



# EVOLUZIONE STORICA DELLA THALASSOTERAPIA



**\* Vanda Anzalone**

**T**halassoterapia viene dal greco e significa *thalassa*=mare + *therapia*=cura. Il mare “thalassa” e la cura “therapia” sono alla base di una pratica millenaria già in uso tra gli

Egiziani, i Fenici, i Greci e i Romani, per i quali i bagni di mare e termali erano occasione per utilizzare l’acqua e i prodotti marini (alghe e fanghi) per stimolare, remineralizzare, rilassare e rigenerare. Sfruttando le virtù delle acque per ottenere benefici terapeutici preventivi e curativi, costruirono Templi presso sorgenti

di acqua sia calda sia fredda. Le prime tracce di Thalassoterapia “empirica” risalgono a Erodoto, Euripide, Ippocrate, Galeno, Platone, Aristotele, Cicerone, Plinio il Vecchio, per menzionare i più noti, i quali scrissero dei benefici effetti dell’acqua di mare consigliando cure idroterapiche.

I primi trattamenti di Thalassoterapia furono sviluppati nel diciassettesimo secolo, in Inghilterra, dal Dott. Sir John Floyer (1649-1734) che nel 1697 scrisse “Il corretto uso e gli abusi dei bagni caldi, freddi e temperati”, conosciuta nelle edizioni successive come “The History of Cold – Bathing”.

Furono poi sviluppati durante il diciottesimo secolo attraverso il lavoro del Dott. Richard Russell (1687-1759) che proveniva da una famiglia di medici. Suo padre, il Dott. Nathaniel Russell, era sia un chirurgo che un chimico (autorizzato a prescrivere le medicine) e anche suo nonno aveva esercitato la professione medica. Il Dott. Richard Russell si specializzò negli usi terapeutici dell’acqua di mare, trovandola utile nel trattamento di varie malattie, e fu l’iniziatore moderno della Thalassoterapia tanto da essere definito “l’inventeur de la mer”. Si guadagnò un’alta reputazione per la sue “Cure con l’Acqua di Mare” tanto da trasformare la vecchia Brighton in un posto alla moda. Si specializzò anche nelle malattie delle ghiandole, e riconobbe i benefici dell’esercizio fisico per le persone sedentarie. Credette nel valore terapeutico dello iodio nell’acqua di mare. Nel 1750 pubblicò un’articolo intitolato “Una dissertazione sull’uso dell’acqua di mare e gli effetti sulle ghiandole” che per la prima volta esaltava le qualità medicinali dell’acqua di mare. La Dissertazione del Dott. Richard Russell convinse altri



*Il litorale di Brighton era una delle spiagge più vicine (appena 6 ore) da Londra, e vi si praticava la prima forma di idroterapia come suggerito dal Dott. Russell*



*Il Dott. Richard Russell (1687-1759) si specializzò negli usi terapeutici dell'acqua di mare, trovandola utile nel trattamento di varie malattie, e fu l'iniziatore moderno della Thalassoterapia, tanto da essere definito "l'inventeur de la mer"*

medici e i loro pazienti che, sia bere che bagnarsi nell'acqua di mare aveva virtù terapeutiche, e ad applicare quindi il trattamento per molti stati patologici, in particolare nelle malattie delle ghiandole. Il Dott Russell si interessò in particolare agli effetti correttivi dello iodio contenuto nell'acqua di mare.

Egli soleva dire: "bisogna bere l'acqua di mare, farvi il bagno, e mangiare tutte le cose marine nelle quali è concentrata la virtù del mare".

Il litorale di Brighton era una delle spiagge più vicine (appena 6 ore) da Londra, e vi si praticava la prima forma di idroterapia come il Dott. Russell aveva suggerito. Nel XVIII secolo quindi anche la medicina si rivolge al mare: il Dottor Richard Russell nell'opera "On the use of sea water", descrisse i benefici terapeutici dell'acqua di mare e utilizzò ufficialmente l'ambiente marino a scopo terapeutico nello stabilimento di Brighton in Inghilterra: è qui che nascerà il primo "ospedale marino".

Notevole fu il contributo della Francia nello sviluppo della

Thalassoterapia: Maret nel 1789 pubblicò una nota sul meccanismo d'azione dei bagni d'acqua dolce e di mare e sul loro uso; nel 1812 fu scritta la tesi di Francois "Le Bains de Mer de Dieppe" e ancora Blot con il "Manuale dei Bagni di Mare"; e successivamente Roccas nel 1857 pubblicò il "Manuale igienico e terapeutico dei bagni di mare".

