

Haloterapia

Le grotte del Sale In ogni stagione dell'anno, per ogni età della vita



di **Simonetta Adamanti**,
Medico
Chirurgo,
Comitato
scientifico
Pianeta
Medicina &
Salute

30

L'Haloterapia, dal termine greco che significa "sale", è un'antichissima pratica naturale che utilizza le proprietà antinfiammatorie, antibatteriche, purificanti e disinfettanti del sale estratto dal mare. Respirare il vento marino quando le onde si infrangono sulle rocce è esperienza vivificante ben nota, oggi proponibile anche all'interno di città inquinate dentro le "Grotte del Sale", alla portata di tutti i cultori della salute naturale alla ricerca di valide terapie complementari per le più svariate patologie o anche, semplicemente, di un momento di benessere e riequilibrio psico-fisico in ambienti dove luci e colori contribuiscono all'oggettiva efficacia del contatto salino, documentata da una crescente mole di studi scientifici a supporto di un rimedio antico come la vita, che nel mare si è formata, nella notte dei tempi. Oggi possiamo affermare in assoluta certezza che il ricorso periodico a sedute di Haloterapia è una cura preventiva in grado soprattutto di rinforzare il sistema immunitario, trattare stati infiammatori, alleviare lo stress e promuovere il benessere psico-fisico generale, ad ogni età ed in ogni periodo dell'anno, con specificità che vanno dalla profilassi delle patologie invernali in autunno, al loro trattamento in inverno, dalla prevenzione di allergie primaverili al trattamento delle forme respiratorie croniche che hanno paradossalmente in estate il periodo più critico.



UN PO' DI STORIA

Ippocrate suggeriva ai medici di praticare ai pazienti l'inalazione di vapori di acqua marina per "sfiammare" il tratto respiratorio, mentre nel Medioevo, abbiamo notizia scritta che i monaci si curavano bronchiti ed altre patologie invernali recandosi in grotte naturali di sale, frantumando le



MCB Angelo Di Vito con una Collaboratrice

stalattiti per diffondere gli effetti nell'ambiente.

Nell' '800 L'Haloterapia si veste di scienza grazie alle osservazioni del fisico polacco

Felix su minatori delle grotte di sale che non si ammalavano di malattie dell'apparato respiratorio. A seguire centinaia di studi hanno definitivamente accreditato l'Haloterapia fra le terapie mediche riconosciute ufficialmente nei paesi ex-sovietici mentre ulteriori ricerche sono in corso per l'accREDITAMENTO di questa terapia anche nei paesi dell'Unione europea.

COME AGISCE

Il sale è un disinfettante naturale, antimicrobico e antibatterico e la sua assimilazione ha effetti sull'attività cellulare, la produzione metabolica e la glicemia. Il sale utilizzato in Halo-

terapia deve essere non trattato e non raffinato, opportunamente selezionato fra quelli integrali, di tipo marino, oceanico, o proveniente da giacimenti quali il Mar Morto e l'Himalaya, che contengono oltre al cloruro di sodio un'ottantina di minerali ed oligoelementi riscontrabili nell'organismo umano. Negli ambienti dove si effettua Haloterapia è importante il controllo dell'umidità in quanto l'aria salata secca è più potente di quella umida nel veicolare ioni carichi negativamente, notoriamente in grado di migliorare lo stato di salute mentale (umore) e fisico: l'inalazione delle particelle ha effetti su stati infiammatori e ristagno di muco bronchiale, migliorando le condizioni respiratorie in patologie quali asma, allergie, bronchite, malattia polmonare cronica ostruttiva (BPCO).

■ LA GROTTA DEL SALE

In appositi ambienti viene riprodotto il microclima delle grotte saline naturali, consentendo ai pazienti di respirare un'aria molto ricca di microparticelle di sale di roccia, cariche negativamente, all'interno di stanze ricoperte interamente di sale integrale purissimo. Le microparticelle agiscono direttamente su microrganismi dannosi e sostanze "inquinanti", tossiche per l'apparato respiratorio, inoltre il cloruro di sodio stimola l'attività ciliare bronchiale, favorendo l'eliminazione del muco in eccesso veicolando batteri, virus e agenti inquinanti verso l'alto, dove vengono espulsi attraverso la tosse.

