

Tendenze

ROSELINA SALEMI MILANO

L'avete notato? Capita di vedere (addirittura) modelle che sfilano sorridendo. Il broncio è stato per anni obbligatorio: dovevi avere l'aria malmostosa, vagamente disgustata, o addio carriera. Adesso guardate la campagna autunno-inverno di Dolce & Gabbana dove tutti fanno cheese e selfie, quella di See By Chloé o di Tommy Hilfiger e capirete che qualcosa è cambiato. Ha ragione Diane von Furstenberg che considera il sorriso «indispensabile, irresistibile e sexy». Ha ragione Sonia Rykiel, l'ultraottantenne designer che con il motto «Fashion is fun» si dichiara infastidita dalle musone così amate dai fotografi, «anche se è vero, le



Il test

Lo studio effettuato dalla University of London conferma l'assunto popolare secondo il quale, «se sorridi, il mondo ti sorriderà». Ecco come lo si può sperimentare: tenete tra i denti una matita in modo da costringervi al sorriso. Questo gesto induce in modo quasi automatico un atteggiamento mentale più positivo



Le boy band

Quattro ragazzi, quattro sorrisi indimenticabili: già negli Anni 60 i Beatles avevano capito l'importanza mediatica del sorriso. E, guarda caso, tutte le boy band, dai Take That agli One Direction (nella foto in alto) hanno cercato di replicare la stessa travolgente energia

Perché un sorriso ci rende migliori

Non è solo un "trend", ma anche la scienza lo promuove "Ecco come cambia il modo di affrontare l'esistenza"

facce tristi vengono meglio...». Poi ogni tanto un flash: la top Grace Hartzel che ride sul magazine «i-D», Bianca Balti incinta in passerella con un'aria che ricorda la Gioconda, Cara Delevingne e le sue buffe smorfie. Le nuove star come Jennifer Lawrence e Shailene Woodley hanno intercettato una nuova, gioiosa corrente. Sorridere, anche se avremmo mille ragioni di malumore, è tornato di moda, un'abitudine da rivalutare, incoraggiata dalle neuroscienze. Qualcosa di cui avevamo nostalgia.



Meglio del cioccolato

Sorridere stimola i meccanismi di ricompensa del cervello in un modo che nemmeno il cioccolato riesce a fare: un sorriso, secondo le ultime ricerche neuroscientifiche, «vale» decine di tavolette

Sensazioni positive

Secondo una ricerca dell'University of London, il sorriso riesce a cambiare le sensazioni di una persona influenzando in positivo la sua visione del mondo. A farle percepire in modo diverso le emozioni degli altri. Gli studiosi hanno chiesto ai 25 volontari di sfogliare una serie di foto che mostravano volti sorridenti o impassibili e hanno registrato le loro reazioni con l'elettroencefalogramma. Quando i partecipanti sorridevano guardando l'immagine di un viso neutrale il cervello registrava un sorriso. «È la prova del ruolo fondamentale che ha l'espressione, soprattutto quando si tratta di decifrare quella altrui - scrivono i ricercatori - Il nostro studio supporta la frase: "Se sorridi, il mondo ti sorriderà"». Massimo Piattelli Palmarini cita questo esperimento: se teniamo tra i denti una matita in modo da costringerci al sorriso avremo automaticamente una disposizione migliore nei confronti del mondo. C'è anche una controindicazione. Per la rivista «Science of us», chi si è affidato al botox avendo come effetto un irrigidimento dei muscoli facciali, è meno portato a provare il benessere regalato dal sorriso (l'espressione non è solo fissa, è anche un tanti-



I due Presidenti

Quello di John Fitzgerald Kennedy è considerato il padre di tutti i sorrisi in politica. Aperto, cordiale, empatico, sincero. «Nessuna gli resisteva», racconta Mimi Alford nell'autobiografia «Ho amato JFK». Bill Clinton e Barack Obama lo hanno preso come modello

no depressa...). E sì, ci sono popoli più e meno musoni gli inglesi meno dei polacchi, i canadesi più dei sudamericani. Noi ci difendiamo. Il 63% degli italiani si concede almeno un attimo di leggerezza al giorno.

Il fascino

La verità? Un bel sorriso è sempre stato affascinante, anche prima che la scienza ne dimostrasse l'utilità per il sistema immunitario, la pressione del sangue, le relazioni sociali, o non si spiegherebbe il suo rapporto (strettissimo) con il box office. E' un caso che Julia Roberts abbia guidato per anni la top ten delle attrici più pagate? Che di Anne Hathaway sia rimasto impresso il sorriso ingenuo e allegro del film «Il diavolo veste Prada»? Che

Tom Cruise si sia fatto torturare a lungo dal dentista (apparecchio, sbiancamenti) per essere perfetto? Nelle classifiche hollywoodiane i sorrisi pesano: l'ultima incorona Charlize Theron, seguita da Jennifer Lawrence, Jessica Alba e Julianne Moore per le donne, e Chris Hemsworth, George Clooney e Ian Somerhalder per gli uomini. Serissime analisi elencano tra gli indimenticabili, il sorriso di JFK e quello di Marilyn Monroe, due seduttori. Altre premiano le coppie: Oscar per i Brangelina. Ma non è indispensabile il sorriso fotografico delle celeb. Va bene anche quello appena accennato di un monaco zen. Christophe André, psichiatra e felicitologo, lo mette tra i suoi esercizi di psicologia positiva. «Spesso, quando cam-



Star sul grande schermo
Sorriso indimenticabile, negli Anni 80, quello di «Pretty Woman»: Julia Roberts l'aveva assicurato per 30 milioni di dollari. Quello di Jennifer Lawrence, eroina di «Hunger Games», è oggi in cima alla classifica delle teenager americane, mentre la versione ingenua e allegra resta quella di Anne Hathaway (in basso), sfoderata in «Il diavolo veste Prada»



mino con un leggero sorriso sulle labbra, molti mi salutano - racconta - alcuni forse credono di conoscermi, ma nella maggior parte dei casi penso si sentano più legate a me proprio perché sorrido... Tenere il muso rende il mondo un po' più brutto, Sorridere lo fa un po' più bello». Come nel film d'animazione «Il Piccolo Principe» presentato a Cannes, nel tetro pianeta dell'efficienza nessuno ha un attimo di gioia (non c'è tempo) nessuno guarda le stelle (non serve) nessuno sogna. Quel mondo non somiglia un po' al nostro? Ultimissima: sorridere stimola i meccanismi di ricompensa del cervello in un modo che nemmeno il cioccolato riesce a fare. Un sorriso «vale» decine di tavolette. E pensate, costo zero, calorie zero: un affare.