



# **JOSÉ IGNACIO GARRIDO FERNÁNDEZ-PITA.**

MEDICO  
Córdoba,3-1º  
GUADIX, Granada 18500  
España

jigarridofp@semergen.es

## **SESIONES MÉDICO-CLÍNICAS.**

**TRATAMIENTO ADECUADO EN BALNEARIOS.**

**Antes de comenzar a hablar de la HIDROTERAPIA, he creído conveniente hacer una distinción entre TRATAMIENTOS CON AGUAS MINEROMEDICINALES y BAÑOS.**

**IMPORTANCIA TERAPÉUTICA DE LAS AGUAS MINEROMEDICINALES.** Según establece la Comisión Nacional de la Especialidad, la **HIDROLOGÍA MÉDICA** o Medicina termal, va a establecerse como el estudio de las aguas Mineromedicinales, potables y marinas, y las acciones que dan lugar sobre los organismos tanto enfermos como sanos. Por todo ello puede comprobarse que se estudia a nivel de utilización preventiva y terapéuticamente. ¿Y? , ¿que son las aguas minero medicinales?. Pues bien, las **AGUAS MINEROMEDICINALES** son soluciones difícilmente reproducibles artificialmente, dotadas de ciertas propiedades justificantes de que, además de su integración sobre sus distintos solutos que porta, sean catalogadas como aguas de utilidad pública, ya que ello configura sus características físico-químicas y la temperatura las que van a dar lugar a sus efectos beneficiosos para el organismo. Uno de los efectos terapéuticos más importantes de las aguas mineromedicinales van a conseguirse a "**PIÉ DE MANANTIAL**" ya que en este lugar el agua va a manifestarse con todas sus características y propiedades. Antes de seguir adelante quiero explicar las diferencias conceptuales existentes con respecto a los Baños y Balnearios.

**BALNEARIO O ESTACIÓN TERMAL.-** Se trata de aquellos Centros que disfrutan de :

**1).-** La existencia de aguas mineromedicinales de Utilidad Pública.

**2).-** Personal auxiliar cualificado para la aplicación de este tipo de aguas según crea conveniente el personal Médico del Balneario.

**3).-** Equipo Médico que, conociendo el historial de los agüistas o bien, haciendo las exploraciones adecuadas, historia clínica conveniente y anamnesis procedente, dé las órdenes adecuadas para el tratamiento correcto de las diferentes lesiones o enfermedades que estos presenten o puedan presentar dado un de terminado estado patológico o con idea preventiva.

Un Balneario no es un hospital, ni un Centro de Salud tal y como los conocemos, sino un establecimiento sanitario en el cual se aplican diferentes tratamientos termales. Es un centro en el que se cuida, se previene y se alivia. En los Balnearios se alivia más que se cura.

En cuanto a la hidroterapia, se considera como tal, el uso de agua potable u ordinaria sobre la piel y mucosas con fines terapéuticos, sin embargo, la balneoterapia exige el condicionante de la existencia de aguas mineromedicinales declaradas de utilidad pública y para su uso sanitario.

**BAÑOS .-** Se trata de los conocidos baños termales o no pero que no se encuentran aún catalogadas como aguas mineromedicinales de Utilidad Pública, su utilización no se encuentra regulada o dirigida por un Médico o Equipo Médico capaz de diferenciar entre cada una de las aplicaciones y lesiones o enfermedades a tratar. Lógicamente, aunque daremos información sobre otro tipo de aguas, ahora voy a dedicarme a las aguas y sus características del Balneario de Alicún de las Torres de donde yo soy Médico y que son, las que más conozco así como la peculiaridad de sus agüistas. Las aguas del Balneario de Alicún de las Torres, son aguas sulfatadas-cálcico-magnésicas-bicarbonatadas-nitrogenadas-radiactivas que dan lugar, junto a la temperatura de surgencia , HIPOTERMAL [ $< 35^{\circ}$  C] a los efectos beneficiosos sobre los agüistas que presentan lesiones susceptibles de ser tratadas.

