

BALNEARIO DE CARBALLINO

José M.^a ALVARO-GRACIA SANFIZ *

El «Gran Balneario de Carballino» se encuentra situado en la Villa de su nombre, en la zona N-O de la provincia de Orense, cercano a la capital, de la que dista 28 Km. por carretera, y en la línea del ferrocarril Madrid-Zamora-Santiago-La Coruña; estratégicamente ubicado en el cruce de importantes vías de comunicación y en las inmediaciones del casco urbano, con fácil acceso a pie y amplios aparcamientos de vehículos en sus alrededores. Dispone de un extenso parque ajardinado y de frondoso arbolado, bordeado por el río Arenteiro.

HISTORIA

No se conoce exactamente la antigüedad del balneario y no parece presumible que fueran ya utilizados por los romanos como parece ser cierto con otras fuentes cercanas, como Partovia y Beran. A partir del siglo XVIII encontramos ya mención con el nombre «Poza de Sanar» en el libro de D. Pedro GOMEZ DE BEDOYA Y PAREDES «La Historia Universal de las fuentes minerales de España» (1764) y como tal balneario se consigna oficialmente en 1816. Por primera vez se nombra un médico director del mismo y de Partovia, cargo que recae en D. Desiderio Varela que precisamente publicó «La memoria de aguas minerales de Galicia», recibiendo un premio en la Exposición Regional de Lugo en 1877. Todo lo cual aparece en los «Anales de la Sociedad Española de Hidrología Médica», 1878, tomo II, núm. 5.

ESTUDIO GEOLOGICO

Resulta curioso constatar que en la región S-E de Galicia, coincidiendo con la provincia de Orense, emergen el mayor número de fuentes termales de Galicia, sin que se manifiesten alteraciones geotérmicas que lo expliquen (P. ARAUJO NESPEREIRA). El balneario de Carballino se encuentra en el marco geológico del macizo de la antigua Hesperia, sobre materiales del Precámbrico Superior al Carbonífero (SEARA VALERO), en una formación metasedimentaria de Galicia central, estrecha franja que se extiende desde Santiago hacia el S-W siguiendo directrices del

movimiento de plegamiento herciniano durante los periodos del Carbonífero y del Pérmico. Estos sedimentos están constituidos preferentemente por rocas graníticas: cuarcitas, grafitos, metavulcanitas, silicatos cálcicos, etc. Son rocas plutónicas que pertenecen a la primera de las dos series clásicas del N-W Hespérico; la granítica alcalina (estudiada por CAPDEVILA en 1969 y por CAPDEVILA y FLOR en 1970); en la citada zona noroccidental de Galicia.

Las aguas minerales, seguramente de origen meteórico, acumuladas en los depósitos profundos, entre 2.000-3.000 m y a temperaturas de 100-140° C, emergen a través de los planos de fractura (falla, grieta o hendidura) hasta la superficie, a la temperatura de 28° C en el manantial principal y a 22° C en el estanque o fuente de San Roque. Temperaturas que con muy escasa variación permanecen durante la época fría del invierno; constancia que se repite en cuanto al abundante caudal de la fuente principal.

COMPOSICION Y ANALISIS DE LAS AGUAS

Estas aguas emergen con un aspecto claro, cristalino, con un ligero tinte amarillento-verdoso cuando se observa en gran cantidad, matiz característico de las aguas sulfuradas, insípidas y con olor ligero a huevos podridos, por el sulfhídrico, en el manantial y que aumenta al ser expuesta al aire. La temperatura hipotermal de 28° C resulta templada en las frescas mañanas del verano carballinés y muy agradables de temperatura en las calurosas tardes del verano.

En cuanto al análisis químico, hasta época reciente sólo se disponía del análisis practicado en 1910 por el Prof. CASARES GIL, catedrático de la Facultad de Farmacia de Santiago, por cierto completísimo si tenemos en cuenta los medios de laboratorio de que se disponía entonces. El último análisis practicado por IBERGASA (1982) acredita que las aguas de Carballino pueden clasificarse como hipotermas, sulfurado-sódicas, bicarbonatadas, sulfatadas, litínicas, fluoruradas,

* Médico Director del Balneario.

ligeramente alcalinas y escasamente radiactivas. También es de señalar el hallazgo de otros componentes como: el bromo, bario, estroncio, etc.; componentes que no es frecuente aparezcan juntos en disolución a esta temperatura y que quizá permitan explicar las variadas aplicaciones de estas aguas que pueden parangonarse con las mejores de Europa, como Montecatini en Italia, Karlovy Vary en Checoslovaquia, etc.

CRENODINAMIA

El fundamento científico de la acción fisiológica de esta clase de aguas, se debe a las acciones de los diferentes iones y a las condiciones físicas de las mismas, por ejemplo: la concentración de hidrogeniones expresada por su pH, nos garantiza su alcalinidad que debe influir en los procesos metabólicos de fosforólisis en las mitocondrias del hepatocito enfermo, y contribuyendo a su regeneración. Por otra parte este efecto alcalinizante, debe repercutir favorablemente en la acidosis diabética, favoreciendo la utilización de la glucosa por los tejidos y la recuperación del glucógeno hepático, muscular, etc.; contribuyendo a disminuir la hiperglucemia y, por lo tanto, a la mejoría que experimentan los diabéticos al utilizar estas aguas. Por otra parte, esta misma acción alcalina debe de aumentar la actividad enzimática de los fermentos digestivos del duodeno que tienen su nivel óptimo de actividad por encima de un pH 7,0 y a una temperatura de 38° C. Trabajos de investigación con aguas sulfuradas, realizados por MESSINI en Italia, LOEPER en Francia, GUIMARAES en Portugal y GONZALEZ y colab. en España, corroboran lo antedicho. Los realizados por ARMIJO y colab. con aguas de Carballino, Cofrentes, etc., avalan la teoría de la función antitóxica y hepatoprotectora de esta clase de manantiales y explican su aplicación para el tratamiento de las enfermedades del hígado en las que de alguna manera se encuentra afectado el hepatocito.

