

# LE CURE TERMALI

Dermatite atopica  
ed eczemi



TERME DI COMANO



TERME  
DI COMANO

## LE ACQUE TERMALI DI COMANO

...

La sorgente delle Terme di Comano, fin dalle prime notizie storiche che sono giunte a noi, è stata utilizzata dall'uomo per bagni utili alla salute e al benessere della pelle.

La composizione dell'acqua termale è caratterizzata dalla presenza di sali di **bicarbonato, calcio, magnesio** e altri ioni minori, ma in una quantità tanto bassa (meno di 200 mg/l) da renderla un' **acqua oligominerale** da assumere anche come bibita. La temperatura alla sorgente è di 27,7 °C (infatti viene definita acqua ipotermale) ed ha un Ph vicino alla neutralità con un efficace **potere tampone sul Ph della pelle**.

Immergersi nelle acque termali di Comano porta degli effetti terapeutici sugli stati infiammatori cronici della cute come nel caso della psoriasi, degli eczemi e della dermatite atopica.

I segni clinici dell'efficacia terapeutica dermatologica si osservano soprattutto per l'**azione antinfiammatoria** sull'eritema e **lenitiva** sul prurito, per la **migliore idratazione** finale e grazie al **potere cheratolitico** sia sulle squame che sugli stati di ispessimento della pelle.



## LA DERMATITE ATOPICA

### Che cos'è?

La dermatite atopica o eczema atopico è una infiammazione della pelle caratterizzata da periodi di benessere alternati a fasi di peggioramento in cui la pelle diventa secca, arrossata e molto puriginosa. La dermatite atopica è molto comune in età infantile, inizia spesso nei primi mesi di vita e può scomparire durante l'età scolare o dopo il periodo della pubertà. Fa parte dell'**atopia**, una condizione a predisposizione ereditaria assai diffusa, che può anche presentare diverse manifestazioni cliniche in rapporto all'età (marcia atopica), nell'ordine dermatite atopica, rinite allergica e asma bronchiale.

### Cosa vedo?

Si può manifestare in modi diversi: secchezza e prurito sono di solito delle costanti a cui si aggiungono in modo variabile arrossamento, gonfiore, croste. Il bisogno di grattarsi inoltre crea lesioni che sono facile sede di infezioni cutanee. La manifestazione è soggetta a cambiamenti anche nel corso di una stessa giornata. Spesso vengono coinvolti il volto, il collo, le pieghe dei gomiti e il cavo dietro le ginocchia.

### Le cause

Molti fattori contribuiscono a determinare l'insorgenza o il peggioramento della dermatite atopica. Esiste una predisposizione genetica che comporta una particolare secchezza della pelle e una spiccata reattività del sistema immunitario. L'ambiente agisce

attraverso una serie di fattori scatenanti che possono peggiorare la dermatite: per questo è molto utile sapere come comportarsi e gestire correttamente il contesto ambientale aiuta a migliorare l'andamento di questa infiammazione cronica. La dermatite atopica **tende a migliorare** spontaneamente negli anni e può essere in parte prevenuta con l'**igiene personale** (indumenti di cotone, bagni oleosi e creme idratanti ipoallergiche per correggere la secchezza della pelle), ambientale (pulizia dell'abitazione, togliere tappeti, tende dove proliferano gli acari della polvere), ed in particolare eliminando le sostanze irritanti e gli allergeni diagnosticati dai test.

### La qualità di vita

I genitori dei bambini con dermatite atopica e i pazienti conoscono molto bene il disagio che quotidianamente l'eczema provoca. Il prurito impedisce di prendere sonno, causa agitazione, riduce la capacità di concentrazione e rende molto irritabili. La dermatite necessita di cure e medicazioni continue che coinvolgono tutto il nucleo familiare; le chiazze di eczema sulla pelle possono dare disagio nel frequentare luoghi pubblici (piscine, scuola, palestre) anche se la dermatite atopica non è contagiosa.

Il livello emotivo e relazionale è un aspetto importante della nostra salute e benessere; per questo è fondamentale trovare una strategia utile di gestione e cura da inserire con il miglior agio possibile nella routine della vita quotidiana.



## GLI ECZEMI O DERMATITI ECZEMATOSE

### Dermatite irritativa da contatto

Si tratta di uno stato infiammatorio della pelle molto frequente, soprattutto in età adulta, causato dal contatto più o meno ripetuto con agenti fisici (freddo, radiazioni) o chimici (acidi, ammoniaca, ipoclorito, etere) che danneggiano i lipidi della cute (film idrolipidico, barriera cutanea epidermica). La manifestazione compare nella sede del contatto ed ha intensità clinica variabile a seconda del tipo di agente che ha scatenato il danno. Si riscontrano prurito e arrossamenti accompagnati da papule e rigonfiamenti nelle fasi acute, desquamazione e secchezza in quelle croniche.

