

BALNEARIO SIERRA ALHAMILLA

Francisco MARAVER EYZAGUIRRE *

* Prof. Titular de Hidrología Médica, U.C.M.

SITUACION

El Balneario de Sierra Alhamilla se encuentra situado en el término municipal de Pechina, provincia de Almería, de cuya capital dista 15 Km., a 140 m. de altitud y las siguientes coordenadas geográficas: 36° 55' latitud norte y 1° 16' latitud Este. Pertenece, por tanto, a la 7.ª región Hidrológica «Del Sudeste» (14). Al Establecimiento se accede por la carretera nacional N-324, Almería-Guadix.

CLIMATOLOGIA

La provincia de Almería disfruta de un clima típicamente mediterráneo que se caracteriza, a este nivel, por la elevada cantidad de horas de sol.

Otro factor climático importante es la pluviosidad, que en el Valle de Pechina ronda los 250-350 mililitros, aunque la media de días lluviosos es tan sólo de 45 jornadas al año.

La temperatura es muy agradable, pues, aunque el verano es la estación más cálida, el invierno tiene un mínimo muy poco acusado y la oscilación térmica media anual gira entre los 16° a 18° C (16).

Todos estos factores, unido a la exuberancia de agua del lugar, hacen que el Balneario de Sierra Alhamilla se nos presente como un lugar paradisíaco, verdadero oasis, que justifica fuera de lugar de reposo y veraneo de los Reyes de Taifas almerienses (21).

GEOLOGIA

Lo anterior se corrobora observando el mapa geológico de la zona en el que destaca, por una parte, el contacto de varias formaciones como son las rocas volcánicas del Cabo de Gata, el complejo nevado-filábride, el complejo alpujárride, así como los terrenos postorogénicos, neógeno-cuaternarios; y por otra, el gran número de fallas y fracturas que en sentido NE., como es el caso del Valle de Pechina, facilitan la emergencia de las aguas con elevada termalidad (1).

Como hecho anecdótico cabe destacar la influencia de las citadas aguas mineromedicinales de los terremotos que acaecieron en la provincia el año 1865, pues duplicaron su caudal y elevaron la temperatura 6° C (6, 12).

ANTECEDENTES HISTORICOS

No sabemos si los primeros pobladores de estos territorios, los iberos de Urci o los sucesivos colonizadores fenicios y romanos hicieron uso, con fines terapéuticos, de las aguas de Sierra Alhamilla. Lo cierto es que no existen restos arqueológicos de estas épocas.

Sin embargo, son numerosos los escritores árabes que ensalzan sus virtudes y que denotan el apogeo que vivió con el pueblo musulmán.

Cabe destacar que la primera obra de carácter general en que se cita el Balneario es la de GOMEZ DE BEDOYA (8) y que ya en el siglo XVI hay pruebas fehacientes de que el establecimiento pertenecía al Obispado de Almería. Pero lo verdaderamente notable se produce en 1777 cuando el obispo D. Claudio Sanz y Torres decide construir junto al manantial instalaciones nuevas y funcionales; para culminar este deseo funda y dota «La Obra pía de los Baños de Sierra Alhamilla».

Sus aguas fueron declaradas de utilidad pública el 12 de abril de 1838, a partir de entonces se nombran médicos directores del Cuerpo de Baños, cuyas memorias sirven para contar las vicisitudes del Establecimiento el pasado siglo, sirvan como ejemplo las de GONZALEZ CRESPO (11), SAEZ DE TEJADA (18) o GOMEZ ORLAND (9).

CARACTERISTICAS DE LAS AGUAS

Los primeros análisis físico-químicos de las aguas que hemos encontrado son los de AYUDA (4), publicados en 1798, aunque tanto RUBIO (17) como MARTINEZ-REGUERA (15) hacen referencia a unos anteriores de 1772 de ABELLAN.

Con posterioridad fueron practicados por SOLSONA (20), 1822; GONZALEZ CRESPO (11), 1840; MONTELL (21), 1851; CAMPELLO (21), 1857, hasta que recientemente, 1989, el Instituto Tecnológico y Geominero de España ha realizado el siguiente estudio analítico: temperatura de emergencia: 58° C; residuo seco a 110° C, 1.050 mgr/l; conductividad, 1,36 mS/CM.; pH 30,6 y las sustancias disueltas que se recogen en la Tabla I.

