

NOTA DE PRENSA

Expertos médicos aseguran que tras un tratamiento termal de nove sesións lógranse resultados terapéuticos en pacientes con fibromialxia

Técnicas como o Ai chi (Tai-chi na auga) logran reducir a dor, a fatiga, a depresión e o consumo de fármacos

Estudiantes de Medicina fórmanse no balneario ourensán de Arnoia sobre o valor das augas mineiromedicinais en relación a esta doenza

Santiago de Compostela, 10 de marzo de 2016 (Vía Láctea Comunicación).- No marco da Cátedra de Hidroloxía Médica da Universidade de Santiago e a Asociación de Balnearios de Galicia, o balneario ourensán de Arnoia acolle esta fin de semana unhas xornadas sobre a aplicación da balneoterapia en pacientes con fibromialxia. Un grupo de futuros médicos, que se están a formar na cura termal, coñecerán o valor terapéutico das augas mineiromedicinais en relación a esta doenza, que afecta ao 2% da poboación, en particular ás mulleres.

As sesións comezan mañá venres pola tarde cunha intervención do doutor **José Miguel Lemos**, médico especialista en Medicina Familiar e Comunitaria, que tratará os principais síntomas da fibromialxia e a importancia de abordala dende un punto de vista multidisciplinar. Logo, nas piscinas termais, os alumnos terán unha práctica de Ai chi, unha técnica de fortalecemento e relaxación similar ao Tai-chi que se realiza na auga e axuda a incrementar a mobilidade, o que resulta moi beneficioso para persoas que padecen fibromialxia.

O sábado pola mañá a doutora **Dolores Fernández Marcos**, coordinadora da Cátedra e directora médico de Caldaria Termal, explicará a importancia da balneoterapia en persoas con fibromialxia. O resto da mañá e da tarde os alumnos realizarán varias sesións prácticas para coñecer cal é o protocolo que se segue nos balnearios con estes pacientes.

Búscase mellorar a calidade de vida destes pacientes

A doutora **Marcos** lembra que “a fibromialxia é unha enfermidade crónica para a que non existe unha solución definitiva. Non obstante, a balneoterapia, unida a outras terapias, contribúe a aminorar os seus síntomas”. Sinala que os pacientes con esta doenza presentan unha dor músculo-esquelética crónica, fatiga xeralizada e dificultade para conciliar o sono; o que conduce a unha mala calidade de vida.

O tratamento que se aplica na actualidade ten como obxectivo aliviar a dor, manter e/ou restablecer o equilibrio emocional e mellorar a calidade do sono e a astenia. O seu enfoque terapéutico é multidisciplinar, de xeito que se aborda con tratamento farmacolóxico, con sesións de fisioterapia e tamén coa balneoterapia, xunto con exercicio físico e unha alimentación saudable.

Cada paciente recibe un tratamiento individualizado, segundo a prescripción do médico do centro

Dentro da variedade de técnicas que existen nun balneario, para o tratamento da fibromialxia os profesionais médicos destacan o emprego de técnicas relaxantes destinadas a diminuír a tensión muscular. É o caso da práctica de exercicio en piscinas baixo a supervisión dun fisioterapeuta como o Ai chi, baños a temperaturas que non superen os 37 °C ou masaxes superficiais. “Trátase de combinar diferentes técnicas, sempre trala prescripción do médico do centro e de xeito individualizado para cada paciente” -indica a doutora **Marcos**-.

A doutora asegura que a partir de nove sesións lógranse resultados terapéuticos. “Os pacientes ven melloradas dun xeito moi significativo unha gran cantidade de variables. Así, logra reducirse a intensidade da dor e o número de puntos dolorosos; a fatiga e a depresión; ademais do uso de fármacos antidepresivos, antiinflamatorios e analxésicos” -manifesta-.

PRENSA Asociación de Balnearios de Galicia_ 981 554 407 / 639 768 929

www.vialactea.es www.balneariosdegalicia.gal