

SPA E TRATTAMENTI

## Il potere delle pietre nei trattamenti SPA: a cosa servono e come funzionano

Quello con le pietre laviche è il più conosciuto, ma sono diversi i trattamenti SPA a base di altre pietre, come giada, porfido, quarzite e zeolite

DI LIDIA PREGNOLATO  
27 LUGLIO 2021



«I trattamenti con le pietre hanno origini antichissime che risalgono alla **cultura ayurvedica**. Si tratta di applicazioni sul corpo di pietre basaltiche, quindi di origine vulcanica, che hanno due caratteristiche principali: la prima è quella di essere liscissime e quindi di aderire perfettamente alla pelle; la seconda quella di incorporare e trasmettere molto più lentamente di altre pietre il calore».

A parlare è **Francesca Cataldo, SPA Manager della SPA Le Pietre** – nome non casuale dato che le pareti del centro benessere sono formate da **pietre vulcaniche di tufo originali** e riportate alla luce - dell'**Hotel Mediterraneo Sorrento**, perla a 5 stelle della costiera.

Ma come si utilizzano le pietre nei trattamenti SPA? «Le pietre vengono riscaldate a una temperatura di circa 60 gradi e impiegate calde. Si applicano su varie zone del viso e del corpo, con o senza olio alla base, a seconda dell'effetto desiderato e sfruttando le diverse dimensioni delle pietre. Hanno la funzione di levigare la pelle ma anche di sciogliere le rigidità muscolari e le tensioni alleviando lo stress», prosegue la SPA Manager.

Nella cultura ayurvedica l'applicazione delle pietre **direttamente sui chakra** è utilizzata da molti anni per migliorare l'afflusso energetico in questi punti chiave, alleviando così eventuali dolori e curando mali specifici.



### Rituali rigeneranti alla SilberQuarzit

SilberQuarzit® aiuta ad alleviare lo stress della quotidianità. L'esclusiva quarzite argentea dell'Alto Adige è riconosciuta come minerale curativo scientificamente certificato. La sua applicazione, combinata con tecniche di rilassamento e decelerazione appositamente sviluppate, attiva i poteri di autoguarigione del tuo corpo. Tutte le esperienze sono state concepite in accordo alle conoscenze naturopatiche della medicina tradizionale europea. Le erbe selvatiche utilizzate durante l'experience, vengono raccolte manualmente in Alto Adige e aumentano il potere curativo della quarzite argentea. Dove: **Hotel Luesnerhof**, Alto Adige Prezzo: da 219 euro