También a nivel del estómago debe mencionarse la acción antiácida, alcalinizante, de las aguas de Carballino, al inhibir a la enzima pepsina o a través de su precursor el pepsinógeno; lo que explicaría su acción en las gastritis hiperpépticas e hiperclorhídicas.

Consideremos que la existencia de sulfatos en la composición de estas aguas debe influir sobre la actividad contráctil de la vesícula biliar y acción relajante sobre el esfínter de Oddi, lo que explicaría su acción laxante y colagoga así como su actividad colerética, según trabajos de SEBASTIÁ ABREU y otros.

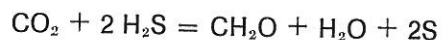
Hemos visto la crenodinamia de las aguas de Carballino en relación con los compuestos quí-

micos y condiciones físicas, ahora vamos a individualizar sus acciones debidas a los iones que llevan en disolución y a las sales que forman. No debemos considerar esta clase de manantiales como «sulfurosos» puesto que no se encuentra en las mismas el anión SO_3 sino azufre titulable bivalente en forma reducida y en cantidad superior al mínimo admitido de 1 mg/L (ARMIJO VALENZUELA) y las denominaremos con él aguas sulfuradas. Su contenido en calcio, 6 mg/L = 0,29 meq./L; en sodio, 48 mg/L = 2,8 meq./L y en carbónico, 79 mg/L = 1,29 meq./L califican estas aguas como únicas en su especialidad. El magnesio, aunque en menor cantidad, 0,2 mg/L = 0,01 meq./L resulta importante por su actividad como relajante muscular y sobre el S.N.C. así como su función activadora de enzimas de los tejidos muscular, miocárdico y hepático.

La débil mineralización de estas aguas las hace útiles para su aplicación en bebida en el mismo manantial pero su inestabilidad y la facilidad de descomponerse en poco tiempo, complica su posible embotellamiento. La ingesta en bebida de este agua, dependiendo de la cantidad, influye necesariamente sobre los jugos digestivos, diluyéndolos, y aumentando su secreción así como favoreciendo el peristaltismo intestinal; por lo que es muy conveniente adecuar la cantidad en cada toma y el número así como el ritmo de la bebida, en cada enfermo, individualmente.

Advirtamos que la temperatura de estas aguas hipotermas a 28° C, influye frenando la motilidad intrínseca del intestino, lo que explicaría su utilización en los procesos que cursan con diarrea así como la fama de este balneario para el tratamiento de las enteropatías colíticas.

La materia orgánica de estas aguas, aunque escasa y mal estudiada, debería ser aprovechada. Está formada principalmente por «baregina», sulfobacterias que viven en estas clases de aguas asimilando el sulfhídrico por oxidación del hidrógeno sulfurado, dejando azufre libre:



Reacción algo hipotética pues no ha podido obtenerse aldehído fórmico. Tanto estas sulfobacterias filamentosas como otras que se forman en estas aguas, han resultado totalmente inofensivas para el organismo humano. El efecto benéfico de esta flora consiste en que asimilando el sulfhídrico, limita su absorción digestiva, favorece el desprendimiento de azufre, la formación de sulfuros y polisulfuros que elaborados por dichas bacterias, son más útiles que los de procedencia mineral.

CASARES GIL encontró algunos hongos «briofitas» en este balneario de Carballino y en otros: Liérganes, Cuntis, Puente Viesgo, etc.

Nunca se forman peloides en esta clase de aguas aunque pueden encontrarse coloides, es decir, cambios del estado de dispersión de las moléculas disueltas en el agua que se manifiestan con ciertos cambios de temperatura, humedad, etc.; precisamente en algunos días del verano y a primera hora de la mañana pueden observarse estos fenómenos en el manantial del estanque de San Roque en Carballino.

Pienso que sería interesante profundizar en el estudio de la «flora» de estas aguas, sus cambios físico-químicos y los que se producen a nivel de su estructura molecular, como base para intentar aclarar algunas de las acciones crenodinámicas de estas aguas mineromedicinales.

En cuanto a la radiactividad de estos manantiales a los que se les titula como aguas escasamente radiactivas. La radiactividad se debería al «radón», pero no se dispone de medidas precisas al respecto.

La temperatura de estas aguas es de 28° C o 27° C según hemos podido constatar nosotros, y acreditan los últimos análisis. Según el criterio propuesto en el último congreso internacional de Praga 1969, se consideran aguas termales las que exceden de 20° C, por lo que las de Carballino deben considerarse como hipotermas o templadas. La temperatura genética de estas aguas, medida por geotermómetros, parece ser de 102° C, suponiéndose que la profundidad del manantial debe estar a 3.400 m. y la profundidad del almacén acuífero a 2.550 m. (SEARA VALFRO y ARAUJO NESPEREIRA, 1984-85).