Bisogna aspettare però il 1897 perché il biologo René Quinton (1867-1925) stabilisca l'analogia fisiologica tra l'acqua di mare e il plasma sanguigno. Nel 1904, René Quinton pubblicò un libro sulle virtù terapeutiche dell'acqua di mare. Scrisse che l'acqua di mare è un ambiente organico e stabilì scientificamente l'identità organica che esiste fra l'acqua di mare e il plasma sanguigno. René Quinton, famoso fisiologo e biologo francese, e la sua équipe medica raccolsero testimonianze e ricerche scientifiche sugli effetti benefici dell'acqua marina. Quinton, aveva infatti dimostrato che i sali diluiti nel plasma sanguigno erano gli stessi di quelli dispersi nell'acqua del mare; per avvalorare le sue teorie era arrivato a

dissanguare un cane e a sostituire l'80 per cento della massa sanguigna con acqua marina, tenendolo in vita per 15 anni. A seguito delle ricerche di Claude Bernard e di René Quinton, che dimostrarono l'affinità del pH e dei profili chimici dell'acqua di mare con l'ambiente liquido umano, nacque una vera e propria disciplina: la Thalassoterapia. Quinton, nel 1904 presentò, nell'ambito di congressi internazionali di medicina, i risultati ottenuti dall'impiego di acqua di mare diluita, definita "plasma di Quinton", per bevande e terapia iniettiva sotto cute come reidratante nelle gastroenteriti dei neonati, in epoca in cui l'antibiotico-terapia e la perfusione venosa non esistevano ancora. Nel medesimo anno René Quinton pubblica l'opera medica magistrale "L'eau de mer, milieu organique", che "restituisce l'uomo alla sua origine acquatica" in quanto "tutti gli organismi provengono da una cellula e questa cellula è di origine marina". Durante quel periodo nacquero i "consigli scientifici" e, sotto la spinta dell'antica massima latina "*mens sana in*

*corpore sano*”, le prime cliniche della salute che oggi chiamiamo *health farm* o *beauty farm*.

Il primo stabilimento marino che utilizzava acqua di mare riscaldata venne aperto a Dieppe in Francia nel 1822, ma bisogna aspettare il 1899 per vedere inaugurato da un medico, Louis Bagot, il primo Centro di Thalassoterapia a Roscoff.

Nel 1899, il Dottor Louis Bagot confermò le qualità della Thalassoterapia utilizzandola con successo nel trattamento dei dolori articolari e reumatici e fondò il primo Centro francese di Thalassoterapia a Roscoff: l'Istituto Marino Rochroum.

Il Dottor Louis Bagot decise di sostituire il carattere empirico del trattamento, con un uso terapeutico razionale, basato sull'effetto tonico del clima e la ricchezza fisico-chimica dell'acqua di mare. Per la prima volta, effettuò un trattamento sui reumatismi con acqua di mare riscaldata, con un nuovo principio: il movimento dentro l'acqua.

La Thalassoterapia raggiunse in Francia la massima popolarità nel 1964 con la creazione del Centro Louison Bobet (celebre corridore ciclistico vincitore di tre Tour de France). Dopo un incidente di automobile, Bobet fu favorevolmente sorpreso dai risultati ottenuti dopo un trattamento con l'acqua di mare a Roscoff. Alla fine della sua carriera il campione aprì a Quiberon il Centro Louison Bobet, che diede il via alla creazione della catena in seguito gestita dal gruppo alberghiero Accor. Al binomio Accor-Bobet è legata la fortuna dei Centri Thalassoterapici in Francia.

## LA THALASSOTERAPIA IN ITALIA

In Italia il primo documento ufficiale riguardante la Thalassoterapia è il “Regolamento per il buon servizio e il buon ordine dei bagni di mare”, del Governo Toscano nel 29 giugno 1822. Nel 1842, per merito del Dottor Ghivizzani, direttore degli ospedali di Lucca, fu fondato a Viareggio il primo ospizio marino ufficiale, che rimase tale fino al 1854, quando, per opera di Giuseppe Barellai, queste istituzioni cominciarono a sorgere e a moltiplicarsi su tutte le spiagge italiane.

A Venezia, nel 1839, comparvero le prime osservazioni di Giandomenico Nardo sulle virtù del “sal marino” pubblicate sul Giornale di Medicina Contemporanea.

Intorno al 1840 Tommaso Rima (1775-1843), chirurgo dell'ospedale di Venezia, fece costruire presso la Chiesa della Salute un “bagno galleggiante” fisso su pontoni con una vasca di circa 10x7 metri. La sirena era una barca, ideata pure dal Rima, riservata alla Thalassoterapia delle “gentili bagnatici”

Nel 1853 il Vanzetti, chirurgo padovano, prescriveva l'elioterapia nelle artriti e nelle ulcere cutanee, mentre il Barrellai fu il primo a concepire l'Ospizio Marino quale luogo di ricovero per cure prolungate specie nella tubercolosi extrapolmonare.

