

SPA / lifestyle

I SEGRETI DELLA FANGOTERAPIA

*Le virtù dei fanghi sono moltissime e conosciute fin dall'antichità come "medicina"
per prendersi cura del proprio corpo - e dello spirito - in modo naturale.*

Advertorial, a cura di Francesca Pavesi | foto © Hotel Tergesteo



Chi conosce e predilige i trattamenti estetici naturali lo sa bene: i fanghi termali sono una delle migliori cure per il corpo, praticamente senza controindicazioni e al 100% naturali. Già nell'antico Egitto venivano utilizzati come trattamenti estetici – erano ricavati dal limo del delta del Nilo – mentre in Italia l'uso della fangoterapia risale all'epoca delle prime terme romane. Lo scopo per cui venivano utilizzati era lo stesso di oggi: regalare un momento di cura e benessere al corpo e allo spirito. E, in effetti, il fango ha indubbie proprietà benefiche sull'intero apparato osteo-articolare, ferma la degenerazione cartilaginea e stimola la produzione di endorfine, che aumentano la soglia del dolore. Ma non solo. Grazie all'impacco del fango e alla reazione sudorale che ne consegue, si hanno un vero e proprio "effetto detox" sulla pelle purificandola in profondità, liberandola da ostruzioni e impurità, aiutandola a espellere le tossine, e un effetto scrub, che rimuove le cellule morte

La fangoterapia non è solo una cura per patologie e malesseri, ma è anche un ottimo trattamento per regalare una coccola naturale a tutto l'organismo.

stimolando la produzione di nuove, facilitando il rinnovamento dei tessuti e combattendone l'invecchiamento. Il risultato? Una pelle liscia, elastica, morbida e luminosa.

FANGO, UN TESORO MILLENARIO

Il fango di Abano e Montegrotto è una sapiente commistione di una componente solida, l'argilla, prelevata dal piccolo lago Costa nel comune di Arquà Petrarca, di una liquida, l'acqua salso-bromo-iodica, e di una biologica, i micro-organismi e biomateriali. Il processo di maturazione avviene in speciali vasche per circa 50-60 giorni durante i quali il fango resta in contatto perenne con l'acqua termale fatta scorrere a ritmo costante ad una temperatura di 60° C. La temperatura e i costituenti chimici dell'acqua termale euganea influenzano lo sviluppo della particolare comunità microbica, modificando la struttura chimica e chimico-fisica del fango che acquisisce tutte le proprietà terapeutiche che lo rendono unico.

CURE E TERAPIE

È scientificamente provato che la fango-balneo-terapia favorisce il ripristino del metabolismo del tessuto osseo, quindi è particolarmente indicato per la cura e la prevenzione di tutti i disturbi dell'apparato osteo-articolare. "Dopo i quarant'anni, la massa ossea comincia a ridursi secondo un processo parafisiologico di squilibrio tra riassorbimento e deposizione – ci spiega Irene Tanzi dell'Hotel Esplanade Tergesteo di Montegrotto Terme. Tale processo può aggravarsi ulteriormente nel post-menopausa favorendo lo sviluppo dell'osteoporosi. I fanghi stimolano la ricostituzione della cartilagine fra le articolazioni: per questo risultano molto indicati anche per curare i reumatismi,



l'artrite e l'artrosi. Il trattamento con i fanghi si compone di quattro passaggi fondamentali che vanno seguiti in rigoroso ordine – spiega ancora Irene: l'applicazione del fango direttamente sulla pelle a una temperatura tra i 37° C e i 38° C per un periodo che varia dai 15 ai 20 minuti. Il fango viene quindi lavato via con una doccia e poi ci si immerge nel bagno termale alla temperatura di 37-38° C per circa 8 minuti. Segue poi la fase di relax: ci si asciuga e si raggiunge la propria stanza o il bordo piscina dove, ben coperti per 30/40 minuti, si consente alla reazione sudorale di continuare gli effetti biologici della fangatura. Il percorso si conclude con un massaggio tonificante che ha lo scopo di riattivare la circolazione a livello muscolare e cutaneo. Per i cicli di cura il nostro hotel è convenzionato con il Sistema Sanitario Nazionale, per cui, presentando l'impegnativa del proprio medico di base, e pagando solo il ticket, il ciclo è gratuito".

BEAUTY ROUTINE

"Le cure termali e i trattamenti wellness sono uno dei fiori all'occhiello del nostro Well54, il Centro benessere dell'Hotel, in cui proponiamo anche una vasta scelta di trattamenti ayurvedici, di bellezza e di medicina estetica" prosegue Irene. "A differenza di quanto si pensi, infatti, la fangoterapia non è solo una cura per patologie e malesseri, ma è anche un ottimo trattamento per regalare una coccola naturale a tutto

l'organismo. Perché l'applicazione dei fanghi termali, producendo calore sul corpo, ha un effetto miorelaxante e decontratturante che, unito al contesto che circonda i nostri ospiti durante il soggiorno – dal centro benessere stesso alla Spa Emotion Zone, dalle tre piscine con acque termali, una ad acqua salata panoramica, alle stanze a cui si sono appena aggiunte le nuovissime Vital Suite, arredate con pezzi di design e realizzate con materiali certificati a impatto zero – produce un indiscusso effetto rilassante e una condizione di benessere a 360°. E sempre nell'ottica di sfruttare le proprietà benefiche dei fanghi termali, abbiamo adottato una linea di prodotti cosmeceutici "a chilometro zero" nati dalla fusione del fango termale con prodotti del nostro territorio, grazie anche ad una rigorosa ricerca scientifica. La linea Thermal 5 colors è composta da 5 prodotti agli estratti naturali, nati dall'unicità del Fango delle Terme Euganee e impreziositi dai sapori tipici del Parco Naturale dei Colli Euganei. Ogni colore ha una funzione ben specifica: bianco con effetto di microscrub; giallo "body slim" per combattere gli inestetismi della cellulite; verde "body tonic" con alto potere tonificante, lenitivo e decongestionante; rosso arricchito da un concentrato naturale di vinacce dei vini rossi per migliorare il microcircolo superficiale cutaneo e rivitalizzare i tessuti cutanei; blu "anti age intensive" per contrastare gli effetti del tempo sulla pelle".