De la observación del mismo, y atendiendo a los principales elementos mineralizantes, puede

deducirse que las aguas de Sierra Alhamilla son: **Bicarbonatadas-sódicas**, cloruradas-sulfatadas, de mineralización media, hipotónicas e hipertermales.

ACCIONES DE LAS AGUAS

Como en todas las aguas mineromedicinales, sus acciones específicas son consecuencia directa de su mineralización y características físicas. En nuestro caso, las aguas bicarbonatadas, sódicas, hipertermales, **por vía tópica, en Bañación**, se manifiestan como sedantes, disminuyen la excitabilidad neuromuscular y las reacciones flogógenas. Además gracias al efecto de flotación o empuje, se facilita la movilidad articular y la relajación muscular. Por la presión hidrostática se mejora la circulación de retorno y por la temperatura se provocan respuestas vasodilatadoras, aumentan la velocidad de la sangre circulante y se estimula la liberación de mediadores del tipo de la acetil-colina, histamina, sustancias histaminoides, etc., que conducen a una acción sedante, analgésica y mejoradora de la irrigación y el trofismo tisular (2).

En bebida, cura hidropínica, estas aguas alcalinas a nivel gástrico tienen acción antiácida y, a dosis altas, facilitan la secreción y evacuación del estómago. A nivel intestinal, regularizan sus funciones, favoreciendo la acción de los fermentos pancreáticos y poder saponificante de la bilis. Estimula la secreción pancreática y biliar, con acciones coleréticas y colecistoquinéticas. Mejoran la tolerancia a los hidratos de carbono facilitando al acción insulínica, al mismo tiempo favorece la movilización del ácido úrico, dificultando su precipitación y facilitando su eliminación por la orina (10).

A nivel respiratorio, la aplicación de las aguas sobre mucosas y cavidades naturales, se manifiesta con actividad antihistamínica, disminuidora de la desgranulación de mastocitos y descenso en el tono parasimpático. Por tanto se comportan, como antialérgicas y broncodilatadoras (22).

INDICACIONES DE LAS AGUAS

Las indicaciones fundamentales de las aguas de Sierra Alhamilla son las afecciones del aparato locomotor (Reumatología-Traumatología) y del aparato digestivo (tracto gastroenterohepático), secundariamente, se obtienen buenos resultados en afecciones respiratorias y enfermedades de la nutrición.

Como indicaciones principales **en Reumatología**, destacan las afecciones degenerativas articulares (ARTROSIS) en todas sus localizaciones, con mejorías desde el punto de vista funcional y subjetivo; en Reumatismos inflamatorios crónicos en períodos silentes como, por ejemplo, en la artritis reumatoidea, para combatir la atrofia, con-

tractura, retracciones musculares y evitar las deformidades, en la espondiloartritis anquilopoyéticas, para tonificar la musculatura paravertebral y abdominal y prevenir la rigidez raquídea, etc.; los Reumatismos para-articulares, sobre todo los refractarios al tratamiento farmacológico (neuralgias, neuritis, ciática, lumbago, periartitis escápulo-humeral, etc.), desaparecidos los síntomas agudos, ya que se benefician de las acciones analgésicas, relajantes y facilitadoras del agua. Así como, en los Reumatismos metabólicos (gota), Psicógenos y las diversas Secuelas postraumáticas (19).

En afecciones digestivas, a nivel gástrico, están indicadas en casos de disquinesias y/o dispepsias, gastritis hiperclorídricas e hipoclorídricas, gastrectomizados, trastornos funcionales de la hernia de hiato, vómitos acetónicos de la infancia, etc.; a nivel hepático, en las secuelas de hepatitis virales o tóxicas, hígados pletóricos de los grandes comedores, alcohólicos, prediabéticos, etc., intoxicaciones alimentarias o medicamentosas (consumidores abusivos de hipnóticos y psicotrópicos, toxicómanos ...), colemia familiar Gilbert, etc.; a nivel biliar, en las disquinesias biliar y/o vesicular, oditis, colecistitis crónica y secuelas de intervención quirúrgica de vías biliares, entre otras (10).

