{BÁGOAS DE CROCODILO}

No Chester

Juan L. Blanco Valdés

Editor e escritor

HAI METAMORFOSES sorprendentes. Eu sei dun comunicador, barbado, de lentes escuras e nome raro para máis datos que, tras facerse moi popular en programas de telelixo exhibindo unha arrogancia e unha insolente prepotencia non sei se máis impresentables que ridículas, agora, transmutada a mala baba co pelexo do ano, senta con persoas, persoeiros e personaxes do famoseo nun sofá para, moi ao seu pracer e no que se supón é un programa serio, afondar no *aspecto humano* dos seus entrevistados desde o que semella unha *visión intelixente* das cousas e das persoas. Todo ben ata aquí. Non serei eu , desprovisto de categoría para tal cousa, quen critique o dereito que todos temos a dar matute aos demais sempre que os demais nos crean. Ben sabido é que para que haxa listos ten que haber parvos e a nosa, tamén é ben sabido, é unha sociedade que vai, como rabaño de ovellas, a onde a caixa tonta se propoña conducila. Ora, talvez ao noso comunicador, nesa curiosa transmutación de borde supremo a xornalista brillante, quedoulle en *stand-by* algo da súa soberbia pasada, só pendente de que o seu convidado no sofá non se lle puxera ao rego, como se adoita dicir, e, contra o criterio omnipotente do noso comunicador, aquel ousase rebelarse e non dicir amén.

> Non serei eu quen critique o dereito que todos temos a dar matute aos demais

Nun contexto social de extrema polarización das ideas, de confronto permanente nun ruído mediático insoportable e de gurús da comunicación que, dende os seus púlpitos, pontifican diariamente para a súa parroquia, eu, humilde cidadán, creo que se erosionaron irremediablemente moitas dos máis nobres trazos da nobilísima arte da información e a comunicación. Penso eu que o xornalista debe someterse inequivocamente á fluidez e plasticidade da realidade da que informa e non pretender moldeala ao seu criterio. Neste senso, sentar a unha persoa no sofá para, minutos despois, romper coa entrevista e botar ao entrevistado porque ao xornalista non lle gustan as opinións deste (por moito que sexan polémicas e incorrectísimas politicamente) é, ao meu modesto entender, unha felonía impropia dun verdadeiro xornalista e dá a medida dos tempos e ao que temos chegado. Na frustrada interviú con Arcadi Espada, deume a sensación de que o señor Mejide, por moito Chester no que agora sente, bota en falta a liberdade da que gozaba en *Got Talent*.

Galicia acada o mellor dato de ocupación hoteleira no mes de xaneiro en once anos

Gaña peso especialmente durante a tempada baixa o turismo internacional, que aumenta un 6, 2 %, segundo datos do INE

MARIO ÁLVAREZ
Santiago

Despois de rematar un 2018 afianzándose como un destino máis competitivo e de maior calidade, o turismo en Galicia estrea o ano reforzando o seu proceso de desestacionalización, cun maior equilibrio na chegada de viaxeiros durante todo o exercicio. Así, a demanda hoteleira medrou en xaneiro case dous puntos, acadando o nivel de ocupación máis elevado dos últimos once.

Segundo os datos publicados polo Instituto Nacional de Estatística (INE), a comunidade consolida o seu atractivo fóra de tempada alta. Aumentou por riba da media española no primeiro mes ata superar as 300.000 noites. Son os mellores valores da década neste período e dan continuidade aos crecementos rexistrados en novembro e decembro, reforzando deste xeito o bo comportamento nunhas datas na que o movemento de visitantes non soe ser masivo.

Turistas na compostelá praza do Obradoiro, nun soleado día de xaneiro. *Foto: Antonio Hernández*

Os viaxeiros que chegaron a Galicia en xaneiro permaneceron máis tempo, pois a estadía media subiu un 1,7 % mentres que no conxunto do Estado descendeu 1,4 %. Ademais, foi o cuarto ano consecutivo no que melloraron estes niveis, en concreto case un punto, colocándose no máis elevado desde o exercicio do 2008.

Os propios galegos realizaron un 5,3 % máis de pernoitas na súa comunidade, ata aproximarse ás 124.000, a cifra máis elevada en dez anos. Ademais, afiánzase como destino cada vez máis internacional, pois a demanda estranxeira mellorou un 6,2 %. Foi o terceiro mes consecutivo no que mellorou o turismo do resto do mundo, que tamén gaña peso, representando case o 20 % da totalidade dos viaxeiros que chegaron a Galicia, un máximo histórico.

