



# La garanzia di un esperto

Abbiamo chiesto per voi il parere di un esperto del settore: il Dottor Fabio Agostinis

## Il Dr. Fabio Agostinis

è laureato in Medicina e Chirurgia con lode; è specialista in Pediatria e in Allergologia e Immunologia Clinica con lode.

E' socio della Società Italiana di Pediatria, della Società Italiana di Allergologia ed Immunologia Clinica Pediatrica e della Società Italiana di Malattie Respiratorie Infantili.

Ad oggi è consulente libero professionista presso l'Unità Strutturale Complessa degli Ospedali Riuniti di Bergamo. E' autore di pubblicazioni e relazioni congressuali.



rie risalgono al 1843 quando un medico polacco, il dr Wieliczka, ne riportò i risultati sui suoi pazienti. Un uso moderno di questa terapia iniziò in Germania dopo che molti, per fuggire ai pesanti bombardamenti della seconda guerra mondiale, riferivano miglioramenti della sintomatologia respiratoria dopo che si erano rifugiati nelle cave di sale.

Oggi si può ricorrere alla speleoterapia (vale a dire il soggiornare nelle cave o grotte di sale naturali) in alcune località molto note site prevalentemente nei paesi dell'Europa orientale.



## Dr Agostinis ci vuole illustrare che cos'è l'Haloterapia e in che cosa consiste?

L'Haloterapia ("halos" in greco significa sale) è una terapia naturale che consiste nella somministrazione, per inalazione, di cloruro di sodio micronizzato (particelle di 1-5 micron di diametro), prodotto da un nebulizzatore speciale e respirato in un ambiente confinato - la camera del sale - in cui le pareti e il pavimento sono ricoperti di sale che simula il microclima di una grotta o cava di sale. In quest'ambiente il microclima mantiene un'umidità (40-60%) e una temperatura stabili (18-24°C). L'ambiente è ipoallergenico e il sale conferisce all'aria respirata una bassissima carica batterica. Questi parametri creano condizioni favorevoli e confortevoli per i pazienti.

## E' un trattamento recente?

Direi proprio di no. Il trattamento nelle cave naturali di sale (la speleoterapia) è noto da tantissimo tempo. Vi sono segnalazioni di benefici in minatori con problemi respiratori sin dai tempi dell'antica Roma e nel medioevo. Valutazioni relativamente più recenti dell'efficacia del micro clima delle grotte saline sulle patologie respirato-

## Qual è il meccanismo d'azione in parole semplici?

Le particelle di sale nebulizzate a secco nella camera del sale da uno speciale apparecchio, sono di dimensioni ideali per raggiungere tutte le sezioni delle vie respiratorie. Il cloruro di sodio inalato è in grado di far funzionare al meglio la "clearance muco ciliare" e cioè quell'insieme di piccole ciglia di cui sono dotate le cellule che tappezzano le vie respiratorie che, con movimenti molto frequenti, regolari e coordinati, trasportano il



sottile strato di muco che le ricopre verso il cavo orale: si ottiene così una continua detersione dell'intero albero respiratorio. Nel muco, infatti, restano intrappolati virus e inquinanti atmosferici. Il sale inalato ha inoltre un effetto battericida; vi è, infatti, una dimostrata diminuzione della carica batterica presente nelle vie aeree. In altre parole il sale inalato, che si deposita nelle prime vie, interferisce con la sopravvivenza dei batteri (pneumococchi e stafilococchi) che vengono pertanto a trovarsi in un ambiente a loro poco favorevole. Vi sono anche dimostrazioni di un miglioramento del nostro apparato immunologico difensivo.

#### **Quali sono le patologie che più si avvalgono dell'utilizzo dell'Haloterapia?**

Un proficuo utilizzo dell'Haloterapia riguarda sicuramente la patologia acuta e cronica a carico delle vie respiratorie superiori e in particolar modo la rinosinusite e le sue complicanze quali l'ingrossamento e l'infiammazione delle adenoidi (con la probabilità di un eventuale intervento chirurgico per l'asportazione e i rischi che ne conseguono), le patologie acute e croniche a carico dell'orecchio che possono complicarsi ed essere seguite da una riduzione dell'udito (quella che in termini medici è definita l'ipoacusia o sordità rinogena) e che si verificano spesso in età pediatrica.

L'haloterapia trova una sua indicazione anche per altre patologie molto gravi come la fibrosi cistica, caratterizzata dalla produzione di muco molto denso e difficile da eliminare (fenomeno riscontrato anche nei surfisti Australiani che erano esposti agli aerosol di sale respirato naturalmente tra le onde). Altre patologie respiratorie gravi, come la bronchiolite (patologia molto diffusa soprattutto in inverno in età pediatrica) che comporta spesso ricoveri e l'innescarsi d'episodi ricorrenti di broncospasmi per parecchi mesi successivi al primo episodio, si avvalgono, com'è stato recentemente dimostrato, d'aerosol con soluzioni saline più concentrate rispetto alla soluzione fisiologica. Servirebbero studi per valutare l'efficacia di cicli di haloterapia per prevenire le

ricadute che così frequentemente si presentano dopo il primo episodio.



