

## Succo di sedano: perché Stallone, Djokovic e Kim Kardashian ne vanno matti?

Il succo di sedano come disintossicante? A crederlo sono molti vip, da Stallone alle Kardashian, da Miranda Kerr a Novak Djokovic. Ecco com'è nata la moda

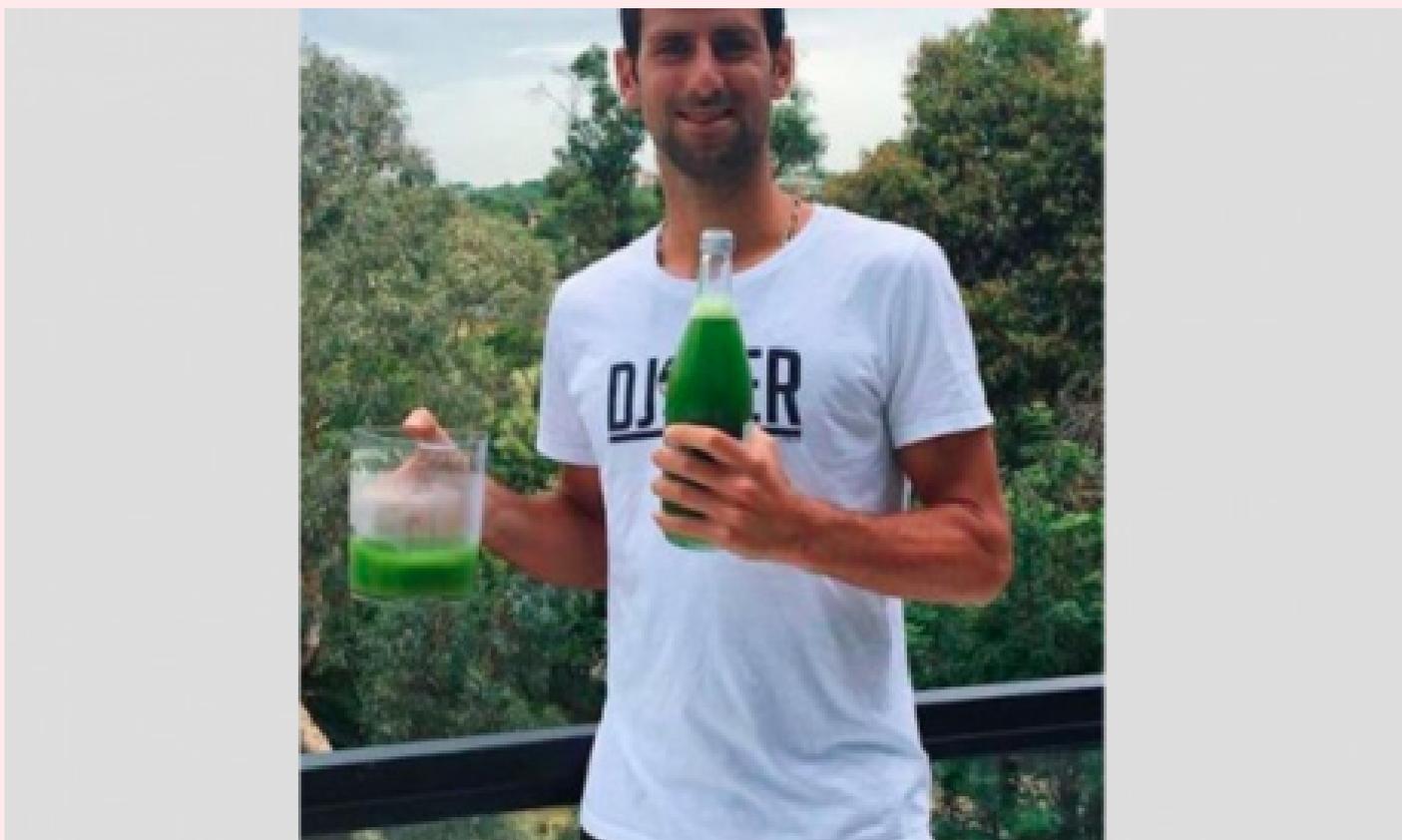
Eugenio Spagnuolo

22 aprile 2021



C'è un filo rosso, anzi verde, che unisce tra loro celebrity come **Kim Kardashian**, **Sylvester Stallone** e il tennista **Novak Djokovic** ed è... Il **sedano**. Ortaggio povero, destinato a consumarsi nel brodo o al massimo a insaporire insalate, sta vivendo una seconda giovinezza da quando circa due anni fa in California **si è diffusa la credenza che il succo di sedano fresco abbia un prodigioso effetto disintossicante**. A imporlo come moda salutista è stato **Anthony William**, che non è un medico né uno scienziato, ma quello che sbrigativamente di solito viene definito guru. In realtà la questione è più complessa. Ma ci arriviamo.

