



Os balnearios están sometidos a unha lexislación específica como centros sanitarios, da que carecen os talasos e os spas

- 09 de marzo de 2015

## As diferenzas entre os balnearios, os centros de talasoterapia e os spas, a análise

A Cátedra de Hidroloxía Médica da USC e Balnearios de Galicia celebra esta tarde unha nova xornada. A doutora Dolores Fernández, directora médico de Caldaria Termal -balnearios de Arnoia, Laias e Lobios-, lembra que os spas empregan auga potable para conseguir benestar sen fin terapéutico, e os centros de talasoterapia utilizan a auga do mar para benestar e terapia. Pero esta auga ten propiedades máis limitadas que as dos balnearios.

A doutora explicará esta tarde ás 18:30 horas no edificio docente Roberto Novoa Santos da USC os diferentes tipos de augas que existen e os seus diversos usos, **con especial atención aos efectos beneficiosos da augas mineiromedicinais sobre o organismo**. *“As augas, segundo a súa orixe, poden aplicarse con fins curativos ou preventivos de certas doenzas, para conseguir o benestar, como unha alternativa de lecer e mesmo con propiedades estéticas”*. Salienta a doutora que *“a auga é boa para o organismo de maneira xeral, aínda que a potable non é terapéutica”*. E lembra *“as diferenzas, non sempre ben coñecidas, que hai entre os balnearios, os centros de talasoterapia e os spas”*: os spas empregan auga potable en piscinas, chorros... a unha determinada temperatura para conseguir un benestar, sen ningún fin terapéutico nin preventivo para a saúde. Por outro lado, os centros de talasoterapia utilizan a auga do mar, tanto para lograr o benestar como para conseguir obxectivos terapéuticos. Non obstante, segundo resalta a doutora, *“a auga mariña ten propiedades e aplicacións máis limitadas que as augas mineiromedicinais dos balnearios, xa que non se usa como auga de bebida”*.

## Cada auga medicinal posúe unha composición mineral diferente

Os balnearios están sometidos a unha lexislación específica, *“usan auga mineiromedicinal, declarada de utilidade pública e con fins terapéuticos. Cada tipo de auga posúe unha composición de minerais diferente, que lle achega unhas propiedades exclusivas, cunha acción específica sobre o organismo”* -explica a doutora-.

**O que determina a especialización dun balneario para tratar determinadas doenzas é o tipo de auga que posúe.** Así, uns balnearios están especializados no tratamento de procesos crónicos como **as bronquites, as otites recidivantes ou as farinxites alérxicas**. E outros céntranse en abordar **procesos reumáticos como a artrite, a artrose, o postoperatorio dunha cirurxía do aparato locomotor, e tamén problemas de tipo neurolóxico, dixestivo, dermatolóxico e circulatorio**.

## El albariño Nora da Neve, premio Gran Diamante

REDACCIÓN / LA VOZ

El vino Nora da Neve, un albariño de la denominación de origen Rías Baixas y del grupo Avante-selecta, acaba de obtener el Gran Diamante, el máximo galardón que se concede en los Premios Vino y Mujer. Estos, otorgados por Alamesa y el Aula Abierta del Vino tienen como objetivo destacar el papel de las mujeres en el sector vitivinícola.

La edición que ha ganado Nora da Neve es la octava y en ella han participado caldos de 48 zonas vinícolas europeas repartidas por cuatro países. El jurado, compuesto íntegramente por mujeres —



tanto periodistas especializadas como enólogas, gastronómicas y técnicas— destacó las cualidades de un vino elaborado con uvas de vides centenarias del condado de Tea.

No es esta la primera distinción que recibe la variedad, ya que su añada del 2010 se situó entre los tres vinos mejor puntuados en la *Guía Peñín*, y *Wine Advocate* (la revista creada por Robert Parker) le dio 91 puntos a su botella del 2009. La bodega Viña Nora, de Avante-selecta, también elabora Val de Nora y Nora, otros dos vinos cien por cien albariño.