CLIMATOLOGIA

La villa de Carballino, situada al N-W de la provincia de Orense, y a 425 m. de altitud sobre el mar, disfruta de un clima de media altura, casi de montaña, y de poca humedad; la temperatura media anual es de 12° C y durante el verano, en cuyo período funciona el Balneario, es la siguiente:

Mes	Máx.	Mín.
Julio	27° C	12° C
Agosto	25° C	11° C
Septiembre	22° C	10° C

Las temperaturas extremas que durante el verano pueden alcanzarse son de 30° a 32° C en el centro del día y de 9° C durante la noche. Las mañanas frescas y las tardes calurosas en los

soleados días del verano representa la tónica general del clima carballinés. En cuanto a los vientos, suelen ser moderados en esta época, un poco más fuertes si son del N-NE, con cielos muy despejados; nublados cuando lo son del N-O amenazando temporal de lluvias procedentes del Atlántico y bastante calurosos cuando soplan del S-S.O, que terminan por producir tormentas. Podemos decir que Carballino, en verano, goza de justa fama como estación veraniega, fresca para los que gustan huir del calor y seca y soleada para los que están saturados de humedad y mal tiempo. Por otra parte, la atmósfera está limpia y desprovista de contaminación, de polvo y de alérgenos, por lo que resulta idónea para complemento del tratamiento crenoterápico de los enfermos con asma bronquial y con problemas de insuficiencia respiratoria.

INDICACIONES

Comenzaremos por lo que denominamos indicaciones principales o preferentes y que según nuestras estadísticas, avaladas por 30 años de experiencia como médico de este balneario, el 70 % de las enfermedades que tratamos son de **aparato digestivo**, pudiéndose catalogar como funcionales y de las que desconocemos su etiología. Los enfermos, en el interrogatorio, mencionan pesadez digestiva, digestiones lentas con aerofagia, eructos pertinaces, dolores abdominales que pretenden localizarlos en la región hepática, inflazón abdominal, náuseas en ayunas o antes de algunas comidas, incluso vómitos, estreñimiento y a veces diarreas. Estos cuadros pueden considerarse «dispepsias funcionales», bien sean de tipo hiperestésico con hipermotilidad gastro-entérica o hipoesténicos, con atonía.

Las gastritis crónicas sin lesión orgánica, son susceptibles de tratamiento con estas aguas de Carballino, obteniéndose muy buenos resultados, y después de curas durante varias temporadas puede llegarse a su total curación. Las gastritis atróficas crónicas, por lo general refractarias al tratamiento medicamentoso, suelen beneficiarse con el tratamiento en este balneario. En la úlcera gástrica o duodenal tratadas con medicamentos, deben aprovechar los períodos de descanso de medicación, para realizar la cura balnearia.

Uno de los problemas digestivos que con mayor frecuencia se presentan es el del estreñimiento crónico, más en dependencia con una colicistitis crónica que en su forma espástica; ambas se tratan con favorable resultado con las aguas sulfuradas de Carballino.

En las diarreas crónicas, tanto de origen endógeno, procesos intestinales, colitis y enterocolitis; como extraintestinales: hipoclorhídricas,

pancreopatías, hepatopatías, que cursan con síndrome predominante diarreico; como en las exógenas: tóxicas, alimentarias, infectivas, etc.; deben ser tratadas en este balneario. En las formas agudas debe evitarse el tratamiento con aguas minerales. Las diarreas de fermentación y putrefacción que aparecen frecuentemente en niños y jóvenes, deben ser tratadas también con aguas sulfuradas, como las de Carballino; empleando al mismo tiempo, la balneación con ducha subacuática para contrarrestar las manifestaciones dolorosas abdominales que acompañan muchas veces a estos cuadros patológicos.

Las enteritis, las colitis y las formas mixtas de dudosa etiología y mal definida sintomatología, que se presentan con problemas de nutrición y malabsorción intestinal, suelen mejorar el estreñimiento, siempre que se dosifique la cantidad de agua en bebida y la frecuencia de las tomas, así como la lenta progresividad, lo que necesariamente exige un tiempo prolongado (de 20 a 30 días) en el balneario.

Las distonías neurovegetativas con labilidad intestinal, las afecciones inflamatorias del colon, no etiquetables e incluso la «colitis ulcerosa» en períodos de poca actividad y sin enterorragias, se benefician extraordinariamente de un tratamiento prolongado en el balneario.

Como resumen de este grupo de enfermedades, podemos decir: que la mayor parte de las enteropatías crónicas tanto funcionales como orgánicas son candidatas a un tratamiento hidromineral con aguas sulfurado-sódicas hipotermales como las que se utilizan en el balneario de Carballino.

