

UOMO MODERNO

## Barba, tatuaggi e palestra: tre indizi sul testosterone...

CULTURA

13\_09\_2023



**Roberto  
Marchesini**



Ci sono tre caratteristiche che, negli ultimi anni, caratterizzano l'uomo moderno: barba, tatuaggi e palestra. Rappresentano il minimo comune denominatore della virilità attuale. Moda? Certamente. Ma forse c'è di più.

**Ormai è risaputo:** insieme al **quoziente intellettivo**, negli uomini abitanti l'anglosfera (il cosiddetto «Occidente») sta calando progressivamente anche il **livello di testosterone**. Le cause, dicono gli esperti, sono parecchie. Sicuramente l'alimentazione moderna favorisce l'obesità, la quale riduce la presenza di questo ormone nel corpo. Ma l'alimentazione è solo uno degli aspetti di un intero stile di vita, quello moderno, che inibisce la produzione di testosterone, fin dalla pubertà. Fin da bambini, infatti, i maschietti fanno una vita sedentaria, sempre meno all'aria aperta e sempre meno ricca di relazioni; non corrono, non si arrampicano, non fanno a botte, non vivono avventure «pericolose», sfide, non affrontano fallimenti. Gli sport competitivi, di squadra, con contatto fisico sono in declino. Tutte queste cose, che – magari al prezzo di qualche sbucciatura – aiutavano uno sviluppo fisico sano e livelli di testosterone adeguati durante pubertà e adolescenza, sono passate di moda a causa di cambiamenti culturali importanti. L'assenza del padre che, anche quando è presente, è un «mammo»; la negazione della competizione e della lotta nel nostro mondo moderno; infine l'educazione *gender-free*, che vede di malocchio (come prodromi di virilità tossica) l'attrattiva che i maschietti provano verso certi giochi e attività fin dai primi mesi.

**Non solo: la plastica** che il capitalismo mondiale ci obbliga a ingerire perché contenitore di tutto ciò che mangiamo o beviamo, dall'acqua al pane, è uno dei principali IE (Interferenti Endocrini), ossia una sostanza che altera il nostro equilibrio ormonale ed è uno dei principali nemici del testosterone. Fosse finita qui: ormoni antagonisti del testosterone sono presenti dovunque, nel nostro ambiente, dall'acqua che beviamo al cibo che mangiamo. Sapete che, ormai da anni, **i pesci del Lambro** stanno cambiando sesso? No, non sono pesci-trans: sono femminilizzati dall'enorme quantità di ormoni antagonisti del testosterone che finiscono nei nostri fiumi attraverso gli scarichi. Significa che qualcuno versa tonnellate di ormoni femminilizzanti nelle nostre acque? E i milioni di pillole anticoncezionali (cioè estrogeni e progestinici) che le donne prendono fin dall'adolescenza dove pensate che finiscono? Che scompaiano nel nulla? Ma la scienza non ci ha detto che gli anticoncezionali sono «sicuri ed efficaci»? Vabbeh, questo è un altro discorso...

**Insomma, il risultato è un calo progressivo di testosterone negli uomini «occidentali»**, con gravi conseguenze sul loro benessere psicologico, sulla loro salute, capacità riproduttiva eccetera. Non c'è bisogno di studi scientifici: questo è un

cambiamento che si vede anche a occhio nudo. Infatti, il testosterone cambia l'aspetto fisico degli uomini: la loro postura (spalle arretrate, petto aperto, schiena dritta), la conformazione fisica (gambe dritte, evidente massa muscolare, torace ampio) e del volto (mascella squadrata, mento prominente, lineamenti squadrati). Per rendersene conto, è sufficiente aprire qualche vecchio album di famiglia e confrontare l'aspetto fisico degli uomini degli anni Sessanta e Settanta del secolo scorso con quelli che compaiono sul nostro cellulare. Oppure, basta confrontare gli attori del secolo scorso con le *star* attuali. Ma guardiamo anche i calciatori: pensiamo all'esordio di Giuseppe Bergomi in nazionale, ai mondiali del 1982, a diciotto anni. Quello era l'aspetto di un diciottenne del secolo scorso; il confronto con un diciottenne attuale (anche calciatore) è impietoso. Da una parte abbiamo uno sguardo serio, concentrato, lineamenti «tagliati con l'accetta»; dall'altra un orsacchiotto «carino», dai lineamenti morbidi e, immancabilmente, sorridente. Il primo comunica, se non paura, rispetto, tutto di lui dice «pericolo»; il secondo appare completamente innocuo, anche sessualmente.

**Ok, ma che c'entrano barba, tatuaggi e palestra?** C'entrano, c'entrano. Sono un tentativo di mascherare gli imbarazzanti esiti del calo di testosterone nelle giovani generazioni. La barba dà importanza a un mento sempre più sfuggente, quando ancora esiste. I tatuaggi vorrebbero comunicare un esemplare dedito alla «vita spericolata». Un tempo, i tatuaggi erano il segno visibile di altri segni che la vita aveva lasciato nell'anima dell'uomo: la vita di mare, il carcere, l'appartenenza a un corpo militare d'élite... Ora hanno l'effetto di un cartello «Attenti al cane» con la foto di un chihuahua. E poi la palestra, ossia il tentativo di gonfiare artificialmente dei muscoli che, un tempo, erano la naturale conseguenza di una vita attiva e all'aria aperta, del lavoro manuale e una certa sfrontatezza di fronte al pericolo. Ecco quindi che, anche le mode, ci parlano del declino dell'uomo e, con lui, di tutta la nostra civiltà.