## Hallan galaxias nacidas poco después del Big Bang

MADRID / EFE

Un equipo internacional localizó las agrupaciones de galaxias más antiguas y más alejadas de la Tierra, unas formaciones que nacieron unos 2.000 o 3.000 millones de años después del Big Bang y que son las precursoras de los cúmulos de galaxias que vemos en la actualidad. El hallazgo, publicado en *Astro-*

*nomy & Astrophysics*, servirá para entender mejor el origen del Universo y cuál es su contenido. El investigador de Oviedo y coautor del estudio, Luigi Toffolatti, dijo que «esta es la primera observación concreta de protogalaxias que están en el interior de grupos» que son los precursores de las agrupaciones que vemos hoy.

## La mejor tapa gallega tiene espíritu oriental y porco celta

El ferrolano Gonzalo Pérez ganó el primer concurso de pinchos entre cocineros de las siete grandes ciudades

EMMA ARAÚJO  
SANTIAGO / LA VOZ

¿A qué sabe la mejor tapa de Galicia? Esta incógnita quedó despejada ayer cuando un jurado compuesto por expertos gastronómicos y simples consumidores tuvo que elegir entre las siete propuestas planteadas por otros tantos cocineros, que ya habían ganado un concurso previo y que trabajaron ante el público, presentando sus productos y explicando el porqué de su elección.

La mejor tapa de Galicia en este primer concurso organizado por la Axencia de Turismo de Galicia fue la elaborada por el ferrolano Gonzalo Pérez, del restaurante Frank. Su *Roliño vietnamita de porco celta e cigala* conquistó al jurado profesional, mientras que el público se quedó con la apuesta de Lugo, la *Pescada de Celeiro e bocabits de luriña e xeadado de tomate*, de Álvaro Villasante, del



Gonzalo Pérez, ayer, ultimando la elaboración de su receta. XOÁN A. SOLER

local Paprica. También hubo un premio a la mejor tapa combinada con cerveza de alguna de las marcas de Estrella Galicia. Un jurado de la propia empresa eligió el pincho atendiendo al maridaje con sus cervezas. Y la elegida fue la compostelana: unas *Moegas de tenreira con cogomelos e Touza Vella*, elaboradas por Lucía Freitas y Nacho Tierno, de A Tafona Casa de Xantar.

En los dos primeros casos, el premio conllevaba la entrega de una figura conmemorativa, mientras que los ganadores del tercer concurso se llevaron un regalo muy diferente, su peso en cerveza.

### PROPUESTAS

Pinchos para todos los gustos

El público también probó el «Taco de osobuco asado a baixa temperatura con crema de pataca e trufa», del Spoom; una «Versión de empanada de bacallau» de El Cafetín; un «Crocante de bacallau, marmelo de pementos de Arnoia e parmentier de pataca», de La Contenta; y un «Biscoito de chocolate, xitake, escuma de níscafos, saquiño de carrilleiras e queixo do país», de Tapa Negra.

## MARÍA DOLORES FERNÁNDEZ MÉDICA ESPECIALISTA EN HIDROLOGÍA MÉDICA

# «Esto no es medicina alternativa, es una terapia más»

*Cree que la balneoterapia es una opción interesante para minimizar síntomas de ciertas dolencias*

FINA ULLOA

OURENSE / LA VOZ

María Dolores Fernández Marco, directora médica del grupo Caldaria, estudió hidrología en la única escuela de esta especialidad que existe en España: en la Universidad Complutense. Imparte la asignatura dentro de la cátedra de Hidrología Médica de la Universidade de Santiago y la Asociación de Balnearios de Galicia, con la que desarrollan seminarios cuyo objetivo es divulgar la balneoterapia entre los futuros médicos gallegos.

—¿Qué aporta esta cátedra a los futuros médicos?

—En España la hidrología no se estudia en la carrera, no es una materia que se incluya en la formación de un médico como ocurre en otros países. Académicamente hablando, la cátedra oferta una asignatura de libre configuración que aporta unos créditos, pero el objetivo es cubrir una necesidad. Muchas veces los médi-



Fernández es la directora médica de Caldaria, en Ourense. A. CORTÉS

cos no recomiendan esta terapia porque, simplemente, la desconocen. No saben cómo actúan las diferentes aguas en el cuerpo y lo que aportan las distintas terapias, y es una pena, porque mejoran los síntomas.