### Dermatite allergica da contatto

Rappresenta un evento molto frequente in ambito professionale (settore dell'acconciatura, lavoratori dell'edilizia). È uno stato di risposta allergica cutanea alle molecole che sono entrate in contatto con la pelle nei soggetti predisposti (non in tutti) o molto esposti alla sostanza per motivi lavorativi.

Le lesioni infiammatorie sono caratterizzate da prurito, arrossamenti, vescicole, gonfiore e successivamente croste e squame. Insorgono sia nella sede di contatto che in altre parti del corpo poste a distanza (le cellule coinvolte nel produrre il danno allergico sono linfociti e possono spostarsi).

### Eczema disidrosico

È uno stato di infiammazione ricorrente localizzata sulla faccia interna delle dita, ai palmi delle mani e alla pianta dei piedi. Si manifesta con numerose vescicole (contenenti siero) e intenso prurito, poi evolve in forme più secche, arrossate e desquamative. Nelle fasi di eruzione acuta può dare disabilità lavorative per il coinvolgimento delle mani. L'origine è sconosciuta.



## I BENEFICI DELLA CURA TERMALE

Le acque bicarbonato-calcio-magnesiache di Comano hanno efficacia nel ridurre l'infiammazione cutanea (presente nelle dermatiti) e migliorare l'idratazione; sono molto ben tollerate anche dalla pelle delicata del bambino. Dal punto di vista clinico si è osservato un prolungamento dei tempi di remissione tra una fase acuta e l'altra con una minore gravità clinica di eczemi e dermatite atopica e una migliore qualità di vita del paziente, soprattutto per la riduzione del prurito. È una valida terapia naturale utile anche in associazione alle cure eseguite durante il resto dell'anno. La terapia termale di Comano consente di effettuare una pausa dall'assunzione di farmaci durante la cura e di ridurre comunque l'uso dei farmaci topici (come il cortisone) nei mesi successivi. La cura idropinica associata aumenta la diuresi ed ha una specifica azione favorevole sulla permeabilità intestinale nei pazienti atopici.

### La balneoterapia e la cura idropinica nel bambino

Il periodo ideale per la cura è di due settimane. Il ciclo dei bagni termali viene svolto al piano riservato per i piccoli curandi, in stanze da bagno singole dotate di vasca preparata con l'acqua termale. I bambini possono effettuare il ciclo di bagni termali a partire dall'ottavo mese di vita e solamente se la dermatite non è in una fase molto acuta. Il protocollo completo di cura per la dermatite atopica consiste in un totale di

15-20 bagni termali che vengono svolti con il ritmo di uno o due al giorno a seconda dell'età del bambino e dello stato clinico accertato con la visita di ammissione. È consigliabile associare la cura idropinica come integrazione alla balneoterapia (regolarizza la permeabilità intestinale del bambino atopico).

Sono controindicazioni assolute alla terapia termale la presenza o l'insorgenza durante il trattamento di malattie esantematiche dell'infanzia, gli stati febbrili, la presenza di parassitosi o di impetiginizzazione della dermatite atopica: in tali casi si sospende la cura fino alla completa risoluzione del quadro clinico.

### La balneoterapia e la cura idropinica per l'adulto

La balneoterapia termale associata alla cura idropinica è la proposta curativa principale per i pazienti con eczema. Il periodo ideale per un ciclo di cura è di due settimane; all'interno di questo tempo vengono svolti i bagni termali di 20 minuti con il ritmo di uno o due al giorno a seconda del caso clinico e della condizione di salute generale del paziente. Il protocollo completo di cura per eczemi consiste in un totale di 20 bagni termali.



## CONSIGLI PER LA CURA TERMALALE

La terapia termale può essere ripetuta due volte all'anno con un intervallo minimo di 3-4 mesi e non presentando di regola effetti collaterali può essere proseguita per anni, anche come cura di mantenimento. Ci sono delle situazioni di fase acuta in cui può essere meglio non effettuarla; inoltre rappresentano controindicazioni ad eseguirla delle patologie concomitanti non ben compensate dalla terapia farmacologica.

### Che cos'è la "reazione termale"?

In alcuni pazienti durante i primi giorni di terapia è possibile osservare la cosiddetta "reazione termale": si tratta di una normale e transitoria fase di risposta alla cura in cui si assiste ad un aumento dei sintomi dermatologici iniziali; questo fenomeno è parte del processo curativo ed è consigliabile rivolgersi al medico termale solo quando ci si senta a disagio, per meglio gestire la situazione in atto.

