# La wellness economy scopre il rischio dell'eccesso

La ricerca del benessere è diventata uno dei principali motori dei consumi contemporanei. Ma, come osserva Gastronomika, la trasformazione del wellness in un ideale da inseguire rischia di produrre l'effetto opposto: ansia, senso di colpa e pressione sociale. Diete perfette, integrazione continua, allenamenti, monitoraggio dei parametri biometrici e ricerca della massima performance stanno contribuendo a costruire un modello nel quale il benessere non rappresenta più un'opportunità, ma un dovere. Il fenomeno interessa anche il mondo del fuori casa. Bar, ristoranti e aziende beverage stanno ampliando l'offerta di prodotti funzionali, analcolici e salutistici, intercettando una domanda reale. Il rischio, tuttavia, è trasformare il consumo consapevole in una nuova forma di conformismo. L'articolo invita a distinguere tra salute e ossessione, ricordando che il valore del benessere dovrebbe misurarsi nella qualità della vita, non nella ricerca permanente della prestazione perfetta.