



NOTA DE PRENSA

Os pacientes con doenzas musculares e articulares melloran a súa saúde trala realización de exercicio en piscinas de auga mineromedicinal

Os médicos salientan que cun tratamento de entre unha e dúas semanas lógrase mellorar a mobilidade e a flexibilidade, ao tempo que se reduce a dor e a inflamación

Santiago de Compostela, 21 de febreiro de 2019 (Vía Láctea Comunicación).- No marco da Cátedra de Hidroloxía Médica da Universidade de Santiago e a Asociación de Balnearios de Galicia, o balneario lucense de Augas Santas, situado na localidade de Pantón, acolle mañá venres e o sábado unhas xornadas sobre a hidrocinesiterapia activa en piscinas termais. Un grupo de futuros médicos, que se están a formar na cura termal, coñecerán o valor terapéutico desta técnica para abordar determinadas doenzas vencellas ao aparato locomotor.

O director médico do balneario de Augas Santas, o doutor **Antonio Freire Magariños**, explica que “a hidrocinesiterapia é unha terapia baseada na realización de exercicio dentro da auga, que se aplica en pacientes que teñen afectado o aparato locomotor, en particular os que sofren doenzas musculares e articulares, e mesmo para a rehabilitación de persoas con lesións de carácter neurolóxico”.

O doutor asegura que a hidrocinesiterapia ten resultados moi positivos nas persoas que a practican. Sinala que cómpre recibir o tratamento durante alomenos unha semana, aínda que a pauta ideal aconsellada polos médicos é de dúas semanas. Despois deste período, os pacientes observan unha melloría moi notable na súa saúde; en especial mellora a súa flexibilidade e o movemento das articulacións, ao tempo que diminúe a dor e se reduce a inflamación asociada a estes procesos. Tamén é importante ter en conta que a terapia debe aplicarse cada 6 ou 9 meses, que é o tempo que duran os seus beneficios.

O doutor salienta que este tipo de terapia ten sempre que ser prescrita polo facultativo do balneario, logo dunha consulta inicial. E pode realizarse individualmente ou de maneira colectiva. Na terapia individualizada o monitor métese co paciente na piscina e os exercicios lévanse a cabo de xeito personalizado. No caso das sesións en grupo, o monitor ten unhas táboas de ximnasia en función de cada patoloxía e os pacientes realizan na auga os movementos que o profesional lles vai indicando.

As xornadas comezan mañá venres ás 16:00 horas. O doutor **Magariños** explicará aos estudantes de Medicina o potencial deste tipo de terapia na auga. O resto da tarde realizarán prácticas no balneario co fin de coñecer as diferentes técnicas termais que se aplican para abordar doenzas diversas, da man da técnico termal **Yolanda Rodríguez**. E o sábado, durante toda a mañá, terán a oportunidade de achegarse á hidrocinesiterapia nas piscinas do centro, logo dunha sesión teórica coa fisioterapeuta do mesmo, **Patricia López**.