En afecciones respiratorias, las aguas bicarbonatadas de Sierra Alhamilla están indicadas en aquellos casos en que predominan la congestión, el espasmo y/o la alergia, como por ejemplo: los casos de asma, traqueítis espasmódica, rinitis congestivas y obstructivas, poliposis nasal, alergias nasosinusales, rinofaringitis y sus complicaciones (otitis, laringitis, bronquitis), etc. (22).

Otras indicaciones serían los estados pre-diabéticos, hipercolesterolemias, gota y litiasis úricas y, acompañadas de dieta adecuada, en curas de obesidad.

Si a todo lo anterior, unimos las peculiaridades del ambiente, la tranquilidad del entorno y el buen trato, es fácilmente deducible que Sierra Alhamilla es un lugar ideal para tratar lo que hoy en día se conoce como «patología de la civilización»: síndrome del ejecutivo, surmenage, stress, etc.

TECNICAS DE APLICACION

Desde la adquisición por el actual propietario y gerente, D. Isidoro PEREZ MOLINA, las obras de acondicionamiento y mejoras del establecimiento balneario han sido incesantes, lo que nos permite asegurar que Sierra Alhamilla es uno de los Centros Termales españoles con las más funcionales, variadas y modernas instalaciones.

Entre otras destacan: sus Piscinas terapéuticas, con Masajes, subacuático y ozonizados, incorporados; Duchas de chorro y circular; Baños

individuales; Baños de burbujas y Vaporarium. Técnicas de medicina física: Laserterapia, Parafangos, Crioterapia, Magnetoterapia, Masoterapia, Drenaje linfático y Gimnasio de fisioterapia. Departamento de Estética Termal e Instalaciones deportivas como: piscina, pista de tenis, etc.

CONTRAINDICACIONES DE LAS AGUAS

Son las generales de la crenoterapia: estados caquécticos y de agotamiento de la capacidad de respuesta orgánica (cáncer, tuberculosis ...), afecciones agudas o en período de actividad, hipertensión arterial grave e insuficiencia cardíaca descompensada, accidentes circulatorios cere-

brales recientes, cirrosis e insuficiencia hepática descompensada, etc. (3).

ALOJAMIENTOS Y EXCURSIONES

En el propio Establecimiento destacan: el Hotel Balneario de Sierra Alhamilla, de 50 plazas, y los Apartamentos-estudios Sierra Alhamilla, con 150 plazas.

El lugar se presta a realizar interesantes excursiones: a la capital Almería, muy próxima, y a la comarca, con las famosas calas de Monsul, Genoveses, Escullos, Las Negras, Agua Amarga, Carboneras, los acantilados de la Sierra de Gata y las playas de Aguadulce y Roquetas de Mar, en dirección a Málaga.

TABLA I

Cationes	mgr./l.	mEq./l.	% mEq.
Sodio Na ⁺	251,000	10,919	74,345
Calcio Ca ⁺⁺	39,000	1,946	13,251
Hierro Fe ⁺⁺	0,050	0,002	0,012
Cromo Cr ⁺⁺⁺	0,016	0,001	0,006
Potasio K ⁺	10,000	0,256	1,742
Litio Li ⁺	0,480	0,069	0,471
Magnesio Mg ⁺⁺	17,000	1,398	9,520
Manganeso Mn ⁺⁺	0,030	0,001	0,007
NH ₄ ⁺	1,700	0,094	0,642
Plomo Pb ⁺⁺	0,066	0,001	0,004
		14,686	100,000
Aniones			
Cloruro Cl ⁻	156,000	4,399	29,668
Fluoruro F ⁻	0,700	0,037	0,248
Bicarbonato HCO ₃ ⁻	380,000	6,228	42,002
Sulfato SO ₄ ⁼	200,000	4,164	28,082
		14,828	100,000