Nel 1868, in una celebre seduta dell'Ateneo Veneto di Scienze Lettere ed Arti di Venezia, fu gettato il primo seme per quello che divenne poi l'Ospedale al Mare.

Le prime capanne al Lido di Venezia furono costruite nel 1887 e da qui si diffusero lentamente

in tutta Italia mentre il milanese Hajech sostenne l'utilità degli ospizi marini permanenti, il primo dei quali venne edificato a Viareggio nel 1901. Fra il 1870 e il 1890 nacquero i più prestigiosi stabilimenti elioterapici dell'Alto Adriatico, quelli del Lido di Venezia e di Grado, e nel 1910 Giulio Ceresole fondò l'Osservatorio per lo studio della Climato-talassoterapia, sulla spiaggia di Venezia, dando inizio - sono le parole di Edoardo Maragliano al Congresso Internazionale di Thalassoterapia del 1923 - a un nuovo capitolo della fisiologia, la Fisiopatologia dell'uomo al mare.

Nel 1910 avvenne la fondazione, da parte del Ceresole, del primo Osservatorio Scientifico per la Thalassoterapia.

Nel 1930-31 fu tenuto un corso di Thalassoterapia presso l'Ospedale al Mare del Lido di Venezia con il concorso di numerosi cattedratici cultori di questa materia, fra cui, per l'otorinolaringoiatria, Federico Brunetti che, svolgendo il dottrinale otorinolaringoiatria-talassoterapia, accennò per primo ai concetti di terapia inalatoria con acqua di mare.

Esce nel 1932, del Ceresole, il Primo Trattato Italiano di Thalassoterapia, edito dalla Nistri e Lischi.

Nel dopoguerra, sempre all'Ospedale al Mare, avvenne la trasformazione dell'Osservatorio del Ceresole in Istituto Scientifico per la Thalassoterapia e la Bioclimatologia.

Nel dopoguerra in Italia, a parte l'attività dell'Associazione medica italiana di Idroclimatologia Talassologia e Terapia Fisica e alcuni specifici Congressi tra cui quello

- Produzione saponette vegetali 100% personalizzate per erboristerie, profumerie, farmacie
- Saponette da Hotel
- Produzione di cosmetici
- Lavorazione c/o terzi

**ALCHIMIA SOAP**  
srl



**Alchimia Soap Srl**  
Via Mantova, 5  
21057 Olgiate Olona (VA)  
Tel.: 0331631582  
Fax: 0331674574  
www.alchimiasoap.it  
soap@alchimiasoap.it

internazionale di Terracina nel 1979, quello di Grado nel 1987 e di Rimini nel 1990, l'attenzione medico-scientifica e politica in Italia sulla Thalassoterapia non fu molto vivace e le numerose strutture e colonie marine, create per le cure elio e balneoterapiche, vennero lasciate in abbandono. In questi ultimi anni, all'estero, particolarmente in Francia e nei paesi del nord Africa, sono stati istituiti famosi e frequentati centri Thalassoterapici, mentre in Italia gli stabilimenti Thalassoterapici non hanno ancora ricevuto una vera e propria codificazione e solo recentemente la Legge n. 323 di riordino del settore termale del 24 ottobre 2000 ha previsto la costituzione e il riconoscimento di queste strutture.

## APPLICAZIONI MEDICHE DELLA THALASSOTERAPIA

La medicina termale ha una tradizione antichissima nell'ambito dei trattamenti orientati a creare e conservare la funzionalità e il benessere fisico con mezzi di cura naturali e, nell'ultimo decennio è stata avvalorata da numerose ricerche scientifiche, cliniche, biologiche, chimico/fisiche, che hanno favorito la definizione, a livello internazionale, di un vero e proprio termalismo scientifico. All'interno di tali mezzi di cura è compresa la Thalassoterapia, che da secoli in Europa gode di grande popolarità grazie alla riconosciuta efficacia nel risolvere la sintomatologia dolorosa che accompagna svariate patologie dell'apparato locomotore e non solo. Le cure Thalassoterapiche sfruttano le proprietà terapeutiche delle acque, dei fanghi, delle alghe, della sabbia, del clima per la cura di varie patologie. I gruppi di patologie che tradizionalmente trovano indicazione elettiva ai trattamenti sono:

- malattie reumatiche (osteoartrosi e reumatismi extra articolari), scoliosi, artrosi, artriti, esiti di fratture e interventi chirurgici all'apparato osteoarticolare;
- malattie delle vie respiratorie (sindromi rinosinuzitiche-bronchiali croniche);
- malattie dermatologiche (psoriasi esclusa la forma pustolosa-eritrodermica, eczema, dermatite atopica, dermatite seborroica ricorrente, psoriasi volgare);
- malattie ginecologiche (sclerosi del connettivo pelvico di natura cicatriziale e involutiva, leucorrea persistente da vaginiti croniche aspecifiche o distrofiche);
- malattie dell'apparato otorinolaringoiatrico (rinopatia vasomotoria, faringolaringiti croniche, sinusiti croniche, stenosi tubariche, otiti croniche purulente non colesteatomatose);
- malattie dell'apparato urinario (calcolosi delle vie urinarie);
- malattie vascolari (postumi di flebopatie croniche);
- malattie dell'apparato gastroenterico (dispepsia di origine gastroenterica e biliare, intestino irritabile con stipsi);
- malattie del metabolismo, obesità.