## **MECANISMOS DE ACCIÓN.**

Refiriendonos, de momento, a este tipo de aguas, al ser **SULFATADAS** podemos considerarlas como estimulantes del peristaltismo intestinal y colagogas, así como purgantes. Por otra parte, recordemos que son **BICARBONATADAS**, es decir, Antiácidas; Hepatoprotectoras ; favorecedoras de la glucogenosis y favorecedoras de la movilización y eliminación del ácido úrico, es decir hipouricémicas. **CÁLCICO-MAGNÉSICAS** que van a ayudar a las personas con estreñimiento (Vía hidropínica). Al ser aguas **RADIATIVAS**, son aguas con efecto Sedante; analgésico, antiespasmódicas, descontracturantes y reguladoras del Sistema Nervioso vegetativo.

En cuanto a la vía de administración destacaremos la **VÍA ORAL** o **HIDROPÍNICA** que, lógicamente , facilita enormemente la absorción al medio interno, **LA VÍA ATMIÁTRICA** , la **VÍA TÓPICA** cuyas características van a favorecer o no el que el agua cumpla con su misión, por ejemplo, si el agua es fría provoca vasoconstricción y estimulación; si el agua es caliente de origina un efecto vasodilatador, relajante, sedante y analgésico.

## **TÉCNICAS DE ADMINISTRACIÓN.-**

- **HIDROPÍNICA** , es decir, directamente bebida como ocurre con las de efecto colagogo, las diuréticas, etc. Las diuréticas son las de escasa mineralización; Las digestivas son las gastroenterohepáticas como ocurre con las sulfatadas y bicarbonatadas así como las cloruradas de escasa mineralización y las sulfatadas o sulfuradas frías.

- **BALNEACIÓN**. Es efectiva para lesiones locales y pueden ser aplicadas en cualquier lugar del cuerpo siempre y cuando no existan contraindicaciones.

- **DUCHAS O CHORROS**. Son las aplicaciones a presión y también pueden ser aplicadas en distintas partes del cuerpo humano. El Chorro o ducha general a presión , ducha circular o duchas masajes tipo Vichy. Entre las duchas locales nos podemos encontrar con las de Pediluvios de serpen - tín (duchas de piés) , lumbares, perianales y hepáticas. Pero, también existen las **DUCHAS ESPECIALES** (hidroterapia minor ), duchas filiformes a presión; enteroclisis y duchas vaginales. En los chorros intervienen además del factor térmico el factor mecánico debiendose emplear una presión de 1 a 3 atmósferas y a una distancia de al menos 3 metros pudiendo aplicarse a lo largo de todo el cuerpo siempre y cuando no haya contraindicaciones. En cuanto a las duchas, pueden ser cambiados la presión, que actúa como un estímulo mecánico sobre la superficie corporal, el calibre del chorro de agua y el ángulo de incidencia o su inclinación, el número de chorros aplicados,etc,etc. Por ejemplo, una ducha fina, local y a suficiente presión (ducha filiforme) es utilizada en procesos dermatológicos en los que es necesario un desbridamiento de tejidos que se encuentran infectados y la limpieza de la zona.

**- ESTUFAS** mediante las cuales se aplican el vapor del agua termal y las nebulizaciones así como, en aquellos balnearios en los que existe un componente radiactivo como el Radon 222 (antiinflamatorio, analgésico y relajante-sedante) en cuyo caso es suficiente la respiración de 12 a 15 minutos para poder beneficiarse de sus efectos. Esta es una de las técnicas más efectivas para los estados estresantes, inflamación de senos nasales y paranasales así como para los problemas de rinitis alérgicas.

**- PELOIDES** (barros) consistente en este caso en la unión de las aguas mineromedicinales con sustratos sólidos o minerales pero, convenientemente preparados para su utilización terapéutica caracterizándose por su alto poder calorífico.

**- ATMIÁTRICAS.-** Los conocidos lavados nasales y sinusales, faríngeos o retronasales entre las técnicas inhalatorias se utilizan el aerosol simple, nebulizaciones, inhalaciones propiamente dichas, etc, etc.

