

Dal Welfare al Wellness: la nuova via del benessere

Di Valerio Corradi

Numerosi attori, attività e servizi colgono il sempre più diffuso bisogno di ricercare stati di benessere psicofisico, tentando di offrire delle risposte su misura a un'ampia platea di clienti di tutte le età



“Mens sana in corpore sano”, intorno al motto del poeta latino Giovenale, che invitava a condurre una vita equilibrata e ad evitare le abitudini dannose, sta oggi prendendo forma una nuova filiera del benessere a cui contribuiscono numerosi attori, attività e servizi che colgono il sempre più diffuso bisogno di ricercare stati di benessere psicofisico, tentando di offrire delle risposte su misura a un'ampia platea di clienti di tutte le età.

I due ambiti nei quali la ricerca del wellness è più evidente sono il tempo libero e il turismo, ma questa tendenza sta ormai condizionando in misura rilevante anche i contesti di lavoro soprattutto nel quadro delle proposte di welfare aziendale.

Il costante incremento del volume delle attività wellness, in termini di fatturato e di occupati, è ben visibile anche a Brescia ed è rimarcato dalla diffusione di palestre, health club e beauty farm, dalla moltiplicazione dei centri e dei corsi di pilates, yoga, qigong, tai chi, shiatsu, feldenkrais e dalla progressiva diversificazione dei pacchetti volti a proporre esperienze gratificanti e rigeneranti, incentrati sulla riconnessione tra mente e corpo.

Questo fenomeno trova origine anche nel diffuso senso di incertezza che avvolge l'equilibrio psicofisico generato da una società accelerata e iper-razionalizzata che si confronta con l'aggravamento della crisi ecologica e che vede aumentare in misura esponenziale l'attenzione alla salute (salutismo) e con essa l'enfasi sul potenziale preventivo e terapeutico della correzione degli stili di vita (es. alimentazione, movimento). Concetto oggi continuamente ribadito anche in campo sanitario, tanto più se è dimostrato che per ogni euro speso per promuovere l'attività fisica può esserci un ritorno di 13 euro di mancate spese sanitarie.

Le probabilità che l'attenzione per il wellness aumenti ulteriormente nei prossimi anni sono quindi molto alte. Una serie di aspetti organizzativi, economici e di marketing spingono sempre più persone verso le attività rigenerative e vanno a costituire una mentalità wellness che mette al centro la cura di sé, pur essendo evidente che molte di queste iniziative si configurano anche come delle inedite forme di

Al momento, se non in rari casi, questo fenomeno, invece, non si lega e non rimanda a una dimensione o un'azione di tipo "politico". In altri termini, il miglioramento del benessere sembra essere diventato un fatto prevalentemente individuale e meno una sfida di trasformazione collettiva.

Forse anche per questo possiamo concludere osservando che alla ormai cronica crisi del welfare (almeno nella forma in cui è stato concepito nel Novecento) fa oggi da contraltare il trionfo del wellness, un tentativo sfumato, soggettivo e postmoderno di affrontare la cruciale questione del miglioramento della qualità della vita.

(tratto dal Giornale del Brescia)

DATA DI PUBBLICAZIONE: 25/10/2025 – AGGIORNATO IL 05/03/2026 ALLE 02:00

2026 © TUTTI I DIRITTI SONO RISERVATI

AUTOGESTIONE CONTENUTI DI EDIZIONI VALLE SABBIA SRL C.F. E P.IVA: 02794810982 – SISTEMA [GLACOM®](#)