

Fausto Bonsignori

La talassoterapia
*Cure e benessere
alle terme marine e al mare*



Edizioni ETS



www.edizioniets.com

© Copyright 2011
EDIZIONI ETS
Piazza Carrara, 16-19, I-56126 Pisa
info@edizioniets.com
www.edizioniets.com

Distribuzione
PDE, Via Tevere 54, I-50019 Sesto Fiorentino [Firenze]

ISBN 978-884672912-5

A Francesca, Gabriele e Kadica

*Dopo l'istante magico in cui i miei occhi
si sono aperti nel mare, non mi è stato più
possibile vedere, pensare, vivere come prima.*

Jacques-Yves Cousteau

Indice

Prefazione	13
Introduzione	17
PRIMA PARTE	
Definizione	21
Cenni storici	23
Linee guida per la qualità	27
Gli elementi della talassoterapia	33
<i>Clima marino</i>	33
<i>Irradiazione solare ed elioterapia, Aereosol marino</i>	
<i>Acqua marina</i>	39
<i>Sale marino</i>	
<i>Alghe</i>	45
<i>Limi</i>	48
<i>Sabbia</i>	50
SECONDA PARTE	
Le principali tecniche talassoterapiche con acqua marina	55
Principali indicazioni della talassoterapia	67
<i>Malattie reumatiche</i>	69
<i>Malattie dermatologiche</i>	74
<i>Malattie vascolari</i>	76
<i>Malattie delle vie respiratorie</i>	78
<i>Talassoterapia e medicina preventiva</i>	81
<i>Talassoterapia e riabilitazione</i>	84

<i>Talassoterapia e medicina del benessere</i>	87
<i>Talassoterapia e medicina estetica</i>	89
<i>Altre indicazioni</i>	92
Controindicazioni	97

TERZA PARTE

Appendici

La talassoterapia nel mondo. Diffusione e regolamentazione	101
Articolo 10 della Legge n. 323, 24 ottobre 2000	111
La talassoterapia a casa	113
Le 20 più frequenti domande sulla talassoterapia	115
Libri citati nel testo	121
Congressi e convegni citati nel testo	123
Elenco delle tabelle	125
Elenco delle foto	127
Bibliografia	
<i>100 titoli tra libri, articoli e relazioni a congressi scientifici</i>	129

Prefazione

Risale al 1932 la stampa della più organica documentazione sull'efficacia delle cure eliomarine, l'oramai introvabile *Trattato italiano di Talassoterapia* di Giulio Ceresole. Poi ben 79 anni di apparente silenzio, che molti hanno erroneamente interpretato come un lento declino, se non un crollo dell'interesse scientifico per l'argomento.

In realtà, mentre decine di ricercatori continuavano a riferire di risultati terapeutici ottenuti con tale metodica e in molti Stati esteri si provvedeva a stilare norme giuridiche per regolarizzarne l'utilizzazione, improprie campagne commerciali trasformavano il sole, da un mezzo di cura (purtroppo utilizzato anche per il trattamento delle più improbabili affezioni), in un pericoloso nemico della salute pubblica.

Circa la considerazione del sole come panacea per ogni tipo di malattia il Ceresole ne aveva già evidenziato gli errori. Essi sarebbero stati riconducibili ad un abuso dei tempi e delle tecniche applicative, oltre che all'erronea selezione delle malattie, non tutte sensibili e, spesso, addirittura nettamente controindicate.

Un supporto a tali conclusioni lo fornisce anche la personale esperienza del Dott. Fausto Bonsignori che, in appositi capitoli, indica con precisione le numerose metodiche applicative, i tempi e le temperature di applicazione oltre ad una dettagliata utilizzazione delle malattie sensibili e della fase in cui queste possono essere sottoposte alle cure.

C'è da precisare, a tale proposito, che la vita, in tutti i suoi aspetti biologici o culturali, è continua evoluzione. Si evolvono le problematiche sanitarie e, di pari passo, i relativi mezzi di cura. Compaiono nuove malattie (AIDS, legionellosi, etc.) mentre altre scompaiono, si fanno rarissime o si riducono a endemismi (vaiolo, poliomielite, peste bubbonica, trichinosi etc.). Drastiche variazioni si sono verificate anche per alcuni quadri morbosi per i quali il sole aveva rappresentato, per secoli, la più importante, o la più diffusa forma di terapia (numerose varianti tuberco-

lari, rachitismo, alcune forme di osteomielite, psoriasi, vitiligine, affezioni su base seborroica etc.). Un elenco aggiornato delle indicazioni attuali è riferito nel testo.