■ EFFETTI DELL'HALOTERAPIA

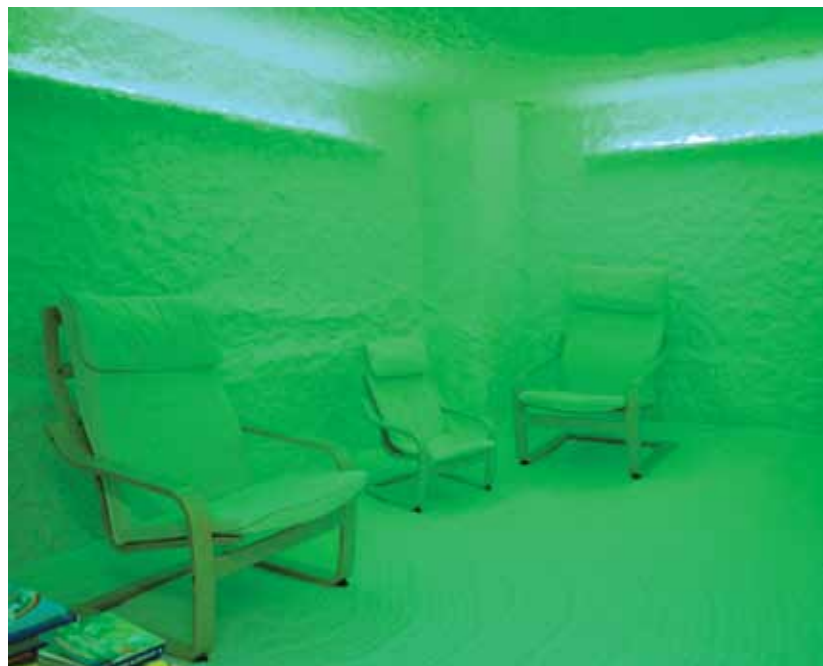
1. Antimicrobico Azione diretta delle particelle su batteri, microrganismi patogeni e sostanze "inquinanti" del tratto respiratorio.
2. Mucolitico. NaCl dipendente (stimolazione delle ciglia bronchiali).
3. Antinfiammatorio. Azione importante in svariate patologie respiratorie
4. Detossificante. "Pulizia" delle vie aeree, specialmente per fumatori e per chi vive in città inquinate.
5. Psicostimolante. Legato agli effetti degli ioni negativi, anche sul tono dell'umore.
7. Anti-inquinamento elettromagnetico. Con effetti rilassanti e rigeneranti.

■ CHI E PERCHÉ

L'Haloterapia non ha limiti di età ed è raccomandabile anche ad anziani e bambini per un trattamento non invasivo senza rischi per la salute. Molte patologie cutanee traggono gio-



vamento da questa terapia: psoriasi, dermatiti, acne, eczema e micosi. In ambito respiratorio l'Haloterapia è altamente raccomandabile in caso di asma, bronchiti, faringiti, tonsilliti, riniti allergiche, tosse cronica, sinusiti, ipertrofia tonsillare e adenoidea: uno studio del Policlinico di Bari ha riguardato l'utilizzo di Haloterapia con salgemma in bimbi soggetti ad ipertrofia tonsillare ed adenoidea, con risultati estremamente interessanti. In ambito neurologico varie cefalee ed insonnia rispondono in modo eccellente, mentre in ambito reumatologico artriti, artrosi e disturbi collegati (dolore, rigidità articolare) trovano nell'Haloterapia importante strategia complementare alla medicina convenzionale. Le controindicazioni sono poche e cautelativa-



mente limitate a cardiopatici, ipertesi gravi, pazienti con insufficienza renale, pazienti in chemioterapia, pazienti con irritazioni agli occhi o congiuntivite o soggetti a frequenti epistassi.

■ LE COMPETENZE TECNICHE

La figura professionale di riferimento nelle Grotte del Sale è identificabile nel Masso-Idroterapista appartenente in Italia all'Arte ausiliaria delle Professioni Sanitarie (M.C.B.), per le competenze idroterapiche acquisite in un percorso di studio dedicato presso Scuole accreditate, come nel caso di Angelo Di Vito, MCB diplomatosi presso la più importante scuola italiana di riferimento (St. George School, Milano-Darfo Boario), Titolare del Centro "Il Sale di Carlotta", a Rho (Milano) www.ilsaledicarlotta.it.

“Lei è Masso-Idroterapista-MCB, figura che rientra nelle Arti ausiliarie delle Professioni sanitarie: è questo che l’ha spinto ad entrare nel mondo della Haloterapia?”

“Certamente: quando alla St. George School ci parlavano di Termalismo ho subito pensato che molti degli effetti crenoterapici, nelle SPA che utilizzano variamente acqua di mare o acque fossili, dipendessero dalle sostanze saline disciolte, decine e decine, oltre al cloruro di sodio: questo mi ha convinto di portare il mare in città anche a chi vive lontano e non può permettersi per motivi economici o di tempo di recarsi periodicamente in località marine. In effetti 40 mi-

nuti di trattamento nella Grotta del Sale valgono almeno tre giorni al mare, e la gente se ne rende conto, soprattutto i genitori di bambini soggetti a frequenti patologie respiratorie.”

“Non solo benessere, quindi, ma una reale terapia complementare?”

“Proprio così, e solo una competenza sanitaria riconosciuta ci consente, a differenza di altre strutture simili, di suggerire ai clienti la giusta frequenza in funzione dell'effetto desiderato: l'Haloterapia è in fondo una branca dell'Idroterapia e il motto della nostra Associazione professionale (A.Na.M.), nata dalla lungimiranza di St. George School, non a caso è “Salus per Aquam Manusque”, la Salute attraverso le mani e l'Acqua, elemento primordiale senza cui la vita non sarebbe possibile. La ionizzazione negativa delle Grotte di Sale entra costantemente in contatto con processi vitali che avvengono nell'ambiente liquidi delle nostre cellule, anche in termini di biorisonanza: le nuove figure professionali di Masso-Idroterapista, a cui mi onoro di appartenere, hanno questa grande differenza rispetto al passato, conoscenze e competenze nuove, in stretta collaborazione con la classe medica.

“Quanto costa una seduta?”

“E' alla portata di tutte le tasche: dai 5 euro per i bambini ai 25 degli adulti, con agevolazioni per anziani e possibilità di abbonamenti molto vantaggiosi”.