### La ricerca scientifica termale

Il Centro Studi e Ricerche delle Terme di Comano ha prodotto nei decenni scorsi numerosi lavori clinici per garantire la validità scientifica delle cure termali e dei protocolli terapeutici proposti, svolgendo questi studi in collaborazione con vari centri dermatologici ospedalieri e universitari.

Le ricerche hanno documentato le proprietà immunomodulanti delle acque bicarbonato calcio magnesiate (come la sorgente di Comano) sulle infiammazioni della pelle (eczemi, dermatite atopica, psoriasi). Gli oligoelementi caratteristici dell'acqua di Comano hanno una dimostrata azione favorevole sulla permeabilità intestinale dei pazienti atopici che le assumono quotidianamente come bibita associata alla balneoterapia. I lavori clinici più recenti svolti sulla dermatite atopica del bambino confermano i benefici delle cure termali riportati in un precedente paragrafo e osservati da anni nella pratica medica.

### L'ambiente termale e la scuola dell'atopia

Il soggiorno termale rappresenta un periodo di pausa dagli impegni del lavoro e della vita quotidiana ed è importante che sia vissuto come un momento da dedicare a se stessi per la cura e per la ricerca del proprio benessere. I bambini che vengono al nostro centro sono accompagnati dai genitori o da famigliari che partecipano con loro al momento della cura prendendosi un periodo di relax; si vivono insieme giornate di riposo e momenti di svago con escursioni turistiche immersi in un ambiente naturale. Questa nuova cornice in cui le relazioni famigliari si riempiono di aspetti ludici, di tempo per sé e di tempo per la cura, rappresenta un diverso approccio mentale alla malattia; rinforza nelle persone il **"piacere di curarsi"** e migliora il proprio rapporto con la patologia e la qualità di vita stessa.

Settimanalmente alle Terme di Comano sono organizzati degli incontri sul tema della dermatite atopica ("**Scuola dell'atopia**") rivolti ai genitori dei bambini e ai pazienti atopici. Sono incontri svolti in gruppo (minimo 10-12 persone) gestiti da uno specialista, creati per approfondire le proprie conoscenze, parlare dei disagi connessi alla qualità di vita e avere delle linee guida pratiche (igiene, alimentazione, terapie) per una corretta gestione del problema. Durante gli incontri viene consegnato del materiale informativo con suggerimenti pratici da tenere come riferimento per casa.



## BIBLIOGRAFIA

- **LA TERAPIA TERMALALE DI COMANO NELLE DERMATITI ECZEMATOSE DA CONTATTO** - M. Cristofolini, F. Scardigli - Atti del convegno "La dermatite da contatto professionale", Terme di Comano 1979.
- **LA CRENOTERAPIA DI COMANO NELLA DERMATITE ATOPICA** - M. Cadrobbi, M. Cristofolini - World Thermalism Congress, Terme di Comano 1980.
- **VALUTAZIONE DELL'EFFICACIA DELL'ACQUA DELLA FONTE DI COMANO NELLA VALUTAZIONE DEGLI ECZEMI** - G. Zumiani, M. Zaroni, G. Agostini - Giornale Italiano di Dermatologia e Venereologia vol.135, 2000.
- **BALNEOTHERAPY FOR ATOPIC DERMATITIS IN CHILDREN AT COMANO SPA IN TRENTO, ITALY** - S. Farina, G. Girolomoni, E. Baldo, L. Rizzoli, M. Zaroni, in corso di pubblicazione.
- **LA TERAPIA TERMALALE PER LA DERMATITE ATOPICA** - A. Calza, G. Zumiani - Capitolo del volume "La pratica dell'atopia" a cura di C. Gelmetti, Ed. Springer, 2007.

## COME ACCEDERE ALLE CURE

È possibile effettuare le cure termali per dermatite atopica ed eczemi in convenzione con il Sistema Sanitario Nazionale (è previsto un ciclo di cure all'anno). Per usufruirne è necessario portare la ricetta del medico curante, con la diagnosi di DERMATITE ATOPICA oppure DERMATITE DI TIPO ALLERGICO o ECZEMA e l'indicazione relativa di 12 bagni termali.

Si accede alle cure termali effettuando la visita medica di ammissione presso gli ambulatori delle Terme di Comano. Per rendere più agevole l'accesso alle cure è obbligatorio prenotare la visita medica telefonando al call center del servizio prenotazioni delle Terme di Comano al numero 0465/701277 (dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 12.00 e dalle 14.00 alle 17.30).





TERME  
DI COMANO

CURANO LA PELLE  
MIGLIORANO LA VITA

**Terme di Comano - Trentino**  
**Tel. 0465.701277**  
**[www.termecomano.it](http://www.termecomano.it)**

A cura di:

- dott.ssa ANNA CALZA
  - Prof. MARIO CRISTOFOLINI
- CENTRO STUDI e RICERCHE TERME di COMANO