Almeno due fattori hanno indotto a sottostimare l'importanza delle cure talassoterapiche. Il primo è di certo riferibile alla comparsa degli antibiotici, dei chemioterapici e dei polivitaminici, che hanno risolto problemi di grave impatto sociale quali la citata TBC, il rachitismo e la grande massa delle malattie infettive e parassitarie, spesso causa di quadri evolutivi verso la cronicità. Secondariamente ha contribuito anche l'errata convinzione che la chimica, da sola, sarebbe stata in grado di risolvere ogni tipo di problema sanitario e, forse ancora di più, l'assurdo convincimento che le terapie termali e talassologiche volessero porsi in contrapposizione a quelle farmacologiche. Purtroppo l'esperienza ha finito per dimostrare che anche queste ultime, così come l'elioterapia, non sono una panacea per tutto e per tutti.

Sono emersi fenomeni collaterali, come le intolleranze sistemiche o d'organo talora gravissime; le controindicazioni relative o assolute; la selezione di ceppi batterici sempre meno sensibili ai farmaci e la comparsa di effetti collaterali non sempre correggibili.

Per un verso le terapie mediche hanno risolto la grande maggioranza dei quadri morbosi che affliggevano l'umanità. Dall'altro, però, hanno reso evidente che esiste anche un ampio settore di malattie per le quali è giustificato un tipo di interventi che agiscono con meccanismi d'azione del tutto diversi da quelli farmacologici, ad esempio attraverso l'attivazione delle potenzialità reattive del soggetto. Ci riferiamo a tutti i quadri ad evoluzione cronica di origine post-infettiva o allergica, alle affezioni cronico-degenerative come l'artrosi, alla risoluzione dei gravosi problemi riabilitativi (vascolari, protesici, traumatici etc.).

È a tali capitoli di patologia, poco o per niente influenzabili dai trattamenti farmacologici, che si rivolgono le cure talassoterapiche e bene ha fatto l'Autore a porre in evidenza il rapporto simbiotico fra terapia farmacologica e cure naturali (termalismo e talassoterapia).

Perché parliamo di 'simbiosi'? Per il fatto che può essere raggiunta una reale sinergia d'azione se le diverse 'fasi terapeutiche' vengono ben selezionate.

Al farmaco spetta la totale competenza delle malattie infettive, parassitarie, in fase di acuzie flogistica o caratterizzate da spiccata dolorabilità o da compromissione del sistema immunitario o in presenza di gravi patologie d'organo.

La talassoterapia interviene invece – in modo sequenziale – soltanto quando sia stato superato, grazie all'uso del farmaco, ogni stato di acuzie e, in modo specifico, nelle malattie ad evoluzione cronica o cronico-degenerativa.

Una tale alternanza, che chiamiamo sequenziale, né contrasta, né si oppone all'uso del farmaco. Anzi, ne induce una fidelizzazione, altrimenti difficile da realizzare. Infatti, nelle malattie ad evoluzione cronica, l'uso prolungato di una qualunque molecola può indurre fenomeni d'intolleranza, di resistenza o di assuefazione (detta tachifilassi), tali da indurre il curante a modificare il protocollo terapeutico. Questa è una delle più rilevanti acquisizioni della moderna terapia termale e talassologica, vanto della nostra Scuola.

È proprio da un vissuto sanitario personale che l'Autore ha tratto le certezze e lo stimolo per scrivere un aggiornato manuale di talassoterapia. Era necessaria una salda cultura di base e questa gli è stata garantita dal poter disporre delle oltre 1700 voci bibliografiche relative all'argomento, di cui disponiamo. Era necessaria una profonda conoscenza dei meccanismi d'azione e delle metodiche talassoterapiche e questa gli era garantita dal fatto di aver svolto la funzione dottrinale corrispondente a quella del Direttore Sanitario di un centro talassoterapico e di aver partecipato (anche come organizzatore) a numerosi congressi di settore, sia nazionali che internazionali. Era necessaria, soprattutto, una specifica esperienza circa i risvolti e i relativi indotti socio-economici derivanti dalla valorizzazioni di un patrimonio ecologico, paesaggistico e strutturale. Anche questo gli era stato garantito dall'aver ricoperto la carica di Assessore al Turismo della Provincia di Livorno e poi la carica di Vice Presidente provinciale con delega alla cultura ed all'istruzione.

Non mancava niente perché, per un tale lavoro, fossero presenti tutte le premesse per meritare d'essere scritto e perché il Dottor Fausto Bonsignori ne fosse l'Autore.

L'aver avuto un tale allievo e, poi, un tale amico, è stato un percorso pieno di arricchimento e di umana compensazione. È la gioia di un maestro che, avendo seminato a quattro mani per tutta la vita, vede con orgoglio crescere un albero dove prima era solo deserto.

Giovanni Agostini

Professore Associato di Terapia Medica e Clinica termale
Già Direttore della Scuola di Specializzazione in Idrologia Medica
Università degli Studi di Pisa