



*Acqua per la vita*

dreamstime.

# *Idroterapia*

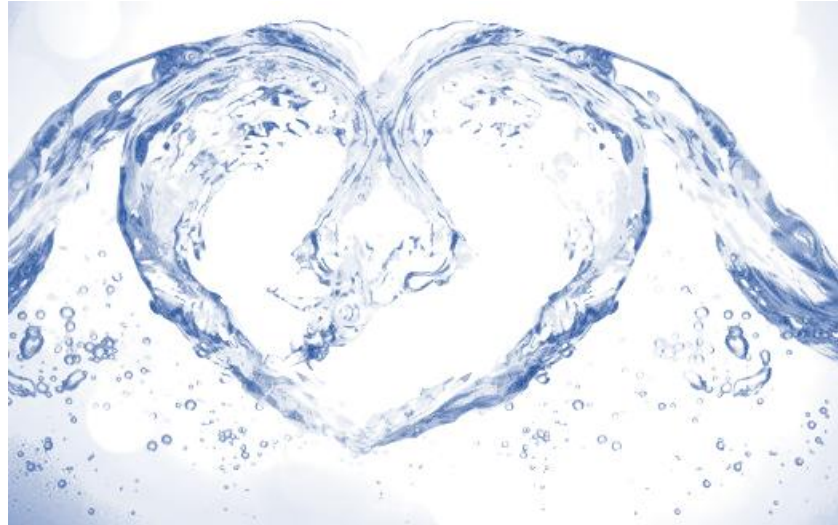
L'idroterapia indica un tipo di cura basata sull'acqua.

Il termine idroterapia è normalmente riferito alle proprietà fisiche dell'acqua.

Che si dividono in Naturale, Termale o Medica.

L'acqua possiede proprietà chimico-fisiche. Il coefficiente di scambio termico è maggiore dell'aria.

Questo fa sì che lo strumento sia più efficace con l'applicazione di stimoli termici.



## Idroterapia termale

Utilizza i naturali movimenti dell'acqua, i getti naturali e artificiali e i vapori naturali di acque termali come metodo di cura e rilassamento.

## Idroterapia naturale

Basata sulla cura personale del proprio corpo. Evitando quindi malattie per se stesso e per gli altri.

## Idroterapia medica

L'acqua sostiene gran parte del peso del corpo, creando un ambiente di microgravità favorendo l'esecuzione dei movimenti del corpo. L'idrochinesi terapia o fisioterapia si fondano su questo principio.



Nel territorio Alessandrino,  
precisamente ad Acqui terme esiste una  
fonte termale “***La Bollente***”



# *La Bollente*

La fonte termale è circondata da una struttura in marmo realizzata nel 1879 dall'architetto Giovanni Ceruti.

La fonte termale possiede un getto di acqua che sgorga ad una temperatura di 75°. Questo permette un'azione curativa e alquanto efficace.





# Acque solfuree

Le proprietà benefiche e rilassanti di queste acque sono note fin dall'epoca Romana.

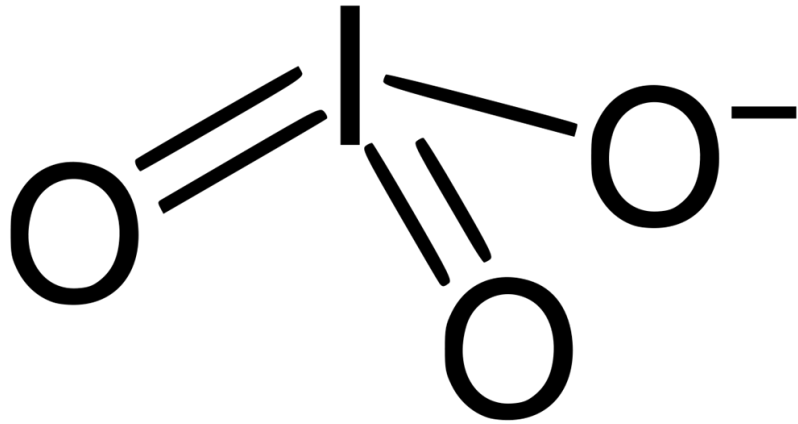


Sono ideali per i trattamenti dell'artrosi e tante altre cose. Essendo acque ricche di iodio sono ottime per le cure inalatorie. Sono anche indicate per la cura di sinusiti, faringiti croniche e riniti.

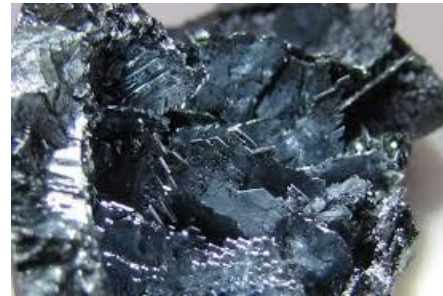


# Lo Iodio

Il suo nome deriva dal greco antico (ἰοειδής) ioeidēs, che significa viola o lilla, a causa del colore dei vapori dell'elemento.



Lo iodio è l'elemento chimico di numero atomico 53. Il suo simbolo è I. Fa parte del gruppo degli alogeni. Chimicamente lo iodio è il meno reattivo e il meno elettronegativo tra tutti gli alogeni; dopo l'astato.



# *I suoi benefici*



Lo iodio è un micronutriente essenziale, presente nell'organismo umano in piccole quantità (15-20 mg). La maggior parte quasi esclusivamente nella tiroide: ghiandola endocrina posta alla base del collo.

Lo iodio è contenuto nell'acqua di mare. Assieme ad altre sostanze minerali come il potassio, magnesio e ferro. Tutto ciò fa sì che l'acqua marina possieda proprietà antinfiammatorie per la pelle, grazie alla presenza di sodio, rame, e zolfo. Chi soffre di eczema, psoriasi e eritemi può trarre giovamento da un lungo bagno.





Più ci saranno gocce di acqua pulita, più il mondo risplenderà di bellezza.

(Madre Teresa di Calcutta)