De xeito paralelo, as tarifas hoteleiras incrementáronse en xaneiro nun 2,3 %, circunstancia que leva aos establecementos a mellorar os seus niveis de rendibilidade un 3 % (medido a través do RevPAR, o ingreso medio por habitación dispoñible), a cifra máis elevada da década.

Os datos confirman que a liña de traballo seguida polo sector privado e a administración autonómica está a dar os seus froitos.

A Estratexia do Turismo de Galicia 2020 impulsada pola Consellería de Cultura segue cumprindo obxectivos e avanzando en distintos eidos neste sector, configurando un destino máis competitivo e sustentable a todos os niveis.

No conxunto de España, Andalucía, Madrid e Valencia foron os destinos principais dos residentes en España en xaneiro.

A CIFRA

49,8

Prezos Experimentaron un incremento anual do 1,36 por cento, mentres que a tarifa media diaria, situada nun total de 49,84 euros, repuntou un 2,28 % en relación co mesmo período do exercicio anterior, segundo informa Europa Press. Por outra parte, os ingresos por habitación dispoñible aumentaron nun 3,05 %, hasta alcanzar os 13,03 euros de diferenza.

Profundan no papel das augas termais no retardo da vellez

Xornadas para os futuros médicos nos balnearios de Augas Santas e Mondariz

Santiago. No marco da Cátedra de Hidroloxía Médica da Universidade de Santiago e a Asociación de Balnearios de Galicia, o de Mondariz acolle esta fin de semana unhas xornadas dirixidas a futuros médicos, nas que se abordará o papel que cumpren os centros termais de cara a favorecer o envellecemento activo das persoas da terceira idade. Pola súa parte, o lucense de Augas Santas, situado na localidade de Pantón, centrará as súas sesións no valor terapéutico das augas mineromedicinais para tratar doenzas vencelladas ao aparato locomotor.

A directora médica en Mondariz, a doutora Laura Gómez, sinala que para gozar dun envellecemento saudable cómpre ter hábitos de vida físicos, mentais e sociais saudables. "E a hidroloxía médica, baseada no uso das augas terapéuticas, constitúe unha ferramenta moi valiosa para este colectivo, xa que contribúe a retardar a senilidade, ao tempo que permite abordar certas patoloxías asociadas á idade", dixo.

Indicou que axuda tanto á prevención de enfermidades como ao tratamento e rehabilitación.

O director médico do de Augas Santas, o doutor Antonio Freire Magariños, explicou que "a hidrocinesiterapia está baseada na realización de exercicio dentro da auga, para pacientes que teñen afectado o aparato locomotor". **REDACCIÓN**

w w w . e l p r o g r e s o . e s

EL PROGRESO

EDITA: EL PROGRESO DE LUGO, S.L. Depósito Legal LU-2-1958. Franqueo concertado 27-3.

SEDE	DIRECCIÓN	TELÉFONO	FAX	E-MAIL
Redacción, Administración y Publicidad:	Ribadeo, 5. 27002 LUGO. Apartado 5.	Centralita: 982 298 100	Redacción: 982 298 102	redaccion@elprogreso.es
			Publicidad: 982 298 101	
Centro Impresión O Ceao	Parcelas 24 y 25, calle A. 27003 Lugo.	982 209 267		
Delegación **Ribeira Sacra - Monforte**	C/ Galicia, 8-10 2º I. 27400 Monforte	982 403 400	982 404 254	monforte@elprogreso.es
Delegación **Terra Chá - Vilalba**	C/ Galicia, 34-36 Ent. I. 27800 Vilalba	982 511 516	982 511 817	vilalba@elprogreso.es
Delegación **A Mariña - Burela**	Curros Enríquez, 2-4. 27880 Burela	982 585 911	982 585 956	burela@elprogreso.es
Delegación **Sarria**	Diego Pazos, 3, Ent. 27600 Sarria	982 530 203	982 532 051	sarria@elprogreso.es

El agua, la cura más natural

▶ Cada año estudiantes de Medicina se forman en el balneario de Augas Santas en el ámbito de la hidrocinesiterapia

DE**NORTE**A**SUR**

ANA RODIL

EL INVESTIGADOR japonés Masaru Emoto dedicó muchos años de su vida a estudiar las cualidades del agua. Explicaba que «es inteligente, tiene memoria, tiene la fascinante capacidad de adaptar su estructura geométrica molecular». Entre sus experimentos más controvertidos está una serie en la que sometía distintos vasos de agua a diferentes vibraciones. Les ponía música tranquilizadora o ruidos desagradables. Después congelaba los vasos y analizaba con microscopio los cristales que se creaban.

