



Il colore come terapia del benessere

Fra le terapie del benessere che stanno acquisendo sempre più prestigio ed apprezzamento, si sta affermando la cosiddetta **cromoterapia**, proposta ormai in molti Centri Specializzati di medicina alternativa, Centri di Relax, Terme..., ma anche presso Alberghi che aggiungono alle classiche Saune ed Idromassaggi, anche innovativi trattamenti per il corpo.



La cromoterapia è un tipo di “medicina alternativa” dalle antichissime origini, che si basa sull’uso dei colori e degli effetti positivi che essi hanno sul nostro organismo.

E’ infatti risaputo che l’esposizione e l’assorbimento del colore ha un potere terapeutico sul corpo umano, svolgendo un’importante funzione riequilibrante di quelle disarmonie che causano disturbi sia psichici che fisici nell’uomo.

Infatti tutta la materia, e quindi anche il corpo umano, non è nient’altro che un insieme di atomi, o campi atomici, che vibrano a determinate lunghezze d’onda.

Agendo su queste vibrazioni od oscillazioni delle cellule, la cromoterapia aiuta a ricostituire l’armonia tra di esse e a contrastare gli eventuali disturbi collegati.

Un’esposizione a **fasci di luce colorata** è in grado di stimolare, ad esempio, la formazione delle cellule del corpo e influisce sia sugli organi che sui nervi.

Si sta parlando di un tipo di terapia intuitivamente dolce, in quanto non invasiva, che non presenta effetti collaterali e che può rivelarsi utile anche a livello preventivo.

I colori svolgono le seguenti funzioni:

- * controllano le contrazioni dei vasi sanguigni;
- * tengono costante la pressione sanguigna;
- * aumentano la produzione dei globuli rossi;
- * sostengono i globuli bianchi; distruggono i batteri;
- * sostengono il sistema immunitario; proteggono i tessuti dagli aggressori;
- * accrescono l’attività dei tessuti;
- * aumentano il trasporto di ossigeno nel sangue;
- * regolano lo scambio tra i tessuti e le ossa;
- * favoriscono la formazione di enzimi, oligo-elementi e vitamine;
- * attivano e rendono stabile il metabolismo ed estendono la coscienza.



Quando i colori primari (rosso, blu e verde) vengono mixati tra loro otteniamo quella che si può definire la luce sensoriale.

La luce, infatti, è invisibile fintantoché non è riflessa da un oggetto e quindi il colore ne rappresenta la personalità.

Come realizzare un ambiente per la cromoterapia?

Una delle soluzioni più utilizzate è quella del **cielo stellato**, un sistema a fibre ottiche con illuminatore e ruota cromatica che si scompone in una miriade di punti luminosi inseriti nel soffitto del locale prescelto.

Le terminazioni variano continuamente di colore e di intensità creando un’atmosfera estremamente suggestiva e onirica.

Un effetto altrettanto interessante è ricavato dall’uso dei nuovi **led RGB**, la cui variazione di temperatura colore, casuale o indotta secondo le esigenze, può essere lo spunto per la realizzazione di innovative lampade funzionali e dal design decisamente moderno.