—Los pacientes llegan al balneario *motu proprio*.

—En general sí, aunque también por el médico, si este es de una zona en la que hay balneario y conoce sus beneficios.

—¿La balneoterapia cura?

—No hay que confundir: la balneoterapia no es una medicina alternativa. Es una terapia documentada, con bibliografía y es-

tudios clínicos, coadyuvante de otros tratamientos para reducir los síntomas. El balneario no va a curar una patología crónica, pero puede minorar los síntomas y dar calidad de vida.

—¿Es una especialidad moderna?

—En absoluto. Es muy antigua. En España, Fernando VII creó ya en 1816 el Cuerpo de Médicos de Baños.

—¿Por qué retrocedió la cultura balnearia?

—Hay distintas razones: históricas, sociales y sanitarias. El siglo XX fue especialmente convulso, con muchos conflictos bélicos y algunos balnearios se destruyeron o acabaron convirtiéndose en hospitales, pero el avance médico y farmacológico también influyó: antes las anemias se abordaban en los balnearios con la toma de aguas ferruginosas, por ejemplo en las embarazadas; hoy no se plantea porque la mujer está controlada y toma hierro y ácido fólico.

—¿Cuál es el paciente tipo?

—Son fundamentalmente personas con patologías crónicas; de forma mayoritaria las reumatológicas, respiratorias y dermatológicas. Y usan el balneario de forma periódica, dos o tres veces al año para mejorar los síntomas pero también para reducir su ingesta de medicamentos. Ambas cosas contribuyen a mejorar su calidad de vida.

—¿Cree que es posible un cambio legislativo en España que favorezca el uso de esta terapia?

—Es complejo, porque juegan muchos parámetros e intereses que supongan los distintos agentes implicados tendrían que estudiar muy bien. Un facultativo de la red pública no puede recetar a su paciente un tratamiento balneario simplemente porque no está incluido en la cartera de servicios. Si lo están en otros países europeos, como Alemania o Francia. Aquí lo tiene que pagar de su bolsillo el usuario y reservar días de vacaciones para hacer los tratamientos.



Es importante que tanto los médicos de familia como los propios usuarios conozcan las diferentes características de las aguas de los balnearios así como

sus propiedades, ya sean o no terapéuticas, para optimizar su uso y aprovechar sus beneficios. Cada centro termal tiene un tipo de agua exclusiva,

con aplicaciones particulares, que se combinan con otros tratamientos como la fisioterapia, la nutrición, el deporte, la relajación o las actividades de ocio.

# Los balnearios ofrecen aguas diferentes para todo tipo de terapias y aplicaciones

Los expertos médicos destacan la importancia de que los usuarios conozcan las diferencias entre las aguas de los balnearios, los centros de talasoterapia y los spas. Destacan que solo los establecimientos termales poseen una legislación específica como centros sanitarios.

Dolores Fernández Marcos, directora médico de Caldaria Termal, que aglutina los balnearios ourensanos de Arnoia, Laias e Lobios señala que existen diferentes tipos de aguas y diversos usos, ya sean o no terapéuticos, así como efectos beneficiosos de cada una de ellas sobre el organismo. En esta línea, señala que: "As aguas, segundo a súa orixe, poden aplicarse con fins curativos ou preventivos de certas doenzas, para conseguir o benestar, como unha alternativa de lecer e mesmo con propiedades estéticas".

## CENTROS DIFERENTES

El agua es buena para el organismo de manera general, aunque la potable no es terapéutica. Así, los expertos quieren poner de manifiesto las diferencias, no siempre bien conocidas, que hay entre los balnearios, los centros de talasoterapia y los spas. Por ejemplo, los spas utilizan agua potable en piscinas, chorros... a una determinada temperatura para conseguir un bienestar, sin ningún fin terapéutico ni preventivo para la salud.