En las **afecciones hepáticas y hepatobiliares**, recomendamos al lector la lectura del comunicado que aparece también en este número y en relación con el tratamiento hidromineral en Carballino; no obstante vamos a resumir aquí los procesos de este grupo que pueden y deben tratarse en dicho balneario. Trastornos funcionales hepáticos que producen en el enfermo insuficiencia hepática, con o sin síndrome dispéptico. Hepatitis crónicas por virus A y B, o en las «No A y No B» así como en las yatrogénicas, alcohólicas, autoinmunes, porfíricas, etc.; pueden ser tratadas con éxito en este balneario durante tres-cuatro semanas completando después su estudio con la analítica correspondiente. En las cirrosis hepáticas leves o estabilizadas, puede intentarse un tratamiento de esta clase aunque sin garantía alguna. La litiasis biliar con o sin cólicos hepáticos. Las litiasis biliares intervenidas (colecistectomizados) durante el período postoperatorio y en los años siguientes, debido a la acción antilítogénica de estas aguas. Las co-

lecistitis no calculosas y las colecistodisquinesias en las que predominan las molestias dispépticas y las colangitis.

La variada composición química de estas aguas justifica su aplicación en enfermedades del **aparato respiratorio**. Las aguas sulfurado-sódicas de Carballino ejercen también las siguientes acciones: antiséptica o antibiótica con determinados gérmenes, antitóxica, sobre ciertos venenos y sus toxinas; antialérgica y antianafiláctica, demostrada por investigación en animales y por experiencia clínica; acción trófica y plástica, debido al azufre y compuestos como el ácido mucotinsulfúrico, que se encuentra en el moco rinofaríngeo, traqueal y bronquial; energética por su intervención en los procesos de óxido-reducción celular, transmetilación, etc., y son el fundamento para su utilización en los siguientes procesos: enfermedades catarrales orofaríngeas (rinitis, rinitis alérgicas, corizas crónicas estacionales, rinofaringitis y laringitis subagudas o crónicas (fumadores profesionales, mineros, etc.); bronquitis crónicas y bronquitis obstructivas crónicas (asma bronquial). En estos procesos a la acción favorable de las aguas, se une la de las acciones de un clima: el de Carballino en verano, de media altura, desprovisto de pólenes y alérgenos y con un grado de humedad óptimo.

La acción antiflogística de estas aguas, se aprovecha también en balneación, aumentando su temperatura (calentándolas artificialmente) para su aplicación a temperaturas entre 34° y 42° C, siendo utilizadas en **procesos reumáticos**: artritis, artrosis, espondilitis, lumbalgias, neuritis y lumbociáticas, gota uricémica y en algunas **ginecopatías** como anexitis, etc. Estas aguas azufradas resultan de gran utilidad en algunas **dermopatías** (alérgicas, accemas, psoriasis, pruritos, etc.); enfermedades por las que acuden también a este balneario muchos pacientes.

CONTRAINDICACIONES

En primer lugar todos los procesos neoplásicos o tumorales malignos, cualesquiera que sea el momento evolutivo. Después todos los procesos agudos o subagudos o de reagudización del aparato digestivo: úlcera gástrica o duodenal en actividad, cirrosis hepática confirmada, cardiopatías descompensadas, hipertensión arterial grave (las formas leves mejoran con la balneación a 34-36° C).

CRENOTECNIA

Comenzaremos por la forma preferente de utilización de estos manantiales que es la **cura hidropínica** o de agua en bebida, cogida directa-

mente de la fuente, con vaso de cristal graduado, perfectamente limpio, y enjuagado con la propia agua mineral.

La cantidad total diaria y en cada toma, las pausas y el horario, dependerá de la enfermedad y del propio agüista (edad, sexo, peso) y deberá ser siempre prescrita por el médico hidrólogo y controlada por él. Como norma general la bebida más importante conviene hacerla antes del desayuno, fraccionándola en dos o tres tomas con intervalos de 15 a 20 minutos, durante los cuales se puede pasear o descansar, si el curista es muy mayor o sufre alguna enfermedad cardio-respiratoria que así lo determine. La mayoría de los curistas prefieren pasear y realizar algún ejercicio físico, incluso los jóvenes corren y trotan, «jogging».

En cuanto a la cantidad de agua por cada vaso, también es muy variable; lo más frecuente es comenzar por 50 a 100 ml cada una, en el primer día; en los siguientes se va aumentando progresivamente las cantidades entre 10 a 20 ml en todas las tomas iguales hasta llegar, en los días siguientes hasta un máximo de 150 a 250 ml por vaso. La segunda ingesta de agua y en las mismas cantidades de la mañana, puede hacerse una o dos horas antes de comer, fraccionada también en dos o tres vasos. Por la tarde, pasadas tres horas de la comida del mediodía, puede tomarse algún vaso, en la misma cantidad que correspondió en los de la mañana. Esta sería una pauta general que desde luego puede ser cambiada por el médico pero nunca por el agüista, sin contar con él. Es también válida, por lo general, para años sucesivos si el médico así lo estima. La observancia de estas pautas en la prescripción y toma del agua es muy conveniente para evitar problemas de «plenitud» o intolerancia al no ser rigurosamente obedecidas por el agüista.

Las aguas de Carballino al beberse, a pesar de su ligero olor a sulfhídrico, no resultan desagradables al paladar por carecer de sabor y su temperatura de 28° C resulta especialmente tolerable para los enfermos catarrosos, hepáticos y biliares que no soportan, por lo general, las aguas frías en ayunas.

