

# Francesca Testasecca non si fa più problemi per il suo peso

Scritto da: [Daniela Bellu](#) - venerdì 25 ottobre 2013

inShare

Pin it

0

*L'ex Miss Italia 2010 racconta come sono nati i suoi problemi con la bilancia e invita le ragazze a non lasciarsi prendere la mano dalle diete.*



Annunci Google

- [Gossip Ballando Con Le Stelle](#)  
[Vanityfair.it/BallandoConLeStelle](http://Vanityfair.it/BallandoConLeStelle) Le coppie, i Balli e i Retrosceca. Scopri le ultime news su Vanity!
- [Bellezza Ragazza](#)  
[www.vichy.it](http://www.vichy.it) Innovazione, Efficacia e Sicurezza Scegli i Prodotti Vichy

**Francesca Testasecca**, ex Miss Italia 2010, è una delle concorrenti della nuova stagione di [Ballando con le stelle](#). Molti di voi ricorderanno che poco dopo la sua elezione a più bella d'Italia - con una normale taglia 44 - Francesca ha dovuto affrontare un periodo difficile, a causa di alcuni problemi ormonali [che le hanno fatto guadagnare parecchi chili in pochissimo tempo](#), rendendola vittima della curiosità di stampa e gossip. Ed è inevitabile, ora che è una delle protagoniste del programma di Raiuno, tornare sull'argomento.

L'ex Miss Italia parla volentieri con la rivista *Grand Hotel* di cosa le è successo in quel periodo, soprattutto perchè vuole essere di monito ed esempio per quelle ragazze che non sono soddisfatte del proprio aspetto fisico:

*Quando i miei amici mi hanno iscritto a Miss Italia, lo hanno fatto perché credevano in me, ero una bella ragazza, era come fare una puntata sicura alla lotteria. Io però non ero pronta per una competizione del genere. Così persi dieci chili con una dieta iperproteica, molto drastica, per assomigliare al canone delle ragazze che fino a quel momento erano diventate Miss Italia. Vinsi il titolo, ma pagai un prezzo molto caro: non avevo più stimoli e perfino il ciclo mi si era interrotto per quel dimagrimento innaturale.*

E da lì sono cominciati tutti i problemi: Francesca è ingrassata, ha dovuto fare i conti con la sua fragilità e con le conseguenze di una dieta sbagliata:

*Ero ingrassata di colpo.: avevo il metabolismo alterato dagli ormoni che erano impazziti, una cosa non rara quando si fanno diete sbagliate. Inoltre i miei impegni con Miss Italia non mi permettevano di fare movimento e sport. Insomma, non ero più me stessa, soprattutto dal punto di vista psicologico: avevo perso quella serenità che era stata sempre la mia compagna di vita fino a pochi mesi prima.*

Ad aiutarla a venir fuori da questa situazione problematica ci hanno pensato i suoi familiari e degli specialisti:

*Ho deciso di essere sincera con me stessa e ho ammesso il mio disagio. Mi sono curata, ho trovato dei buoni specialisti, ma soprattutto ho ripreso a volermi bene, a rivedere chi mi amava, a dare più spazio alla famiglia e meno agli impegni di miss.*

Per questo, per la sua esperienza così forte, la Testasecca lancia un messaggio a tutte le sue coetanee che si trovino in una situazione simile:

*Alle mie coetanee dico: “Non rovinatevi la vita, siate voi stesse”. Che a 20 anni una ragazza si rovini la vita perché vuole fare una sfilata è assurdo. Nel tempo, comunque, ho ritrovato me stessa, il mio equilibrio e quella che vedete ogni sabato sera a Ballando è la vera Francesca.*