In un libro pubblicato anche in Italia (*Il potere del succo di sedano*, editore MyLife), William elenca i tanti benefici di questo succo che avrebbe - a suo dire - la **capacità di rimuovere le tossine cristallizzate nel nostro organismo da anni**, alleviando una lunga serie di malattie. *“Mi rendo conto che è un po' difficile credere che il succo di sedano sia così benefico. Quell'ortaggio ordinario che abbiamo visto un milione di volte al supermercato? Quello che ci dimentichiamo sempre di finire, perché ne usiamo solo un gambo o due alla volta? Come fa a essere un supercibo? E invece è un alimento miracoloso, seppure sottovalutato”*, scrive.



Novak Djokovic (Instagram)

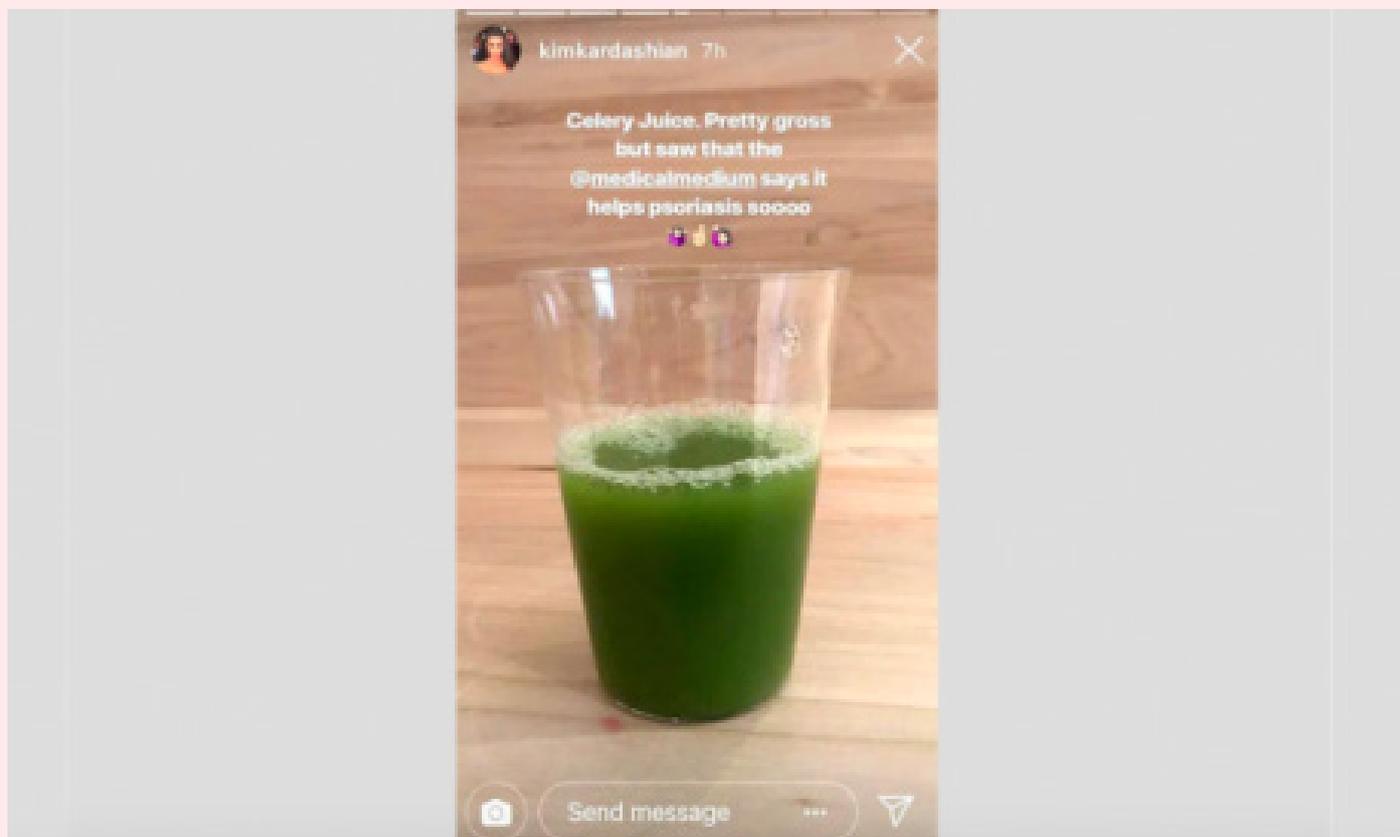
**COME ASSUMERE IL SUCCO DI SEDANO** - Nel libro, William spiega che il succo **si può produrre sia con l'estrattore che con una centrifuga o un frullatore** ad alta velocità. Non bisogna dunque dotarsi di un apparecchio costoso per farlo. L'importante è **bere il succo di sedano fresco e senza additivi** che gli farebbero perdere il suo potere. L'azione va compiuta ogni giorno a stomaco vuoto, al risveglio e senza assumere altro per almeno un quarto d'ora.

