

IN FAMIGLIA

PAGINE  
UTILI!

# SPIAGGE DI BELLEZZA

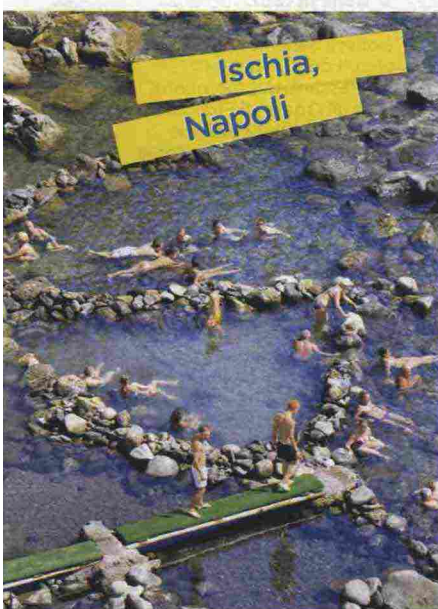
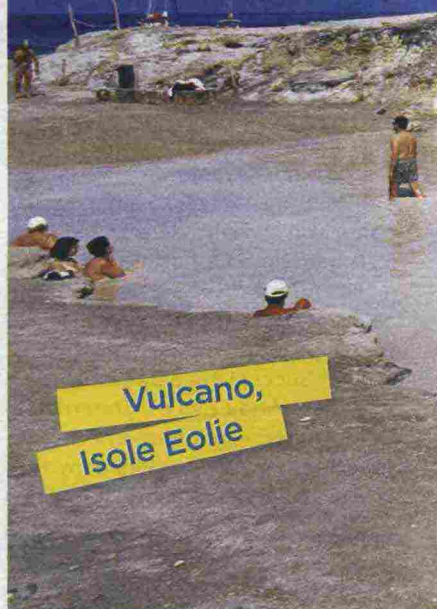
## Qui ti fai i fanghi gratis

NON SOLO SABBIA E SASSI. IN RIVA AL MARE ESISTONO SERBATOI DI TERRA E ARGILLA PERFETTI PER REGALARE UN TRATTAMENTO LEVIGANTE (E NON SOLO) ALLA PELLE

di Enrico Saravalle

**M**aschere e bagni in piccole piscine naturali di acqua termale a un passo dalle onde. Applicazioni di fango e sabbature per esfoliare il corpo. **In riva al mare si possono fare trattamenti di bellezza a costo zero.** Da Nord a Sud, sono tante le spiagge italiane con angoli degni di una Spa a cielo aperto, dove regalarsi qualche coccola per la pelle. Alcune hanno riserve di fango e argilla che quasi si confondono con la sabbia, in altre il regalo

inatteso arriva dal mare, con sorgenti di acqua calda che ci sorprendono mentre nuotiamo e che sciolgono le tensioni muscolari, con effetti simili a quelli di un idromassaggio. Abbiamo selezionato per voi nove spiagge di bellezza, tra zone più conosciute e frequentate, come lo specchio di Venere di Pantelleria, e note solo agli *habitués*: alcune sono raggiungibili con una passeggiata sul sentiero, altre si trovano a pochi passi dalla strada. A portata davvero di tutti.



## Nove località selezionate da Oggi

La zona marina più ricca di *beauty farm* a cielo aperto è senz'altro Ischia, vero serbatoio di acque termali. Seguono la Sicilia, con le sue isole, da Vulcano a Pantelleria, la Calabria, le Marche.

