

## ESTILS



## Miss Espanya 1965 reapareix en un anunci de Desigual

La firma catalana Desigual ha fitxat Miss Espanya 1965 per al seu últim anunci. La menorquina Alicia Borràs, tercera classificada a Miss Univers aquell any, apareix ballant en l'última campanya de la colorista marca de roba, que té com a lema "Troba els teus texans exòtics". Borràs, que ba-

lla al so de l'exitosa cançó de Yall *Hundred miles*, ha treballat per a Pertegaz, ha posat per a Leopoldo Pomés i ha desfilat per a firmes de la talla de Dior, Chanel i Yves Saint Laurent. Després de retirar-se un temps, va tornar a la passarel·la el 2014 per a la firma catalana Andrés Sardá.

# 'Spornosexuals', esculpits al gimnàs i a les xarxes

Dues dècades després d'aparèixer, els metrosexuals han sigut devorats per aquest nou paradigma d'home que porta a l'extrem la voluntat d'agradar a través del seu cos



JOAN CALLARISSA  
BARCELONA

Quan el periodista britànic Mark Simpson va inventar el terme *metrosexual* fa vint-i-dos anys poc es pensava que aquells homes depilats, morenos tot l'any i amb roba cridanera, desapareixerien arrossegats per la força d'internet, que ha generat un altre model de masculinitat, impregnat de tots els trets característics de la xarxa.

Després del tsunami de la World Wide Web, el mateix especialista que el 1994 s'empescava aquell concepte per definir el model d'home imperant en aquell moment, parla ara dels *spornosexuals*, homes plens de ganes de seduir, més exhibicionistes que mai i completament apartats de qualsevol ornament que pogués eclipsar els seus cossos, la seva única arma de seducció.

Com va explicar Simpson a *The Telegraph*, en un article anomenat *The metrosexual is dead. Long live the 'spornosexual'*, "dues dècades després d'estar inflant orgullosament la vanitat masculina", alguns d'aquests homes han deixat enrere

l'obsessió per la roba per centrar-se en el seu físic. El cos, per sobre de tot el que es puguin comprar.

## El cos, al centre

Ara el temple és el cos i no la botiga de roba. I és que els *spornosexuals* deuen la primera part de la seva etiqueta a l'esport –*sport*, en anglès, idioma d'on prové el concepte–, però no a qualsevol esport, sinó al *fitness* practicat al gimnàs fa uns anys només per culturistes i que ara és la pràctica esportiva més en auge, al costat del *crossfit*, que pot conduir a uns resultats estètics similars. Si el cos és la base de la bellesa i l'únic reclam, entrenar-se molt i alimentar-se –o intentar-ho– com un esportista d'elit són, per tant, les claus de l'èxit. Per això aquests dos hàbits han arrelat entre els homes al mateix temps que botigues de suplementos proteics i gimnasos de tot tipus i preus s'expandien pels nostres carrers. I un cop es té el cos ideal, entren en joc les xarxes socials, on s'evidencia la segona etiqueta del neologisme: porno. Al ciberespai, aquests nous homes posen semidespullats com si fossin actors porno, en una ostentació de la seva treballada masculinitat.

Així es resol la fórmula de l'*spor-*

*nosexual*: l'home metrosexual que abans es tapava amb roba *fashion* porta ara a l'extrem la voluntat de seduir posant pornogràficament per a les xarxes socials després d'esculpir-se fent esport. Una cadena de fets en què aquests mascles competeixen per aconseguir *likes* amb les seves *selfies* a Instagram, un terreny idoni per difondre la pròpia imatge –la de l'home menys censurada que la de la dona, per cert– i veure satisfet el seu *ego* a còpia de més i més seguidors.

## Beckham, el precursor

Mentre la tendència cala entre el gran públic, molts famosos han fet seu el concepte, que va ser presentat per Simons com a patrimoni principal dels heterossexuals però que avui dia ha saltat aquesta frontera i és una moda imperant també entre els homes gais. Com assenyala el creador del terme, el referent dels *spornosexuals* és David Beckham –que es recicla com a icona dels metrosexuals–: "És conegut per les seves tallades de cabells, per la seva bellesa descarada i pel desig desenfrenat de ser desitjat més que no per les se-

## Torelló presenta Rosa d'Abril, un rosat ecològic

El celler penedesenc Torelló presenta el nou vi rosat Rosa d'Abril, inspirat en els rosers de la seva finca més emblemàtica, Can Martí. Elaborat amb macabeu, malvasia i sirà ecològics, el vi és de l'anyada 2015, reconeguda per la seva qualitat. Recomanat per a sushi, arrossos o pasta, l'ampolla surt per 9 euros.