**COME È NATA LA MODA** - In California, culla di tutte le mode salutiste di questo mondo, il movimento del sedano (*Global Celery Juice Movement*) non ci ha messo molto a imporsi, al punto che le vendite di quest'ortaggio hanno subito un incremento del 400%. In fondo, rispetto agli altri presunti superfood il sedano ha sicuramente due vantaggi: costa poco ed è difficile che berne l'estratto abbia severi effetti collaterali. Ma il motivo reale per cui il succo di sedano si è imposto nella dieta all'ombra delle palme di L.A. è proprio Anthony William, "*L'influencer in questione è un uomo che si definisce "Medical Medium"*" - scrive la BBC - *Ha più di 2 milioni di follower su Instagram e altri 3,4 milioni su Facebook* (nel frattempo sono aumentati, ndr). *Il suo sito web elenca le testimonianze di numerose celebrity, tra cui la star del tennis Novak Djokovic. È apparso in programmi televisivi tra cui Keeping Up with the Kardashians. E ha scritto per Goop, il sito web di lifestyle di Gwyneth Paltrow*".



foto: Pixabay

**I VIP CHE CREDONO NEL SUCCO DI SEDANO** - Nel definirsi *Medical Medium*, William si attribuisce la capacità di leggere il corpo e individuare le malattie che lo affliggono. Una dote che - lo ha raccontato lui stesso nel documentario **Heal** (in Italia visibile su Amazon Prime Video) - avrebbe sviluppato da bambino. La questione insomma è molto fideistica e assai poco scientifica. E potrebbe essere derubricata come superstizione del tempo presente, se William e il succo di sedano non avessero ricevuto l'endorsement di una spropositata quantità di personaggi famosi, alcuni dei quali anche insospettabili come lo stesso **Djokovic**, **Robert De Niro** e **John Donovan**, CEO della potente compagnia telefonica americana AT&T. Sul sito è possibile leggere il lungo elenco, che include tra gli altri: **Silvester Stallone**, **Naomi Campbell**, **Pharrell Williams**, la top model **Miranda Kerr**, **Hilary Swank**, **Liv Tyler**, **Gwyneth Paltrow**, **Rashida Jones**, la ex pallavolista **Kerri Walsh Jennings**, **Alexis Bledel**, **James Van Der Beek**, **Calvin Harris**, **Debra Messing**, **Scott Bakula**, **Courteney Cox** (*Monica* di Friends), **Taylor Schilling** (*Orange Is the New Black*), **Carla Gugino**, **David James Elliott**. E se **Miranda Kerr** si definisce entusiasta del fatto che il succo di sedano sia “*antinfiammatorio, alcalinizzante e onestamente mi fa sentire così energica!*”, **Kim Kardashian** sbrigativa come sempre si limita a dire che lo beve, anche se ha un saporaccio, perché il *Medical Medium* le ha detto che avrebbe aiutato la sua psoriasi.