### PORTONOVO (AN)

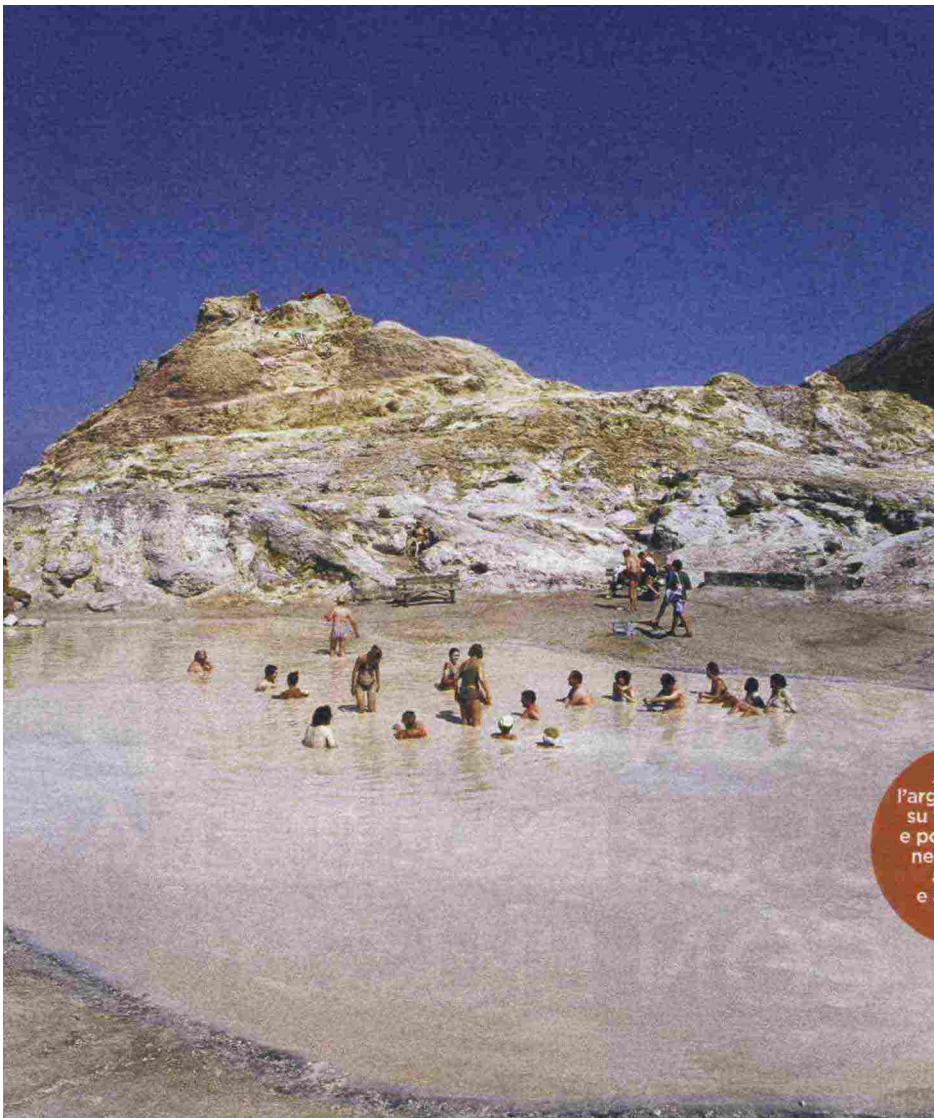
**Località:** Spiaggia del Trave.  
**Come si raggiunge:** due sentieri che si imbroccano dalla strada provinciale del Conero arrivano fino alla spiaggia sabbiosa e selvaggia.  
**Caratteristica:** la presenza del Trave, un lungo scoglio che si protende per un chilometro nel mare. **Che cosa si trova:** accumuli di argilla per bagni di fango.

### ISCHIA (NA)

**Località:** Spiaggia delle Fumarole.  
**Come si raggiunge:** in una decina di minuti a piedi dal borgo di Sant'Angelo.  
**Caratteristica:** in spiaggia si vedono nuvole di vapore e bolle di gas che fuoriescono dall'acqua del mare.  
**Che cosa si trova:** sabbia calda per sabbature e scrub, idromassaggi marini tra gli scogli.