Según su tesis, los cristales que se formaban sometidos a vibraciones amables eran más bellos y armónicos que los de las vibraciones desagradables. Su teoría nunca llegó a pasar los controles del método científico y el propio Emoto la definía como «arte o fantasía».

Los postulados del japonés sumaron defensores y detractores a partes iguales porque sus trabajos tenían una carga subjetiva muy importante. Lo que sí está basado en datos y en investigaciones empíricas son las propiedades del agua para el cuidado de la salud.

La hidrocinesiterapia se basa en la realización de ejercicios dentro del agua. Se usa en pacientes que tienen afectado el aparato locomotor, que sufren dolencias musculares o articulares y también se aplica en personas con lesiones de carácter neurológico.

En el balneario de Augas Santas de Pantón, el doctor Antonio Freire Magariños supervisa este tipo de terapias y en los últimos días se encargó de formar a estudiantes de Medicina de la Universidade de Santiago de Compostela en este tipo de técnicas.

Freire es claro. La hidrocinesiterapia no hace milagros, pero si los tratamientos se siguen en tiempo y forma las mejoras son muy importantes. Por ejemplo, al balneario llegan multitud de pacientes que superan los 60 años de edad con enfermedades de tipo degenerativo y reumático (artrosis, lumbalgias..). Para ellos se recomiendan una serie de rutinas en las piscinas de agua mineromedicinal, en los chorros y en las salas de inhalación que suelen prolongarse durante nueve u once días. También se atiende a pacientes mucho más jóvenes que han sufrido algún tipo de accidente cerebrovascular.

El médico explica que un cuerpo en el agua pesa un 10% de su cifra real. Es decir, una persona de 80 kilos dentro de una piscina pesa ocho, por lo que la capacidad de movimiento es mucho mayor y la presión ejercida sobre las articulaciones mucho menor. «Hay gente que puede caminar dentro del agua y que fuera no es capaz», insiste. A mayores, el agua caliente tiene un efecto vasodilatador y ayuda a relajar la musculatura. De ese conjunto de aspectos derivan los buenos resultados de este tipo de terapias que, además, resultan agradables para el paciente.

Los manantiales que abastecen el balneario de Aguas Santas son de aguas sulfurosas, que tienen propiedades muy positivas para tratar, además de las dolencias reumáticas, los problemas respiratorios y de piel. El fuerte olor que desprenden enmascara una serie de propiedades que hicieron de esta zona de Pantón un lugar muy visitado a lo largo de los años. Junto al balneario actual se conservan los restos del primer centro para tomar las aguas que existió en el lugar.

El químico monfortino Antonio Casares está considerado uno de los padres de la Hidrología Médica actual. En el siglo XIX, cuando la farmacología no se había desarrollado tanto, los balnearios eran un recurso imprescindible para tratar muchas enfermedades y Casares investigó las propiedades de muchos de los balnearios gallegos con métodos muy novedosos para la época.

En la actualidad, existe una Sociedad Internacional de Hidrología Médica que promueve investigaciones relacionadas con el sector. Francia e Italia van a la cabeza en esta carrera y ya incluyen este tipo de tratamientos dentro de los servicios que ofrece la sanidad pública.

Una sesión de hidrocinesiterapia en grupo. EP

www.elprogreso.es

EL PROGRESO

EDITA: EL PROGRESO DE LUGO, S.L. Depósito Legal LU 1-2016. Franqueo concertado 27-3.

