

STORIA DELLE TERME E CENTRO BENESSERE SALUTE



TERME E CENTRO BENESSERE SALUTE LA LORO STORIA NELL'ANTICA ROMA



Il **benessere** curativo dovuto alle **acque termali** è iniziato ad emergere intorno al V secolo a.C. Se ci pensiamo bene, l'**acqua** ha sempre fatto parte della storia dell'uomo, in campo religioso e filosofico, pensando ai battesimi, ai pellegrinaggi alle fonti benedette... Agli albori della medicina ellenica erano già noti, presso varie popolazioni, gli effetti benefici delle **acque solfuree** nei confronti dei dolori muscolari e articolari e di alcune patologie della pelle.

Il "Corpus Hippocraticum" fu il primo trattato di medicina della **storia**, nel quale Ippocrate scrisse in ampie parti tutto il suo studio sugli effetti igienici e curativi delle **acque termali** e il **benessere** sull'organismo umano. Ippocrate era considerato il fondatore della medicina scientifica. Egli viaggiò molto, giungendo a Tessaglia, Tracia, Egitto, Libia. Inizialmente, i **bagni termali** si praticavano all'aperto e in acqua fredda, ma a **Roma** ci fu un grande sviluppo riguardo l'attività **termale**, coinvolgendo anche l'edilizia, grazie alla quale le **terme** divennero presto dei veri e propri **centro benessere salute**, inizialmente sempre con acqua fredda, ma dopo non molto, con acqua calda. Inoltre si ebbe aggiunta di locali appositi per il **massaggio**, per la **sauna** e per il **relax** e il **benessere** in generale. Nell'antica **Roma**, le **terme** erano **strutture** pubbliche, aperti a qualsiasi tipo di persona, indipendentemente dal ceto sociale.

Le prime **strutture** pubbliche, erano piccole, ma ben presto divennero **strutture** ben più grandi, dei quali noi, ora, ne ammiriamo le antiche vestigia. Alcune **strutture**, inoltre, erano talmente ampie e di lusso, capaci di ospitare biblioteche, stadi, solari, sale riunioni, botteghe di ogni genere, giardini e passeggiate, luoghi di scambi sociali, culturali e commerciali, e tutto decorato con pregiatissimi marmi e decorazioni. Le **terme romane** rappresentavano, quanto di più vicino possibile si può immaginare ad un **centro benessere salute** moderno. In origine, la **terapia** nelle **acque termali** consisteva nel sfruttare la temperatura dell'**acqua** per ottenere semplicemente un **benessere** fisico. Con l'arrivo dell'epoca imperiale, si iniziò a sfruttare le differenti **sorgenti termali** per **terapie** specifiche. La concezione salutare del **bagno** si tramutò in una vera e propria pratica terapeutica che veniva prescritta dai medici allo scopo di garantire ai loro pazienti una vita più sana e longeva.

La **terapia termale** ideale dell'epoca romana, molto affine con la **terapia moderna**, consisteva in un trattamento in un periodo di circa quattro settimane: la durata del **bagno**, inizialmente di 30 minuti, aumentava progressivamente fino a due ore e decresceva al termine del trattamento; **bagno** e bibita dovevano essere praticati a digiuno; i periodi maggiormente indicati erano la primavera e l'autunno e si raccomandava che le cure fossero eseguite sotto controllo medico.

La caduta dell'impero romano, favorì le invasioni barbariche e l'affermazione della cultura cristiana. Quest'ultima segnò la caduta delle maestose **terme romane**, a causa della sua disapprovazione verso la promiscuità e della nudità.

TERME E CENTRO BENESSERE SALUTE NEL MEDIOEVO

Anche il periodo medievale risentì dell'influenza cristiana che aveva portato allo sfascio la cultura delle **terme** e dei **centro benessere salute**, ma nonostante ciò, si approfondirono gli studi riguardo il trattamento terapeutico e il **benessere** delle **acque termali**. Quando ci si accorse che erbe e medicine in alcuni casi non avevano nessun effetto di **benessere**, di alleviamento di dolori, ci si affidava alla cura purificatrice delle **acque termali**, le quali divennero nuovamente importanti ai fini terapeutici.