La **aplicación tópica** de estas aguas en **baños completos, semibaños, duchas y chorros** directos o subacuáticos, gozan de todas las cualidades hidroterápicas comunes más las específicas de estas aguas minerales, al ser absorbidos por la piel, los correspondientes iones. La acción hidroterápica principal se debe al principio de flotación de Arquímedes determinante de una reducción del peso grávido hasta $\frac{1}{10}$ - $\frac{1}{12}$ del peso total del individuo; lo que permite la movili-

dad general de las articulaciones con el menor trabajo muscular y el mínimo dolor, muy de tener en cuenta en los procesos reumáticos, especialmente de las grandes articulaciones o de la columna vertebral. El aumento de la presión hidrostática alrededor del tórax, abdomen y extremidades, aumentan el flujo sanguíneo, el retorno venoso al corazón derecho, que unido a la vasodilatación arterial periférica por efecto del calor, a la hipotensión arterial y a la disminución del flujo coronario durante el baño caliente, puede ser determinante de trastornos en personas de edad avanzada o que sufren alguna cardiopatía. Estos efectos son más llamativos e importantes cuando la temperatura del baño alcanza los 40° C o más y no se manifiesta a temperatura de 34° C.

Los chorros y duchas locales, pueden emplearse en el interior del agua, chorro subacuático o directamente sobre el cuerpo con el paciente de pie, sentado o en cualquiera de las zonas que quedan al descubierto: hombros, cuello, brazos, piernas, etc. Con el chorro a través del agua, se puede influir concéntricamente en la región abdominal, hepática, lumbar, etc., aprovechando el efecto de suave masaje que se produce en la zona elegida.

Los chorros directos fuera del baño, en habitación adecuada, deben aplicarse modificando la temperatura, la distancia y la presión del agua; con una duración que oscila entre 5 a 10 min., en cabina y de 2 a 3 min. en el baño.

El número total de aplicaciones locales es también muy variable pero advirtiéndose que la mala costumbre de los nueve días y nueve baños debe ser abandonada por insuficiente. Lo más razonable parece ser entre 15 y 20 días con aplicaciones diarias o con alguna interrupción.

La **ducha rectal** o enteroclistis puede realizarse con aparatos especiales o con irrigadores de gran capacidad y un soporte graduable en altura con una goma y cánula rectal, que deben estar esterilizados. La temperatura del agua puede ser la de emergencia (28°), que resulta fría para el intestino pero muy indicada en los casos de estreñimiento o calentada para ser utilizada en las irrigaciones vaginales. Estas duchas pueden aplicarse en el propio baño o fuera de él.

Otras de las aplicaciones de estas aguas de Carballino consisten en utilizar los **pulverizadores** o los **inhaladores**; aparatos que hoy han sido sustituidos por los modernos **nebulizadores**, que producen gotitas de muy pequeño tamaño, entre 20 y 0,5 micras, que permiten la aerosolterapia con penetración a lo largo del árbol respiratorio hasta el mismo saco alveolar.

CRONOCRENOTERAPIA

Nos referimos a la época estacional, duración y ritmo que se debe emplear con las aguas del establecimiento balneario de Carballino. En un trabajo anterior que publicamos en esta Revista (ver bibliografía) comentamos la importancia en crenoterapia de los biorritmos y de la cronopatología, con sus aplicaciones al tratamiento con aguas mineromedicinales.

En cuanto a la época estacional en Carballino, debemos tener en cuenta el clima del lugar, en este caso la villa de Carballino, que hemos descrito ya y según el cual la época idónea para el tratamiento crenoterápico en las enfermedades susceptibles del mismo, es el verano; tanto para enfermos digestivos, como reumáticos, como del sistema respiratorio. Solamente las enfermedades reumáticas degenerativas (artrosis, coxartrosis, espondilosis, etc.), pudieran ser tratadas en otras épocas del año siempre que el establecimiento balneario se acondicionara y tuviese las instalaciones hoteleras adecuadas, lo que evidentemente no es factible actualmente en Carballino.

En resumen, es el verano la época en que deben acudir al balneario de Carballino los que lo necesiten, siendo indiferente hacerlo en el mes de Julio, Agosto o Septiembre. La duración de la cura debe adaptarse individualmente en cada caso, teniendo en cuenta la edad del agüista, su enfermedad, curso de la misma y especialmente el estado del paciente, así como si es su primera asistencia o si reincide. Las anticuadas fórmulas: septenario, novenario, etc., deben ser olvidadas por carecer de base científica y clínica; los períodos cortos de 9 a 12 días tampoco resultan satisfactorios y únicamente están determinados por circunstancias diversas pero no médicas. Aconsejamos una estancia mínima de 15 días, para contrarrestar los efectos de la po-