SEDE	DIRECCIÓN	TELÉFONO	FAX	E-MAIL
Redacción, Administración y Publicidad:	Ribadeo, 5. 27002 LUGO. Apartado 5.	Centralita: 982 298 100	Redacción: 982 298 102	redaccion@elprogreso.es
			Publicidad: 982 298 101	
Centro Impresión O Ceao	Parcelas 24 y 25, calle A. 27003 Lugo.	982 209 267		
Delegación **Ribeira Sacra - Monforte**	C/ Galicia, 8-10 2º I. 27400 Monforte	982 403 400	982 404 254	monforte@elprogreso.es
Delegación **Terra Chá - Vilalba**	C/ Galicia, 34-36 Ent. I. 27800 Vilalba	982 511 516	982 511 817	vilalba@elprogreso.es
Delegación **A Mariña - Burela**	Curros Enríquez, 2-4. 27880 Burela	982 585 911	982 585 956	burela@elprogreso.es
Delegación **Sarria**	Diego Pazos, 3, Ent. 27600 Sarria	982 530 203	982 532 051	sarria@elprogreso.es

El agua, la cura más natural

▶ Cada año estudiantes de Medicina se forman en el balneario de Augas Santas en el ámbito de la hidrocinesiterapia

DENORTEASUR

ANA RODIL

EL INVESTIGADOR japonés Masaru Emoto dedicó muchos años de su vida a estudiar las cualidades del agua. Explicaba que «es inteligente, tiene memoria, tiene la fascinante capacidad de adaptar su estructura geométrica molecular». Entre sus experimentos más controvertidos está una serie en la que sometía distintos vasos de agua a diferentes vibraciones. Les ponía música tranquilizadora o ruidos desagradables. Después congelaba los vasos y analizaba con microscopio los cristales que se creaban.

Según su tesis, los cristales que se formaban sometidos a vibraciones amables eran más bellos y armónicos que los de las vibraciones desagradables. Su teoría nunca llegó a pasar los controles del método científico y el propio Emoto la definía como «arte o fantasía».

Los postulados del japonés sumaron defensores y detractores a partes iguales porque sus trabajos tenían una carga subjetiva muy importante. Lo que sí está basado en datos y en investigaciones empíricas son las propiedades del agua para el cuidado de la salud.

La hidrocinesiterapia se basa en la realización de ejercicios dentro del agua. Se usa en pacientes que tienen afectado el aparato locomotor, que sufren dolencias musculares o articulares y también se aplica en personas con lesiones de carácter neurológico.

En el balneario de Augas Santas de Pantón, el doctor Antonio Freire Magariños supervisa este tipo de terapias y en los últimos días se encargó de formar a estudiantes de Medicina de la Universidade de Santiago de Compostela en este tipo de técnicas.

Freire es claro. La hidrocinesiterapia no hace milagros, pero si los tratamientos se siguen en tiempo y forma las mejoras son muy importantes. Por ejemplo, al balneario llegan multitud de pacientes que superan los 60 años de edad con enfermedades de tipo degenerativo y reumático (artrosis, lumbalgias..). Para ellos se recomiendan una serie de rutinas en las piscinas de agua mineromedicinal, en los chorros y en las salas de inhalación que suelen prolongarse durante nueve u once días. También se atiende a pacientes mucho más jóvenes que han sufrido algún tipo de accidente cerebrovascular.

El médico explica que un cuerpo en el agua pesa un 10% de su cifra real. Es decir, una persona de 80 kilos dentro de una piscina pesa ocho, por lo que la capacidad de movimiento es mucho mayor y la presión ejercida sobre las articulaciones mucho menor. «Hay gente que puede caminar dentro del agua y que fuera no es capaz», insiste. A mayores, el agua caliente tiene un efecto vasodilatador y ayuda a relajar la musculatura. De ese conjunto de aspectos derivan los buenos resultados de este tipo de terapias que, además, resultan agradables para el paciente.

Los manantiales que abastecen el balneario de Augas Santas son de aguas sulfurosas, que tienen propiedades muy positivas para tratar, además de las dolencias reumáticas, los problemas respiratorios y de piel. El fuerte olor que desprenden enmascara una serie de propiedades que hicieron de esta zona de Pantón un lugar muy visitado a lo largo de los años. Junto al balneario actual se conservan los restos del primer centro para tomar las aguas que existió en el lugar.

El químico monfortino Antonio Casares está considerado uno de los padres de la Hidrología Médica actual. En el siglo XIX, cuando la farmacología no se había desarrollado tanto, los balnearios eran un recurso imprescindible para tratar muchas enfermedades y Casares investigó las propiedades de muchos de los balnearios gallegos con métodos muy novedosos para la época.

En la actualidad, existe una Sociedad Internacional de Hidrología Médica que promueve investigaciones relacionadas con el sector. Francia e Italia van a la cabeza en esta carrera y ya incluyen este tipo de tratamientos dentro de los servicios que ofrece la sanidad pública.

Una sesión de hidrocinesiterapia en grupo. EP