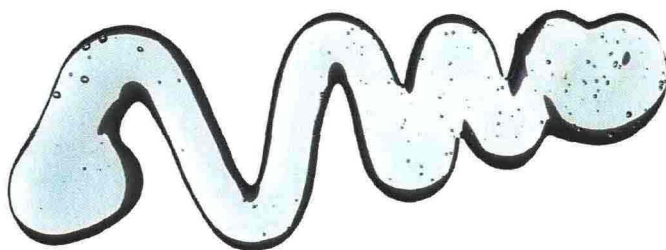


bellezza spa

# i vantaggi della liquidità



di Monica Virgili

Dieci per cento in più rispetto all'anno precedente, secondo una ricerca del portale TripAdvisor. I soggiorni di benessere nelle spa non sono intaccati dalla recessione, ma hanno messo radici nelle abitudini di chi si concede una fuga dallo stress. Digitando la parola spa su un qualunque motore di ricerca spuntano oltre cinque milioni di pagine. Se non è difficile trovarne una, è più complesso orientarsi nella scelta. A meno di avere già chiaro che cosa si cerca. **Per fare un bilancio.** Doccia alla rugiada marina e check up basale cutaneo, massaggio tonificante e valutazione del rischio cardiovascolare. Un fine settimana in uno dei centri talassoterapici più grandi d'Europa, il **Kalidria** Grand Hotel & Thalasso spa di Castellaneta Marina (Taranto), può essere l'occasione per capire come il nostro corpo sta amministrando il "patrimonio-salute". Indagato speciale, l'organo spa per eccellenza dello starbene: la pelle. «È coinvolta in molte at-

tività biologiche di vitale importanza», ricorda Antonino di Pietro, specialista in dermatologia e direttore scientifico dell'area bellezza-benessere. Nei programmi (personalizzati) di remise en forme, principi attivi e trattamenti ad alta tecnologia agiscono assieme a elementi naturali: acqua marina, alghe, sabbia, iodio ([www.kalidria.it](http://www.kalidria.it)). **Per curarsi.** Dalla riabilitazione alla cellulite. Sono oltre 1.300 in Italia le strutture con un ricco catalogo di idro-terapie. Un aiuto per orientarsi nella scelta viene dal libro *Medicina Termale* di Umberto Solimene e Gianluca Bruttomesso, appena pubblicato da Red. Nell'epoca della specializzazione anche l'antica medicina termale si adegua. A Porretta Terme (Pistoia) è stato aperto un settore pensato per alleviare lo stress muscolare dei musicisti: i trattamenti a base di acque sulfuree aiutano a sciogliere le tensioni cui vanno incontro violinisti, pianisti e direttori d'orchestra ([www.termidporretta.it](http://www.termidporretta.it)).