

Os balnearios galegos contan coa maior parte das augas medicinais



No marco da Cátedra de Hidroloxía Médica da Universidade de Santiago e a Asociación de Balnearios de Galicia, o edificio docente Roberto Novoa Santos da USC acolleu unha nova sesión dirixida a futuros facultativos expertos na cura termal. A responsable de impartir esta xornada foi a catedrática da Escola de Radioloxía e Medicina Física do departamento de Medicina da Facultade de Ciencias da Saúde da UDC, Rosa Meijide.

A doutora centrouse no valor das augas mineiromedicinais, na súa clasificación, nas diferentes técnicas de análise que existen, así como nos seus mecanismos de acción sobre o organismo. Sinala que as augas mineiromedicinais son as augas subterráneas que brotan e se utilizan terapeuticamente nos balnearios; unhas son medicinais por conter sales minerais en cantidades determinadas, algunhas por brotar quentes e outras conxugan ambas propiedades.

Pero Meijide explica que a súa principal característica é que posúen un gran “dinamismo físico-químico” que as diferencia da auga corrente ou da billa pola súa orixe nun xacemento subterráneo, con complexidade físico-química e biolóxica, estabilidade nas súas propiedades, un potencial terapéutico demostrado e certificado por Sanidade e a súa pureza microbiolóxica. “Hai estudos que derterminan que existen tipos de augas mineromedicinais cunha antigüidade que oscila entre o 5.000 e os 150.000 anos” –apunta a doutora–.

Ademais, as augas mineiromedicinais pódense clasificar segundo a súa mineralización, o contido aniónico ou catiónico ou pola temperatura. Para poder distinguir os distintos tipos de augas mineiromedicinais galegas, a doutora indica que hai que seguir a pauta da súa composición química e mineralóxica. Principalmente, en Galicia as augas mineiromedicinais son de mineralización débil, con predominio de bicarbonato sódico; abundancia de sulfuro de hidróxeno, ademais de ser augas moi brandas e cun alto contido en silicio e en fluoruros.



Meijide salienta que os beneficios da cura balnearia foron demostrados amplamente, polo que xa se considera a auga medicinal como un “medicamento natural” e as curas termais como complementarias das terapias farmacolóxicas e cirúrxicas, ademais da súa importancia na prevención de enfermidades. Neste punto, a especialista destaca a importancia de que os médicos de familia coñezan as características das augas dos balnearios da comunidade, co fin de poder prescribir aos seus pacientes as que mellor se adapten a cada patoloxía.

INDICACIÓNS TRATAMENTOS TERMAIS

Os balnearios galegos están especializados, na súa maioría, no tratamento de doenzas reumatolóxicas, dermatolóxicas, respiratorias e de trastornos hepatobiliares ou dixestivos e enfermidades gastroenterolóxicas. Así mesmo, están indicadas para abordar enfermidades cardiovasculares, renais, hepáticas, do sistema endocrino e mesmo trastornos de carácter psiquiátrico e situacións de agotamento, tensión ou estrés.

Pola contra, os tratamento termais están contraindicados para persoas con procesos tumorais malignos en fase activa, infeccións graves, insuficiencia cardíaca descompensada, accidentes cerebro-vasculares recentes, insuficiencia renal grave, esgotamento orgánico e tamén no caso de pacientes con enfermidades psiquiátricas graves.

CASE TODAS AS AUGAS MEDICINAIS

A doutora explica que existen oito tipos de augas mineiromedicinais en función do seu contido de elementos minerais, que lle outorgan certas propiedades con determinados efectos terapéuticos. Así, as bicarbonatadas son antiacidas, beneficiosas para o sistemas dixestivo, intestinal, hepático e renal, ademais de teren efectos metabólicos salientables. Pola súa parte, as augas cloruradas son antiinflamatorias, analxésicas e estimulan a cicatrización.

