

MAGGIO  
2013

# Giovani Genitori

LA RIVISTA PER LE FAMIGLIE DEL PIEMONTE



Genova • Estate ragazzi • Baby veg • Allergie



## Le acque termali

Inalazioni e bagni per prevenire e curare allergie, otiti, infiammazioni delle vie respiratorie e dermatiti atopiche

Curare  
senza l'uso  
di farmaci

**Mia figlia Ludovica ha 5 anni e mostra i sintomi di una fastidiosa allergia ai pollini, di cui peraltro soffriamo tutti in famiglia. Ho sentito dire che le cure termali possono darle beneficio. È vero?**

Il beneficio delle acque termali per curare alcune malattie è conosciuto da migliaia di anni. Le cure inalatorie sono usate per le bronchiti, le faringiti, le otiti e le tonsilliti, ma vanno benissimo anche per le riniti allergiche. Con i bagni in acqua termale, invece, si curano la dermatite atopica (tipica dei bambini anche molto piccoli) e le dermatiti seborroiche.

“Il periodo migliore per portare i bambini alle terme - spiega il dottor Massimo Gestro, specialista in idrologia medica e medicina termale delle Terme di Lurisia - comincia in primavera e prosegue fino all'autunno inoltrato. La cura viene prescritta dal medico di base o dallo specialista e rientra nei livelli essenziali di assistenza. Tutti, adulti e bambini, hanno diritto una volta all'anno a un ciclo di cure al prezzo del ticket. Delle cure termali viene riconosciuta l'azione preventiva: i cicli fatti in estate proteggono le vie respiratorie e le orecchie dalla possibilità di contrarre infezioni durante la stagione fredda”.

E per le allergie alle graminacee? “Qui le tempistiche sono diverse - spiega il dottor Gestro -. A livello preventivo è bene fare un ciclo di cura venti giorni prima della fioritura. Quando l'esplosione di polline è in atto, la cura aiuta ad alleviare i disturbi, come il naso che cola e la tosse”.

Le cure con acque termali si possono fare a qualsiasi

età? “A Lurisia si accettano piccoli pazienti dai tre anni in su. Si presta particolare attenzione al benessere del bambino con un'accoglienza calda e affettuosa. A luglio e ad agosto c'è anche un'animatrice che intrattiene i piccoli con giochi e attività negli intervalli tra una terapia e l'altra”.

Andare alle terme significa andare in piscina? “Ci sono due tipi di cure: quelle inalatorie, fatte con nebulizzazioni e aerosol, e i bagni veri e propri. Entrambe sono assolutamente indolori. Le prime servono per le malattie delle vie respiratorie e le otiti, le seconde per le dermatiti. Per ogni disturbo si usano acque apposite. In genere si fanno due terapie al giorno, della durata di mezz'ora circa complessivamente, per 12 giorni, il più continuativi possibili”.

Come si fa a farsi prescrivere le cure termali? “Il medico di base o il medico specialista (per esempio l'otorinolaringoiatra o il dermatologo) prescrivono la cura. Una volta giunti alle terme i bambini effettuano una seconda visita con il medico interno. Da noi c'è un livello di attenzione particolare per le otiti, con una visita otorinolaringoiatrica gratuita che prevede anche la timpanometria. Dopodiché si passa alla fase di cura, con le inalazioni e i bagni”.

L'ambiente di montagna, le convenzioni con le strutture alberghiere, l'aria pulita e la pace del luogo sono ovviamente parte integrante del pacchetto-terme, che può diventare un'occasione per una vacanza alternativa per tutta la famiglia. L'idea è quella di curarsi senza farmaci, pensando nei mesi estivi a prevenire la riacutizzazione invernale.