BIBLIOGRAFIA

- ALDAYA, F. I GARCIA-DUEÑA, V.: (1980) «Memoria del Mapa geológico de España. E. 1:200.000. Síntesis de la Cartografía existente». Núm. 84-85, Almería-Garrucha. I.G.M.E., Madrid, 22 pp.
- ARMIGO VALENZUELA, M.: (1983) «Balneoterapia en las enfermedades reumáticas». Reumatol. Práctica, E, 39-48.
- AUPY, G.; CANELLAS, J. y PACCELIN, J.: (1989) «Thermalisme», Encycl. Méd. Chir., París, 25975 A¹⁰, 4.12.03.14 pp.
- AYUDA, J. de D.: (1798) «Examen de las aguas medicinales de más nombre que hay que en las Andalucías, ... Por D. ...», Tomo 3.º, Imprenta Real de D. Pedro Pereyra, Madrid, 60-124.
- CARRETERO, M.: (1881) «Escalafón de los Médicos-Directores de baños, en fin de marzo de 1881, con expresión de las plazas que desempeñan y temporadas oficiales de las mismas». An. de la Soc. Esp. Hidrol. Méd., IV, 7, 186-188.
- GARCIA LOPEZ, A.; CARRETERO, M.; VILLAFRANCA, B.; TABOADA, M. y MARTINEZ REGUERA, L.: (1883) «Sierra Alhamilla (Almería)» en el «Anuario Oficial de las aguas minerales de España». Establecimiento Tipográfico de M. Minuesa, Madrid, 336-338.
- GARCIA LOPEZ, A.: (1884) «De la especialización de las aguas minerales». An. de la Soc. Esp. Hidrol. Méd., 14 y 15, 269-273 y 293-297.

- GOMEZ DE BEDOYA Y PAREDES, P.: (1765) «Historia Universal de las fuentes minerales de España, ... Su autor D. ...». Imprenta de Ignacio Aguayo, Santiago, 235.
- GOMEZ ORLANDO, V.: (1880) «Monografía de las aguas minero-medicinales de Sierra Alhamilla o de Almería, termo-carbonatada cálcico-magnésicas. Arreglada de cuantos antecedentes, memorias y notas manuscritas existen en el Archivo del Establecimiento. Por el Propietario del mismo, Director interino, D. ...», Imprenta de Don Mariano Alvares y Robles, Almería, 71 pp.
- GONÇALVES CARNEIRO, M.: (1988) «Crenoterapia das Doenças do aparelho digestivo» en «El Termalismo en Galicia en la década de los ochenta». Gráficas Portela, S. L., Pontevedra, 223-233.
- GONZALEZ Y CRESPO, J.: (1840) «Memoria sobre las aguas minero-medicinales de Sierra Alhamilla, provincia de Almería, por el doctor D. ...». Imprenta Nacional, Madrid, 38 pp.
- HERNANDEZ SILVA, J.: (1885) «Los Terremotos y las aguas minerales». An. de la Soc. Esp. Hidrol. Méd., VI, 1, 12-13.
- MADOZ, P.: (1848) «Diccionario Geográfico, estadístico-geográfico de España y sus posesiones de Ultramar». Tomo I, 3.ª ed., Madrid, 601-602.
- MARAVAR EYZAGUIRRE, F.: (1988) «Los Balnearios Andaluces». P.S.N., 33, 12-16.
- MARTINEZ REGUERA, L.: (1892) «Bibliografía Hidrológico-Médica Española (Sección de Impresos)». Imprenta y Fundación de M. Tello, Madrid.
- PUYOL ANTOLIN, R.: (1978) «Memoria del conjunto provincial de Almería». I.G.N., Madrid, 40 p.
- RUBIO, P. M.: (1853) «Tratado completo de las fuentes minerales de España. Por el Excmo. Sr. D. ...». Establecimiento tipográfico de don R. de Rivera, Madrid.
- SAEZ DE TEJADA, M.: (1876) «Memoria topográfica, físico-química y medicinal de las aguas termo-minerales de Sierra Alhamilla en la provincia de Almería por su médico director Dr. D. ...». Establecimiento tipográfico La Actividad, Córdoba, 33 pp.
- SAN MARTIN, J.: (1986) «Crenoterapia de los Reumatismos». Arq. Reumatol., 8, 273-280.
- SOLSONA, J. B.: (1822) «Disertación físico-química y análisis de las aguas minerales de la Sierra Alamillos, en el reino de Granada. Por el Dr. ...». Oficina de José Santa María, Almería.
- TAPIA GARRIDO, J. A.: (1980) «Baños de Sierra Alhamilla». Artes Gráficas Gutenberg, Almería, 128 pp.
- TEXEIRA, F.: (1988) «A terapeutica termal nas doenças respiratorias» en «El Termalismo en Galicia en la década de los ochentas». Gráficas Portela, S. L., Pontevedra, 241-246.