



Terme e medicina del benessere

La **medicina termale** è una delle più antiche forme di terapia dell'Occidente ed in tal senso è **da considerarsi una medicina tradizionale** (definizione OMS). Nel contempo questa disciplina è anche assai moderna e, proprio perché si tratta di una "medicina naturale", è particolarmente adatta a rispondere alla domanda di benessere che si è sviluppata negli ultimi anni in Italia e nel mondo. Non dimentichiamo infatti che **l'Organizzazione Mondiale della Sanità** ha proposto già da tempo di **intendere la "salute" non solo come assenza di malattia, ma come uno stato di benessere psicofisico generale.**

In quest'ottica, **le "Thermae"**, quale complesso integrato di risorse naturali, di strutture e di servizi, possono essere il **punto d'incontro tra diverse forme di cultura medica** per proposte non solo di terapia e di riabilitazione ma anche di **conservazione della salute**. Nelle diverse tradizioni e culture, hanno sempre rappresentato i luoghi dove gli uomini trovavano non solo sollievo alle proprie sofferenze, ma la possibilità di esercitare e sviluppare le proprie capacità fisiche e sportive, di incontrarsi e socializzare.

Oggi, con l'enorme progresso della medicina scientifica può sembrare pleonastico, se non addirittura inutile, l'uso di un mezzo come l'**acqua**, apparentemente semplice ma nello stesso tempo estremamente complesso e non del tutto ancora indagato. Nell'era della farmacogenomica, della metabolomica, della lipidomica e di tecniche diagnostiche e chirurgiche molto sofisticate, il ruolo delle Thermae può apparire quanto meno obsoleto.

In realtà, una più compiuta definizione del *bene-essere* fisico e psichico delle persone, impone di prendere atto delle **profonde trasformazioni di alcune parole chiave del sistema di Welfare**. Nella nuova concezione di tale termine si passa dallo Stato che solo assiste e cura la malattia, (il cittadino-utente del servizio sanitario con un ruolo passivo) alla Welfare Community (se ci ammaliamo diventiamo partners della cura, se siamo sani la nostra azione di prevenzione individuale diventa anche beneficio per la comunità).

Salute, quindi, non identifica più semplicemente la cura della malattia, ma prima ancora la promozione del benessere e lo sviluppo delle capacità personali, tenendo conto delle differenti condizioni di ciascuno.

È una autentica **rivoluzione** che incide sui modelli di organizzazione sanitaria spostando l'attenzione dalla fase acuta alla prevenzione primaria e secondaria, alla **promozione di corretti stili di vita**, ai rapporti tra salute, sicurezza e ambiente di vita e di lavoro (*Libro Bianco Ministero Salute: Il futuro del modello sociale, 2009*).

Il termalismo pertanto va inquadrato non solo in termini di efficacia terapeutica, ma anche di **prevenzione** e di contrasto attivo alla medicalizzazione degli stili di vita, cioè a favore del **mantenimento dello stato di salute e benessere** (con conseguente valenza farmaco-economica) (*Programma del Ministero Salute: Guadagnare salute*). In sostanza, passare da una concezione statica di stabilimento termale (legato solo al termalismo terapeutico) a una **concezione dinamica di percorso termale**, nel senso del *wellness*, che include anche il primo.

Un altro aspetto da non trascurare è che spesso l'insorgenza di una patologia non dipende da una sola causa ma dalla contemporanea presenza di più fattori (es. inquinamento, alimentazione, stato psicologico, patologie sofferte in precedenza ecc.). Intervenire in questi aspetti e nelle loro interferenze negative sull'organismo significherebbe finalmente riuscire ad attuare una vera prevenzione delle malattie. La medicina ha, o per lo meno dovrebbe avere, lo scopo di occuparsi delle persone malate per aiutarle a guarire e delle persone sane per aiutarle a rimanere tali; tale evoluzione trova una sempre più ampia accezione sia negli ambienti scientifici che nella società moderna.

La Medicina termale ha una sicurezza e fondatezza terapeutica garantita non solo dall'efficacia delle cure, ma anche **dall'inserimento del termalismo nell'ambito del Servizio Sanitario Nazionale. Le cure termali**, siano esse rappresentanti dai fanghi, dalla balneoterapia o dalle inalazioni, solo per citare alcuni metodi e mezzi utilizzati nelle terme, **sono considerate perciò al 100% una possibilità non solo di terapia medica ma anche di riabilitazione**. La medicina termale, ovviamente, non esclude quella "prettamente farmacologica", quanto piuttosto la completa: entrambe, infatti, se utilizzate in modo complementare, sono in grado di garantire un approccio più compiuto alla salute delle persone malate e anche a quella di chi non è affetto da patologie particolari, ma vuole semplicemente essere attento al proprio benessere.

Umberto Solimene

Direttore della Scuola di Specializzazione in Idrologia medica e Direttore dei Centri di Ricerche in Bioclimatologia medica, Biotecnologie, Medicine naturali e di Talassoterapia dell'Università degli Studi di Milano,OMS-Ginevra

Ufficio Stampa Coter

Echo Comunicazione d'Impresa e RP – tel 059.271247

Chiara Saccani – saccani@echocommunication.it

Laura Di Salvatore – disalvatore@echocommunication.it