VareseNews

Una grotta di sale nel centro di Sesto

Pubblicato: Giovedì 30 Settembre 2010

Il metodo migliore per curare i cosiddetti “mali di stagione”? Il sale.
Se fa male usato in eccesso nei piatti, fa bene invece inalato. Così ora **c’è chi ha pensato di aprire anche in Italia le "stanze del sale"**, già diffuse nel Nord Europa:

una specie di grotta artificiale ricoperta di sale di miniera. Una delle primissime (sicuramente la prima in provincia) è quella **aperta a Sesto Calende da Tiziana Franzini**. «Nel nord Europa – spiega l’haloterapia, ovvero l’inalazione di cloruro di sodio, è una pratica consolidata, tanto da essere convenzionata con il sistema sanitario pubblico. In effetti il sale è ricchissimo di microelementi preziosi per il nostro organismo. Respirandolo si possono guarire i raffreddori e le influenze tipiche dei mesi più freddi, ma anche alleviare asme, bronchiti e sinusiti croniche, allergie, disturbi della pelle, persino ansia, stress e insonnia. Inoltre il cloruro di sodio ha un effetto battericida che libera le vie aeree dalle impurità, perciò è ideale per i bambini, per chi è costretto a sforzare le corde vocali, come insegnanti, speaker e cantanti, e per chiunque voglia alzare le proprie difese immunitarie».

La Franzini **per costruire la sua grotta del sale ha scelto un’azienda russa**, la più certificata. Per fissare il rivestimento sulle pareti sono stati utilizzati solo materiali naturali, escludendo colle o adesivi chimici che avrebbero potuto pregiudicare l’effetto benefico del trattamento. La stanza, che si trova in via Manzoni 58, misura circa **33 metri quadri** ed è **ricoperta da 3mila chilogrammi di sale di miniera**, più ricco e puro rispetto a quello marino. L’ambiente è insonorizzato, completamente bianco ma ravvivato dalle luci soffuse della cromoterapia: **può accogliere fino a 10 persone, che possono allungarsi sulle comode sdraio a disposizione**, rilassandosi sulle note di dolci melodie in filodiffusione. «I bambini, invece, in genere preferiscono giocare con il sale che si trova sul pavimento, fine come fosse sabbia – commenta Franzini –. Per loro abbiamo messo a disposizione palette, secchielli e giocatolli».

Durante la seduta un apposito generatore **micronizza le particelle di sale, disperdendole nell’aria e favorendone l’inalazione**. Allo scopo coopera anche un attento controllo dell’umidità, mantenuta ai

minimi livelli per aiutare bronchi e polmoni a respirare più liberamente. Una seduta dura in genere 45 minuti, mentre per i piccoli possono bastarne 30. La frequenza, invece, varia di caso in caso, anche se, su un ciclo di dieci trattamenti, in genere ne vengono consigliati due a settimana. «I benefici si vedono già dalla prima seduta: dalla stanza si esce rilassati, con la pelle morbida e le vie aeree più pulite», assicura Tiziana Franzini, convinta che, in breve tempo, l'haloterapia acquisterà sempre più favori anche in Italia. I numeri, per ora, sembrano darle ragione: «**La stanza è stata inaugurata all'inizio di settembre** e, grazie soprattutto al passaparola, **nelle prime tre settimane di attività ha ospitato una cinquantina di persone**, alcune venute appositamente dagli angoli opposti della provincia, da Milano e dal novarese».
Un vecchio proverbio recita: "Olio, ferro e sale, mercanzia reale". Un detto che a Sesto trova nuove conferme.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it