

Il Fango Termale: Storia e Terapia Curativa.

Publicato il 22 gennaio 2025 alle ore 08:55

Il fango termale è un elemento naturale che, grazie alle sue proprietà terapeutiche, è stato utilizzato per secoli nel trattamento di diverse patologie. La sua efficacia è riconosciuta sia dalla medicina tradizionale che da quella moderna, rendendolo un alleato prezioso per il benessere umano.

Storia Millenaria del Fango Termale: Un Patrimonio dall'Antichità ai Giorni Nostri

L'uso terapeutico del fango, e più in generale delle acque termali, affonda le radici in un passato remotissimo, testimoniando un'intuizione ancestrale delle sue virtù curative.

Già nel **V secolo a.C.**, il "padre della medicina" **Ippocrate**, nel suo celebre "Corpus Hippocraticum", dedicava ampie sezioni all'osservazione e alla descrizione degli effetti igienici e curativi delle acque termali e dei fanghi sull'organismo umano. Le sue intuizioni, basate sull'osservazione clinica, ponevano le basi per la futura termalismo.

Ma l'impiego del fango e delle acque non si limitò alla Grecia. Nelle civiltà più antiche, la natura, e in particolare le fonti termali, erano spesso considerate luoghi sacri, doni divini, e i loro benefici curativi venivano attribuiti a potenze superiori.

- **Antico Egitto:** Si narra che gli Egizi utilizzassero i fanghi del Nilo per le loro proprietà medicamentose e cosmetiche, beneficiando della ricchezza minerale lasciata dalle inondazioni.
- **Civiltà Babilonese e Assira:** Tracce archeologiche suggeriscono l'uso di argille e acque sulfuree per trattamenti curativi.
- **Civiltà Pre-Romane (Euganei e Veneti):** Nelle terre che oggi ospitano le Terme Euganee, le popolazioni locali come gli antichi Euganei e Veneti, ben prima dell'arrivo dei Romani, avevano già scoperto e sfruttato le sorgenti termali e i loro preziosi fanghi. Le acque che sgorgano a Montegrotto e Abano erano già considerate "sacre" e dotate di poteri curativi, un patrimonio tramandato di generazione in generazione.
- **L'Epoca Romana:** Fu con i Romani che il termalismo raggiunse il suo apice e una diffusione capillare. I "Fons Aponi" (le attuali Terme Euganee, da cui Abano prende il nome) erano celebri in tutto l'Impero. Venivano costruiti imponenti complessi termali, veri e propri centri di salute e socializzazione, dove l'applicazione del fango (noto come limus o lutum) era una pratica comune per curare reumatismi, dolori articolari e altre affezioni. Personaggi illustri come lo storico Tito Livio e l'imperatore Tiberio frequentavano queste terme, a testimonianza del loro prestigio e dell'efficacia riconosciuta. Erano considerate un luogo di cura e rigenerazione, quasi un tempio dedicato al benessere.

Nel corso dei secoli, anche dopo il declino dell'Impero Romano, la tradizione termale non si è mai spenta completamente. Durante il **Medioevo** e il **Rinascimento**, seppur con alterne fortune, le terme continuarono ad essere meta di pellegrinaggi per scopi curativi. Medici e studiosi rinascimentali riscoprirono e documentarono le proprietà delle acque e dei fanghi, spesso basandosi sugli scritti classici.

È a partire dal **XVIII e XIX secolo** che il termalismo rinasce con vigore, supportato da un approccio più scientifico. Vengono condotti i primi studi sulla composizione delle acque e dei fanghi, gettando le basi per la moderna idrologia medica e la fangoterapia come

disciplina riconosciuta. Le stazioni termali europee, tra cui le Terme Euganee, si sviluppano e si modernizzano, attirando visitatori da ogni parte del mondo.

Oggi, il fango termale non è più solo un rimedio popolare o una pratica basata sull'esperienza. Grazie alla **ricerca scientifica avanzata**, ne comprendiamo a fondo la composizione, il processo di maturazione unico (come nel caso del Fango Maturo D.O.C. delle Terme Euganee) e i meccanismi d'azione a livello molecolare. Questa fusione tra un'antica sapienza e le moderne evidenze scientifiche rende il fango termale un patrimonio di inestimabile valore, un ponte tra il benessere del passato e le terapie del futuro.

