

Home Wellness

LE TERME SONO ANCHE RICERCA CONTINUA

by **Maria Teresa Lamberti** 9 Giugno 2026 in **Wellness** 1



2.2k

[Share on Facebook](#)

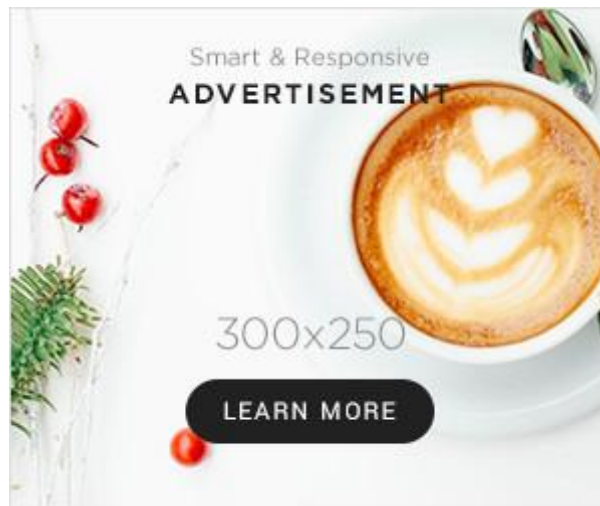
[Share on Twitter](#)

Andando Vedendo

LO SVAGO DI GIANO.NEWS



E' molto importante ma non tutti la conoscono. E' la Fondazione per la ricerca scientifica termale, istituzione indipendente specificamente dedicata alla promozione di attività di studio, ricerca e sviluppo nel campo della medicina termale.



A spiegarci quale è la mission di questa fondazione è la sua Presidentessa Marina Lalli. Una chiacchierata amichevole e interessante.

“Ormai oltre 20 anni fa FederTerme, la federazione di Confindustria che raggruppa le aziende operanti nel settore termale, ha deciso di creare una fondazione terza che avesse come scopo finanziare la ricerca in tutta quella area medica che trova spazio all'interno delle cure termali.

Andando Vedendo

LO SVAGO DI GIANO.NEWS

Sappiamo tutti che le cure termali fanno star bene e lo vediamo ogni volta che abbiamo un paziente all'interno di una nostra struttura. Ma la semplice constatazione non basta.

Agli inizi degli anni 2000, con una ricerca scientifica che ormai imperversava su tutti i settori medici, era difficile poter continuare a dire soltanto empiricamente le ricette le cure termali fanno bene bisognava trovare una validità scientifica.

A supporto di questa affermazione e quindi da quel giorno abbiamo non solo fondato questa fondazione ma anche fatto 18 bandi di ricerca.

Con oltre 8 milioni di euro abbiamo finanziato ricerche scientifiche, pubblicato oltre 90 papers su riviste importanti e cofinanziato 85 progetti.

Oggi, grazie anche alla Fondazione per la ricerca scientifica termale Forst, abbiamo dato una valenza scientifica evidente con i nuovi strumenti a supporto della medicina, riuscendo a dimostrare quel che vuol dire fare una cura termale da un punto di vista medico”.

la videointervista a Marina Lalli, Presidentessa Fondazione per la Ricerca Scientifica Termale

La curiosità è d'obbligo e una raffica di domande è altrettanto inevitabile.

<https://www.andandovedendo.it/2026/06/09/le-terme-sono-anche-ricerca-continua/>

Come è cominciata questa impegnativa operazione? Quali sono i filoni principali della vostra ricerca? Quale l'interesse su cui voi vi siete orientati? I risultati che cosa garantiscono e che cosa promettono?

“All’inizio le aree più coperte con i primi bandi sono state quelle otorinolaringoiatriche e quelle dell’apparato osteoarticolare, che con le cure inalatorie e i fanghi rappresentano sicuramente il core business principale di molte delle nostre strutture termali.

