

wellness wellness wellness
wellness wellness wellness
wellness
wellness wellness wellness

di LAURA DE SANTIS



www.ecostampa.it

1 BUONGIORNO STANCHEZZA

Parlando di stanchezza, molti si concentrano esclusivamente su quella fisica tralasciando quella emozionale o mentale. Tensioni in famiglia, a scuola o a lavoro generano l'affaticamento emozionale soprattutto in individui con scarsa fiducia nei propri mezzi in quanto sottoposti ad un costante autocontrollo. Per questi soggetti le forti emozioni sono da evitare accuratamente mentre l'impegno va concentrato nel raggiungimento di un buon livello di fiducia in sé stessi. La stanchezza emozionale può subentrare anche in assenza di quella fisica per via delle elevate soglie di applicazione sensoriale ed emozionale.

La stanchezza mentale invece è costituita da "abitudini mentali assorbenti". Se il cervello non riesce a riposare possono esserci conseguenze pesanti: la mancanza di sonno si traduce in un abbassamento del livello immunologico che può portare allo sviluppo di malattie degenerative, e disturbi funzionali come ulcera e coliche spastiche.

3 ARRIVA LA CROCIERA DEL WELLNESS

Msc Fantasia, l'ultima nata della flotta Msc, presenta la crociera nel Mediterraneo "Wellness Experience". Organizzata in partnership con TechnoGym, che sarà anche promotrice di un'estrazione per una serie di premi firmati tra i passeggeri che parteciperanno ai corsi e ai seminari wellness organizzati a bordo. Msc Crociere metterà poi a disposizione anche un'ora di personal trainer gratuita ed un welcome kit, entrambi forniti da TechnoGym. Partenza da Genova, l'itinerario comprende poi il passaggio per Napoli, Palermo, Tunisi, Palma de Mallorca, Barcellona e Marsiglia. Un viaggio concepito per ritrovare la forma desiderata, l'equilibrio psico-fisico ed il relax necessario ad affrontare la vita quotidiana. La crociera, della durata di 8 giorni, partirà per la prima volta il prossimo 18 ottobre.

www.msccrociere.it

2 WELLNESS SPA & BEAUTY EXHIBITION

Dal 23 al 27 ottobre si svolge a Milano il Wellness SPA & Beauty Exhibition. Due saloni interi presenteranno ogni novità, servizio e proposta del settore. Il benessere verrà studiato da tutti i punti di vista, dall'albergatore agli operatori del settore. Il salone Beauty Exhibition è dedicato alla figura professionale dell'estetista, mentre il salone Spa & Pool Exhibition accoglie i produttori di strutture, di servizi e tecniche per la realizzazione e gestione delle piscine, dando così vita a Spa & Pool Exhibition. In contemporanea, sempre all'interno del Wellness Spa & Pool Exhibition, da non perdere lo Spa Design 2009, la mostra espositiva del design e dei materiali del benessere.

www.wellness.fieramilanoexposcts.it

3 IL BENESSERE MUOVE L'ECONOMIA

I dati parlano chiaro, il mondo del benessere non conosce crisi. A rivelarlo è una ricerca condotta da Aiceb e che si riferisce al 2008. Secondo i risultati, in questo settore sono coinvolte circa 30 mila imprese nelle quali operano 56 mila addetti, per un totale di 16 miliardi di euro di volume d'affari, pari a circa il 2% della spesa annua per consumi delle famiglie italiane. Sempre secondo questa ricerca la spesa pro-capite raggiunge i 275 euro. Nel panorama italiano, fa sapere la Camera di Commercio di Milano, è proprio il capoluogo lombardo a detenere il primato di imprese attive nel settore, con 2.325 tra palestre, centri benessere e centri estetici, che costituiscono circa il 7% del totale nazionale ed il 37,6% di quello regionale. Nessun segno di cedimento, dunque, per il settore delle Spa, dello sport, e del wellness, che sembra fiorire in particolare in alcuni periodi dell'anno, come questo, quando il recente rientro dalle ferie e la prospettiva di un Natale ancora lontano spingono molti alla ricerca di un po' di consolazione.

FRONTIERE DELLA CHIRURGIA

Si tiene il 1 ottobre, a Sanremo, il 58esimo Congresso Sicpre (Società italiana di chirurgia plastica, ricostruttiva ed estetica), appuntamento imperdibile per fare il punto sulle novità, ed affrontare i temi più caldi della chirurgia estetica. Argomento di quest'anno: il registro nazionale delle protesi mammarie di cui è stato festeggiato il mezzo secolo e team multidisciplinari. La strada percorsa dagli specialisti è stata lunga. Tra le principali novità degli ultimi tempi c'è, ad esempio, il gel piastrinico, impiegato nei processi di guarigione, riparazione e rigenerazione dei principali tessuti; innesti di grasso che alleviano mal di testa lancinanti; interventi chirurgici sempre più all'avanguardia per ridurre un aspetto gradevole a chi ha perso molto peso a seguito di liposuzioni; e ancora trapianti ed operazioni in grado di ricostruire volti sfigurati e le nuove frontiere aperte dalla biotecnologia.

