cresciuto, anzi, si è spanato, ha ceduto, come cede il viso, il fondoschiena, le tette, aiuto! Con composto e dignitoso silenzio pago, esco e corro (un 40 permette una buona falcata) a chiedere conferma. A medici ortopedici di un certo spessore, che espongono unanimi questi concetti: quando si invecchia, la forma del piede e le dimensioni cambiano, anche se la crescita è terminata. Ciò accade perché i piedi si appiattiscono e si allungano con l'età e con l'aumento ponderale: si stima che la maggior parte delle persone, superati i 40, debba cambiare il numero di scarpe ogni dieci anni circa.

MORALE DELL'ESPERIENZA: 1) c'è sempre qualcosa da imparare; 2) trattate i vostri piedini di fata come gioielli; 3) accogliete i "nuovi" piedoni con il riguardo che meritano i vostri più fedeli sostenitori; 4) pensate che Anne Hathaway ha 38 anni e porta (già) il 42.



1. Tono pastello
Colore omogeneo e formula resistente: Chanel Le Vernis, Pensée, ha un effetto lacca (27 €).

2. Con estratti botanici
Contiene Florium Complex, che stimola la crescita delle unghie: Lakur by Londontown, Enhanced Colour, Waterloo Sunset (17,90 €).

3. Da sogno il colore
ispira vacanze in luoghi esotici: Dior Vernis, Mirage, con resine "gel coat" (28 €).

4. Gourmand
Pennellino ergonomico e profumo di amaretto: Kiko Milano Mood BoostNail Lacquer, Brick Lane (4,99 €).

5. Colora e ripara
Il silicio contribuisce a rinforzare e levigare le unghie mentre il sistema filtrante Mexoryl XL le protegge dai raggi: La Roche-Posay Toleriane Vernis au Silicium Allergy-Tested, Chocolat (12 €).

6. Effetto petalo
Con oli emollienti, ha un finish super brillante e note floreali-fruttate: Naj-Oleari Oleo Gel Nail Lacquer, Rosso Nero (8 €).

7. Penna rinforzante
Aumenta la quantità di cheratina per rendere le unghie più forti, e resistenti e lucide: Isdin Si-Nails (24,90 €).

8. Rinfrescanti
Salviette tonificanti per piedi stanchi: Margaret Dabbs Foot Wipes (13,95 €; margaretdabbs.co.uk).

9. Morbidezza estrema
La sua formula arricchita con olio di vinaccioli d'uva e burro di karité bio rende la pelle setosa e fresca: Caudalie Crème Beauté des Pieds (9,90 €).

10. Da spa
La combo di acqua termale di Comano, prebiotic system e acido salicilico scongiura ispessimenti e screpolature: Terme di Comano Aqua + Tech Crema Piedi Ultra Comfort (13 €).