



**L'esclusivo resort sul Lago di Como ospita una serata danzante per riflettere sulle virtù terapeutiche di tale specialità  
SALUTE: AL CASTADIVA RESORT & SPA IL TANGO ARGENTINO CHE FA BENE AL CUORE**

*Dott. Pablo Werba (Centro Cardiologico Monzino): "Un aiuto contro i problemi cardiovascolari"*

*Blevio (CO), 10 luglio 2013* – “Un Bene Culturale Immateriale”. Così l'UNESCO ha definito il Tango argentino, che dal 2009 è entrato a far parte del patrimonio dell'Umanità. Un patrimonio culturale, in quanto emblema distintivo di un popolo, quello argentino, ma potrebbe essere definito anche “patrimonio per la salute”: è per questo che il *Castadiva Resort & Spa*, l'esclusivo hotel 5 stelle situato lungo la riva orientale del Lago di Como, nel grazioso villaggio di Blevio, ha deciso di ospitare il piacere e la sensualità della più tipica musica argentina nell'ambito della seconda delle 5 serate previste dal calendario delle “Feste d'estate”.

L'appuntamento è fissato per **domenica prossima, 14 luglio**. Il tango sarà dunque il protagonista indiscusso dell'evento, ma non il solo: un ricco programma, infatti, accompagnerà il pubblico in un percorso di scoperta di musiche, ritmi e canzoni che rappresentano il vasto e alquanto eterogeneo universo musicale argentino nei suoi molteplici aspetti. Uno spettacolo mozzafiato, ma anche un'occasione unica per scoprire i benefici di tale danza. Per creare un importante momento di riflessione di tipo medico-scientifico, rimanendo comunque all'interno della cornice ludica e ricreativa dell'evento, infatti, CastaDiva Resort & Spa, da sempre attento al “benessere” dei suoi ospiti a 360 gradi, su impulso del General Manager Andrea Luri ha attivato una interessante e inusuale partnership con il Centro Cardiologico Monzino l'unico Istituto in Europa interamente dedicato alla ricerca e alla cura delle malattie cardiovascolari. Di qui l'intervento del Dott. Pablo Werba, Responsabile della Prevenzione Aterosclerosi dell'Istituto milanese, che, in quanto argentino di nascita, racconterà agli ospiti in maniera alquanto sui generis, attraverso una sorta di originalissima performance teatrale, quanto ballare il tango favorisca la salute del cuore e aiuti anche, attraverso il divertimento, a recuperare e mantenere un'ottima condizione globale di benessere fisico ed emozionale. *“Quel che sappiamo finora – ha dichiarato il Dott. Werba - permette di affermare che ballare il tango argentino, oltre a favorire la socializzazione, a ridurre lo stress e a dare una 'carica' emozionale positiva, migliora la forza, il coordinamento e la stabilità del corpo, aumenta la velocità dei movimenti e può agire a favore del cuore, sia contro l'insorgenza di problemi cardiovascolari, sia come cura vera e propria durante la riabilitazione. Essendo un'attività sociale, divertente e piacevole, il tango può aiutare infatti chi ha bisogno di partecipare a programmi di riabilitazione cardiovascolare ad accettare più volentieri questo impegno a lungo termine”*.

Sulla suggestiva terrazza a lago del CastaDiva si esibiranno quindi Andrea Bassi e Alice Gaini, una delle più interessanti coppie di ballerini di tango argentino in Italia, che hanno saputo fondere le loro precedenti esperienze e le rispettive personalità ottenendo uno stile di ballo elegante, fresco e armonioso. I due hanno ballato all'interno di importanti manifestazioni internazionali e festival nelle principali metropoli di tutto il mondo: da Mosca a New York, da Sydney a Hong Kong. Campioni Europei e finalisti al Mondiale di Buenos Aires, sono stati la prima coppia di tango a essere stata invitata a esibirsi al prestigioso Blackpool Dance Festival dal 1920. Accompagnati dalla vivace orchestra Tango Spleen Cuarteto, essi daranno il giusto ritmo e creeranno l'atmosfera perfetta per assaporare alcune specialità gastronomiche caratteristiche della cucina argentina: nel menù della cena, curato dall'Executive Chef di CastaDiva, Alessio Mecozzi, non potevano infatti mancare invitanti prelibatezze come *empanadas* di carne e verdure, *asado con chimichurri* e *crema de leche* con biscotti al burro.

E, insieme a soddisfare i piaceri del palato, chi vorrà potrà scendere in pista e cimentarsi in qualche giro di tango. *“Ricerche eseguite a Buenos Aires dal Dott. Roberto Peidro e collaboratori hanno dimostrato – prosegue il Dott. Werba - che ballare il tango argentino è un esercizio fisico paragonabile, in termini di consumo di ossigeno e di calorie, al nuoto ricreativo, a una camminata a 3,5 km all'ora o a una lenta pedalata in bicicletta, e può indurre cambiamenti favorevoli nel sistema cardiorespiratorio. Il tango è già utilizzato fuori dal suo Paese d'origine come promotore di salute non solo cardiovascolare. Per esempio, uno studio canadese, della Dott.ssa Patricia McKinley, ha mostrato che ballare il tango argentino può avere effetti favorevoli anche sull'apparato muscolo-scheletrico. Ballare il tango migliora la velocità dei movimenti e la stabilità e l'equilibrio negli anziani a rischio di cadute molto più di un programma di camminate”*. Non resta quindi che abbandonarsi completamente a questo “medicamento argentino” senza effetti collaterali, che si consuma piacevolmente... in due!*“I benefici del tango – conclude il medico ricercatore argentino - si possono godere in tutta sicurezza a qualsiasi età: basta scegliere ritmi adeguati alle capacità individuali e servirsi delle pause tipiche di questo ballo per recuperare”*.

**Per ulteriori informazioni:** Ufficio stampa CastaDiva Resort & SPA - Klaus Davi & Co. 02 860542