## I PELOIDI E LE LORO APPLICAZIONI

Sotto il nome di peloidi dal greco (*pelòs* = fanghiglia), la Società Internazionale di Idrologia raggruppa tutti quei prodotti naturali formati da acqua minerale e materie organiche e inorganiche risultanti da processi geologici e biologici utilizzati a scopo terapeutico. Oggi la quasi totalità degli istituti e saloni di bellezza è in grado di offrire un competente servizio di fangoterapia con differenziazioni più o meno significative circa la destinazione e la localizzazione del trattamento. L'operatore estetico, per sua naturale vocazione, si troverà ad affrontare tematiche

specifiche riguardanti inestetismi del viso e del corpo. Pertanto è utile e di uso quotidiano una terminologia appropriata, che renda semplici e accessibili vocaboli fino a ieri sconosciuti e dal significato impenetrabile. Analizzando semplicemente, scomponendoli, termini come crenocosmesi, fucoïdocosmesi, peloidocosmesi diventeranno usuali, comprensibili per noi e di conseguenza per i nostri interlocutori, comunque avidi di benessere e conoscenza:

- La Crenocosmesi (o idrocosmesi) utilizza le acque termali sulla cute.

- La Planctoncosmesi utilizza il plancton termale, substrato di elementi organici dotati di attività biologiche stimolanti con potenziale sfruttamento di azioni idratanti-restitutive.

- La Fucoïdocosmesi utilizza l'azione delle alghe presenti nella matrice organica dei fanghi, o il loro utilizzo diretto.

- La Peloidocosmesi è il riassunto delle precedenti con la particolarità di arricchirsi della componente argillosa del fango.

Di qui la definizione corretta di Peloido: "mix" di composti acquosi con materiale organico e/o inorganico. Peloidi sono: fanghi, torbe, muffe, ecc.

Nella pratica della Fucoïdocosmesi con applicazione di cataplasmi gli effetti sono molteplici e si possono così definire:

- Cedono attraverso la cute le sostanze e i principi attivi e funzionali.

- Riassorbono sostanze di eliminazione, cioè cataboliti.

- Aumentano la temperatura corporea locale e profonda.

- Aumentano il microcircolo cutaneo.

- Aumentano la conducibilità elettrica cutanea.

- Aumentano la sudorazione con variazione dell'equilibrio Na-K Sodio-Potassio.

- Influenzano il sistema nervoso centrale, vegetativo, ormonale e immunitario.

L'applicazione di fanghi e cataplasmi permette di avere effetti locali e generali in un rapporto di condizionamento reciproco. Gli effetti generali del trattamento possono infatti influenzare quelli che sono i benefici locali dell'applicazione e viceversa. Dopo le applicazioni dei fanghi generalmente seguono a completamento la balneoterapia, i massaggi specifici manuali, connettivi e il linfodrenaggio.

### LA FANGOTERAPIA E L'OSTEOARTROSI

In molti Paesi Europei l'applicazione di impacchi di fango termale e alghe rappresenta una meto- dica di trattamento di malattie reumatiche in fase non acuta, molto diffusa, per la riconosciuta efficacia nella risoluzione della sintomatologia dolorosa e per il

contenimento della reazione infiammatoria che accompagna il processo di danno e distruzione cartilaginea.

L'osteoartrite è la più comune malattia delle articolazioni del mondo; tende a privilegiare le fasi di età più avanzata ed è strettamente correlata alla peggiorata percezione della qualità di vita e alla limitazione, anche grave, delle autonomie funzionali (agilità, tolleranza all'esercizio fisico, cura della persona, gestione della quotidianità casalinga). Le complesse interazioni della fango-balneoterapia con i più conosciuti fattori di infiammazione e degradazione cartilaginea, suggeriscono quanto beneficio possa essere ottenuto attraverso l'integrazione sequenziale/sinergica del trattamento termale con trattamenti più classicamente conosciuti e applicati (farmacologici e non), per ottenere la costan-

te corretta strutturazione della cartilagine, la promozione e il mantenimento della funzionalità dell'apparato locomotore, la contrazione dei tempi di recupero di articolazioni sovraccaricate, immobilizzate, traumatizzate.