Negli anni anche lì siamo andati un po’ cambiando in base alla sensibilità. Tant’è vero che per esempio fra i vincitori del bando ultimo che abbiamo fatto alla fine dello scorso anno ci sono due argomenti sul termalismo e invecchiamento della infiammazione anche della cute.

La dermatologia diventa anche molto presente e importante c’è tutta l’area vascolare perché soprattutto con percorsi Kneipp e con ginnastica in piscina con acqua termale si manifestano evidenti benefici a favore della circolazione venosa.

Oggi la gente cerca anche rimedi per malattie non solo nuove. Per esempio – a proposito di cute – si può parlare di psoriasi ma anche di fibromialgia, che dà un certo senso di dolore diffuso che spesso non trova spiegazione ma trova invece una ottima soluzione nella terapia termale”.

Andando Vedendo

LO SVAGO DI GIANO.NEWS



Le terme sono spesso frequentate anche per altre ragioni oltre che per le terapie come i soggiorni alla ricerca del relax e del benessere, che, spesso, si inseriscono anche in un percorsi (lei ne ha fatto cenno poco fa) relativi alla longevità. Quanto possono influire le terme e le cure termali, il permanere stesso nelle spa?

“Il termalismo sta acquisendo in questi ultimi anni una importanza notevole proprio in quello che è il nuovo approccio alla salute, corrispondente alla più recente concezione di salute che parte dalla Comunità Europea ed è perfettamente condivisa anche nella nostra Nazione, e cioè vedere la salute come un insieme, quello che prima ancora che andare a curare bisognerebbe prevenire.

Chi entra in una struttura termale non è detto che sia un malato. Spesso e volentieri è una persona che sta bene in salute, ma è ugualmente sottoposto ad una visita medica.

Andando Vedendo

LO SVAGO DI GIANO.NEWS

Le terme si configurano così come primo presidio per controllare lo stato di salute dei cittadini.

Chi viene da noi trova tempo per se stesso, scopre il suo corpo, viene indirizzato verso stili di vita che consentono di mantenersi sempre in una corretta forma fisica.

Si pensi alla ginnastica in piscina. E' certo un modo per far muovere tante persone che hanno invece un uno stile di vita sedentario. Tutto senza forzature, ma in modo piacevole e morbido, in una armonia che accompagna volentieri l'attività fisica e si dimostra ideale anche a chi è meno avvezzo a certe attività".





Marina Lalli

In termini pratici state allargando la platea generazionale dei fruitori delle opportunità termali, suggerendo occasioni di “remise en forme” che non guardano l’età anagrafica...

“Spesso le persone anziane sicuramente sono quelle che magari hanno avuto meno abitudine a fare una ginnastica programmata per com’era il nostro modo di concepire la vita Insomma e quindi le terme si trovano perfettamente in questo nuovo nuova concezione.

Andando Vedendo

LO SVAGO DI GIANO.NEWS

Ed ecco che la longevity è diventata una delle principali visioni termali cioè tutti gli stabilimenti termali e che hanno una attenzione dedicata stanno andando proprio in quella via perché si rendono conto che, con la loro attività tipica e magari un'organizzazione più mirata, riescono a rispondere a questa esigenza”.



Di recente si è registrato un incremento del turismo termale, che consente anche di scoprire e conoscere nuovi territori; A che punto siete? Che attenzione viene dedicata a questo aspetto del piacere a frequentare le terme?

“In questi ultimi anni c'è stata proprio un'attenzione a prendersi cura di se stessi anche durante il viaggio e in questo di nuovo l'Italia riesce a dare una risposta importante perché abbiamo oltre 300 stabilimenti termali Quindi l'offerta è molto ampia e

Andando Vedendo

LO SVAGO DI GIANO.NEWS

distribuita su tutto il territorio nazionale in diversi luoghi che siano borghi luoghi di montagna o di mare . Quindi la rete dell'offerta termale si rivela assolutamente idonea anche a chi aspetta questo genere di risposta".