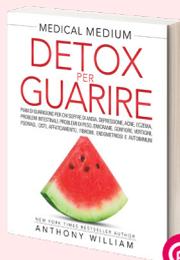
**Kim Kardashian (Instagram)**

Tra le testimonianze ci sono anche quelle di alcuni medici sebbene, come riportano i giornali che si sono interessati del fenomeno, la comunità medica abbia espresso le sue perplessità a riguardo.

**BERE O NON BERE L'AMARO CALICE?** - Come scrive **The Guardian**: *“Ha davvero importanza se i ricchi e gli ingenui bevono succo di sedano nella convinzione sbagliata che cambierà la loro vita? In una certa misura, no. Potrebbe non essere l'elisir che molti vorrebbero che fosse, ma non c'è nulla di male nelle persone che lo bevono”*. Il problema, più che altro, secondo il quotidiano inglese, è che attraverso i social si possano imporre pericolose mode salutiste dagli effetti nefasti. Anche se per fortuna il sedano (per ora) non è tra queste.

## La Gazzetta dello Sport

Leggi gli articoli su



<https://www.gazzetta.it/alimentazione/news/29-07-2020/...>



<https://www.gazzetta.it/alimentazione/news/23-05-2020/...>

### Succo di sedano: perché Stallone, Djokovic e Kim Kardashian ne vanno matti?

**Il succo di sedano come disintossicante? A crederlo sono molti vip, da Stallone alle Kardashian, da Miranda Kerr a Novak Djokovic. Ecco com'è nata la moda**

C'è un filo rosso, anzi verde, che unisce tra loro celebrity come **Kim Kardashian**, **Sylvester Stallone** e il tennista **Novak Djokovic** ed è... **Il sedano**. Ortaggio povero, destinato a consumarsi nel brodo o al massimo a insaporire insalate, sta vivendo una seconda giovinezza da quando circa due anni fa in California si è diffusa la credenza che il succo di sedano fresco abbia un prodigioso effetto disintossicante. A imporlo come moda salutista è stato **Anthony William**. In un libro pubblicato anche in Italia (*Il potere del succo di sedano*, editore MyLife), William elenca i tanti benefici di questo succo che avrebbe - a suo dire - la **capacità di rimuovere le tossine cristallizzate nel nostro organismo da anni**, alleviando una lunga serie di malattie. *“Mi rendo conto che è un po' difficile credere che il succo di sedano*

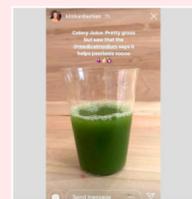
*sia così benefico. Quell'ortaggio ordinario che abbiamo visto un milione di volte al supermercato? Quello che ci dimentichiamo sempre di finire, perché ne usiamo solo un gambo o due alla volta? Come fa a essere un supercibo? E invece è un alimento miracoloso, seppure sottovalutato”*, scrive.

#### COME ASSUMERE IL SUCCO DI SEDANO

Nel libro, William spiega che il succo si può produrre sia con l'estrattore che con una centrifuga o un frullatore ad alta velocità. Non bisogna dunque dotarsi di un apparecchio costoso per farlo. L'importante è **bere il succo di sedano fresco e senza additivi** che gli farebbero perdere il suo potere. L'azione va compiuta ogni giorno a stomaco vuoto, al risveglio e senza assumere altro per almeno un quarto d'ora.



Instagram



Instagram

Continua a leggere l'articolo sulla **Gazzetta dello Sport** online >  
**Succo di sedano: perché Stallone, Djokovic e Kim Kardashian ne vanno matti?**  
<https://www.gazzetta.it/alimentazione/news/22-04-2021/succo-di-sedano-il-segreto-di-djokovic-e-kim-kardashian-53841/>