

marie claire



CAPELLI
60 acconciature da ufficio per l'estate 2015

TENDENZE
Anticipazioni: le tendenze per l'Autunno Inverno 2015 dalla sfilata



abbonati >
NEWSLETTER



- MODA
- SFILATE
- BELLEZZA
- BENESSERE
- NEWS E PERSONE
- LIFESTYLE
- MAGAZINE
- MAISON
- CUCINA
- OROSCOPO

← Come dimagrire e tonificare gambe e glutei in palestra

HOME / BENESSERE / SALUTE

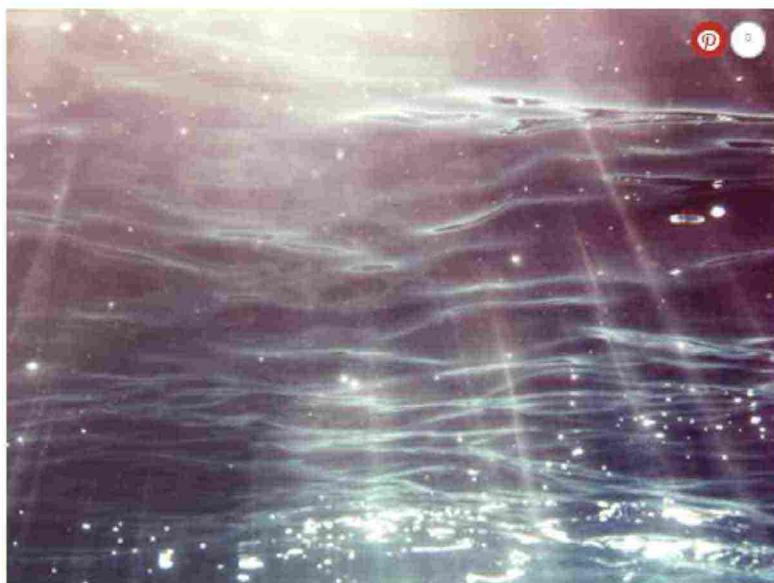
→ Malattie e mese di nascita: quando la data di compleanno predice la patologia



Pelle perfetta con le acque termali

Eritemi, dermatiti, acne, psoriasi (ma anche le rughe) si curano alle terme: sei proposte deluxe, antiaging incluso.

di **Anna Alberti** - 19 Agosto 2015 - 17:19



Top stories

10 app per viaggiare sicuri

Fitness in vacanza: gli esercizi da fare all'aperto in estate

Uno specchio magico ci dice se siamo malati

[Tutte le Top Stories](#)

La Svizzera a un passo da EXPO: le 10 imperdibili attrazioni.



A Blast: la clip esclusiva e tre lezioni sulla crisi greca



LEGGI ANCHE



La nuova tendenza capelli? Lavarsi con il bicarbonato



Le proprietà cosmetiche dell'aloè



Taglio capelli estate 2015: tutte le tendenze



Makeup da favola



Video: Gilles

Powered by

«C'è il **Mar Morto**, d'accordo. Ma per curare dermatiti, acne e altri **problemi di pelle** non serve prendere l'aereo: tra le eccellenze del territorio italiano ci sono le **terme**, con varietà e qualità che non hanno uguali in Europa», assicura **Magda Belmontesi**, dermatologa dell'Università di Pavia e docente alla Scuola postuniversitaria di Medicina a indirizzo estetico - **Smiem Agorà** di Milano. «I diversi principi attivi delle **acque termali** e dei **fanghi** hanno effetti **antinfiammatori, antiedema, immunostimolanti**. L'ideale per trattamenti dolci e non aggressivi, da ripetere anche più volte l'anno in caso di malattie croniche. Salus per aquam, dicevano i romani: vale ancora oggi. Ciò che conta è un'accurata prescrizione, perché acque, fanghi e vapori non sono tutti uguali. E poi la durata. Per essere efficaci le cure devono continuare oltre sette giorni: ideali 15». Prescrizioni per l'uso? «Le acque sulfuree sono utilissime per chi ha problemi di acne, dermatite seborroica, psoriasi, grazie anche all'effetto cheratolitico, esfoliante e sebo-regolatore. Quelle salsobromoiodiche sono indicate a chi ha problemi di rosacea, eczemi, micosi e candida, perché riducono edema e gonfiore e hanno anche effetti immunostimolanti. Le bicarbonate, grazie all'azione decongestionante, sono ottime per impacchi e anche irrigazioni vaginali. In più, tutte sono antiossidanti e antiage. Da tener presente: molte cure sono mutuabili. Anche per questo dev'essere il medico a prescrivere le terme più adatte per ogni problema di pelle». Ecco sei proposte per la cute, ad alto tasso di godimento.



Comano al top Conosciutissime dagli specialisti (oltre che dai pazienti) le **Terme di Comano** sono il più importante centro termale dermatologico in Italia. Nelle sue piscine infatti la psoriasi si cura in modo naturale e senza farmaci, grazie a bagni e applicazioni dalle proprietà lenitive, antinfiammatorie, emollienti. Prive di effetti collaterali, le acque bicarbonato- calcio-magnesiache riducono prurito, infiammazione, eritema, con risultati che durano nel tempo, anche in caso di eczemi e dermatiti di adulti e bambini, come dimostrano importanti studi scientifici. La bellezza delle Dolomiti del Brenta è parte integrante della cura.