Le **acque termali** furono studiate accuratamente, così da poterle dividere secondo la loro composizione, la loro temperatura e le loro singole potenzialità, in modo poi da poterle applicare su disturbi differenti (ad esempio le **acque solfuree** erano guaritrici delle affezioni cutanee mentre le **acque salsobromoidiche** curavano la sterilità femminile). Inoltre, i seguenti studi portarono ad esempio alle inalazioni di vapori, le **terapie inalatorie e sudatorie** in grotte naturali nelle quali scaturiscono **sorgenti termali** e l'applicazione di fanghi.

TERME CENTRO BENESSERE SALUTE NEL RINASCIMENTO E IL LORO SVILUPPO NEI SECOLI DOPO

Nel Rinascimento ci furono ulteriori studi riguardo la **terapia** delle **acque termali**, ma gli sviluppi furono mediocri rispetto al Medioevo per cui l'impiego dell'acqua a scopo curativo continua a sottostare alla teoria degli umori.

Cosa molto positiva fu la scoperta della stampa, grazie alla quale la cultura del **benessere** delle **acque termali** raggiunse molti luoghi.

Nel '700 un ulteriore sviluppo della medicina afferma il metodo sperimentale, inoltre hanno luogo le prime indagini sulla composizione delle **acque minerali**, che daranno una grande svolta allo studio del **benessere** avuto grazie le **acque termali**.

Nell' '800 vi è una reale rinascita e svolta delle **terapie termali** grazie al sostegno di studi e teorie analoghi a quelli dell'antica **Roma** e la conseguenza fu quella del ritorno delle **terme romane**, ossia quel luogo di svago e di scambio di interessi culturali e sociali.

Lo sviluppo comprende anche le **strutture delle terme** in se stesse, nuovamente ampliate, assumendo l'aspetto di veri e propri tempi del **benessere** con **parchi, alberghi** e piscine di lusso. Con l'avvicinarsi del '900 le **terme** e i **centro benessere salute** diventano delle vere e proprie **strutture** d'élite, accessibili per forza di cose alle classi più alte, ma col passare degli anni diventano accessibili anche alle classi medie.

TERME E CENTRO BENESSERE SALUTE IN ITALIA OGGI

Ai nostri tempi, le **terme** e i **centro benessere salute** sono veri e propri presidi medici a tutti gli effetti grazie alla loro effettiva efficacia. Le **terapie moderne**, il **massaggio**, le **inalazioni**, il **bagno termale** sono arrivati ad una conoscenza impressionante, eccezionale, tanto che sono in grado anche di interagire l'un con l'altro e di conseguenza fare un'ottima sinergia tra le terapie a disposizione. Cosa molto importante che favorisce al **benessere** nelle **terme**, è anche l'ambiente stesso, che riporta, in molti casi, a quell'ambiente romano antico, privo di inquinamento, salutare, dove si è in grado di ritrovare un equilibrio fisico e psicofisico che oggigiorno è messo a dura prova, un ambiente che ai nostri giorni è raro trovare normalmente per le **città**.

Oggi, le nostre **terme** e **centro benessere salute** in **Italia** sono in grado di migliorare e risolvere tantissime **patologie**, che la medicina tradizionale non riesce sempre ad affrontare, sia a livello fisico che psicologico, portando **benessere** a chiunque.

[Terme centro
benessere salute
pagina iniziale](#)

[Terme centro
benessere salute in
Italia](#)

[Vacanze terme centro
benessere salute](#)

[Le terme e i centro
benessere salute nella
storia](#)

[Massaggi terme centro
benessere salute](#)

[Terapie terme centro
benessere salute](#)

**BENESSERE TERME.INFO E' IN
COSTRUZIONE**

Terme benessere [Scarica il pdf della storia delle terme e centro
benessere salute](#)