Composizione e Maturazione del Fango Termale

Il fango termale è una miscela di argilla e acqua termale. Il processo di maturazione avviene in speciali vasche dove l'argilla viene mantenuta in continuo contatto con l'acqua termale a una temperatura costante di circa 35-38°C per circa 4 mesi.

L'acqua a intimo contatto con il fango, unitamente ai componenti di cui è ricca e alla luce solare, sviluppa una tipica comunità microbica termofila non patogena (si verifica una progressiva colonizzazione dell'argilla da parte di cianobatteri e numerose microalghe) che provoca importanti **modificazioni chimico/fisiche** e **arricchisce il fango dei preziosi principi attivi derivanti dal metabolismo della sua particolare flora di**

microalghe (Diatomee e Cianofitofite):

- aumenta il volume di reidratazione;
- aumenta la capacità termo-isolante;
- compaiono frazioni chimiche dotate di attività anti-infiammatoria.

Dopo questo lento processo di maturazione il fango si trasforma in medicamento con effetti benefici e duraturi. Più potente dell'Aspirina, meno invasivo dell'Aulin e senza effetti collaterali, il fango maturo delle Terme Euganee (Fango Maturo D.O.C.) è così antinfiammatorio **scientificamente provato e riconosciuto a livello internazionale con un Brevetto Europeo (N. 1571589)**.

Studi comparativi hanno dimostrato che l'efficacia del fango maturo può essere paragonabile a quella di farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS) come l'Aspirina o l'Aulin, ma con un profilo di sicurezza superiore.

Per garantire l'efficacia terapeutica e la qualità del Fango Termale di Abano e Montegrotto, l'**Università di Padova** effettua un monitoraggio semestrale rigoroso presso ogni singolo stabilimento termale. Questo controllo verifica la provenienza dell'argilla, il rispetto del complesso processo di maturazione e l'adesione al protocollo operativo, assicurando che ogni applicazione del fango mantenga i più elevati standard terapeutici.

Proprietà Terapeutiche del Fango Termale: Evidenze Scientifiche

Il fango termale maturo possiede diverse proprietà benefiche, validate da numerosi studi clinici e ricerche:

- **Antinfiammatorio naturale:** La principale e più studiata proprietà. Le sostanze umorali generate dalla microflora algale del fango, come **glicolipidi e esopolisaccaridi**, modulano la risposta infiammatoria. Ricerche pubblicate hanno dimostrato che il Fango Maturo D.O.C. delle Terme Euganee è in grado di inibire la produzione di citochine pro-infiammatorie (es. TNF- α , IL-1 β) e di stimolare la produzione di molecole antinfiammatorie endogene, rendendolo efficace nel ridurre l'infiammazione cronica senza gli effetti collaterali gastrointestinali o renali tipici dei FANS.
- **Analgesico:** L'applicazione del fango caldo riduce la percezione del dolore. Questo effetto è dovuto sia alla diminuzione dell'infiammazione sia a un'azione diretta sulle terminazioni nervose e sulla muscolatura. Il calore favorisce il rilascio di endorfine, i "naturali antidolorifici" del corpo.

- **Miorilassante:** Il calore profondo del fango provoca una vasodilatazione locale e generale, aumentando l'afflusso di sangue ai tessuti e facilitando il rilassamento delle fibre muscolari contratte. Questo aiuta ad alleviare tensioni, spasmi e rigidità muscolare.
 - **Rimineralizzante:** L'acqua termale e l'argilla rilasciano minerali essenziali (come calcio, magnesio, sodio, potassio, iodio, bromo) che possono essere assorbiti attraverso la pelle, contribuendo al nutrimento dei tessuti e alla rigenerazione cellulare.
 - **Detossinante e Purificante:** L'azione termica e la composizione del fango favoriscono la sudorazione, aiutando l'eliminazione di tossine attraverso la pelle. Contribuisce a pulire e purificare i pori.
 - **Immunomodulante:** Alcuni studi suggeriscono che la fangoterapia possa avere un effetto benefico sul sistema immunitario, modulando la risposta immunitaria e contribuendo al mantenimento dell'omeostasi dell'organismo
-
-

