

Balneoterapia, remedio para dolencias crónicas

10/03/2014 13:53:48

Diversos estudios médicos avalan los beneficios de la balneoterapia en el tratamiento de ciertas dolencias crónicas, especialmente aquellas que afectan al aparato locomotor. A este respecto, el director de la Cátedra de Hidrología Médica de la USC, el doctor Juan Gestal, señala que “la medicina actual no puede basarse totalmente en una práctica mecanicista, sino que debe considerar otros factores terapéuticos”. A este respecto, destaca las curas hidrológicas, que, unidas con la dietética más idónea, pueden favorecer la posibilidad natural de recuperación del organismo.



“La cura balnearia es una terapia poco agresiva, suave, bien tolerada, que rara vez ocasiona efectos secundarios” - indica-. Se trata de una terapia compleja que aporta, además de los efectos curativos específicos en función de las características del agua y de las vías y técnicas de administración, los beneficios de las circunstancias ambientales que aporta el propio balneario. Son aspectos

como el régimen de vida, la alimentación, el ejercicio físico, la educación sanitaria, las relaciones sociales y la relación médico-paciente. Por tanto, “los balnearios son un lugar ideal para la promoción de la salud” -asegura el doctor-.

Curas de adelgazamiento, belleza, celulitis o rejuvenecimiento

Las aguas mineromedicinales también son útiles para tratar afecciones de la piel, procesos inflamatorios crónicos inactivos y problemas del aparato respiratorio, entre otros. “Además, evitan un consumo excesivo de fármacos, cuyo costo está desbordando las previsiones más pesimistas de los Estados” -apunta Gestal-. Además, el tratamiento termal es efectivo en procesos alérgicos y obstructivos que afecten a las vías respiratorias fuera del período agudo, en procesos dermatológicos como alergias o dermatitis e incluso para combatir problemas gástricos. Y, junto a estos tratamientos más típicos, existen otros de igual importancia como son las curas de adelgazamiento, belleza, celulitis o rejuvenecimiento.

El doctor hace hincapié en el hecho de que cada tipo de agua mineromedicinal tiene una indicación o conjunto de indicaciones terapéuticas fundamentales. Por tanto, cada establecimiento termal está especializado en uno o varios tipos de patologías diferentes.

PATIO DE VECINOS

Nanas y cuentos para las futuras mamás

M.MOSTEIRO

redac.santiago@lavoz.es

1 Las futuras madres tienen en la Biblioteca Ánxel Casal una oportunidad para aprender nanas, canciones infantiles y cuentos para dormir que podrán ir guardando hasta la llegada de sus bebés. Esta actividad, de la que ayer se celebró la primera sesión del mes, tendrá una segunda cita el próximo 31 de marzo, a las 19 horas. Esta propuesta permite reforzar el vínculo afectivo entre la madre y el bebé. Para las que ya son madres podrán participar, el día 31, en otra actividad para cantar y jugar con sus pequeños. En todos los casos, los talleres son libres hasta completar la capacidad de la sala.



Las futuras mamás aprenden nanas para reforzar los vínculos afectivos con sus hijos. **XOÁN A. SOLER**

Música en el Camino

2 El Conservatorio Histórico celebró, dentro del programa Cooperando no Camino, un encuentro con representantes de los conservatorios de Mérida, Almedralejo, Plasencia y Don Benito. Bajo la coordinación de **Miguel Ángel Pulido Bermejo** se realizaron una serie de actividades y conciertos.



El Conservatorio Histórico de Santiago celebró un encuentro con otras instituciones del Camino.

La ONCE y las termas

3 La ONCE dedicará el cupón del próximo sábado, día 15, a la promoción de la cultura milenaria del termalismo de Galicia. En los cinco millones y medio de cupones que se pondrán a la venta en toda España irá impresa una imagen de las termas romanas de Lugo. **Manuel Martínez**, delegado de la ONCE en Galicia, destacó el interés por sumarse a la promoción de este recurso «altamente relevante» para la economía y cultura gallega.



La ONCE se suma a la promoción del termalismo al dedicar el cupón del sábado a este recurso. **XOÁN A. SOLER**

A PIE DE CALLE



Juan Gestal. **SANDRA ALONSO**

JUAN GESTAL

Profesor de Medicina

«Los sistemas de salud de la UE abren perspectivas para la hidrología»

J. G. SANTIAGO / LA VOZ

La cura en los balnearios «es una terapia poco agresiva, suave, bien tolerada, que rara vez ocasiona efectos secundarios». Y si se une a una dietética idónea «puede favorecer la posibilidad natural de recuperación del organismo», afirma Juan Gestal, decano de la Facultad de Medicina y director de la cátedra de hidrología médica del centro. Hasta hace dos años la matrícula para actividades de esta cátedra completaba el centenar de estudiantes de Medicina cada curso. Pero desde el año pasado desciende y este no alcanza los 30: «Eso se debe a que el alumnado de grado no necesita créditos de libre configuración, y la antigua licenciatura está en extinción. Pero son unas enseñanzas interesantes, y vamos a reformularlas. Este año, por vez primera, recibimos alumnos de otros estudios, como Criminología. Además, ahora los sistemas de salud de la UE abren perspectivas para la hidrología, porque recientemente se aprobó que asumen los tratamientos que se apliquen aquí», sostiene Gestal, que ve nuevas salidas de interés para la hidrología médica.

DENTIX

10% DTO. EN PRÓTESIS
 25% DTO. EN ORTODONCIA

C/ REPÚBLICA DEL SALVADOR, 4
981 555 066
 SANTIAGO DE COMPOSTELA

IMPLANTOLOGÍA DENTAL
 DESDE
222€*

VISÍTANOS Y LLÉVATE DE REGALO
 UN CEPILLO ELÉCTRICO

Ofertas válidas hasta el 31 de marzo de 2014.

FINANCIACIÓN EXCLUSIVA
 HASTA 60 MESES
 HASTA 36 MESES SIN INTERESES**

ENCUENTRA TU CLÍNICA
 MÁS CERCANA EN
www.dentix.es

PIDE PRESUPUESTO **GRATIS**
 Y SIN COMPROMISO