### LA BALNEOTERAPIA

Il bagno termale esercita effetti legati alle influenze meccaniche e alla pressione idrostatica esercitata dall'acqua (circolo venoso di ritorno, rilasciamento muscolare, sollecitazione recettori tattili e pressori della cute) ed effetti dipendenti dalle caratteristiche chimico-fisiche dell'acqua. La temperatura dell'acqua influenza soprattutto la vasodilatazione cutanea e muscolare, favorisce il rilasciamento della muscolatura striata e liscia (con diminuzione della pressione arteriosa) e induce un'azione analgesica. A tutto ciò si aggiungono specifici stimoli

**A. MINARDI & FIGLI S.R.L.** Via Boncellino 32 - 48012 Bagnacavallo (Ra) - Tel. 0545 61460 - Fax 0545 60686

**DAL 1930 LAVORAZIONE E COMMERCIO PIANTE OFFICINALI**

[www.minardierbe.it](http://www.minardierbe.it) [info@minardierbe.it](mailto:info@minardierbe.it)

ormonali, biochimici e neurovegetativi che completano e amplificano il pieno recupero del benessere e della funzionalità dell'apparato locomotore, della cute, del distretto artero-venoso. La Balneoterapia effettuata in Istituto raggruppa tutti i tipi di trattamenti che usano l'acqua come strumento terapeutico. L'idromassaggio è sicuramente il più diffuso: si sfrutta l'effetto meccanico dell'acqua e della pressione e la perfetta omogeneizzazione delle Alghe con cui si arricchisce l'idromassaggio per una stimolazione capillare, per una migliore ossigenazione della superficie cutanea e, per effetto osmotico, il passaggio sottocutaneo dei principi attivi rilasciati. L'idromassaggio costituisce una particolare metodica massoterapica che sfrutta la pressione esercitata dai getti d'acqua e, le sue azioni terapeutiche derivano quindi dallo sfruttamento contempora-

neo dell'azione fisica di massaggio da parte dei getti d'acqua, dalla temperatura degli stessi e dell'acqua del bagno insieme ai principi attivi delle Alghe impiegate. L'idromassaggio trova indicazione soprattutto nelle patologie all'apparato locomotore, all'apparato circolatorio, nella cute, nell'obesità: l'azione concomitante di attivazione del microcircolo superficiale e sottocutaneo ne indica l'impiego nella pannicolopatia edemato-fibrosclerotica.

### LA THALASSOTERAPIA APPLICATA ALL'ESTETICA

La Thalassoterapia non ha mai smesso di evolvere. Attualmente nessuno mette in dubbio il potere ricostituente e rigenerante del mare, che con il clima marino conferisce alla Thalassoterapia possibilità preventive e curative per le "malattie della civilizzazio-

ne". La Thalassoterapia ha avuto nell'ultimo secolo, uno sviluppo sempre crescente quale cura naturale globale del corpo. La Thalassoterapia applicata all'estetica ha seguito un percorso prioritario avvalendosi di una vasta gamma di trattamenti per la ricerca di un completo benessere psicofisico (idromassaggi, massaggi manuali, linfodrenaggi e trattamenti mirati alla cura della pelle, insieme alle più moderne tecniche estetiche). La nuova consapevolezza delle persone nei confronti della medicina porta a una sempre maggiore domanda di salute che non si traduce più nella sola assenza di malattia (o di sintomo) ma nella possibilità di vivere pienamente. La frequentazione dei vari Centri Benessere, viene inteso non come fuga dalla realtà, ma come occasione per conoscersi, accettarsi e gestirsi, per stimarsi e amarsi di più. Nella promozione della

*Alla fine del 1800, per curare sinu-  
siti, raffreddori  
e mali urbani, i  
medici consiglia-  
vano terapie a  
base di "aria di  
mare" conside-  
rata balsamica e  
terapeutica per le  
patologie causate  
dalla vita urbana*



“cultura del benessere” la Thalassoterapia ha un ruolo fondamentale, sia dal punto di vista scientifico che pratico. In conclusione, il benessere deve essere una conquista, non un furto. Non apparenza ma espressione di un equilibrio psicofisico durevole raggiunto senza prescindere dall'età. Una armonizzazione delle quattro trincee anti-invecchiamento: igiene alimentare, cosmetologica, psicologica e attività fisica. La Thalassoterapia dunque rappresenta una occasione per intervenire con metodi complementari su svariati processi patologici sia in fase preventiva sia in fase diagnostica e riabilitativa. Ma rappresenta anche una diversa qualità nell'approccio alla stessa malattia. Un approccio più attento ai ritmi della persona e dell'ambiente favorendo così una “esperienza di benessere” che invita a prendersi cura di sé.