Por outro lado, as augas sulfatadas actúan sobre o aparato dixestivo e están indicadas para combater afeccións hepáticas, cunha notable acción laxante e diurética. As sulfuradas úsanse para tratar problemas respiratorios e afeccións alérxicas; destaca en particular a súa acción mucolítica, cicatrizante e antioxidante. Así mesmo se indican en afeccións reumáticas e dermatolóxicas debido ás interesantes accións farmacolóxicas do sulfuro de hidróxeno.

As augas carbogaseosas exercen un efecto sedante e analxésico, ao tempo que estimulan a motilidade intestinal. As augas ferruxinosas favorecen a rexeneración de glóbulos vermello, polo que se empregan para combater determinadas anemias. Por último, as oligometálicas son diuréticas, de interese para tratar afeccións renais.

Nos balnearios galegos están representados todos estes tipos de augas, con excepción das sulfatadas.

ISHQOBOD
ARTESANÍA EN ALFOMBRAS

Oferta



203 x 201
PVP: 765 €

229 x 175
PVP: 1.555 €

240 x 170
PVP: 559 €

246 x 166
PVP: 789 €

C/ de la Rosa, nº 24 Bajo - Santiago
Telf.: 981 594 851



De izquierda a derecha: Araújo, Stratton, Botana, Casanueva, Gestal, Verde y González, ayer. **XOÁN A. SOLER**

Respaldo internacional al trabajo para asistir las lipodistrofias en Santiago

El CHUS insiste en solicitar una unidad de referencia para España y ya ha atendido a personas afectadas del exterior

JOEL GÓMEZ
SANTIAGO / LA VOZ

Andra Stratton, dirigente de Lipodystrophy United, asociación de pacientes constituida en Estados Unidos con apoyo de universidades y multinacionales, respaldó con su presencia en Santiago el trabajo del CHUS y de la USC para el diagnóstico, tratamiento e investigación de las lipodistrofias. Estas son enfermedades raras y complejas, caracterizadas por la pérdida o incremento anormal de tejido graso en el organismo. El Clínico celebró ayer el día mundial.

David Araújo, docente de la USC y endocrinólogo del

CHUS, explica que preocupan más el 0,1% de los casos, considerados infrecuentes. Son trastornos genéticos o adquiridos. Algunos se asocian al envejecimiento prematuro; otros causan la muerte antes de los 20 años; o complicaciones de otras enfermedades graves (cardíacas, neurológicas, renales, dermatológicas, de la fertilidad). Además, en muchas ocasiones hay un estigma social y psicológico por sus efectos en la piel. En el Cimus, Araújo y Jesús Requena investigan la relación de lipodistrofias y envejecimiento.

La labor realizada en Santiago ya fue reconocida internacionalmente el año pasado, al

prosperar el Consorcio Europeo de Lipodistrofias, con más de 30 grupos de 14 países (13 de la UE y Rusia) y del que Araújo preside el Comité Ejecutivo.

Unidad de referencia

El gerente del área sanitaria, Luís Verde; el jefe de endocrinología, Felipe Casanueva, y Araújo, insistieron en reclamar una unidad de referencia para España, pues parte de las 150 personas ya asistidas en Santiago son del exterior. En el acto de ayer participaron además Manuel Botana, presidente de la Sociedade Galega de Endocrinología; y Juan Gestal y Francisco González, cargos de la USC.

Las Torres de Hejduk se iluminan de azul para celebrar el Día del Autismo

Las Torres de Hejduk, en el Gaiás, se iluminan de azul esta noche para celebrar el Día Mundial de Concienciación del Autismo, instituido por Naciones Unidas el 2 de abril. Compostela asume así esta iniciativa internacional, que tiñe de azul museos, puentes, aeropuertos y diversos monumentos y lugares emblemáticos para llamar la atención sobre este trastorno. En Galicia, el Concello da Coruña iluminará la Torre de Hércules. Y también lo estarán la Torre Eiffel de París, el Cristo Corcovado de Río de Janeiro, el Empire State de Nueva York, las cataratas del Niágara, o el edificio de la Ópera de Sidney.

Los trastornos del espectro del autismo son «un conxunto de síndromes crónicas que afectan principalmente á comunicación e á capacidade da persoa para se relacionar socialmente e actualmente preséntanse en 1 de cada 150 nenos. Estímase que existen en Galicia máis de 2.000 persoas con este trastorno, aínda que non se coñece o número exacto de persoas afectadas, debido ao complicado da súa detección», señala la Federación Autismo Galicia.

Polideportivos accesibles

El multiusos do Sar y los pabellones polideportivos de Santa Isabel, Fontiñas, Vite, Pontevedriña, Restollal y Lorenzo de la Torre tendrán señalización en forma de pictogramas para ayudar a las personas con autismo a comprender la información.

En la presentación de esta iniciativa estuvieron ayer Moncho Fernández y Santi Valladares, entrenadores del Obradoiro y el Santiago Futsal; Santiago Cuadrado, del multiusos; los ediles Adrián Varela y María Castela; y directivos de Autismo Galicia.

BALNEARIOS Nueve indicaciones terapéuticas en Galicia

Los 19 establecimientos termal integrados en la Asociación de Balnearios de Galicia tienen indicaciones terapéuticas para nueve problemas de salud. Benefician tratamientos de dolencias de reumatología, dermatología, digestivo, psiquiatría, cardiovasculares, renales, respiratorias, hepáticas y endocrinológicas, indica la Cátedra de Hidrología Médica de la USC. Cada centro tiene entre 2 y 7 indicaciones, del total de 9.

IES XELMÍREZ I Las jornadas Xosé Calviño tratan la Lomce

El IES Xelmírez I inaugura esta tarde una nueva edición de las Jornadas Xosé Calviño, que abordarán la implantación de la Lomce. La primera oradora será Eva Garea Traba, que hablará de la figura del ex docente homenajeado. Mañana habrá dos mesas redondas, con sindicatos, asociaciones de madres y padres, y de estudiantes. Y el jueves, en la clausura, interviene con otra charla Xosé Luís Barreiro Rivas.



Sandra Baleato. **SANDRA ALONSO**

PODOLOGÍA Recomiendan la menor dosis de radiación

La radióloga Sandra Baleato, del CHUS, recomendó en un curso para profesionales de podología que utilicen la menor dosis posible de radiación para conseguir un diagnóstico adecuado. El escáner, la resonancia magnética y otras técnicas pueden ayudar al podólogo a diferenciar posibles patologías en el pie, que es un área anatómica muy compleja, dijo. Baleato recordó que hay además otras técnicas alternativas.

Los expertos destacan las características terapéuticas del agua de los balnearios

Las termas de Carballo están indicadas como complemento del tratamiento de media docena de males

D.B.
CARBALLO

La catedrática de Medicina de la Facultad de Ciencias da Saúde de la Universidad de Santiago, Rosa Meijide, impartió esta semana la Cátedra de Hidrología Médica de la Universidad de Santiago y de la Asociación de Balnearios de Galicia, dirigida a futuros facultativos expertos en la cura termal. En su intervención, la doctora señaló que el agua mineromedicinal se considera un “medicamento natural” y las curas termales un complemento de las terapias farmacológicas y quirúrgicas.

Según explicó Meijide, los efectos positivos de este tipo de aguas se deben a su gran “dinamismo físico-químico” y a su pureza microbiológica, ya que proceden de yacimientos subterráneos, con estabilidad en sus propiedades. Ello se traduce en un potencial terapéutico demostrado y certificado por Sanidade, añadió la doctora. “Hai estudos que determinan que existen tipos de aguas minero-medicinales con una antigüedad que oscila entre los 5.000 y los 150.000 años”, afirmó.

Meijide destaca que los beneficios de la cura balnearia fueron demostrados ampliamente, por lo que estas aguas se consideran ya “como un medicamento natu-



El balneario de Carballo figura entre los más destacados

ral” y las curas termales como complementarias de las terapias con fármacos o cirugías, además de su importancia en la prevención de enfermedades. Por ello, incidió en la importancia de que los médicos de cabecera conozcan las características de las aguas termales de los balnearios

EXISTEN OCHO TIPOS DE AGUAS, SIETE DE ELLAS EN GALICIA

de Galicia para poder recomendarlas. En este sentido, el balneario de Carballo está especializado en el tratamiento de males reumatológicos, dermatológicos, digestivos, cardiovasculares, respiratorios y hepáticos. Este tipo de tratamientos también se ofrecen en otros balnearios gallegos, junto a terapias para trastornos psiquiátricos y situaciones de agotamiento, tensión o estrés, renales y endocrinos. Por el contrario, las aguas termales no están indicadas para personas con tumores malignos en fase activa, infecciones graves, insuficiencia cardíaca descompensada, accidentes cerebro-vasculares recientes, insuficiencia renal grave, agotamiento orgánico y tampoco en pacientes con enfermedades psiquiátricas graves.

Rosa Meijide especificó que existen ocho tipos de aguas mineromedicinales, siete de ellas en Galicia. Las bicarbonatas son antiácidas, beneficiosas para el sistema digestivo, intestinal, hepático y renal. Las aguas cloruradas son antiinflamatorias y analgésicas. Las carbogaseosas son sedantes y analgésicas. Las ferroginosas favorecen la regeneración de glóbulos rojos. Las oligometálicas son diuréticas, y de itnerés para tratar afecciones renales. Las sufaltadas (no las hay en galicia) actúan sobre el aparato digestivo así como en alergias y problemas respiratorios. ■

Cultura invierte 60.000 euros para restaurar la iglesia de San Cremenzo do Pindo

REDACCIÓN CARBALLO

La Consellería de Cultura, Educación e Orientación Universitaria destinará en este segundo trimestre del año un total de 405.000 euros para la rehabilitación y puesta en valor de diferentes bienes históricos en la provincia coruñesa. De ese importe, 60.000 euros irán para la restauración de la iglesia de San Cremenzo do Pindo, en el municipio de Carnota.

La consellería preparó un nuevo expediente de contratación por la quiebra de la empresa adjudicataria que recoge la realidad de la iglesia y prevé la conclusión de la actuación. Los trabajos, que durarán alrededor de tres meses, incluyen el repicado de los encintados de mortero de cemento, un nuevo encintado con mortero de cal, la apertura de un hueco en la fachada posterior que fuera tapiado en otra época, así como el acondicionamiento para acoger la carpintería.

El resto de actuaciones previstas en la provincia son la rehabilitación de la capilla de la Virxe do Carme de Muros, la consolidación estructural de un pilar en la iglesia del convento de San Francisco de Valdedeus (Santiago) y la restauración de la pintura mural de la iglesia de San Antoñio de Toques. ■

El IES Monte Neme, en un intercambio con Vannes

REDACCIÓN CARBALLO

Desde ayer y hasta el 12 de abril, un grupo de alumnos de tercero y cuarto de ESO del IES Monte Neme de Carballo participan en un intercambio escolar con la localidad francesa de Vannes. Durante esta experiencia, el alumnado participará en diversas actividades para descubrir la Bretaña francesa visitando los megalitos de Carnac, Pont-Ave y Dinan, así como la región de Normandía con una visita al Mont Saint-Michel.

En Vannes, los alumnos asistirán a clase en el colegio Skolaj Diwan ar Mor-Bihan. Una parte

del grupo se alojará en el propio centro escolar durante dos noches y el resto en casas de otros estudiantes. Cabe destacar que el Skolaj es un centro de enseñanza en bretón, una lengua que se está tratando de recuperar. Por ello, están previstos obradoiros interactivos animados por monitores y por los propios alumnos sobre el bretón y el gallego.

El intercambio finalizará con una visita a París en la que los chavales tendrán la oportunidad de subir al Arco del Triunfo, pasear por el Sena, visitar el museo del Louvre y cenar en Qauartier Latin, además de pasar su último día en Eurodisney. ■



Los alumnos carballeses, delante del instituto Monte Neme antes de partir ayer hacia tierras francesas

Las aguas termales ourensanas tratan problemas de piel y reuma

La provincia cuenta con siete balnearios y numerosos recintos con surgencias naturales

M. VÁZQUEZ

OURENSE / LA VOZ

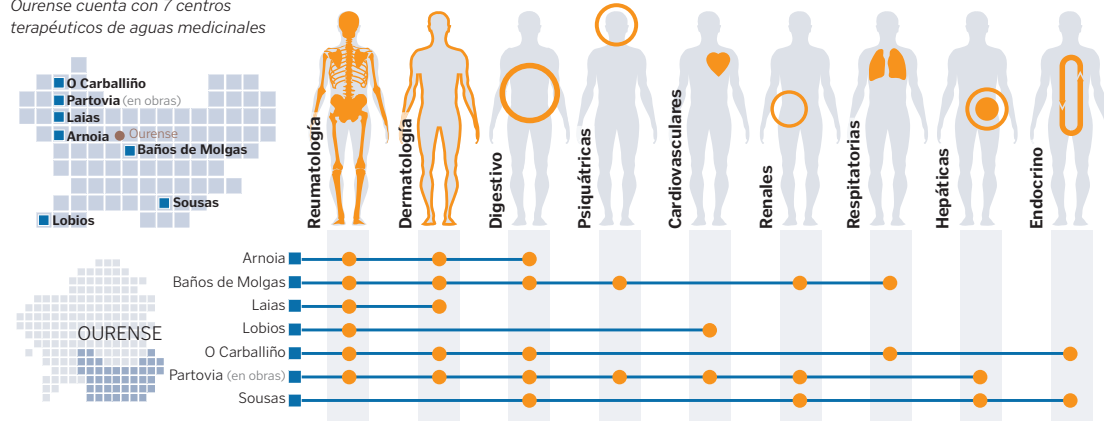
El termalismo es uno de los principales reclamos turísticos de la provincia de Ourense, pero también es un recurso de salud para pacientes que presentan distintas patologías. El uso de las aguas mineromedicinales de los establecimientos —siete según los datos que maneja la asociación de balnearios de Galicia— supone un complemento a la medicina convencional del que echan mano personas de todas las edades. Y cada día más.

Y es que las aguas con amplia concentración de minerales que brotan de los manantiales sobre los que se han edificado los balnearios ourensanos están especialmente recomendadas para personas que presenten problemas reumatológicos o de la piel. Además, en algunos pueden tratarse dolencias propias del aparato digestivo e incluso están indicadas otras en las enfermedades respiratorias, hepáticas o cardiovasculares.

«Los beneficios de la cura balnearia han sido demostrados ampliamente, por lo que ya

Las indicaciones terapéuticas de cada balneario

Ourense cuenta con 7 centros terapéuticos de aguas medicinales



Fuente: Elaboración propia

se considera el agua mineromedicinal como un medicamento natural y las curas termales como complementarias de las terapias farmacológicas y quirúrgicas, además de su importancia en la prevención de enfermedades», asegura Rosa Meijide, catedrática del departamento de Medicina de la UDC. Advierte la experta de la importancia de que «los médicos de familia

conozcan las características de los balnearios, con el fin de poder prescribir a sus pacientes las que mejor se adapten a cada tipo de patología».

Existen varios tipos de aguas mineromedicinales en función del contenido de elementos minerales que presentan, y que les otorgan ciertas propiedades con efectos terapéuticos. Son las bicarbonatadas, las clo-

zuradas, las sulfatadas, las sulfuradas, las carbogaseosas, las ferruginosas y las oligometálicas. Todas ellas pueden encontrarse en la provincia, a excepción de las sulfatadas, explican desde la asociación gallega que aglutina al sector.

Además de los establecimientos tradicionales, en los que se ofertan plazas de alojamiento y un amplio catálogo de servicios,

la provincia dispone de numerosos puntos termales que funcionan como balnearios de día. Hay varios ejemplos en la capital ourensana, con zonas como A Chavasqueira, Outariz u O Tinteiro, a las que recurren a diario personas con diferentes afecciones o que simplemente buscan huir del estrés. Leiro, Ribadavia o Cortegada son otros ejemplos de esta modalidad.

DOLORES FERNÁNDEZ DIRECTORA MÉDICA DEL GRUPO CALDARIA

«Los tratamientos no curan, pero sí pueden mejorar mucho la calidad de vida»

El uso de las aguas mineromedicinales es un recurso para muchos pacientes con distintas afecciones, e incluso para quienes buscan prevenir futuras dolencias. Lo explica la responsable médica del grupo Caldaria, que tiene tres balnearios en Ourense (Laias, Lobios y Arnoia).



Dolores Fernández. SANTI M. AMIL

—¿Qué tipo de pacientes son los que acuden a los balnearios con mayor frecuencia?

—Lo más frecuente hoy en día son los pacientes con patologías de tipo reumático, como pueden ser artrosis, artritis o polimialgia. Otro gran grupo son los que tienen bronquitis crónica o incluso niños que presentan síntomas de alergia. Y luego están quienes sufren problemas de la piel, sobre todo eccemas y psoriasis.

—¿Reciben pacientes con estrés?

—Sí, hay un cuarto grupo en el que se aglutina a visitantes que buscan el descanso, el tratamiento preventivo. Son pacientes que tienen tensión muscular, sensación de estrés. Eso tiene unos síntomas que también se pueden tratar en el balneario.

—¿Qué técnicas se utilizan?

—Las técnicas que se aplican son diversas: chorros, lluvias, pediluvios y, en algunos casos, se recurre a la aplicación de agua en bebidas. Las inhalaciones son buenas para los problemas respiratorios y luego utilizamos técnicas complementarias, como fangos, distintos tipos de masaje, técnicas de estética, relajación acuática, etc.

—¿Son efectivos?

—No son efectivos en el caso agudo, pero lo que sí se consigue es una disminución del dolor continuo en los pacientes con problemas reumáticos y por tanto, una mejora de su calidad de vida. También se percibe una mejoría notable en las personas que acuden al balneario por problemas respiratorios o dermatológicos, aunque no se curen del todo.

TRIBUNA ABIERTA

El agua y el ladrillo

El plan termal de la provincia de Ourense habla de construcción, pero no de calidad. No dice nada de para qué son las aguas termales que tenemos ni de cuáles son sus cualidades. Porque no todas las aguas son iguales. Tienen multiplicidad. Unas son apropiadas para tratar dolencias del sistema respiratorio, otras son para la piel, otras para el sistema digestivo... El agua también es energía y tenemos que saber qué valor podemos sacarle a eso. Pero somos un país de ladrillo y lo entendemos todo como ladrillo, construcción y diseño. Y muchas veces ni siquiera son diseños dirigidos al bien que se pretende, el del cliente, buscando su comodidad y su bienestar. En lugar de intentar que el producto haga el mejor efecto sobre el usuario al que se le vende el producto, nos centramos en ladrillo y nos olvidamos de la calidad y las cualidades del agua.

Si uno recorre los balnearios de la provincia, verá donde se encuentran las captaciones y los pocos cuidados que se tienen hacia esas captaciones. El agua la queremos, nos impresiona, pero la dejamos de lado con demasiada frecuencia.

La gran discusión en la capital es siempre el hotel balneario, en lugar del agua, que es la esencia. Comprendo que es más fácil visualizar los metros cuadrados o las fachadas que un elemento que cuando no lo aprovechamos vuelve a correr hacia su cauce natural. Sí es cierto que en los últimos tiempos se ha producido un cierto cambio de visualización hacia los puntos de afloramiento de las aguas. Se han puesto en valor las surgencias, aunque creo que se ha hecho más por motivos estéticos que como una cuestión de principios, de corazón hacia el agua. Creo que es absurdo. Hay que vender la calidad del agua, no el ladrillo.