

I FANGHI BENEFICI DELLE TERME EUGANEE

Bagni in acqua termale e fangoterapie rendono Montegrotto Terme una meta del benessere conosciuta da millenni. Ma all'Hotel Esplanade Tergesteo, la tradizione incontra una SPA all'avanguardia

Advertorial a cura della redazione

Quando ci si bagna nelle vasche delle Terme Euganee o ci si avvolge nei loro fanghi ci si sta immergendo in 2000 anni di storia, e in acqua che ha percorso centinaia di chilometri in 50 anni di tempo per arrivare sino a noi. I benefici di queste sorgenti sono conosciute dai tempi degli Antichi Romani, ma solo dagli anni Sessanta sappiamo davvero da dove proviene questo liquido miracoloso: le falde presenti nel sottosuolo dell'intero bacino euganeo si originano sui Monti Lessini sopra Verona, a 80 km di distanza, e filtrano arricchendosi di sali minerali per decine di anni fino a sgorgare alla temperatura di 87°C. Queste acque ipertermali salsobromoiodiche hanno qualità chimico-fisiche e terapeutiche uniche e sono meta di cura da millenni.

IL FANGO PIÙ FAMOSO DEL MONDO

Questo fango famoso sin dai tempi antichi viene prelevato nell'area dei Colli Euganei, e viene fatto maturare in apposite vasche, dove rimane a contatto con l'acqua termale i cui elettroliti disciolti, come il sodio e il cloro, oltre all'alto contenuto in azoto (che può raggiungere il 90% dei gas totali) sono necessari alla cosiddetta fase di maturazione dei fanghi termali. Se si lascia il fango immerso in acqua termale a una temperatura ottimale di 35-38°C infatti, dopo circa 60 giorni sulla superficie a contatto con la parte liquida si forma un aggregato complesso di microrganismi. I microrganismi che colonizzano la superficie del fango producono delle sostanze note come principi attivi, che è stato dimostrato hanno un'efficacia antinfiammatoria pari a quella dei farmaci di riferimento, ma senza effetti collaterali. I loro effetti, conosciuti da millenni, sono benefici su ossa, muscoli e articolazioni e adatti a curare patologie come osteoporosi, reumatismi, traumi ortopedici e fratture. Il risultato della loro applicazione è anche estetico e le acque sono anche adatte a terapie inalatorie con aerosol e nebulizzazioni contro riniti, faringiti, sinusiti, bronchiti e tracheiti.

MONTEGROTTO TERME

La città di Montegrotto Terme, assieme alla vicina Abano, costituisce la zona termale euganea: il centro termale più grande d'Europa, che unisce tradizione e innovazione, in

strutture che offrono tutti i benefici di questa tradizione millenaria a trattamenti e ospitalità all'avanguardia. Grandi hotel a cinque stelle offrono alla propria clientela ben oltre le classiche cure termali, un'ospitalità di alto livello e servizi oggi irrinunciabili durante soggiorni di relax e di vacanza, come quelli che si possono vivere in questa località immersa nella natura dei Colli Euganei e a pochi chilometri da Padova. L'Hotel Esplanade Tergesteo si fa notare, fin dalla storica inaugurazione nel 1975, per l'eleganza della struttura – ampia, luminosa, immersa nel verde di un bellissimo giardino – nonché per avere due SPA, di cui una panoramica, dove si trova la prima piscina con acqua salata di tutte le Terme Euganee.

I CICLI DI BAGNO E FANGO TERAPIA

Qui vengono effettuate la fangoterapia, balneoterapia e inalazioni termali. Durante la fangoterapia, il fango viene applicato direttamente sulla pelle ad una temperatura fra i 38°C e i 42°C per un periodo che varia dai 15 ai 20 minuti. Al termine dell'applicazione, e dopo la doccia, ci si immerge nel bagno termale che solitamente completa la terapia con i fanghi – i cicli durano 12 giorni e prevedono un trattamento al giorno.

Il ciclo di 12 bagni e fanghi è talmente efficace da essere prescritto dal medico di base, ecco perché l'hotel è anche convenzionato con il Sistema Sanitario Nazionale. La balneoterapia consiste nell'immersione del corpo in una vasca contenente pura acqua termale naturalmente calda e arricchita di ozono. Viene praticata in vasche individuali, con o senza idromassaggio, utilizzando l'acqua alla temperatura di 36-38°C: i movimenti sono più sciolti, i muscoli si rilassano, il dolore diminuisce, mentre le bollicine sviluppate dal flusso di ozono assicurano un'intensa azione vasodilatatrice. Asciugati con panni caldi, ci si rilassa per la reazione sudorale, che completa gli effetti biologici della fangobalneoterapia. Il trattamento si può concludere eventualmente con un massaggio, che riattiva la circolazione cutanea.

UNA SPA ALL'AVANGUARDIA

Oltre al Reparto Cure, l'hotel si è arricchito fino a comprendere tutte le declinazioni del



benessere. L'Area54 è un nuovo paradiso di acqua, saune e relax, che include oltre alla piscina panoramica salata, una vasca interna e una esterna con acqua termale piacevolmente tiepida, l'innovativa H2O3 con microbolle di ozono che massaggiano il corpo e fanno sentire come in una coppa di champagne. La SPA Emotion Zone offre sauna finlandese, hammam, percorso Kneipp, docce emozionali e jacuzzi con acqua arricchita da magnesio-potassio, minerali che rendono la pelle morbida e vellutata. Il Centro Benessere Well54 permette di fare trattamenti che vanno dalla radiofrequenza agli antiage Oxygen. Per i trattamenti di coppia c'è anche una Private SPA Suite. All'ultimo piano, il RoofTop54 è uno spazio con piscina panoramica parzialmente coperta con acqua salata, idromassaggi, sauna e bagno turco, terrazza solarium e aree relax con chaise longue e lettini con materassi ad acqua. Nella "stanza del silenzio" con camino a legna, si ritrova la quiete, in un'atmosfera di tranquillità unica.

BENESSERE S 360°

Il progetto dell'Hotel non comprende tuttavia solo centro benessere e trattamenti: la struttura offre 119 camere e un ristorante dove estendere anche a tavola i benefici derivanti dalle cure e dai trattamenti termali. L'alimentazione sana ed equilibrata punta sulla genuinità dei prodotti stagionali, biologici, a Km zero, ed è frutto di ricerca continua per rivisitare con originalità i piatti tradizionali, all'insegna della leggerezza e ricette light che non mortificano il palato. Per esigenze particolari, è possibile farsi studiare un programma nutrizionale creato "su misura" e di fissare un appuntamento con il nutrizionista della struttura.

Per informazioni e prenotazioni:
Hotel Esplanade Tergesteo *****
Via Roma 54, Montegrotto Terme PD
www.esplanadetergesteo.it

RUBRICA SPORT