## LE ALGHE E LA THALASSOTERAPIA

Anche se possono suscitare repulsione per la loro viscidità, le alghe sono una vera e propria panacea per il nostro corpo e la nostra bellezza. Il loro utilizzo è maggiormente noto per il trattamento della cellulite.

Le alghe sono intrinsecamente legate alla Thalassoterapia. Le alghe marine o macroalghe assorbono e concentrano le sostanze minerali disciolte nell'acqua: contengono minerali, oligoelementi, vitamine, enzimi e proteine. Le alghe possiedono proprietà rigeneranti uniche, contengono un'incomparabile ricchezza di sostanze vitali, ideali per la nostra pelle e il nostro corpo; hanno proprietà idratanti e dermopurificanti, normalizzano l'attività secretoria delle ghiandole sebacee. Esplicano un'attività protettiva antiossidante nei confronti dei radicali liberi e stimolante sul

trofismo cutaneo. Gli inestetismi che si riescono a trattare con successo sono svariati: tutte le forme di cellulite, adipe, ritenzione idrica, tonificazione del tessuto cutaneo, remineralizzazione della pelle, impurità. Per i grassi in eccesso è estremamente utile e positivo ricorrere alla Thalassoterapia. Per esempio lo iodio stimola il metabolismo che spesso in questi casi è lento; la tiroide talvolta può svolgere un lavoro a rilento, quindi viene stimolata naturalmente consentendo di conseguenza un migliore ripristino dell'efficienza metabolica. Da sempre il mare è fonte di benessere, per cui un uso costante e regolare di Alghe, consente di ottenere risultati evidenti sull'aspetto della pelle e innesca un positivo meccanismo di riequilibrio psicofisico.

Le alghe sono principalmente composte da polisaccaridi colloidali, sostanze idrosolubili, che a

Visita il nostro sito:  
[www.gizami.it](http://www.gizami.it)

Contattaci per informazioni  
e-mail [info@gizami.it](mailto:info@gizami.it)  
Telefono 02-38100327

# GIZAMI

di Patrizia Zampiero

Oppure  
vieni a trovarci in  
Via Newton, 11 PERO (MI)

Tu pensi al contenuto,  
**NOI PENSIAMO AL CONTENITORE!!!**

contatto con l'acqua esercitano la loro azione igroscopica formando gel. La caratteristica di questi gel è quella di trattenere come nelle maglie di una rete, sostanze di natura lipidica, sali minerali, zuccheri, acidi organici. Per azione osmotica a contatto con lo strato corneo, i gel rilasciano prima acqua, poi i sali minerali e via via le altre molecole, per medesimo principio le sostanze di rifiuto del metabolismo cellulare, richiamate verso gli strati superficiale. Abbiamo in questo modo un'azione idratante e nutriente enfatizzata dell'effetto detossinante.

Le alghe utilizzate in Thalassoterapia devono esprimere un elevatissimo valore biologico cioè non devono essere prodotti sofisticati o alterati chimicamente. Non devono contenere conservanti, tensioattivi, antiossidanti, modificatori reologici, emulsionanti, stabilizzanti, additivi, coloranti, o altro genere di sostanze chimiche. Devono essere polveri di alghe purissime, o alghe di vario taglio disidratate a bassa temperatura. Devono essere raccolte in acque pulite e soggette alle escursioni delle maree. Devono essere sottoposte a controlli sui metalli pesanti e analisi batteriologiche.

### **TRATTAMENTO DELLA CELLULITE CON LA THALASSOTERAPIA**

Negli ultimi anni la bella presenza è diventato un requisito sempre più richiesto: all'aspetto curativo della Thalassoterapia si è unito quindi anche l'aspetto estetico. Il binomio salute-bellezza proprio delle risorse e cure naturali in genere trova come fine naturale il trattamento di quadri più cosmetologici che patologici.

In particolare, è la panniculopatia edemato-sclerotica, più comunemente definita cellulite, la patologia più trattata in questo ambito. La tensione, l'insufficien-

te apporto di acqua, la vita sedentaria costituiscono le principali cause di cellulite. L'associazione di metodiche quali idromassaggio, linfodrenaggio, pressoterapia, mesoterapia con l'idropinoterapia e l'esercizio fisico all'aperto possono costituire un "unicum ideale" per far fronte a questa affezione. Alla base della cellulite è stato dimostrato un cronico abbassamento del flusso di scambio nutrizionale emato-tissutale che porta alla caricatura nella fibrosi della panniculopatia edemato-sclerotica (PEFS). L'attivazione tramite trattamento crenocosmetico degli enzimi lisosomiali comporta la possibilità di rimodellare i tessuti con evoluzione sclerotico-fibrosa. Sulla base di questo meccanismo il trattamento termale diviene interessante non solo per la PEFS, ma anche per altri quadri patologici, quali per esempio dermatiti e acne.