**LAS INDICACIONES.-** Vamos a ir viendo las indicaciones de la aplicación de las aguas termales según alteraciones de órganos y sistemas:

**- APARATO DIGESTIVO.-** En lo referente a las propiedades de las aguas de Alicún de las Torres son de una gran importancia en las Discinesias atónicas al ser sulfatadas-bicarbonatadas e igualmente, al ser radiactivas y oligometálicas son muy importantes en el tratamiento de las discinesias dolorosas. También en cierto grado al ser aguas bicarbonatadas serían de gran importancia en el tratamiento de las discinesias hipertónicas. Por otro lado, hemos de tener en cuenta que las aguas bicarbonatadas-cálcico-magnésicas tienen una alcalinidad inferior a las de las aguas bicarbonatadas sódicas, por lo cual poseen menos poder neutralizante de la acidez gástrica. Debido a los iones cálcico magnésicos, actúan como sedantes y antiseoretoras sobre la mucosa intestinal. El ión cálcico disminuye la excitabilidad y es un gran activador de la coagulación sanguínea.

En cuanto al magnesio, es uno de los principales vasodilatadores existentes en la naturaleza (se ha demostrado que en los diabéticos existe un incremento en la acción de la insulina tras la administración de magnesio).

Las aguas bicarbonatadas-cálcico-magnésicas tienen una importancia especial en el tratamiento y profilaxis de los cálculos renales (de 0,7 a 2,8 l al día.).

Son de gran importancia para las dispepsias al ser aguas bicarbonatadas y sulfatadas. A ello hay que sumar los problemas gástricos tales como la úlcera gástrica o duodenal e igualmente, al ser bicarbonatadas son perfectas para las personas que padecen hernia hiatal y síndromes de prosta-tectomizados.

**Por otro lado, son el tratamiento indicado en los casos de estreñimiento y diarreas, síntomas sobre todo ligados a colecistopatías o atonías intestinales.**

**Al ser bicarbonatadas-sulfatadas son muy eficientes en el tratamiento de la litiasis biliar.**

**- SISTEMA OSTEO-ARTICULAR.-** Todos aquellos procesos que cursan con síntomas de inflamación como son las poliartritis en todos sus sentidos, reumatismos crónicos degenerativos, las neuritis, neuralgias, ciatalgias y lumbociáticas, los procesos inflamatorios de las articulaciones de origen metabólico y las secuelas postraumáticas deben ser tratadas con aguas mineromedicinales con las que se consigue una gran mejoría de los síntomas lo que conlleva a una mejor vida.

**- SISTEMA RESPIRATORIO.-** Desde la rinitis en todas sus variedades hasta la EPOC pasando por el asma bronquial presentan una gran mejoría con la crenoterapia, catarros, laringitis tanto en su forma simple como hipertrófica ya que si existen edemas tienen gran importancia estas aguas al ser radiactivas. Y, aunque existen ocasiones en las que no se cura el cuadro vg. Esclerosis pulmonar, enfisema y bronquiectasias, si pueden verse mejorada su sintomatología y evolución médica.

**- VÍAS URINARIAS Y RIÑÓN.-** Este tipo de aguas mineromedicinales tienen la propiedad de evitar el paso a la cronicidad de las infecciones de las vías urinarias, insuficiencia renal leve y son preventivas de la aparición de cálculos oxálicos obligando a estos a su expulsión.

**- DERMATOLOGÍA.-** Dermatológicamente están indicadas en ictiosis y úlceras varicosas de grado medio, liquen plano bucal, algunos tipos de eccemas, el psoriasis así como las secuelas de las quemaduras.

**Además de las AGUAS MINEROMEDICINALES, en el balneario utilizamos medios coadyuvantes que van a favorecer, junto a las aplicaciones del agua en todas sus presentaciones. Estos medios coadyuvantes son :**

**1).- ELECTROTERAPIA** en todos sus sentidos y que en nuestro caso se trata de los GALVA 4 y GALVA 5, técnicas utilizadas predominantemente para los problemas musculares e inflamatorios, sobre todo de forma aguda. Son de una gran importancia en el tratamiento de las contracturas musculares

**2).- ONDA CORTA** cuya principal acción es la disminución de inflamación en regiones articulares.

**3).- MASAJES** en todas y cada una de sus modalidades son de gran importancia como ayuda a mejorar los procesos, no solamente lesivos sino, también, estresantes.

