



## NOTA DE PRENSA

# Futuros médicos galegos afondan no papel das augas mineromedicinais á hora de retardar a vellez

## Expertos en hidroloxía médica salientan que a cura termal favorece a reactivación da capacidade física e psíquica dos pacientes xeriátricos

*Santiago de Compostela, 14 de marzo de 2018 (Vía Láctea Comunicación).*- No marco da Cátedra de Hidroloxía Médica da Universidade de Santiago e a Asociación de Balnearios de Galicia, o balneario de Mondariz acolle esta fin de semana unhas xornadas dirixidas a futuros médicos. Centraranse no papel que cumpren os centros termais de cara a favorecer o envellecemento activo das persoas da terceira idade. Un grupo de estudantes de Medicina da USC, que se están a formar na cura termal, coñecerán o valor terapéutico das augas mineromedicinais neste senso.

A directora médico do Balneario de 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 mineromedicinais, constitúe unha ferramenta moi valiosa para este colectivo, xa que contribúe a retardar a vellez, ao tempo que permite abordar certas patoloxías asociadas á idade” -manifesta a doutora-. Indica que axuda tanto á prevención de enfermidades como ao tratamento e rehabilitación no caso de patoloxías crónicas de tipo reumatolóxico, respiratorio, dermatolóxico...

A doutora salienta que “grazas ao efecto antioxidante e antiinflamatorio das augas mineromedicinais retárdase o proceso de envellecemento. Ademais, o seu efecto estimulante favorece a reactivación da capacidade física e psíquica das persoas, en particular dos pacientes xeriátricos”.

“Os balnearios, como centros sanitarios especializados na promoción da saúde, axudan a mellorar a calidade de vida dos pacientes. O seu eixe principal é a cura balnearia a través da auga mineromedicinal, pero tamén é importante todo o que conlevan as diferentes técnicas de balneación (bañeiras, aplicación de auga a presión, parafangos, inhalacións...); xunto cunha correcta orientación nutricional, actividade física ou deportiva axeitada, apoio psicolóxico, a relación directa médico-paciente e o propio ambiente relaxante que rodea ao balneario” -explica a doutora-.

As xornadas comezan este venres, día 17, pola tarde, cunha charla da doutora **Gómez** sobre o balneario de Mondariz. Logo os asistentes farán un percorrido polas instalacións e terán a oportunidade de realizar unha sesión práctica no Palacio da Auga. O sábado pola mañá a doutora tratará o papel da hidroloxía médica no envellecemento activo. A continuación a fisioterapeuta e o recuperador físico do balneario explicarán as aplicacións da hidroterapia en fisioterapia e na actividade física destes pacientes. E ao final da mañá os futuros médicos terán unha sesión práctica para coñecer de preto estas aplicacións terapéuticas.