Infine, è interessante ricordare come negli ultimi anni siano sorte ogni tipo di linee cosmetologiche con prodotti per il viso e per il corpo a base di alghe, a testimoniare come la Thalassoterapia abbia un importante ruolo non solo nel campo terapeutico, ma anche preventivo e cosmetologico.

### **CONTROINDICAZIONI DELLA THALASSOTERAPIA**

Le controindicazioni della Thalassoterapia sono sempre in relazione alla metodica o al mezzo impiegato in quanto non esistono situazioni patologiche che controindicano in modo assoluto ogni tipo di applicazioni Thalassoterapiche.

Nell'utilizzo della Thalassoterapia è necessario invece valutare sempre se un determinato trattamento effettuato con le alghe e con una particolare metodica possa recare danno a causa delle condizioni generali del paziente o della presenza di particolari situazioni patologiche.

Particolare attenzione deve essere posta nell'ammettere ai trattamenti soggetti portatori di scompenso cardiaco, insufficienza respiratoria e renale, cirrosi epatica e insufficienze vascolari coronariche e cerebrali.

Costituiscono controindicazioni relative stati non estremi di debilitazione ed età avanzata purché in assenza di importanti alterazioni a carico di organi o apparati.

È inoltre da evitare per gli anziani, specie se arteriosclerotici, per gli affetti da malattie nervose e mentali come isterismo, epilessia, nevrasmenia a tipo eccitativo, manie a tipo furioso.

Non sono indicati i trattamenti estetici con utilizzo di alghe per le donne nel periodo delle mestruazioni, in gravidanza, o che abbiano da poco partorito e durante il periodo di allattamento.

### **CONTROINDICAZIONI DELLO IODIO NELLE ALGHE BRUNE**

Lo iodio è un minerale in traccia che viene in gran parte trasformato in ioduro nell'organismo. Lo iodio contribuisce allo sviluppo e al funzionamento della ghiandola tiroidea ed è parte integrante della tiroxina, un ormone prodotto dalla tiroide. Lo iodio ha un ruolo importante nel regolare la produzione di energia dell'organismo (ossidazione cellulare). Favorisce la crescita e lo sviluppo e stimola il tasso di metabolismo (tasso di metabolismo basale), aiutando l'organismo a bruciare il grasso in eccesso. L'acutezza mentale, la parola, la condizione di capelli, unghie, pelle e denti dipendono dal buon funzionamento della tiroide. La conversione del carotene in vitamina A, la sintesi delle proteine da parte dei ribosomi e l'assorbimento di carboidrati da parte dell'intestino si attuano più efficacemente quando la produzione di tiroxina è normale. Lo iodio

produce la tiroxina, che è essenziale per la stimolazione della sintesi del colesterolo. Una carenza di iodio si manifesta col gozzo endemico (ingrossamento della tiroide) e ipotiroidismo (un tasso anormalmente basso di secrezione degli ormoni della tiroide, compresa la tiroxina). Una carenza di iodio può provocare indurimento delle arterie, obesità, metabolismo lento, reazioni mentali rallentate, capelli secchi, polso rapido, palpitazioni cardiache, tremori, nervosismo, tensione e irritabilità. La carenza di iodio è stata recentemente associata al carcinoma mammario.

Tutti i tipi di fauna marina, animale e vegetale assorbono iodio dall'acqua di mare e sono ottime fonti di questo minerale. Le alghe marine brune (*Laminaria* e *Macrocystis*) sono la massima fonte di iodio in natura.

Un chilogrammo di alghe brune contiene tanto iodio quanto 10.000 litri di acqua marina e concentra in una unica dose un quantitativo di sali minerali, potassio, vitamine e aminoacidi pari a 500 volte quelli presenti in una dose di acqua marina.

Lo iodio accelera il metabolismo e aiuta a metabolizzare il grasso in eccesso. L'indurimento delle arterie si manifesta quando un disturbo del normale metabolismo dei grassi consente al colesterolo di raccogliersi nelle arterie invece di venire usato o eliminato. Lo iodio è necessario per prevenire tale disfunzione del metabolismo.

Per quanto concerne lo iodio contenuto nelle alghe e le controindicazioni nei trattamenti estetici effettuati con le alghe brune possiamo dire che nella maggioranza dei casi in Italia il problema è abbastanza raro, pertanto sussistono controindicazioni pressoché nulle salvo per quanto già detto nei casi sopraindicati. Come afferma il Ministero della Salute, a causa della bassa assunzione di iodio, il gozzo

è endemico in molte zone d'Italia, sia rurali che urbane ed è riscontrabile anche nelle isole (Sicilia e Sardegna). Nella maggior parte dei casi, il gozzo consiste in una tumefazione limitata della tiroide, ma in alcune aree geografiche l'assunzione di iodio è così bassa da costituire un rischio per l'ipotiroidismo e il cretinismo.