Bormio a effetto tonificante Provengono da nove sorgenti ad altitudini diverse - tra i 1.280 e i 1.420 metri - alle pendici del monte Reit, e sono tra le poche acque minerali dell'arco alpino a sgorgare calde: parliamo delle terme dei **Bagni di Bormio** (QC Terme Bagni Vecchi). Classificate come ipertermali, solfato-alcaino, terrose, con tracce di radioattività (radon), hanno effetti disintossicanti, rigeneranti, antinfiammatori e rilassanti. Sono ideali per chi ha infiammazioni cutanee legate allo stress e anche per gli sportivi affaticati. Relax garantito con tuffi open air in uno sfondo che non ha eguali: la catena delle Alpi.

Saturnia antistress La Spa più premiata d'Europa propone tecniche tra le più avanzate per un percorso di ringiovanimento e rigenerazione cutanea, affiancate a bagni e fanghi ideali per il benessere della pelle. Questo grazie all'unicità della **sorgente termale di Saturnia**, proveniente da un cratere di origine vulcanica, nella struttura geologica millenaria della Maremma. Così stress e imperfezioni si sciolgono nelle acque solfate, ricche di ioni di calcio, bicarbonato e magnesio, che sgorgano nella grande piscina termale al centro del resort alla temperatura costante di 37 gradi e mezzo, più o meno quella del liquido amniotico. Anche il golf aiuta parecchio.

Ischia detox Sarà il particolare mix di alghe e micro-organismi che cresce solo nel fango dell'isola, o l'influsso degli scenari mozzafiato, fatto sta che l'attività delle sostanze simil-cortisoniche di questa zona (l'Ischia Thermal District 01) dona luminosità a tutti i tipi di pelle, specie a quella eczematosa o acneica, riducendo infiammazione e rossori. «Tutto questo grazie all'azione chelante del fango termale che si lega alle impurità (cioè sebo e cellule morte)», spiega il medico termalista Giulio Uggiano, del **Mezzatorre Resort & Spa di Ischia**, «abbinata all'attività dermopurificante delle acque». Da provare, in una struttura da sogno.

Montegrotto antirush Con le piscine di magnesio e potassio uniche in Europa, i fanghi ricchi di sostanze organiche e oligoelementi, potenziati dalle acque salsobromiodiche che sgorgano dalle piccole Dolomiti, Montegrotto Terme offre ai suoi ospiti una varietà grandissima di cure e trattamenti. Rinomate per i problemi osteoarticolari, queste sorgenti hanno una valenza terapeutica importante anche per la cute. I fanghi consentono infatti un peeling ad azione cheratolitica che sferza il rinnovo cellulare; i bagni hanno effetti antirush e decongestionanti. Lo staff del **Relilax**, che mette a punto cure personalizzate, è il plus dell'Hotel Terme Miramonti.

LEGGI ANCHE



La nuova tendenza capelli?
Lavarsi con il bicarbonato



Le proprietà cosmetiche
dell'aloè



Taglio capelli estate 2015:
tutte le tendenze



Makeup da favola



Video: Giles

Powered by



Sirmione per il "belleessere" «Vai alle terme, e pensi subito ai bicchieroni d'acqua per il fegato, ai suffumigi per naso e gola, magari anche alle cure per la psoriasi. Quello che non ti aspetti è che oggi nei centri termali più avanzati ci si occupi anche di dermoestetica, cioè di trattamenti capaci di prolungare la bellezza e la salute cutanea: così mi dicono molte amiche e frequentatrici di Sirmione», racconta **Antonino Di Pietro, presidente di Isplad, Società Internazionale di Dermatologia plastica e rigenerativa**, che al Grand Hotel Terme di Sirmione ha messo a punto DermoBenessere Termale, mix di trattamenti a cinque stelle per la pelle e il "belleessere". Tra le celeb di passaggio al **Grand Hotel Sirmione** Isabella Ferrari, tra le prime a testare il **Thermal Derma Genia System**, pacchetto tailor-made in base al tipo di pelle: 90 minuti di relax e delizie in quattro fasi. Si comincia con un soft peeling per eliminare le cellule morte e preparare la cute agli step successivi; si continua poi con una maschera arricchita di oligopeptidi; quindi con un impacco che sfrutta le proprietà cheratoplastiche, antinfiammatorie e immunostimolanti dell'acqua di Sirmione, sulfurea e salsobromoiodica; infine la crema con fattori di crescita. «Uno dei segreti della bellezza è trovare l'armonia nel contatto con la natura», conclude il professor Di Pietro. «Cose che accadono spontaneamente in una fonte d'acqua termale».

SCOPRI ANCHE:

→ **Pro o contro il botulino: due specialisti a confronto**

scritto da  **Anna Alberti**

in **HOME** / **BENESSERE** / **SALUTE**

tag **Terme**, **problemi di pelle**, **acque termali**, **salute**

0 Comments

Sort by **Top** ▼

LEGGI ANCHE



La nuova tendenza capelli?
Lavarsi con il bicarbonato



Le proprietà cosmetiche
dell'aloè



Taglio capelli estate 2015:
tutte le tendenze



Makeup da favola



Video: Giles

Powered by 