

Le principali località, in Italia e all'estero, per sfruttare al meglio le sue qualità. Zolfo e sali sono anti-ossidanti: rilassano e idratano. Immersi nella natura

In vacanza rotoliamoci nel fango

MICOL PASSARIELLO

ANORD DI FORMENTERA si trova l'isolotto selvaggio di **Espalmador**. Famoso per la splendida s'Alga Beach, lingua di sabbia con acque basse e cristalline, parte della Riserva Naturale de Ses Salines, che attira visitatori ogni estate. Non solo per la bellezza del posto, ma anche per la sua "laguna del fango", una zona solforosa dove cospargersi di fanghi caldi molto salutari.

Rilassa i muscoli, stimola la circolazione, allevia le infiammazioni, riattiva il metabolismo, distende le articolazioni, idrata a fondo pelle e capelli. Grazie a zolfo, sali minerali e calore, sono molti i benefici che la fangoterapia è in grado di offrire all'organismo. Composto di una commistione tra argilla e acqua, il fango in

sé non ha proprietà particolari: le assimila dai sali minerali di cui si arricchisce maturando almeno un anno nell'acqua termale o marina. Questo prezioso composto naturale drena tossine e previene patologie, scioglie le contratture, tonifica e pulisce la pelle in profondità.

Così si moltiplicano i luoghi dove combinare le vacanze ai trattamenti con questo elisir di lunga vita. Pellegrinaggi sul **Mar Morto**, che tra i suoi fondali antichi racchiude fanghi prodigiosi, che trattengono tutte le proprietà cosmetiche del sale e favoriscono una profonda azione purificante e nutriente per la pelle. Gite tra le sorgenti calde di **Dobrna**, in Slovenia, scoperte già nel XII secolo, un paradiso per il trattamento delle malattie reumatiche e dermatologiche grazie alle acque che sgorgano a 36 gradi e ai fanghi organici che ne derivano. O vacanze a **Santorini**, alle Ci-

cladi, alla ricerca di **Palia Kameni**, la stazione termale delle acque turchesi e i fanghi neri, nota per le virtù curative delle sue magiche terre di origine vulcanica, ricche di ferro.

Ma l'Italia non è da meno. Alle **Terme di Saturnia**, in Toscana, ci si immerge in vasche calde e fondali d'argilla. «Il fango maturo ha proprietà defaticanti», spiega Angelo Lucano, direttore sanitario di Terme di Saturnia Spa & Golf Resort. «La commistione dell'argilla matura con gli elementi chimico-fisici dell'acqua solfureo-carbonica-alcino terrosa che sgorga a 37 gradi, lo rendono ricco di antiossidanti». A fargli concorrenza, sul Lago di Garda, sono le **Terme di Sirmione**, con fanghi creati dalla mescolanza di acqua salsobromoiodica e argilla bianca. Tra le campagne laziali sono le **pozze del Bullicame** a Viterbo a offrire la fangoterapia naturale, grazie a un'argil-

la chiara depositata sul fondo delle vasche.

In alta montagna ecco le terme naturali di **Bormio**: ci s'immerge tra le acque calde delle vasche di pietra, ai piedi di un torrente che raccoglie una conca d'acqua fumante, ricca di fanghi nutrienti. Meglio il mare? Da **Pantelleria**, che offre sorgenti solfuree con fanghi in riva al mare, a **Ischia**, che nella baia di Sorgeto manifesta il suo carattere vulcanico con polle bollenti e minerali, saune e vapori terapeutici in una suggestiva laguna fangosa. La meta più gettonata è **Vulcano**. La "Pozza" è alimentata da una sorgente continua da cui sgorgano vapori solfurei, acqua salmastra e fango argilloso pieno di zolfo. Poco distante, si trovano le "Acque calde", piscine marine con un idromassaggio naturale creato dalle "fumarole" subacquee che sputano vapore. Se ne esce rinati.

©RIPRODUZIONE RISERVATA