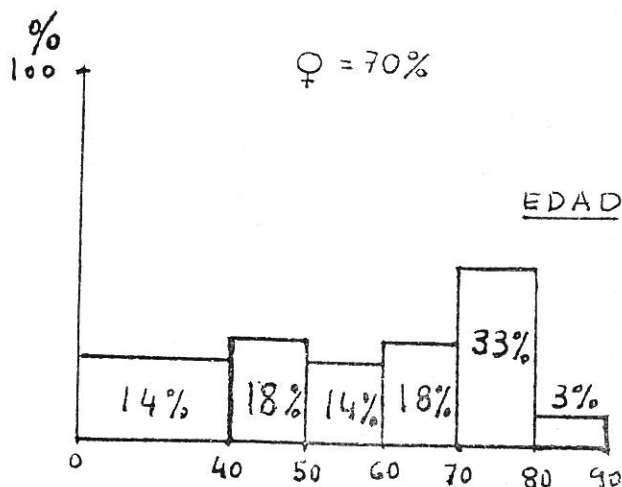
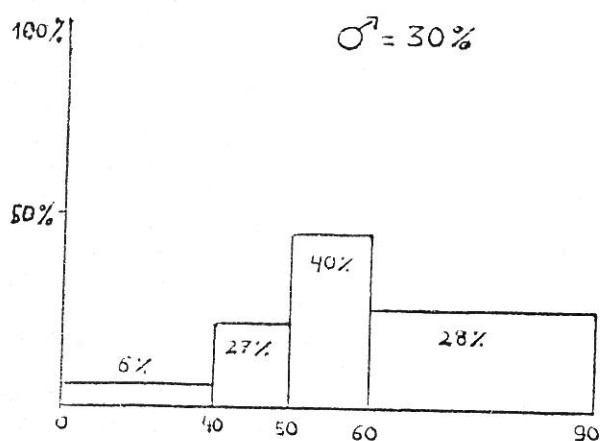
sible «reacción termal» y no sobrepasar las tres semanas, para evitar la saturación o «fatiga termal», ambas más frecuentes en el tratamiento tópico que en la cura hidropínica.

En cuanto al ritmo horario más conveniente en el tratamiento crenoterápico ya lo hemos indicado con el agua en bebida. Para los baños y chorros dependerá también de la enfermedad a tratar. En los procesos que cursan con algias y rigidez matutina, deben bañarse a primeras horas de la mañana y descansar a continuación o después del desayuno una hora. En aquellas personas que no desean madrugar, lo pueden tomar una o dos horas antes de la comida del mediodía y en los casos que prefieran temperatura ambiente más alta o sufran dolores nocturnos, es más conveniente bañarse a última hora de la tarde y acostarse pronto.

Los enfermos afectos de asma bronquial, bronquitis obstructiva, etc., deben realizar el tratamiento de aerosoles y nebulizaciones por las tardes, para aprovechar el reflejo broncodilatador circadiano y sumarlo con el efecto crenoterápico del inhalador.

DEMOGRAFIA

El estudio estadístico en cuanto a los pacientes que acuden al balneario de Carballino, tomando como muestra el año 1988, es el que sigue. En cuanto al sexo, preferencia para la mujer entre el 60-70 %. La edad con más agüistas para la mujer es la comprendida entre 41-80 años (33 %); siendo muy escaso el número de las de menos de 40 años y alcanzan un 16 % cada uno de los grupos entre 51-60 y de 71-80 años; de más de 80 sólo el 4 %. Para los varones: la máxima frecuencia entre los 51-60 años (39 %); de 61-70 y de 71-80, reunidos, el 28 %, y de menos de 40, el 5 %.



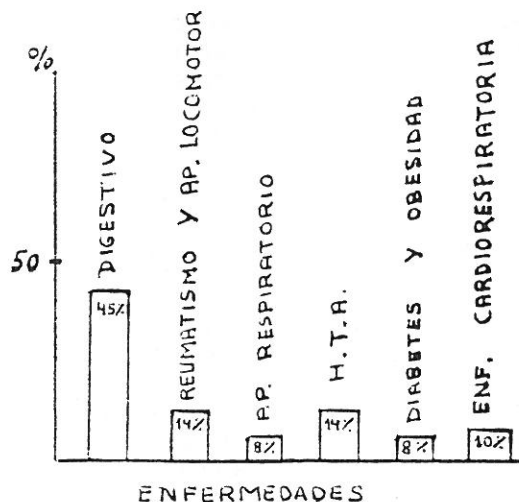
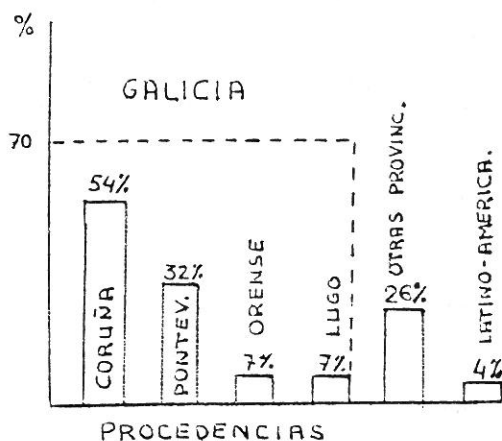
En cuanto a su procedencia: el 70 % del total son de Galicia: Coruña, 54 %; Pontevedra, 32 %, Orense y Lugo el resto, por este orden.

Respecto a La Coruña es la zona N-W la de mayor contingente: Carballo, Sta. Comba, Negreira, Muros y Noya, Mugía, Finisterre y Cee. De Pontevedra, la zona de Vigo, Villagarcía, Cambados, Isla de Arosa y La Guardia.

De Madrid acudieron un 4 %, número que se ha reducido a la mitad en esta última década. Del extranjero nos visitaron un 3 %, los cuales

son en su mayoría de Latinoamérica: Argentina, Uruguay, Brasil, Venezuela y México.

Estadísticamente los grupos de enfermedades tratadas varían muy poco de unos años a otros; en el verano del 88 observamos: del aparato digestivo, el 45 %; procesos reumáticos y del aparato locomotor, 14 %; respiratorio, 8 %; diabetes, nutrición y metabolismo (obesidad), 8 %. Del sistema nervioso, urogenital, etc., el resto. Del total de los que acuden por diversas causas el 10 % padecen alguna enfermedad cardiorrespiratoria y un 14 % son hipertensos.