### CAPO RIZZUTO (KR)

**Località:** Spiaggia di San Paolo.  
**Come si raggiunge:** a piedi, da Capo Rizzuto, sono circa 3 chilometri. **Caratteristica:** è una lingua di sabbia rossa, sormontata da calanchi di argilla. **Che cosa si trova:** pozze argillose in cui fare il bagno; dal fondale del mare si raccolgono pezzi di argilla già ammorbidita dall'acqua per veri e propri fanghi di bellezza.



## Antiossidanti e antiage: ecco perché ci fanno bene

«**A** un mix di effetti termici e chimici è dovuta l'efficacia di bagni e fanghi», spiega **Franco Cozzi**, docente di reumatologia dell'Università di Padova. «Il calore, poi, favorisce il rilassamento dei muscoli e attenua il dolore». «Acque termali e fanghi hanno effetti antinfiammatori, antiedema, immunostimolanti», aggiunge **Magda Belmontesi**, dermatologa dell'Università di Pavia. «Le sulfuree e le salsobromiodiche curano i problemi della pelle; tutte hanno un'azione antiossidante e antiage».

Applicare l'argilla o il fango su viso e corpo e poi sciacquarsi nel mare aiuta a levigare e a purificare la pelle



### PETACCIATO (CB)

**Località:** Spiaggia La Torre.  
**Come si raggiunge:** dalla SS 16, nel tratto tra Termoli e il paese di Petacciato.  
**Caratteristica:** la spiaggia prende il nome da una antica torre di avvistamento diroccata.  
**Che cosa si trova:** le chiamano "terme spontanee", è una piccola oasi naturale di fango verde utilizzato per maschere e scrub.

### ISCHIA (NA)

**Località:** Olmitello.  
**Come si raggiunge:** nella parte Sud dell'isola, si incontra percorrendo un sentiero che parte dalla baia di Maronti. **Caratteristica:** è un'oasi naturale dove, in un canyon, scorrono acque sorgive. **Che cosa si trova:** dalle pareti di tufo alle spalle della spiaggia sgorga una sorgente di acqua termale potabile, perfetta per un peeling.

### ISCHIA (NA)

**Località:** Baia di Sorgeto.  
**Come si raggiunge:** percorrendo la SS 270 per Forio d'Ischia, si seguono le indicazioni per la frazione Panza d'Ischia. **Caratteristica:** la spiaggia è incastonata sotto rocce a strapiombo sul mare che creano vasche termali. **Che cosa si trova:** acque calde (in alcuni punti fino a 90°) per la talassoterapia ma anche argilla.

### VULCANO (ME)

**Località:** Piscina naturale dei Fanghi.  
**Come si raggiunge:** dal porto sulla Contrada Porto di Levante. **Caratteristica:** l'isola vulcanica è piena di pozze di acqua termale calda e fango argilloso ad alto contenuto di zolfo. **Che cosa si trova:** si fanno impacchi e maschere, poi ci si tuffa nelle acque calde della spiaggia per risciacquarsi con un efficace idromassaggio.

### PANTELLERIA (TP)

**Località:** Specchio di Venere.  
**Come si raggiunge:** da Cala Cinque Denti si trovano le indicazioni per la località. **Caratteristica:** è un piccolo lago alimentato da acque termali. **Che cosa si trova:** sulla sponda sud del lago sono concentrate le sorgenti: qui le acque sono calde e saturate di zolfo con un fondale di fango nero-verdastro.

### SICULIANA (AG)

**Località:** La Spiaggetta.  
**Come si raggiunge:** si trova tra i paesi di Siculiana e Realmonte. **Caratteristica:** è un paradiso naturale tra argille, sabbia chiara e finissima e un paesaggio mozzafiato dominato da una antica torre di avvistamento. **Che cosa si trova:** l'argilla presente in questa piccola spiaggia è utilizzata per scrub e peeling naturali.

● A Zante, in Grecia, sulla spiaggia di Xigia c'è una grotta marina con una sorgente sulfurea