



TERME di ANGOLO
VALLE CAMONICA

I FANGHI

I fanghi sono uno dei trattamenti più diffusi nei centri termali sparsi su tutto il territorio nazionale. Il fango normalmente usato per i trattamenti termali è un tipo di fango ottenuto attraverso un lungo processo di macerazione. L'argilla vergine viene riposta in speciali vasche chiamate "fangarie" e periodicamente rimescolata con l'acqua termale che scorre senza sosta per circa un anno intero, durante il quale subisce profonde modificazioni arricchendosi con i sali minerali dell'acqua in cui è stata macerata e sviluppando una speciale microflora (alghe, muffe, batteri e piccoli protozoi). Si ottiene in questo modo il fango maturo che ha una potente azione antinfiammatoria e antidolorifica.

Fin dai tempi antichi i fanghi termali sono stati utilizzati in terapia medica per la cura di numerose patologie.

Indicazioni

Tutti i casi di patologie articolari, specie l'osteoartrite (artrosi della mano, del piede, del ginocchio, dell'anca e della colonna vertebrale), le patologie ortopediche quali lussazioni, distorsioni o stiramenti o postumi di traumi o di interventi ortopedici; inoltre la fangoterapia si rivela utile anche come prevenzione dei reumatismi, della gotta (forma di artrite acuta dovuta a una eccessiva concentrazione di acido urico nel sangue) e come arma per combattere la cellulite, il sovrappeso e gli inestetismi della pelle.

Precauzioni

L'applicazione del fango richiede una sostanziale integrità delle funzioni cardiocircolatorie e renali. In caso contrario, sono previste applicazioni parziali di fango in modo da sottoporre l'organismo ad uno stress calorico più contenuto.

Controindicazioni

Soggetti affetti da scompenso cardiaco, cardiopatia ischemica, ipertensione arteriosa non farmacologicamente controllata, vasculopatia cerebrale e periferica, nefropatie con insufficienza renale, malattie infettive, malattie a carattere infiammatorio in fase acuta, epilessia, ipertiroidismo e tumori maligni.

Sede di applicazione del fango

Il fango può essere applicato in qualsiasi parte del corpo ad una temperatura di circa 40° per un tempo di circa 20 minuti (evitare la zona toracica anteriore, il capo e i genitali); non va, inoltre, applicato in presenza di varici venose degli arti inferiori specie se aggravate da complicazioni quali flebiti e ulcere, in gravidanza e nei primi giorni del flusso mestruale. Nessuna controindicazione nell'applicazione del fango in sede di protesi metalliche articolari, né di placche a vite per osteosintesi.

Metodi di applicazione del fango

Le applicazioni del fango vanno fatte, a paziente a digiuno, gradualmente in maniera parziale per ridurre lo stress dell'organismo e verificarne le reazioni. Si può iniziare con temperature più basse e minori quantità di fango applicato per un tempo ridotto. Ogni seduta è composta di quattro momenti distinti, ognuno con una funzione particolare (fango, bagno, reazione sudorale e massaggio). Si comincia con il fango che è applicato gradualmente sulla parte del corpo da curare ad una temperatura di 40-45° per 15-20 minuti (evitare la zona toracica anteriore, il capo e i genitali). La temperatura del fango viene mantenuta costante con opportuni accorgimenti: coperte calde, teli gommati, lenzuola calde.

Trascorso questo tempo, il fango è asportato e il paziente è immerso nel bagno termale ad una temperatura di 37°-38° per circa 10 minuti. All'acqua termale, per richiesta del paziente, può essere aggiunto l'ozono che esercita un'azione vasodilatatrice utile contro l'affaticamento provocato dal trattamento.

Dopo il bagno il paziente è asciugato con panni caldi ed accompagnato in apposite stanze dove rimarrà dai 30 ai 60 minuti per la reazione sudorale, ovvero la risposta biologica scatenata dalla fangatura e dal successivo bagno caldo.

Un ciclo di fanghi dura normalmente 12 giorni con eventuale sosta di un giorno, in genere in coincidenza della crisi termale.

La seduta è completata dal massaggio che, grazie all'azione tonificante sulla muscolatura, permette di attenuare o eliminare il transitorio stato di astenia provocato dall'applicazione del fango, dal bagno e dalla successiva reazione sudorale. Oltre al massaggio manuale, trattamento insostituibile per completare la fangoterapia, presso le Terme di Angolo possono effettuarsi anche altre tecniche di massaggio (linfodrenante, connettivale, shiatzu, ...) da parte di esperte massaggiatrici.