TEMPORADA OFICIAL

La temporada oficial en este balneario comienza el 1 de Julio y finaliza el 30 de Septiembre para todos los servicios complementarios: baños, chorros, nebulizaciones, etc. La fuente de agua para bebida sigue abierta en Octubre y en Junio, dada la climatología de Carballino que hemos comentado.

TURISMO, OCIO Y RECREO

Los Balnearios en la actualidad no deben ser como los Sanatorios u Hospitales, aun considerándolos como lugares apropiados para recuperar la salud los enfermos crónicos y también como sitio de profilaxis y apto para conseguir el «bienestar» que se expresa como concepto de «salud» por la OMS. El curista que acude al balneario necesita no sólo el reposo y el descanso, sino también distracción, esparcimiento, diversión e incluso ejercicio físico y alguna actividad deportiva compatible con su edad, enfermedad y resistencia física. El agüista tiene derecho a distraer su ocio y de él deben participar sus acompañantes.

«El «Gran Balneario de Carballino» se encuentra situado en un bello entorno típico de Galicia; rodeado de montañas de no gran altura: sierra de la Madalena y Martiñá, por el N. y la de Suido y San Mamede por el S. Surcada por el río Arenteiro que en esta zona bordea preciosos prados y forma remansos muy bonitos e incluso a nivel del balneario vierte bruscamente sus aguas en artística cascada que puede contemplarse desde el parque mismo. Todo lo cual representa un conjunto armónico de paz y reposo apto para escuchar el canto de los pájaros, pasear por el frondoso parque y descansar bajo la sombra de sus centenarios robles, tilos, pinos y eucaliptos. Muy cerca del balneario y siguiendo la margen del río, se entra en el maravilloso parque Municipal de Carballino que significa un verdadero orgullo para la Villa. Este magnífico parque de 32 hectáreas, cubierto por un verdadero bosque en el que predominan los pinos y los eucaliptos está atravesado por grandes avenidas, algunas pistas y veredas sólo peatonales. En su parte baja la avenida bordea el río Arenteiro para terminar en la Piscifactoría, bonita construcción y hermoso paraje en el que al mismo tiempo se

pueden observar un gran número de alevines de truchas y otras especies que son utilizadas para la repoblación piscícola del mismo río.

Dentro de la Villa de Carballino, podemos visitar la Iglesia-Catedral o «Templo de la Vera Cruz», obra monumental dirigida por el arquitecto D. Antonio Palacios gracias al entusiasmo y tenacidad del entonces párroco D. Luciano Evaristo Vaamonde, ya fallecido, que pudo ver inaugurada su obra en 1943. Esta importante construcción de piedra granítica obtenida en la comarca, tiene en superficie más de 1.000 m², la torre principal se eleva a 52 metros, con una cúpula central de más de 15 m. de diámetro. Su conjunto que hace unos años se divisaba a gran distancia, hoy ha sido casi encerrado por unas construcciones de casas particulares de gran altura y pésimo gusto que han quitado la mejor vista de la Iglesia. El interior del templo impresionante por su sencillez y sobriedad muy en consonancia con el carácter de aquel santo párroco que así era él. El exterior de un estilo gótico moderno con influencia local evidente, es una de las obras maestras de la Galicia moderna.

Sin abandonar la línea cultural-artística recomendamos visitar el Monasterio de Osera, a sólo 20 Km. de Carballino por la carretera de Cea. Iglesia-Monasterio cisterciense del siglo XII (1137), que está siendo restaurada por un reducido número de monjes benedictinos que suplen con su entusiasmo la escasez de medios no obstante las ayudas económicas del Estado. Este monasterio se le conoce desde antiguo como el «Escorial de Galicia» y es uno de los lugares favoritos del «turismo de clase» que visita Galicia en verano.

Saliendo de Carballino en dirección sur por la carretera de Ribadavia, y antes de cruzar el puente sobre el Avia, se toma la carretera que conduce a San Clodio, donde se puede visitar el monasterio benedictino del mismo nombre, construido en el siglo XI y que se encuentra muy abandonado y actualmente en reparación; no obstante puede contemplarse una hermosa fachada de piedra granítica y artística balconada muy característica del románico gallego.

También muy cerca de Carballino pueden visitarse iglesias románicas de los siglos XI y XII, en Moldes, Lamas, y del siglo XIV la de Banga, famosa por las primitivas pinturas murales de su interior.

Si queremos desplazarnos más, recomendaríamos visitar la parte antigua de Orense y un poco más lejos podemos llegar a Celanova y aún continuar para contemplar la iglesia suéfica o visigoda de «Santa Comba de Bande», joya del arte

prerrománico. Desde la misma se distingue una bella panorámica del embalse del río Limia. Excursión que puede realizarse en un solo día, para regresar a Carballino.

Dispone también la villa de Carballino de una Residencia administrada por el Instituto Social Tiempo Libre, con capacidad para 350 personas, estratégicamente situada sobre un altozano desde donde se divisa una espléndida vista de todo el contorno.

