



# El beneficio de las cuevas de sal

La Haloterapia consiste en respirar micropartículas de sal mineral roca 100% natural. Se trata de una terapia natural complementaria que se realiza dentro de cuevas de sal, aportando beneficios sustanciales a personas que padecen problemas respiratorios y dermatológicos.

A principios de mayo del presente año el Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) identificó estudios que demostraban que la sal (NaCl) actuaba como agente biocida eficaz contra la COVID-19, afirmando que los filtros recubiertos de NaCl demostraron ser altamente efectivos en la inactivación de los virus de la influenza, independientemente de los subtipos y del almacenamiento en condiciones ambientales adversas. Nuestros resultados se pueden aplicar para obtener un dispositivo de prevención de un amplio espectro de patógenos en el aire para epidemias y pandemias de enfermedades respiratorias.

Principalmente la sal tiene tres cualidades beneficiosas:

1. **Antiséptica**, es decir, previene infecciones, ya que evita el desarrollo de microorganismos que se encuentran en la superficie de la piel y en las membranas mucosas, sin causar irritación o daño.
2. **Antibacteriana**, con lo cual combate infecciones bacterianas de una manera natural sin dañar al



Foto cedida por Cofenat. Cuevas de sal - Saltium (Toledo)

organismo, como hacen los medicamentos de carácter antibiótico.

3. **Antiinflamatoria**, reduciendo la inflamación de las vías respiratorias haciendo desaparecer así la dificultad para respirar, lo que permite una mejor oxigenación celular y ayuda a fortalecer el sistema inmunológico.

Adicionalmente, su efecto osmótico sobre los fluidos de los tejidos del organismo ejerce una **acción expectorante** ayudando a limpiar las vías respiratorias, a eliminar las flemas y la mucosidad. Además de estas propiedades, la sal, es atómicamente eléctrica, tiene una carga eléctrica negativa (iones negativos).

Estas propiedades sumadas a que el medio de transporte de las micropartículas de sal es el aire y no el agua, nos ayudan a conseguir una eficacia de has-

ta el 90% en problemas respiratorios, siempre con una humedad relativa y una temperatura adecuada.

## ¿En qué casos se recomienda la Haloterapia?

- Problemas respiratorios: asma, bronquiolitis, bronquitis crónica, gripe y catarro, rinitis, laringitis, faringitis, sinusitis, alergias, fibrosis quística, etc.
- Problemas dermatológicos: psoriasis, dermatitis atópica, eccema, infecciones de la piel, etc. Potencia la salud de la piel.
- Limpieza de vías respiratorias de partículas nocivas procedentes del tabaco y la contaminación.
- En caso de estrés y cansancio.
- Para deportistas. Al mejorar la

Principalmente la sal tiene tres cualidades beneficiosas: es antiséptica, antibacteriana y antiinflamatoria

función pulmonar y la capacidad respiratoria, mejora el rendimiento físico.

Casos en los que no está clínicamente probado pero en los que se están obteniendo excelentes resultados:

- Esclerodermia
- Hipersensibilidad múltiple
- Fibromialgia
- Esclerosis

## ¿Cómo funciona la Haloterapia?

Las micropartículas de sal concentradas se mezclan con el aire de la sala y, durante el transcurso de una sesión de entre 40 y 60 minutos, son inhaladas por los usuarios. De esta manera, las micropartículas de sal llegan a todas las partes del sistema respiratorio. Está indicado para niños a partir de los tres meses, mujeres embarazadas y personas de todas las edades. ■



## 1ª plataforma de videoconsultas para las Terapias Naturales

NUEVO SERVICIO



Apúntate ahora y pruébalo **GRATIS**

- ✓ Gestión citas previas físicas online
- ✓ Máxima seguridad
- ✓ Espacio web propio

[www.cofenat.es/unisalud](http://www.cofenat.es/unisalud)  
INFÓRMATE 913 142 458 · 673 874 774