

Evaluación de la eficacia de la cura termal de Bains-les-Bains sobre las lumbalgias degenerativas crónicas

M. Boulange, J. F. Collin, F. Guillemin y F. Constant. Facultad de Medicina de la Universidad de Nancy (Francia).

Los autores de esta Ponencia han estudiado la acción de la cura termal de Bains-les-Bains en pacientes con lumbalgias degenerativas crónicas. Con tal fin seleccionaron 102 pacientes que presentaban manifestaciones dolorosas crónicas de tipo mecánico para determinar la eficacia de estas curas termales. Para la citada selección de pacientes se siguieron criterios clínicos, biológicos y radiológicos. Los pacientes seleccionados fueron repartidos inicialmente en dos grupos para la randomización: 50 pacientes a una cura diferente en el tiempo. A tiempo 0 y a tiempo 1, con una media de 26 días después del tiempo 0, se procedió a la evaluación médica de todos los pacientes. Como es lógico, la evaluación a tiempo 0 fue idéntica en ambos grupos. A tiempo 1 el grupo testigo no acusó mejoría alguna y, por el contrario, el grupo sometido a la cura crenoterápica mejoró considerablemente en cuanto a las manifestaciones algicas y los índices funcionales, en particular la distancia mano-suelo y el índice de SCHOEBER. Además se pudo registrar una reducción importante del consumo de medicamentos. Las diferencias fueron significativas estadísticamente.

Este ensayo se puede considerar importante para probar la eficacia inmediata de la cura termal de Bains-les-Bains en las lumbalgias degenerativas crónicas y, actualmente, los autores tienen en curso una evaluación a medio plazo.

Especificaciones de la rehabilitación médica en Balnearios en enfermedades crónicas, especialmente en artritis, en Europa continental

François Forestier, M. D. Rheumatology, Medicine Thermale. Aix-le-Bains, Francia.

La denominación de SPA procede de «Spring» y en esta comunicación se hará referencia a los SPA de interés en Medicina por su utilidad en el tratamiento de las afecciones crónicas, en particular «artritis». A este respecto, empezaremos por considerar que para definirse un proceso como crónico, puede recurrirse a diversos puntos de vista, empezando por destacar que el propio paciente aprecia antes que el médico, el carácter crónico de su dolencia, si bien se han establecido límites de 2 a 4 años.

De los diversos procesos crónicos son importantes desde el punto de vista de los tratamientos en SPA, las artritis, los procesos respiratorios, digestivos, neurológicos, dermatológicos, cardíacos, renales, etc. Este tipo de tratamiento alcanza particular relevancia en Europa, donde se estima en 6.000.000 los pacientes tratados en algunos de los cientos de SPAS existentes en el Este y Oeste de Europa, muchos de ellos perfectamente equipados, disponiendo de grandes piscinas terapéuticas, toda clase de duchas, masaje bajo el agua, peloides, estufas, etc. y, naturalmente, aguas termo-minerales, preferentemente sulfuradas o magnésicas.

Entre los procesos más frecuentes tratados en SPA, figuran las artritis crónicas raquídeas o de extremidades, osteoporosis, tendinitis crónicas, dolores de espalda baja o cervicales, en particular en sujetos de más de 50 años, espondilitis en más jóvenes y en artritis reumatoides estabilizada.

Más de 15.000.000 de europeos son tratados en SPAS cada año, del 1 % al 5 % de la población de cada país, con relación a la razón de eficacia de este tratamiento pueden establecerse al menos siete especificaciones que se resumen así:

1.ª especificación.—Experiencia y tradición. El uso continuado de este tratamiento ha permitido conocer su eficacia y su tolerancia.

2.ª especificación.—Los caracteres del agua, tanto sus propiedades físicas como químicas, pueden justificar los efectos terapéuticos alcanzados con estas curas.

3.ª especificación.—Las técnicas utilizadas en los SPAS basadas en estos tres principios básicos en Medicina Física: **calor** entre 32-48° C (85 a 115° F), **masaje** en forma de duchas o manual bajo el agua y **ejercicio** desde pasivos hasta activos.

4.ª especificación.—La duración de la estancia en SPA suele ser tres semanas, pero puede oscilar entre dos y cuatro o más semanas. Si el resultado es favorable, puede repetirse en años siguientes, de ordinario hasta tres años, pero puede continuarse si la acción es favorable.

5.ª especificación.—Las condiciones ambientales y la adecuada combinación de ejercicio y reposo, según sea la conveniencia del paciente, las circunstancias climáticas y psíquicas, la adecuada alimentación, etc.

6.ª especificación.—Las dificultades existentes, para evaluar la eficacia de la cura son evidentes, puesto que la acción favorable puede producirse tardíamente y no es fácil establecer