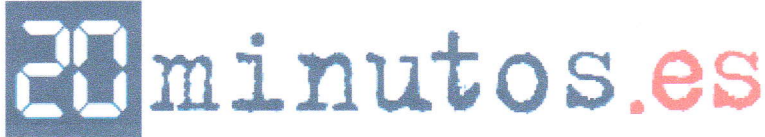


<http://www.20minutos.es/noticia/326784/oferta/ocio/bares/>



Versión para [imprimir](#)

[Portada/Noticias](#) [Barcelona](#)

## La oferta de ocio de Barcelona añade bares para inhalar oxígeno

ANDRE CLAR 27.12.2007 - 01:58h

- Nueva York y Tokio han puesto de moda la iniciativa.
- Permite airearse, como si estuvieras en la montaña, sin salir de la ciudad.
- CONSULTA [MÁS NOTICIAS DE BARCELONA](#).

Una ciudad cosmopolita siempre es una ciudad poluta. Cosas de la industria. De manera que en Barcelona tenían que existir **refugios impolutos**, lugares donde se pudiera inhalar aire fresco en forma de oxígeno (O<sub>2</sub>) puro.

Este paréntesis existe en bares, como el **Shadow Lounge Bar**, un lugar donde los fatigados pulmones de unas 10 personas por noche acuden a darse un respiro.

Los especialistas opinan que esta práctica no es perjudicial

Y no es un respiro cualquiera. Es un chute de oxígeno cien por cien con tres variantes: **té verde** (el oxígeno actúa como desestresante), **lavanda** (con efecto relax) y, por último, **chocolate y naranja**, estimulantes con un toque afrodisíaco.

### Ni perjudicial ni beneficioso

El especialista en el aparato respiratorio, el doctor Morell, opina que esta práctica no es perjudicial, pero "tampoco aporta beneficios" por una cuestión de saturación de oxígeno en la sangre. El efecto fisiológico es el de aumentar la llegada del O<sub>2</sub> a nivel tisular (tejidos corporales) para **mejorar la oxigenación**.

Los famosos y deportistas de élite, como Madonna, utilizan esta técnica porque les atribuyen efectos de juventud a la vez que **disminuye el estrés**, con la diferencia de que el consumo se enfoca hacia un resultado continuado, más que hacia un efecto puntual.

Los consumidores se benefician de sus efectos relajantes y rejuvenecedores

Dos máquinas presiden la barra del Shadow. Allí, **conectados a un tubo** que va a los orificios nasales, inhalas durante cinco minutos el aire perfumado que puedes combinar a tu gusto.

### Idea importada

Esta práctica es bastante común en ciudades como Nueva York o Tokio, donde los consumidores se benefician de sus **efectos relajantes y rejuvenecedores**.

Este tipo de local especializado **existe en Madrid**, donde ha proliferado con más fuerza que en *Barcelona*.

De hecho, en esta línea, el Shadow tiene el monopolio de esta variante en cuanto a experiencias oxigenadas de la capital catalana. Una forma diferente de desconectar de la rutina y salir a tomar el aire puro sin necesidad de escapar ni de subir a ninguna montaña.

---

20minutos.es El primer periódico que no se vende