Por otro lado, los centros de talasoterapia utilizan el agua del mar, tanto para lograr el bienestar de los usuarios como para conseguir objetivos terapéuticos. No obstante, según resalta la doctora Fernández Marcos, "el agua marina tiene propiedades y aplicaciones más limitadas que las aguas mineromedicinales de los balnearios, ya que no se usa como agua de bebida". Es solo de uso externo y local y se administra a través de la piel, en forma de baños, duchas, piscinas...

Los balnearios están sometidos a una legislación específica como centros sanitarios, de la que carecen tanto los talasos como los spas en España. "Usan agua mineromedicinal, declarada de utilidad pública y con fines terapéuticos. Cada tipo de agua posee una composición de minerales diferente, que le proporciona una serie de propiedades exclusivas, con una acción determinada



Los balnearios aplican diferentes técnicas terapéuticas y actividades de ocio

## GALICIA CUENTA EN SUS CENTROS TERMALES CON SIETE DE LOS OCHO TIPOS DE AGUAS MINEROMEDICINALES EXISTENTES

Existen ocho tipos de aguas mineromedicinales en función de su contenido de elementos minerales, que le otorgan ciertas propiedades con determinados efectos terapéuticos. Así, las bicarbonatadas son antiácidas, beneficiosas para los sistemas digestivo, intestinal, hepático y renal. Las aguas cloruradas son antiinflamatorias, analgésicas, aceleran la cicatrización y, administradas en bebida, presentan importantes efectos digestivos. Las sulfuradas se usan para tratar problemas respiratorios y afecciones alérgicas; destaca su acción mucolítica, cicatrizante y antioxidante. Las carbogaseosas ejercen un efecto

sedante y analgésico, al tiempo que estimulan la movilidad intestinal. Las aguas ferruginosas favorecen la regeneración de glóbulos rojos, por lo que se utilizan para combatir determinadas anemias. Las radiactivas resultan muy beneficiosas para el tratamiento de contracturas musculares y de ciertos trastornos psiquiátricos. Por su parte, las oligometálicas son diuréticas, de interés para tratar afecciones renales. Por último, las únicas que no están representadas en los balnearios gallegos son las sulfatadas, que actúan sobre el aparato digestivo y están indicadas para combatir afecciones hepáticas, con una notable acción laxante y diurética.

El manejo del paciente en un balneario varía según su carácter preventivo o curativo

sobre el organismo", explica la doctora.

Así, lo que determina la especialización de un balneario para tratar determinadas enfermedades es el tipo de agua que posee, la temperatura a la que aflora, junto con las técnicas que emplea cada establecimiento (agua de bebida, inhalaciones, baños, piscinas, tanquetas...). También repercute la profundidad de la inmersión, que será diferente según se quiera tratar un problema respiratorio o del aparato circulatorio, por ejemplo.

## ESPECIALIZACIÓN

En esta línea, unos balnearios están especializados en el tratamiento de procesos crónicos como las bronquitis, las otitis o la faringitis alérgica; otros se centran en abordar procesos reumáticos como la artritis, la artrosis, postoperatorios de cirugías del aparato locomotor, problemas neurológicos, digestivos, dermatológicos, circulatorios... Como centros sanitarios, los balnearios disponen de médicos especialistas en la cura termal para atender estas enfermedades y de una serie de profesionales diversos como fisioterapeutas, masajistas, expertos en estética hidrotermal, dietistas y hasta psicólogos. Los balnearios gallegos ofrecen así un tratamiento integral con la combinación de diferentes especialistas.

En un balneario debe prescribirse un tratamiento personalizado según las necesidades de cada persona. Para conseguir la efectividad de este tratamiento integral, el paciente pasa una consulta médica al llegar al centro termal, donde el profesional sanitario le prescribe su plan personalizado, con un número concreto de días.

Expertos médicos indican la cura termal para prevenir y solucionar problemas músculoesqueléticos, reumatológicos, traumatológicos o resolver situaciones de estrés.