La gastronomía de Carballino goza de justificada fama, como se advierte en el refrán popular: «Para carne, pan e viño, Carballiño», que garantiza los buenos alimentos de la Villa, propios de su situación en una rica zona ganadera muy bien comercializada por sus concurridas ferias famosas en toda la comarca. El pan es otro de los productos de renombre por sus características y variedades, alguna tan conocida como «el pan de Cea». También señalaríamos la importancia de sus confiterías a las que acuden en onomásticas, bodas y bautizos de todos los pueblos de la provincia. El vino es el propio de la zona del Ribeiro con alguna especial variante en cuanto a los famosos tintos de Cabanelas.

Una de las especialidades gastronómicas acreditadas es el «pulpo cocido» y preparado al gusto de las famosas pulpeiras de Arcos, pueblecito contiguo a Carballino del que ya es un barrio. Con tal motivo y desde hace 26 años, se celebra la ya tradicional «festa do pulpo», que tiene lugar en el espacioso parque Municipal durante el segundo domingo de Agosto, movilizándose muchos millares de visitantes que en vehículos propios o en autobuses llegan a Carballino y aparcan en sus alrededores.

También en Carballino, ahora, se pueden practicar varios deportes, al disponer de: Pabellón polideportivo cubierto, piscina municipal olímpica y otra para niños, canchas de tenis, campo para andar y correr, etc. Los aficionados a la pesca disponen del río Areteiro y de embalses próximos, donde pescar la trucha y otras variedades de peces.

Son muy famosas las fiestas de Carballino en toda Galicia; la más importante es la que se celebra en la segunda quincena de Septiembre durante las fiestas patronales y que termina con la pintoresca romería de La Saleta en una zona de singular belleza alrededor de una pequeña ermita dedicada a la Virgen.

También desde el punto de vista turístico, Carballino está situado en un enclave céntrico de Galicia, en la carretera principal de Orense-Pontevedra y a sólo 67 Km. de la capital y de la

ría del mismo nombre. A 90 Km. de Villagarcía y de la Isla de Arosa; a 50 Km. de La Toja, a 96 de Santiago y poco más del aeropuerto de Labacolla, a 150 Km. de La Coruña y a 95 de Vigo y a un centenar de Tuy, en la frontera con Portugal.

En cuanto al hospedaje, a pesar de no disponer el balneario de hotel, existen numerosos hoteles, uno de tres estrellas. Hostales y hospedajes de distintas categorías, así como de buenos restaurantes, especializados algunos en platos regionales.

BIBLIOGRAFIA

- ALVARO-GRACIA SANFIZ, J. M. (1964) «Memoria del Balneario de Carballino».
- ALVARO-GRACIA SANFIZ, J. M. (1988) «Cronocrenoterapia». Bol. Soc. Hidrol. Méd., Vol. 3, núm. 1.
- ARMIJO VALENZUELA, M. (1962) «Crenoterapia del asma bronquial». Bol. Soc. Esp. Hid. Méd. Vol. II, núm. 2.
- ARMIJO VALENZUELA, M. (1968) «Compendio de Hidrología Médica». Ed. Científico-Médica. Barcelona.
- ARAUJO NESPEREIRA, P. (1984) «Hidrotermalismo y Tectónica en el S. E. de Galicia (Provincia de Orense)» II Xornadas Galegas de Termalismo. Carballino.
- CAMARA NIÑO, F. (1948-49) «Estudio sobre flora de las aguas minerales». An. Jard. Bot. de Mad. IX.
- DA COSTA, B. (1966) «Os poderes energeticos das aguas minero-medicinais de Vidago-Salus e a sua actuação terapeutica». Arq. Clin. III, vol.
- HERNANDEZ PACHECO, F. (1950) «Significación geotécnica de los manantiales mineromedicinales». Bol. Soc. Esp. Hid. Méd., vol. I núm. 3.
- MARTINEZ VITORIA, M. (1962) «Crenoterapia y cirugía biliar». Bol. Soc. Esp. Hid. Méd., vol. I.
- MESSINI, M. (1950) «Trattato de Idroclimatologia Clinica». Bolonia.
- MOZOTA, J. R. (1963) «Faringitis crónica y su tratamiento hidromineral». Bol. Soc. Esp. Hid. Méd., vol. II, núm. 3.
- SAN ROMAN Y ROUYER, J. (1945) «Hidrología Médica». Salvat.
- SAN ROMAN y ROUYER, J. (1957) «Memoria sobre el balneario de Carballino».
- SAN MARTIN BACAICOA, J. (1984) «Clasificación de las aguas mineromedicinales de Galicia. Indicaciones terapéuticas». II Xornadas Galegas de Termalismo. Carballino.
- SEARA VALERO, J. R. y ARAUJO NESPEREIRA (1984) «Consideraciones hidrogeológicas sobre los manantiales termales de la banda Beran-Carballino del N.O. peninsular». II Xornadas de Termalismo Galegas. Carballino.
- SEBASTIA ABREU, R. (1957) «Estudio de la acción de las aguas mineromedicinales sobre el hígado y vías biliares». Tesis Doctoral. Madrid.
- PARRILLA LATAS, C. (1984) «Las aguas de Carballino, Lugo y Partovia». II Xornadas Galegas de Termalismo. Carballino.
- VÖGT, H. y AMELUNG, W. (1952) «Introducción a la balneología y climatología médica». Springer-Verlag. Edit.