**4).- HIDRODEPURACIÓN** se trata de una técnica en la cual mediante la utilización de mecanismos electrofísicos y químicos se origina sobre el organismo una IONIZACIÓN forzada y controlada, que favorece el que las funciones de intercambio iónico que se originan en todas las células de los seres vivos, entre ellos el hombre, y que pueden dar lugar a un mal comportamiento de todo el sistema funcional y glandular de estos, culmine con un perfecto funcionamiento de todas y cada una de las glándulas y por ende los diversos órganos por ellas controlados y verse así minimizados los efectos indeseables originados de otra forma y cuyo fin es la eliminación de las moléculas tóxicas generalmente consecuencia del metabolismo celular y la dexintoxicación orgánica tras la administración de diferentes sustancias tóxicas entre las que podemos considerar los medicamentos y sus metabolitos, anulando el mal comportamiento de todos los órganos afectados. (Ver Tratamientos mediante Hidrodepuración en esta web).

#### **CONTRAINDICACIONES DE LA BALNEOTERAPIA.**

En la actualidad nos encontramos con las siguientes contraindicaciones :

**A).- Todos los procesos que cursen de forma aguda o sintomática en el momento de la prescripción o que se presente durante o en él. Esta es una de las situaciones en las que nos encontramos frente al dilema de suspender en tratamiento y derivar al paciente al centro sanitario más cercano e indicado. Dentro de estas enfermedades se nos presentan :**

**A.1).- Infecciones esporádicas de aparición brusca o aguda de entre las cuales podemos encontrarnos con las del aparato urinario, respiratorio, digestivo, etc, hasta las sobreinfecciones de la EPOC, bronquiectasias o bien, infecciones por agentes víricos, bacterias, hongos o cualquier parásito en general.**

**A.2).- Enfermedades hemáticas como por ejemplo, cuadros de púrpura, hemólisis u otros cuadros que cursen con alteración de la coagulación, y los cuadros autoinmunes.**

**A.3).- Cuadros neurológico agudos que por la acción mecánica de las aguas puedan presentarse (vg. vértigos, cefaleas, etc, etc.).**

**A.4).- Crisis hipertensivas, accidentes cerebrovasculares , E.A.P, Angor inestable, enfermedades cardiovasculares en su inicio y mal controladas o bien en las que se adviertan algún síntoma. Arritmias, insuficiencia cardíaca congestiva, tromboflebitis grave y no controlada.**

**A.5).- Enfermedades respiratorias agudas como la insuficiencia respiratoria ampliamente manifiesta.**

**A.6).- Enfermedades agudas del riñón y vías urinarias o bien su reinfección.**

**A.7).- Enfermedades agudas de la piel o brotes y reagudizaciones como infecciones por herpes, heridas o ulceraciones tróficas no resueltas.**

**A.8).- Enfermedades endocrinas agudas o descompensación de las ya existentes.**

**A.9).- Enfermedades agudas del tracto gastrointestinal (rectorragia, pancreatitis, peritonitis), obstrucción intestinal.**

**B).- Procesos asociados a enfermedades e insuficiencias orgánicas terminales.**

**B.1).- En los periodos convalecientes y consecuentes a accidentes o enfermedades graves incluidos la de traumatismos importantes.**

**B.2).- Los estados de caquexia secundarios a enfermedades crónicas graves (artritis reumatoide, cirrosis evolucionadas, colitis ulcerosa, el Crohn, procesos neoplásicos en fase terminal).**

**B.3).- Anemias importantes y graves la aplasia medular y todo tipo de inmunodeficiencias.**

**Lógicamente, todas estas CONTRAINDICACIONES, van a depender de la conveniencia que establezca entre los datos aportados por el Médico de Cabecera de cada paciente junto a la situación que observe el Médico del Balneario en el momento de la entrada en su consulta.**

## **BIBLIOGRAFÍA.**

**\* Vademécum de Aguas Mineromedicinales Españolas. Editada por el Instituto de Salud Carlos III, ANET y la Universidad Complutense e impresa por Impresos y Revistas, S.A. en Getafe (Madrid) 2002.**

**\* Principios de hidroterapia y balneoterapia D<sup>a</sup> María Reyes Fernández y editada por McGraw Hill Interamericana de España, S.A.U, 2005.**

**\* Hidrología Médica y Terapias Complementarias por D<sup>a</sup> Carmen San José Arango impreso en Sevilla por el Secretariado de Publicaciones de la universidad de Sevilla ,1998.**

**José Ignacio Garrido Fernández-Pita**

**Médico**

**Última actualización 28/04/2012**