#### **Si hanno effetti benefici anche su patologie respiratorie più impegnative come l'asma?**

Studi condotti su asmatici hanno dimostrato come il trattamento con il sale inalato nelle grotte sia risultato efficace nel ridurre l'iperreattività bronchiale, caratteristica del paziente asmatico che va incontro a broncospasmi più facilmente rispetto al soggetto sano con stimoli aspecifici quali la corsa e lo sforzo fisico e anche più banali quali una risata e il pianto. Si ha un miglioramento dei sintomi, della funzionalità respiratoria e una diminuzione dell'uso dei farmaci.

Trovano indicazione anche le bronchiti croniche ostruttive e non, che riguardano però l'età adulta e patologie come le bronchiectasie, oltre alle già citate comuni affezioni a carico delle alte vie respiratorie quali, laringiti, faringiti, rinosinusiti, etc.



erogatore di sale Tecnosun



**L'haloterapia si è dimostrata efficace anche in altre patologie come per esempio quelle cutanee?**

Sì. Studi scientifici ne hanno dimostrato l'efficacia nella cura della dermatite atopica in età pediatrica. Fino all'80% dei pazienti dimostrava un persistente miglioramento a distanza di 6-12 mesi dall'interruzione del trattamento. Uno dei meccanismi coinvolti è la riduzione della carica batterica cutanea che spesso mantiene il processo infiammatorio cronico dell'eczema; l'haloterapia normalizza la normale flora cutanea superficiale. I migliori risultati sono conseguiti però durante la fase cronica. Nella fase acuta il soggiorno nelle grotte potrebbe risultare poco tollerato ed irritante perché il sale, che verrebbe a depositarsi sulle lesioni in atto, provocherebbe bruciore e risulterebbe chiaramente poco tollerato dal paziente.

**La terapia con il sale, Dr Agostinis, è utile anche in altri ambiti terapeutici oltre a quelli cutanei e respiratori?**

Sì, ci sono lavori scientifici che ne hanno dimostrato un utilizzo proficuo per le malattie allergiche stagionali sia in fase acuta sia cronica; migliora inoltre lo stato di benessere in generale, rivitalizzando l'organismo

**E' una terapia sicura?**

Raramente si può verificare prurito e irritazione cutanea che si risolvono rimuovendo con acqua il sale dalla cute. Il fenomeno tende comunque a sparire con le sedute successive. Qualche volta si registra una lieve irritazione alla gola e agli occhi che scompare sciacquando la bocca e lavando delicatamente gli occhi.

Fondamentale è che non vi sia nessuna interazione con gli eventuali farmaci che il paziente sta assumendo. Le controindicazioni a questa terapia naturale riguardano stadi acuti in atto di patologie respiratorie, l'insufficienza cardiaca, la grave ipertensione sistemica, le epistassi recenti.

**E' adatta a tutte le età?**

Sì non ci sono limiti d'età





iodio

#### **Quante sedute sono necessarie?**

Il ciclo ideale è di 15-20 sedute di circa un'ora ciascuna preferibilmente (ma non necessariamente) a cadenza giornaliera e ricordo ancora una volta che i benefici possono protrarsi fino ai 6-12 mesi successivi.

#### **Dopo quello che ci ha raccontato possiamo affermare che Lei consiglierebbe questo trattamento?**

L'haloterapia non deve essere considerata un'alternativa al trattamento farmacologico intrapreso per la cura di patologie croniche. Per le sue caratteristiche - è del tutto naturale, è privo d'effetti collaterali che invece possono accompagnare la terapia farmacologica - si propone tuttavia come un trattamento complementare a molte patologie e per i vantaggi che arreca, mi sia concessa la battuta, non è per niente "salato".

Al mare - soprattutto d'inverno, quando le malattie a carico delle vie respiratorie sono più frequenti - se si soggiorna in località caratterizzate da litoranei scogliosi, si ha la possibilità di inalare naturalmente la salsedine marina. Il sale e lo iodio fanno sì che si verifichi quell'aumento della produzione di muco nasale e d'espettorazione che in maniera caratteristica si verifica soprattutto nei primi giorni di permanenza al mare. Dopo poco tempo il naso si asciuga e non gocciola più; i "moccosi" (da moccio nasale) finiscono d'essere tali; i linfonodi del collo che tanto e spesso allarmano le mamme, hanno modo di tornare in uno stato di quiescenza e riducono progressivamente il loro volume (ecco perché ai bambini classificati una volta come "linfatici" era consigliato il soggiorno marino). **Con l'Haloterapia sono sufficienti 30-40 minuti di trattamento per ottenere gli stessi risultati di tre giorni di mare.** Si consideri pertanto, a parità di benefici, il vantaggio, anche economico, di poter usufruire del clima marino senza doversi allontanare troppo da casa.