AbruzzoWeb
Tutte le notizie d'Abruzzo a portata di click

SALTHERAPY: RESPIRARE L'ARIA DI MARE IN CITTA. A L'AQUILA LA MAGIA E I BENEFICI DEL SALE ROSA

7 Ottobre 2012



L'AQUILA – Respirare l'aria di mare all'Aquila? È possibile.

Rimanendo solo 45 minuti nella grotta di sale himalayano del centro haloterapico Saltherapy si possono inalare numerosissimi oligoelementi e particelle traendo gli stessi benefici prodotti da diverse giornate trascorse al mare.

Un'isola felice dove rifugiarsi non solo per cercare benessere fisico e migliorare le funzioni respiratorie, ma anche per 'staccare la spina' da stress e frenesia quotidiani.

Il centro è aperto a tutti, adulti e bambini, ed è consigliato soprattutto agli sportivi, agli anziani e alle donne incinte.

Ad avere l'idea di aprire il centro Saltherapy, qualche mese fa, due coraggiose e giovani aquilane, Katia De Vitis ed Enrica Centi, che dopo aver studiato tutt'altro all'Università, si sono appassionate per l'haloterapia.

Quanta audacia è necessaria per aprire una nuova attività in un periodo di crisi generale e per di più in una città terremotata?

Per noi è stata innanzitutto un'opportunità per rimanere nella nostra città, prima di andare a cercare altro fuori. Ci siamo buttate in questa avventura e ci crediamo molto, incoraggiate anche dalla bella risposta che stiamo avendo da parte delle persone. Abbiamo anche tante idee nuove, come il corso di accompagnamento alla nascita con l'ostetrica Maura Santarelli.

Un pizzico di coraggio e un pizzico di sale. Come avete scoperto le proprietà del sale rosa himalayano?

Tutto è nato da un viaggio fatto insieme a mio marito. Lui soffre di sinusite e per cercare un rimedio a questo, siamo entrati in una grotta di sale. Un'esperienza che ci ha colpito e dalla quale ha ricevuto tantissimi benefici. Da lì è nata l'idea di aprire un centro all'Aquila.

Com'è fatta la grotta di sale?

Si tratta di un ambiente con pannelli di sale rosa himalayano sulle pareti e pavimento, con sedute relax e un angolo dedicato ai bambini. È possibile ricevere benefici in un ambiente assolutamente rilassante, con cromoterapia e musicoterapia. La temperatura è di circa 18-22 gradi e mettiamo a disposizione anche alcune coperte. Sono molte le persone che si rilassano talmente tanto che finiscono anche per addormentarsi sulle nostre poltrone…

Basta semplicemente respirare per beneficiare delle proprietà del sale?

Sì. Grazie a un sistema di riscaldamento delle pareti e del pavimento, gli 84 oligoelementi salutari del sale vengono sprigionati nell'ambiente. La particolarità del nostro centro è che non utilizziamo apparecchiature elettriche o meccaniche. Usiamo solo sale rosa himalayano di primissima scelta ricchissimo di potassio, magnesio, ferro, iodio e altri preziosi elementi.

Nel centro ci sono anche le vasche nelle quali ci si può completamente immergere nel sale himalayano. A cosa servono?

Mentre la grotta è più indicata nel trattamento di malattie respiratorie, le vasche contribuiscono ad alleviare problematiche dermatologiche con rilassanti sabbiature. La terapia è di circa 30 minuti, ci si immerge nel sale riscaldato. La sabbiatura aiuta a curare alcune patologie della pelle come dermatiti, psoriasi, cellulite, acne ed è utile anche nel caso di reumatismi e artriti.

Il centro è consigliato anche a chi è semplicemente alla ricerca di un po' di relax…

Certo. L'ambiente è confortevole ed è l'ideale per chi vuole solo lasciarsi coccolare un po'. *Elisa Marulli*

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli