

BAÑOS DE MONTEMAYOR

Francisco MARAVER EYZAGUIRRE *

Los Balnearios de Extremadura pertenecen clásicamente a la 5.ª Región Hidrológica, es decir, la denominada «Meseta Central Sur». Resaltan, por su importancia, tres establecimientos termales: Alange, El Raposo y Baños de Montemayor. Así, en las cercanías de Mérida, a 18 kilómetros, se sitúa Alange con sus famosas aguas bicarbonatadas, cálcicas, radiactivas, de tan buenos resultados en las enfermedades del sistema nervioso y trastornos mentales; más al sur, en pleno campo y rodeado de olivos, próximo a la ciudad de Zafra, se halla El Raposo: sus aguas son bicarbonatadas, cálcicas, magnésicas, y son características sus aplicaciones de barro, expuestos directamente al sol; por último, en la zona más septentrional de la provincia de Cáceres, entre Las Hurdes y el valle del Jerte, en la comarca natural del valle del Ambroz puerta de Extremadura, se encuentra Baños de Montemayor, concretamente en el kilómetro 86 de la carretera nacional número 630, entre las ciudades de Salamanca y Cáceres, con las coordenadas geográficas: 40° 19' 06" de latitud norte y 2° 10' 18" oeste, en el que se tratan, desde los tiempos más remotos, las enfermedades reumáticas y las afecciones crónicas del aparato respiratorio.

Como indica RIVAS GODAY, «los substratos geológicos de toda la región son silíceos: granitos, gneis, pizarras silíceas más o menos ultrabásicas, cambrianas y también cuarzosas y cuarcitas silúricas». El origen de su manantial se encuentra en la rotura secundaria o haz de falla Béjar-Plasencia que, oblicuamente y cerca de esta última ciudad, se une al batolito o gran falla que se extiende desde Avila hasta el cabo de San Vicente, en Portugal.

HISTORIA

No se sabe si los Vetones, habitantes de estos territorios en la España Prerromana, hicieron uso o no de las fuentes salutíferas; pero se tiene la certeza, de que fueron utilizadas por los Romanos. Baños, situado en plena ruta de la

Plata, de la que se conservan tramos perfectamente, a la misma altura del pueblo, se ha reconocido por algunos autores, como la «Mansio Caelonippo» fundada por el gobernador de la provincia Ulterior, Quinto Caecilio Metello Pío, dados los numerosos hallazgos encontrados, entre los que destacan las monedas de Marco Antonio, Constantino II, Marco Aurelio, Antonio Pío, Trajano y Adriano, y las ofrendas votivas conservadas en el museo del Balneario y estudiadas por el profesor ROLDAN, reflejo del culto a la diosa Salus y, sobretodo, a las Ninfas Caparenses protectoras del manantial, entre los siglos I y III.

Posteriormente, con la decadencia del imperio, la invasión de los Bárbaros y las restricciones cristianas, se produjo un retroceso en la práctica termal, pero no en el uso de estas aguas, y Alfonso LIMON MONTERO, en su obra «Espejo cristalino de las aguas de España» (1697), hace referencia a las virtudes de las mismas y describe las instalaciones, consistentes en un pilón sin cobertizo. En 1761, don Juan de PORRAS ATIENZA; obispo de Coria, ordenó, a sus expensas, la reconstrucción con obras de cantería y su cierre con una bóveda. Esta mejora supuso un gran impulso, y a ellas habrá de añadir las que se realizaron durante el siglo XIX, dispuestas por la Junta administrativa del Balneario, cuyos Miembros actuaban como representantes de los vecinos del pueblo, propietarios a su vez, del establecimiento termal, causa por la cual, no le afectaron las medidas desamortizadoras. Estas mejoras, son descritas con todo lujo de detalles por los Médico-Directores, en sus memorias preceptivas y ya, en nuestro siglo, en 1920, se forma la Sociedad que construyó el Gran Hotel y que actualmente regenta su administración.

CLIMATOLOGIA

Desde el punto de vista climático, Baños de Montemayor es centro de una región natural perfectamente definida por confines fitogeográficos,

* Doctorando de la Cátedra de Hidrología Médica.

determinados fundamentalmente por la pluviosidad y, secundariamente, por la temperatura. No en balde, es lugar de transición de diferentes formaciones de vegetación con cultivos mediterráneos, como: vid, olivo, naranjo e higuera y, también, robles, castaño, manzano, etc., clásicamente Atlánticos. Su paisaje se conserva siempre verde, conociéndose la zona con el sobrenombre de «Jardín de Extremadura» o «Suiza extremeña». Así, en el mismo pueblo de Baños, se recogen precipitaciones anuales superiores a los 1.000 litros por metro cuadrado, y la temperatura media anual varía desde los 12° en Salamanca y 13° en Baños a los 15,5° de Cáceres. Sin embargo, durante los meses veraniegos, que coinciden con la temporada oficial balnearia, la temperatura oscila entre 17° y 24°, siendo las precipitaciones ínfimas. Esta pluviosidad unida, a las horas de sol, 1.500 horas durante este trimestre, y su riquísima vegetación hacen de esta zona un lugar ideal de reposo y veraneo, constituyendo, junto con las poblaciones próximas de Hervás y Aldeanueva del Camino, un rincón predilecto para las vacaciones de los extremeños. También es de considerar que, con una altitud de 705 metros, su situación en un valle entre las sierras de Béjar y Candelario, le protege de los vientos y le presta un ambiente grato, seco y soleado.

Todas estas características climáticas: altitud subalpina, escasas precipitaciones, temperaturas entre 17 y 24° C, ausencia de vientos y ambiente seco y soleado, contribuyen eficazmente a los excelentes resultados proporcionados por las curas en Baños de Montemayor.

CARACTERISTICAS DE LAS AGUAS

Los últimos análisis de estas aguas han sido realizados por LOPEZ AZCONA en 1971, CASARES en 1975, IBERGESA en 1982 y ARMIJO, de la Cátedra de Hidrología Médica, en 1983. Todos ellos acreditan que estas aguas tienen un Residuo seco a 110° C, de menos de 250 mg/l, lo que permite clasificarlas, según el «Código Alimentario de Alimentación» entre las aguas de muy débil mineralización. Por este mismo hecho de su baja mineralización, la relación cuantitativa de los elementos mineralizantes, tiene escasa significación, si bien los estudios analíticos antes referidos, acreditan que son aguas predominantemente bicarbonatadas sódicas; pero lo verdaderamente destacable es su contenido en azufre titulable, que por pasar de 1 mg/l, permite clasificarlas como «sulfuradas» siendo su contenido, según CASARES, de 6,88 mg/l. También en el análisis del profesor CASARES, se evidencia un bajo contenido en radioemanción.

De todo cuanto precede se puede concluir que las aguas de Montemayor son: sulfuradas, bicarbonatadas, sódicas, ligeramente radiactivas.

Las aguas en su emergencia son incoloras y diáfanas, pero con el tiempo pueden tomar color cárdeno, azulado o amarillo-verdoso; con olor a huevos podridos y untuosidad considerable.

En estas aguas es también de considerar la riqueza en materia orgánica, organizada, que se puede identificar con la «glairina» o «baregina» de las aguas sulfuradas francesas, integrada por sulfobacterias y bacterias termófilas, destacando entre ellas: *Beggiatoa alba*, *Thiotrix tenuis*, *Spirillum desulfuricans*, *Choococcus turgidus*, etc., que sedimentan en fondos y paredes de contenedores y conducciones, y que se utilizan en la fabricación de jabones y otros productos.

ACCIONES DE LAS AGUAS

Las acciones específicas de las aguas minero-medicinales son consecuencia directa de su mineralización y características físicas. En nuestro caso, estas aguas sulfuradas, sódicas, bicarbonatadas, ligeramente radiactivas, a nivel de *aparato respiratorio*, mejoran la capacidad funcional, el trofismo celular, la circulación local y regulan el tono vegetativo, las secreciones y ejercen una ligera acción antiséptica, relajadora y espasmolítica.

Sobre las *enfermedades reumáticas* actúan como estimulantes, activadoras de los procesos óxido-reductores, desensibilizantes y antialérgicas, aportando azufre a la estructura del catilago y mejorando la circulación periférica.

A los efectos químicos hay que añadir los físicos, consecuencia directa de las influencias mecánicas y térmicas. El *efecto de flotación o empuje*, se traduce por la facilitación de la movilidad articular y relajación muscular más completa; la *presión hidrostática* favorece el retorno; la *temperatura*, provoca una respuesta vasodilatadora y un aumento en la velocidad de la circulación sanguínea que se traduce en un efecto sedante, relajante y descontracturante muscular, liberándose mediadores del tipo de la acetil-colina, histamina, etc., que mejoran la irrigación y el trofismo celular.

A estas acciones es preciso asociar las *inespecíficas*, secundarias a todo tipo de estimulación y remedo de las respuestas que integran el sistema general de adaptación. Y, por último y no de menor importancia, las acciones psicoterápicas del entorno balneario y de todo lo que conlleva.

INDICACIONES DE LAS AGUAS

Son fundamentalmente las afecciones crónicas respiratorias y los reumatismos.

Entre las *afecciones respiratorias*, destacan las enfermedades nasosinusales y rinofaríngeas crónicas: Rinitis crónicas simples, en las que dificulta su evolución a hipertrófica o atrófica. Rinitis hipertróficas y Rinitis atróficas. En el catarro nasofaríngeo o crónico, revitalizan y estimulan la mucosa. La Laringitis catarral crónica, simple o hipertrófica y de las Enfermedades pulmonares obstructivas crónicas (EPOC) las enfermedades que más se benefician de la cura termal, son la Bronquitis crónica obstructiva y el Asma bronquial, ya que en el Enfisema, sólo mejoran las resistencias del tejido sano.

Actualmente aumentan sin cesar las indicaciones PREVENTIVAS, algunas profesionales de tipo irritativo, como los maestros, sacerdotes y oradores, que tienen que hacer uso frecuente de la palabra en alta voz y de forma destacada en las Bronquitis de los fumadores y, en general, de todos aquellos que se acatarran con frecuencia. Mención especial merecen los extraordinarios resultados que se obtienen en los casos de Asma infantil.

Entre las *afecciones reumáticas* ocupan lugar destacado, los Reumatismos crónicos inflamatorios, con formas estabilizadas y escasos signos inflamatorios. Así en la artritis reumatoidea, para combatir la atrofia muscular, las retracciones y contracturas y prevenir la anquilosis y deformaciones permanentes. En la espondilartrosis anquilopoyética, para evitar la rigidez raquídea y tonificar la musculatura paravertebral y abdominal, etc. Pero el mayor número de enfermos y los mejores resultados se obtienen en los Reumatismos crónicos degenerativos o ARTROSIS en todas sus localizaciones, con notables mejorías desde el punto de vista funcional y subjetivo. Los Reumatismos para-articulares, también se benefician de la cura termal, sobre todo los refractarios al tratamiento farmacológico y fisioterapéutico habitual. Las neuritis y neuralgias, ciáticas, lumbociáticas, etc..., una vez desaparecidos los síntomas neurológicos agudos dan resultados favorables por las acciones relajantes, analgésicas y facilitadoras de la crenoterapia. Los Reumatismos metabólicos, sobre todo los enfermos gotosos, en las formas poliartísticas y en fases intercríticas, se ven facilitados en sus movimientos y en Montemayor, donde son muy numerosas las fuentes juveniles superficiales de arrastre, en bebida ven facilitada la diuresis que tanto necesitan. Cabe destacar los Reumatismos psicógenos, que por las condiciones de todo tipo que se dan en el balneario mejoran espec-

taclaramente. Como colofón, resaltaría los buenos resultados que apreciamos en las Secuelas post-traumáticas. Y cómo no, la enorme cantidad de personas que van a PREVENIR enfermedades, generalmente porque padecieron algún tipo de molestias que desaparecieron en Baños o los muy numerosos con intolerancias digestivas a los fármacos, bien de idiosincrasia o yatrogénicos, que desgraciadamente son tan frecuentes en este tipo de enfermedades y se traduce en pacientes cuyo único tratamiento para su reumatismo es el balneario.

Aunque las aguas sulfuradas son eficaces en algunos tipos de alteraciones de la piel y clásicamente en Montemayor se trataban estas dolencias, durante las cuatro últimas temporadas en que he tenido la oportunidad de colaborar con la dirección médica, no ha sido significativa la asistencia de este tipo de enfermos.

CONTRAINDICACIONES DE LAS AGUAS

La crenoterapia está contraindicada en los brotes agudos o de agudización de todos los procesos reumáticos, sean inflamatorios o degenerativos. En el reumatismo poliarticular agudo, la poliartritis crónica evolutiva en fase activa, las artritis infecciosas, reumatismos para-articulares en fase aguda o suaguda y por supuesto en las conectivopatías. En todos los procesos respiratorios infecciosos en fase activa y enfermedades agudas de cualquier localización, en las bronquitis secas hemoptóicas, en el cor pulmonale y en general en todas las causas de contraindicación de la cura termal como son: ulcus gástrico duodenal, hipertensión grave, nefritis, diabetes descompensadas y estados caquécticos y enfermedades anergizantes, neoplasias, tuberculosis, etc.

TECNICAS DE APLICACION

Las técnicas empleadas son:

— *Baños generales y parciales* con una duración de diez a quince minutos y temperatura de treinta y cuatro a treinta y nueve grados centígrados.

— *Chorros* sobre la región afectada durante tres o cinco minutos y cuarenta y dos grados de temperatura.

— *Inhalaciones* de una duración de diez a veinte minutos, en tandas de mañana y tarde.

— *Pulverizaciones y Duchas nasales* durante diez minutos.

Me satisface adelantar como primicia, que fruto de la inquietud constante de la administración del establecimiento, esta temporada en-

trarán en funcionamiento servicios de aerosol-terapia, que completarán las técnicas de aplicación a los enfermos respiratorios. Además existen estudios para aumentar las prestaciones con salas de nebulización, estufas de vapor y piscina termal, que esperamos sean una realidad en sucesivas temporadas. Mejorando, si cabe, la asistencia a los agüistas que concurren a Montemayor.

DIRECCION

Médicos del Cuerpo de Aguas Minero-Medicinales, Inspectores de Establecimientos Balnearios. Actualmente: los Doctores Bastardés Rodríguez y Maraver Perea.

ADMINISTRACION

Don Angel Yubero Cárcamo.

Mención especial merece en este apartado la figura de don Miguel Ferrero Pardo, quien durante más de sesenta años y hasta su fallecimiento el pasado año, estuvo al frente de la citada administración. El y los habitantes de Baños son los verdaderos artífices de la expansión del Balneario, que en épocas críticas para los centros termales en general, han conseguido duplicar su concurrencia y sentar las bases para la continuidad de esta tendencia.

HOSPEDAJE, HOSTELERIA, GASTRONOMIA,

EXCURSIONES, COMUNICACIONES

Hospedaje:

Baños de Montemayor resuelve el problema del alojamiento con una oferta de 8.000 camas, que se distribuyen así:

- Hoteles de 1 estrella: Hotel Balneario.
- Hostales de 2 estrellas: Hostal Eloy y Hostal La Glorieta.
- Hostales de 1 estrella: Hostal Anexo, Hostal Paniagua, Hostal Domingo y Hostal Las Andaluzas.
- Pensiones y casa de huéspedes en general.
- Apartamentos y chalets.

Hostelería:

- Restaurantes: Restaurante Eloy, Restaurante La Glorieta y Restaurante Vía de la Plata.
- Mesones típicos: El Refugio, Barbacoa y El Solitario.

Distracciones:

- Piscina Municipal.
- Campo de Football y Polideportivo.
- Discoteca y Sala de Fiestas.
- Café-concierto en Hotel Balneario todos los sábados.
- Fiestas Patronales, 30-31 de agosto y 1-2 de septiembre.

Gastronomía:

- Gazpacho extremeño, Cojondongo y Embutidos de Montánchez, Migas, Calderetas, Frite extremeño y Perdiz al modo de Alcántara.
- Dulces: Perrunillas, Tortas el Calvario y Roscas fritas.
- Vinos: Montánchez, Cañamero, Grampal y Aceuchal.

Excursiones:

- Ruta 1:
BAÑOS - CANDELARIO - LA GARGANTA
BAÑOS.
- Ruta 2:
BAÑOS - HERVAS - PUERTO DE HONDURAS - VALLE DEL JERTE - PLASENCIA
BAÑOS.
- Ruta 3:
BAÑOS - PLASENCIA - PARQUE NACIONAL DE MONFRAGUE - BAÑOS.
- Ruta 4:
BAÑOS - PLASENCIA - CUACOS - JARANDILLA DE LA VERA - MONASTERIO DE YUSTE - MONASTERIO DE GUADALUPE
BAÑOS.
- Ruta 5:
BAÑOS - BEJAR - LA ALBERCA - PEÑA DE FRANCIA - LAS BATUECAS - SIERRA DE GATA - LAS HURDES - EMBALSE GABRIEL Y GALAN - BAÑOS.
- Ruta 6:
BAÑOS - CORIA - ALCANTARA - CACERES - BAÑOS.
- Ruta 7:
BAÑOS - BARCO DE AVILA - GREDOS
BAÑOS.
- Ruta 8:
BAÑOS - SALAMANCA - BAÑOS.

Comunicaciones:

- Desde Madrid, Autocar directo con salida de la Estación Sur de Autobuses. drid-Avila

Itinerario recomendado por carretera. Madrid - Avila - Piedrahíta - Sorihuela - Béjar Baños. 230 Kms.

— Desde Cáceres, Autocares directos hasta el balneario y Salamanca.

— Desde Sevilla y Mérida, Líneas de Autocares Sevilla-Valladolid.

Oficina de Información y Turismo:

— Parque Concas.

BIBLIOGRAFIA

- ARMIJO VALENZUELA, M. (1968) «Compendio de Hidrología Médica». Ed. Cient. Med., Madrid.
- ARRIBAS, Antonio, y JIMENEZ, Emiliano (1971) «Memoria explicativa de la hoja n.º 43, denominada Plasencia del Mapa Geológico de España». Instituto Geológico y Minero de España. Imprenta Ideal, Madrid.
- BODEGAS FERNANDEZ, María Isabel, y GUTIERREZ ROMO, Sicilia (1978) «Memoria del conjunto provincial de Cáceres». Instituto Geográfico Nacional.
- CORDOVA Y YECORA, Tirso (1864) «Noticias sobre el establecimiento de baños minero-medicinales sulfurados termales de Montemayor». Madrid.
- CRESPO Y ESCORIAZA, Benito (1889) «Breve reseña de las aguas sulfurado-sódicas termales de Montemayor o Baños». Imprenta de F. Aguilar y Alvarez. Béjar.
- DIAZ Y PEREZ, Nicolás (1880) «Baños de Baños. (Viajes por mi patria)». Madrid.
- HERAS NIETO, Gregorio (1965) «Banium-Banienses, Baños de Montemayor-Baños de Béjar». Imprenta de Esteban, Aranda de Duero.
- HERNANDEZ DIAZ, Erasmo (1971) «Baños de Montemayor (Puerta de Extremadura)». Edit. Extremadura, Cáceres.
- JARAQUEMADA, María Socorro (1985) «Balnearios Extremeños». P.S.N., n.º 12, Ene.-Feb. 20-23.
- JIMENEZ Y SANCHEZ, Patricio (1862) «Memoria acerca de las Aguas minero-medicinales del pueblo de Baños de Montemayor y Béjar, en la provincia de Cáceres, correspondientes a la temporada de 1860». Imprenta de Manuel Rojas, Madrid.
- LOPEZ DE AZCONA, J. M. (1975) «Consideraciones sobre el manantial minero-medicinal de Caldas de Montemayor». An. R. Ac. Far., 4, 101-116.
- MARAVER EYZAGUIRRE, F. (1984) «Baños de Montemayor. Comentarios a una estadística personal». Reumatol. Pract. 3, 83-86.
- MARTINEZ SERRANO, Francisco (1842-1843) «Investigaciones Hidrológicas... sobre el manantial termal... de Baños de Montemayor y Béjar». Plasencia.
- RAMIREZ RAMIREZ, E. «Extremadura en la época romana; sus balnearios o fuentes termales. Discurso pronunciado en el «Hogar extremeño en Madrid», el 11 de Enero de 1985..
- RIVAS GODAY, S., y SANCHEZ EGEA, J. (1975) «Fisiografía y paisaje vegetal de Baños de Montemayor (Cáceres)». An. R. Ac. Far. 4, 51-100.
- RODRIGUEZ SOLANO, Cristóbal (1838) «Manual del enfermo bañista en el establecimiento de aguas minerales medicinales de Baños en la provincia de Cáceres». Imprenta de Manuel Ramos, Plasencia.
- ROLDAN HERVAS, José Manuel (1965) «Las lápidas votivas de Baños de Montemayor». Zephyrus, XVI.
- IDEM (1971) «Iter Ab Emerita Asturicam. El Camino de la Plata. Memorias del Seminario de Prehistoria y Arqueología». Universidad de Salamanca.