Vi possono tuttavia essere dei soggetti con allergie o intolleranze allo iodio e al pesce, molluschi e crostacei. Le allergie e le altre intolleranze alimentari interessano, in genere, limitati gruppi di popolazione i quali sono affetti, in via permanente o transitoria, da anomalie del sistema immunitario (allergie), o di altra natura (altre intolleranze). Negli ultimi anni si assiste a un incremento della incidenza delle allergie alimentari; questo fenomeno è stato attribuito alla aumentata stimolazione del sistema immunitario per effetto delle campagne di vaccinazione che, mentre da un lato hanno determinato una riduzione delle malattie trasmissibili, dall'altro producono più forti fenomeni di ipersensibilità. La principale allergia alimentare è quella alle proteine del latte vaccino, è comune nei bambini, ma spesso è reversibile. Le allergie a pesci, crostacei e noccioline permangono generalmente anche nell'età adulta. In questi seppur rari casi di allergie o intolleranze allo iodio e al pesce non è opportuno sottoporre i soggetti a trattamenti estetici con utilizzo di alghe brune.

#### \* Consulente ricercatore

### BIBLIOGRAFIA

Vanda Anzalone e Fabio Consonni, *Le alghe vita, scienza, futuro*, Consonni Corona Corporation Edizioni, Milano 1997  
 Alain Saury, *Le alghe sorgente di vita*, Musumeci Editore, Aosta 1984  
 C. Forquè, *Thalassothérapie homéopathique*, Ed. Dangles, France  
 Sylvie Lalague, *Thalassothérapie*, Ed. Red, Como 1980  
 Giuseppe Penso, *Piante medicinali nella co-*

smetica, Editoriale Medico Farmaceutica, Milano

Sandor Ferenczi, *Thalassa*, Ed. Astrolabio, Roma

Prof. Francesco Antonaccio, *I Fanghi termali in dermatologia*

Antonino Vegro, *Evoluzione storica della Talassoterapia*, Unimi

Milena Bruno, Elvira gentile, Giuseppe Salvatore, *Elementi di Cosmesi Algale*, Natural 1, 2004

Cecchetti M, bellometti S, Zennaro R et al., *Effect of treatment with mature thermal mud on postmenopausal osteoporosis. A preliminary evaluation*. *Current Therapeutic Research*, 1993.

Gruppo di lavoro mercurio, *Il Primo rapporto sul sistema termale*, Rapporto Federterme Prof. Gian Luigi Scarpa, *Talassoterapia, Mediterranean Rehabilitation Conference Malta*, Dic. 2000

Mai Manuela, *Le alghe come fonte di bellezza e benessere: principi attivi ed applicazioni cosmetiche*, Unimi

C. Bortolato, *Il Sale della vita, Alghe, acque, minerali: dal mare per stare meglio*, 1999

Bretagna nouvelle vague, *La Talassoterapia*, Francia 2002

Umberto Borsellini, *I fanghi*, Ed. La Pelle  
 Cesare Valentini, *La Talassoterapia: un metodo di cura che viene da lontano*, Ed. Sole 2004

Claudia Bortolato, *I bagni di mare fanno bene alla salute*, 2002

D.ssa Annalisa Zocco, *Salute e bellezza con le alghe*, Ed. Red, Milano 2004

Office de Tourisme Roscoff, *La Thalassothérapie*, France

Domenico Arcoria, *Salinelle di paterno'*

Prof. Giuseppe Nappi (Supervisione scientifica), *Talassoterapia*, Milano

Prof. Giuseppe Nappi (Supervisione scientifica), *Fangobalneoterapia nell'artrosi del rachide*, Milano

Prof. Giuseppe Nappi (Supervisione scientifica), *Terme e termalismo nella storia*, Milano  
*Water therapy, Thalassotherapy, Hydrotherapy, aqua therapy*, Les Nouvelles Estetique, Milano

*The Remarkable benefits of seaweed*, Les Nouvelles Estetique, Milano

Melinda Minton, *Healing from the sea*, Colorado, USA

Gayla J. e Jhon D. Kirschmann, *Iodio (Iodio)*, *Almanacco della nutrizione*, Ed. Alfa Omega

S.S. Hendker, *Enciclopedia delle vitamine e dei minerali*, Ed. Tecniche nuove

M. Panadiani D.Watts, *Guida al corretto utilizzo di minerali e vitamine nella nutrizione*, Ed. Tecniche nuove

Ministero della Salute, *Progetto Obiettivo per l'Alimentazione e la Nutrizione*, *Allergie ed altre Intolleranze Alimentari*, Piano Sanitario Nazionale 2002-2004