TERME DE MONTEL

TERME DE MONTEL MILANO APRE LE PORTE ALLA RICERCA SCIENTIFICA: NEUROSCIENZE E RIGENERAZIONE AL CENTRO DEL DIALOGO CON L'UNIVERSITÀ CATTOLICA

Il 16 novembre, negli spazi di Terme De Montel Milano, un incontro tra mondo accademico e cultura termale per approfondire il rapporto tra mente, corpo e benessere. Presentati i risultati di una ricerca neuroscientifica sugli effetti misurabili delle esperienze SPA.

Milano, 17 novembre 2026 - Un luogo dedicato alla rigenerazione diventa spazio di conoscenza, ricerca e confronto scientifico. È quanto avvenuto lunedì 16 novembre presso la **Terrazza dell'Artiere di Terme De Montel Milano**, che ha aperto le proprie porte al dialogo tra mondo accademico e cultura del benessere, ospitando un incontro dedicato alle neuroscienze e alla loro applicazione nello studio della rigenerazione psicofisica.

L'iniziativa ha messo a confronto **Michela Balconi**, Professore Ordinario di Neuroscienze Cognitive e Neuropsicologia presso la Facoltà di Psicologia dell'Università Cattolica del Sacro Cuore e Direttrice dell'International Research Center for Cognitive Applied Neuroscience (IrcCAN), e **Giovanni Scibilia**, CEO di More – Never Enough, agenzia che sta curando la fase di assessment strategico del progetto di rebranding del **Gruppo Terme & SPA Italia**.

Al centro del dialogo, una riflessione sul significato contemporaneo del benessere e sulla possibilità di integrare **ricerca scientifica, innovazione e cultura termale** in un approccio multidimensionale alla rigenerazione, capace di coinvolgere corpo, mente, emozioni e relazioni.

L'incontro è stato anche l'occasione per approfondire i risultati della ricerca avviata dall'**IrcCAN dell'Università Cattolica in collaborazione con il Gruppo Terme & SPA Italia**, finalizzata a comprendere come un'esperienza SPA possa influenzare il benessere delle persone, non soltanto attraverso la percezione soggettiva, ma anche mediante parametri neurofisiologici misurabili.

Lo studio, che integra indagini sulle aspettative e sui bisogni degli ospiti con rilevazioni dell'attività cerebrale, della variabilità cardiaca e della conduttanza cutanea, ha evidenziato, in un campione preliminare di volontari, **segnali di maggiore rilassamento mentale, riduzione dell'attivazione fisiologica associata allo stress e migliore regolazione del sistema nervoso autonomo**. Risultati coerenti con le sensazioni di serenità e rigenerazione riportate dai partecipanti, che suggeriscono nuove prospettive per lo studio scientifico delle esperienze termali.

Dalla ricerca emerge inoltre una crescente attenzione verso un **benessere autentico e integrato**, che supera la dimensione esclusivamente estetica per abbracciare il rapporto con la natura, la sostenibilità, la consapevolezza individuale e la personalizzazione delle esperienze.

In questo contesto, il confronto tra Michela Balconi e Giovanni Scibilia ha rappresentato un'occasione per mettere in relazione il contributo delle neuroscienze con l'evoluzione dei modelli di benessere e con la visione strategica del Gruppo Terme & SPA Italia, che riunisce **Terme De Montel Milano, Terme di Saturnia Natural Destination, Monticello The Entertainment SPA e Terme di Chianciano**.

Ospitare questo dialogo proprio a Terme De Montel assume un significato particolare: un luogo in cui l'acqua termale e le esperienze di benessere diventano parte della quotidianità apre i propri spazi alla ricerca accademica, favorendo un incontro concreto tra conoscenza scientifica e applicazione pratica.

Per Terme De Montel Milano la rigenerazione non è soltanto un tema, ma la propria storia. Le ex scuderie Liberty progettate negli anni Venti da Vietti Violi, rimaste abbandonate per decenni, sono state restituite alla città attraverso un restauro filologico: un luogo rigenerato che oggi si dedica alla rigenerazione delle persone.

«Rigenerare significa, letteralmente, generare una seconda volta», dichiara **Simona Sbarbaro, Chief Strategy & Experience di Terme & SPA Italia**. «Per noi la rigenerazione non è una pausa, ma un passaggio: si arriva in un modo e si esce trasformati, nel corpo e nella mente. È quello che è successo a questo edificio, ed è quello che cerchiamo di offrire ogni giorno a chi viene da noi. Poterlo osservare con gli strumenti della scienza, e farlo davanti a tanti studenti, la generazione che porterà avanti questa ricerca, dà al nostro lavoro un significato ancora più profondo.»

Un confronto che apre la strada a possibili ulteriori sviluppi della ricerca sull'intero Gruppo e rafforza una visione della rigenerazione non soltanto come esperienza individuale, ma come processo complesso da comprendere e valorizzare attraverso il contributo della scienza.

Perché il futuro del benessere passa anche dalla capacità di far dialogare luoghi, persone e conoscenze, trasformando la ricerca in nuove prospettive di rigenerazione.

TERME DE MONTEL MILANO

*Terme De Montel Milano è l'unico e più grande parco termale naturale urbano dell'area milanese, frutto di uno dei più significativi interventi di riqualificazione conservativa della città. Costruite negli anni '20 dall'architetto Vietti Violi, le ex scuderie sono un gioiello del Liberty italiano. Dopo decenni di abbandono, sono state riportate alla luce grazie a un meticoloso restauro filologico. Le vere terme di Milano – che sorgono in zona San Siro - offrono oltre 16mila metri quadri dedicati al benessere, con percorsi, rituali, saune, trattamenti e aree relax, 10 grandi vasche con acque termali certificate dal Ministero della Salute e un rigoglioso parco immerso nel verde. I massaggi e i trattamenti di Terme De Montel Milano nascono dall'expertise di **Terme di Saturnia**, un metodo riconosciuto con tecniche efficaci e protocolli avanzati. De Montel combina tradizione e innovazione, promuovendo un benessere accessibile e sostenibile nel cuore di Milano. Terme De Montel Milano è gestito dal gruppo **Terme & SPA Italia** - nato nel 2021 - che riunisce alcuni dei più importanti siti termali e Spa del territorio nazionale grazie all'esperienza sviluppata con l'acquisizione di Terme di Saturnia - icona nel mondo dell'ospitalità e del benessere immersa nella Maremma toscana. Le altre realtà già operanti del gruppo, insieme a Terme di Saturnia e De Montel, sono Monticello The Entertainment SPA e Terme di Chianciano.*

CONTATTI PER LA STAMPA

TERME DE MONTEL MILANO
Stefano Colombo Cell +39 340 778 6331; E-mail scolombo@demontel.it

TERME&SPA ITALIA
Fcomm
Francesca Pelagotti Cell +39 366 7062302; E-mail: francescapelagotti@fcomm.it
Giacomo Tinti Cell +39 331 1244128; E-mail: giacomotinti@fcomm.it