Indicazioni Terapeutiche: Un Approccio Olistico al Benessere

La fangoterapia è riconosciuta per la sua efficacia in un ampio spettro di condizioni, offrendo benefici significativi e duraturi:

- **Patologie dell'Apparato Locomotore:**
 - **Osteoartrosi e Reumatismi degenerativi:** Delle grandi e piccole articolazioni (anca, ginocchio, spalla, colonna vertebrale, mani, piedi). Il fango riduce il dolore e l'infiammazione, migliora la mobilità articolare e rallenta la progressione della degenerazione cartilaginea.
 - **Osteoporosi:** L'azione termica e la mineralizzazione contribuiscono al benessere osseo, e la riduzione del dolore consente una maggiore attività fisica.
 - **Reumatismi extra-articolari:** Fibromialgia, tendiniti, borsiti, epicondiliti e periartriti. Il calore e l'azione antinfiammatoria alleviano dolore e rigidità.
 - **Disturbi Muscolari:** Contratture, mialgie, rigidità post-traumatica o post-operatoria (dopo la fase acuta). Il fango favorisce il rilassamento muscolare profondo.
 - **Postumi di Traumi e Fratture:** Dopo l'immobilizzazione, la fangoterapia aiuta a recuperare la mobilità articolare e a ridurre l'edema.
 - **Patologie Dermatologiche:** Alcune affezioni cutanee croniche come psoriasi, eczemi cronici non in fase acuta, e dermatiti seborroiche possono trarre beneficio dalle proprietà purificanti, lenitive e rigeneranti del fango. La componente minerale e l'azione termica favoriscono il rinnovamento cellulare e riducono l'infiammazione cutanea.
 - **Malattie Vascolari Periferiche:** Migliora la circolazione sanguigna periferica grazie alla vasodilatazione indotta dal calore.
-
-

Modalità di Applicazione: Il Protocollo Termale Certificato

Il trattamento fangoterapico segue un protocollo consolidato e scientificamente validato per massimizzare i benefici. Prevede l'applicazione del fango maturo sulla pelle, ad una temperatura confortevole ma efficace di circa **45-48°C**, per una durata media di **15-20 minuti**.

Durante questo tempo, il calore e la pressione osmotica favoriscono il rilascio dei preziosi principi attivi contenuti nel fango, che vengono assorbiti attraverso la pelle. Questo processo attiva la **termoterapia**, stimolando la vasodilatazione e l'attivazione dei processi metabolici.

Successivamente, il paziente viene sottoposto a una **doccia termale** per rimuovere il fango e poi a un **bagno in acqua termale salso-bromo-iodica** a circa 37°C per 8-10 minuti, che potenzia gli effetti del fango e favorisce il rilassamento. Il percorso si conclude con una fase di **riposo (reazione)** di circa 30-60 minuti, fondamentale per permettere al corpo di riequilibrare la temperatura, espellere il calore accumulato in eccesso e consolidare gli

effetti terapeutici. È durante questa fase che i benefici antinfiammatori e miorilassanti si manifestano pienamente.

Conclusioni

Il fango termale rappresenta una risorsa naturale di inestimabile valore nel campo della medicina termale. La sua storia millenaria e le comprovate proprietà terapeutiche lo rendono un trattamento efficace e sicuro per diverse patologie, promuovendo il benessere e la salute in modo naturale.

Tutti gli hotel termali di Abano e Montegrotto Terme sono convenzionati per i trattamenti termali con il S.S.N.

"Dopo una giornata dedicata al benessere e ai benefici dei fanghi termali di Montegrotto, l'ideale è concedersi un soggiorno rilassante in un ambiente accogliente e confortevole come Casa Luna.

Nota: Prima di intraprendere qualsiasi trattamento termale, è consigliabile consultare un professionista sanitario per valutare l'idoneità in base alle proprie condizioni di salute.