## Iggy Azalea denuncia l'abús de Photoshop

Iggy Azalea s'ha convertit en notícia en denunciar a les xarxes que ha sigut víctima d'un excés de Photoshop a la revista *Schön!* Ella mateixa va mostrar una foto d'abans i després. "M'agrada més la foto de l'abans. Estic contenta amb el meu cos, les talles són les que tinc i les prefereixo així", ha escrit Azalea.



ves virtuts futbolístiques". Però al futbolista li ha sortit un alumne avantatjat, segons l'opinió de diversos entesos. Es tracta de Cristiano Ronaldo, un dels personatges públics que més òbviament estan explotant el seu cos per generar desig. Un cop d'ull als anuncis dels seus calçotets o al seu compte d'Instagram demostren que compleix perfectament els requisits marcats per Simpson per encarnar aquesta *nova* masculinitat.

### Un home molt antic

¿Però aquesta exaltació del múscul es deu només a la democratització d'internet i a la facilitat que confeixen les xarxes socials per exhibir-se o té una altra gènesi? La psicòloga clínica i terapeuta sexual Neus Bort Millan afirma que hi sol haver "motius subjacents en l'exaltació i exhibició del cos muscular més enllà de cuidar-se i de gaudir de l'esport". "Aquests casos solen tenir a veure també amb el narcisisme, que necessita nodrir-se de l'admiració i del desig que desperta en els altres", apunta. Una auto-complaença que, al seu parer, "intenta ocultar les inseguretats i la dificultat que tenen aquests homes per relacionar-se".

Des del punt de vista de l'especialista, "el cos és l'objecte mitjançant el qual ells poden obtenir una recompensa immediata i aprovació social -les dues coses les necessiten molt- per omplir els buits produïts per la seva inseguretat". Així, assegura, la seva evident musculació "actua com a reforç positiu i fa que en desitgin més i més, en el que seria una mena d'insaciabilitat de l'ego".

Bort, que veu en aquest prototip corporal una figura molt antiga -"la cultura grecoromana està plena d'aquesta masculinitat de cos muscular i sexualitat latent"-, assenyalava també "el component exhibicionista", que ha trobat en "les noves xarxes socials el canal ideal i l'aparador perfecte per mostrar-se". A més, considera que un dels seus principals trets definitoris és l'auto-fetitxisme. "El seu cos és el seu fetitxe, que converteixen en una obra que modelen al seu gust, o més ben dit, al gust del model a qui es volen assemblar. És l'exaltació del cos com a objecte del propi desig. Hi ha un component molt important d'autoerotisme en tot això", conclou la terapeuta, que celebra que la *spornosexualitat* coincideixi amb "la tendència creixent que creu que el cos i la ment son un tot i que recomana que el millor és estar en harmonia amb el nostre interior".



01. El model River Viiperi és un dels que porta més lluny l'exhibicionisme. 02. L'actor Chris Hemsworth s'entrena amb el seu fill a sobre. 03. David Delfín es fotografia sovint els abdominals a l'ascensor. 04. Cristiano Ronaldo llueix els músculs al camp i a les xarxes. 05. Paco León, que va sotmetre's al repte de *Men's Health*, es despulla cada poc temps a internet. 06. Zac Efron no s'assembla gens al nen Disney que va ser. INSTAGRAM

L'osteòpata Quim Vicent, director de la Clínica Arvila Magna de Barcelona, veu aspectes positius en aquesta moda, però també alerta dels perills que comporta. Des del seu punt de vista, fer aquest canvi físic és "una decisió molt personal" que "pot estar indicada per mantenir un bon to muscular" però "com que cada persona té unes necessitats bioquímiques molt diferents" hauria d'anar acompanyada "d'una bona alimentació i dels suplementos necessaris, que sobretot fossin personalitzats".

### Personalitzar per evitar danys

En cas contrari, Vicent assenyalava que hi pot haver problemes articulars i fins i tot de caràcter. "La plasticitat és molt important, quan som molt rígids a nivell muscular i, per tant, articular, aquesta rigidesa traspasa a la nostra personalitat", afirma l'expert. I afegeix que tampoc es pot oblidar "el metabolisme, perquè tenim un segon cervell a nivell intestinal, on es fabrica més d'un 70% de la serotonina [hormona responsable de la felicitat]".

### Evolució

L'exercici anaeròbic genera molts radicals lliures que amb l'edat costen més d'eliminar

### Coincidència

Actualment també creix la tendència que reclama harmonia entre el cos i la ment

Però Vicent assegura que "de manera controlada podem evitar perjudicar les articulacions" i que "estudiant posturalment la persona es pot dissenyar un pla d'entrenament personalitzat, que no les posi en risc". A més, adverteix que entre les possibles molèsties que poden causar "aquestes hipertròfies musculars tan evidents" hi ha el "dolor d'esquena".

Segons Vicent, els excessos de musculació també poden comportar problemes amb l'edat. "Hem de pensar que el fet de muscular és un exercici anaeròbic, per tant, es formaran molts més radicals lliures, cosa que de joves, mentre els nostres antioxidants actuen amb normalitat, no suposa cap problema. La dificultat pot arribar amb el pas del temps", avança.

Per acabar, l'osteòpata recomana que les persones que volen iniciar aquest procés "primer es facin un estudi de postura per intentar que sigui com més estable millor, després una anàlisi personalitzada, i, finalment, segons els resultats, que s'estableixin les normes d'alimentació i d'exercici".