GIRONA NOTICIES.COM + Periodisme

Nova Sala de Flotació de la província de Girona.

Salut | 07/04/2008 | 10:13

flotar és un nou concepte de salut, benestar i bellesa a l'abast de tots els qui vulguin millorar la seva qualitatde vida.

Imagina que tornes a l'úter matern... que per una hora no existeix gravetat en el teu cos i que et sens com en una nau espacial... o que flotes sense cap esforç com en el Mar Mort. Això és possible gràcies a la sala "INGRA-VIDA", un gran banyera futurista que permet experimentar la ingravitació i proporciona una profunda relaxació muscular, nerviosa i mental, aïllant-te de tots els estímuls externs. Conté una solució altament concentrada d'aigua i sals d'Epsom.

Quan el Dr. John C. Lilly va desenvolupar l'habitacle de flotació al 1954 amb el fi d'explorar els efectes de la supressió sensorial a la ment, no tenia idea dels beneficis per la salut que el seguirien.

És la última moda per a combatre l'estrès,alleujar els dolors, i fins i tot, activar la imaginació. Tots els sentits s'anul·len, vista, olfacte, oïda,tacte...No hi ha llum, ni so, ni gravetat, inclús la percepció d'aigua, a la temperatura corporal exacta, desapareix. Es calcula que els efectes de la gravetat ocupen fins a un 90% de tota l'activitat del sistema nerviós central, sent la causa més important de moltes dolències, inclús problemes d'esquena, dolors en articulacions i tensions musculars.

El cervell i el sistema muscular ossi, al no haver de fer-se càrrec dels efectes de la gravetat, compten amb immenses quantitats d'energia; grans àrees del cervell s'alliberen per experimentar altres assumptes de la ment, l'esperit i la consciència.

El cos humà és un sistema exquisidament intel·ligent, que s'autoregula i supervisa, i que constantment treballa per mantenir el cos en equilibri i harmonia. L'estrès en si, és inofensiu. Malgrat tot, l'acumulació de tensió sense l'equilibri de la descàrrega pot ser nociu i sovint l'autèntica homeòstasis (ment i cos relaxats) s'oblida. La bona notícia és que tot el que s'oblida pot recordar-se. L'ús de la flotació ha demostrat ser una manera ràpida, eficaç i fàcil d'iniciar i enfortir la resposta automàtica de relaxació del cos i de que el cos torni al seu estat natural. A més els investigadors han trobat que flotar augmenta la funció del cervell dret, desplegant il·limitades possibilitats creatives davant nostre. Algunes curiositats d'aquest tractament revolucionari són:.

* A l'interior de la sala "ingra-vida" l'aire és va renovant.
* L'aigua és cinc vegades més densa que l'aigua del mar, de manera que flotaràs sobre l'esquena
* sense cap esforç.

* No hi ha risc d'ofegar-se.
* La sal Epsom és sulfat de magnesi. Es troba de forma natural en aigües termals. És molt diferent a la sal marina o la de cuina. S'utilitza per dues raons, augmenta la densitat de l'aigua,la qual cosa facilita la flotació i també suavitza la pell.

Autor: Guillem Plujà

Guillem Plujà

https://gironanoticies.com/noticia/6233-nova-sala-de-flotacio-de-la-provincia-de-girona.htm