

INDICACIONES Y TECNICAS CRNOTERAPICAS.

Enrique ROMERO VELASCO

Catedrático Medicina Interna. Médico Director
Balneario Lanjarón.

Han ocurrido más adelantos científico-médicos en estos últimos 30 años que en toda la historia de la Medicina. La Hidrología Médica ha sufrido un gran avance en el abanico de posibilidades para el hombre de este fin de siglo y futuro XXI, ya sea enfermo o bien sano.

Las estadísticas de entidades nosológicas de cualquier balneario muestran una **nueva dimensión** en el terreno médico:

1. Convalecencia o reparación tisular, de procesos en general inflamatorios. Bronquitis, sinusitis, enterocolitis, colecistitis, etc. El antibiótico o cualquier otro fármaco yugula el proceso o actúa curando, pero la fortaleza y el volver al "restitutio ad integrum" lo hace el termalismo.

2. Prevenir procesos banales pero enojosos, como resfriados, ataques de gota, neuralgias por espondiloartrosis, etc. Aquí el termalismo constituye una indicación precisa y preciosa.

3. La patología metabólica es hoy estudiada mucho mejor y con más profusión; el agüista ya nos cuenta que tiene su colesterol alto pero el HDL asimismo alto, etc. Se conocen predisposiciones a ciertas enfermedades de esta índole y los balnearios y sus aguas les beneficiarán.

4. Los postfracturados se han multiplicado por cien, dado el número de accidentados que tan maravillosamente salvados en la actualidad, luego requieren su cura hidrotermal, masajes, etc.

5. Las enfermedades crónicas son ahora más numerosas, pues curan en su anterior fase aguda, muchas que eran mortales. Todas en general, se benefician de la cura hidrotermal de un balneario.

Como indicaciones clásicas se pueden citar:

1. Procesos inflamatorios crónicos.
2. Procesos degenerativos e involutivos.
3. Procesos inmunoalérgicos.
4. Patología metabólica y precipitante: diabétes, hipercolesterinemia, gota, litiasis, aterosclerosis,

obesidad, etc.

5. Nuevas especialidades médicas y crenoterapia.

a) Medicina Preventiva

b) Medicina Geriátrica, toda persona con más de 60 años es susceptible de tratamiento crenoterápico.

Estas buenas acciones podemos sintetizarlas:

i) Sobre la circulación periférica tiene un beneficioso efecto; es admitido que la aterogénesis va actuando desde los 40 años y a la 3ª edad, ya existe grado mayor o menor de arterosclerosis. No es curable aunque hoy ya existen atisbos esperanzadores de que una buena acción del colesterol HDL y muy mantenida, podría aminorar las placas de ateroma. No hay estudios del nuevo marcador Endotelina en Hidrología.

Las aguas M.M. actúan a dos niveles en esta evidente buena acción, siendo uno, el efecto metabólico del agua en bebida (algunas A.M.M. disminuyen el colesterol serico) y el otro resultado es el de activar una circulación colateral, que estaba sino inactiva, si con poca eficiencia.

ii) En aparato respiratorio juzgamos primordial que las personas en 3ª edad, realicen una cura de duchas nasales e inhalaciones suaves (que no pasen de 37 grados). Los efectos se aprecian al año siguiente cuando al hacer su balance, comprueban la mayor resistencia a los resfriados y catarros bronquiales. Nunca se prescribirá esta cura cuando llegue a consulta el agüista en plena fase aguda de un catarro o resfriado común. La acción es sobre epitelio y cilios.

iii) Sobre el sistema osteoarticular, el efecto es de mayor importancia y además creemos, que si se actúa prudentemente siempre es beneficioso. No olvidemos que desde hace escasos tres años disponemos del estudio de densitometría ósea y podemos cualificar muy objetivamente el grado de osteoporosis. Rico y cols. hace un año demostraban al estudiar el "Pico de masa ósea" que la cantidad máxima de densidad y por tanto de madurez ósea desde la adolescencia hasta la vejez, es a partir de los 20 años (estudio sobre 140 mujeres). Ya con el correr de la vida, embarazos, fracturas, vida sedentaria, dieta, etc., va disminuyendo y los osteoblastos podemos decir son vencidos por los osteoclastos. El metabolismo del Ca, íntimamente unido a las PTH y TC. vitamina D y fósforo, forman

una unidad funcional y fisiopatológica que con el agua en bebida y baños, podemos sino curar lógicamente, si mejorar o detener. Hoy un 20% de los artrósicos seniles, están sometidos a tratamiento con TC, últimamente por spray nasal. Recordemos hay osteoporosis postmenopáusica (tipo I) y senil (tipo II).

La artrosis mejora siempre en sus síntomas, limitación de motilidad, en la cura hidrotermal y si hubiera que calificar todas las indicaciones de índole crenoterápico, afirmaríamos que esta indicación es la mayor en orden a concurrencia y buenos efectos.

El aspecto psicosomático y social de los Balnearios en Geriátrica es de inusitado interés, por cuanto constituye según nuestro criterio, quizás el 50% de éxito conseguido. Nos referimos a que en un Balneario el anciano tiene: aguas de bebida, aplicación baños, etc.; pero es sobre todo el encontrarse en un lugar distinto al habitual suyo, generalmente en pleno campo, sierra o litoral, cercano de vegetal y sin apenas contaminación, rico en ionización negativa (sobre todo si hay cascadas o pinares), y en "este otro lugar" el anciano tiene liberada su anterior monotonía, se evade de las implicaciones familiares (en general buenas, pero a veces difíciles), tiene libertad de pasear, dormir, ver TV etc., y por si fuera poco hay muchos más agüistas muy afines a ellos, que les facilitan la convivencia, diálogo y amistades.

La cura hidrotermal tiene pues efecto terapéutico "per se", y otro psicosomático, siempre genial colaborador de una buena salud.

c) Rehabilitación y Recuperación. Si tuviera que elegir una nueva especialidad médica gratificante para quien la ejerce, diríamos que es ésta; casos de hemipléjicos que en pocos meses ni se les nota su diferente motilidad, postfracturados que antes eran candidatos a una silla con ruedas hoy les vemos recuperarse y hasta volver a hacer ejercicio natural o incluso deporte.

Todo ello, y concretando mucho el tema, se realiza con un efecto multiplicador de buenos efectos en un Balneario. Casi todos los centros de rehabilitación poseen su piscina para esta hidroterapia. Pues bien, unamos a ello que ya es magnífico, el que las aguas sean mineromedicinales y las etapas de mejoría o rehabilitación son acortadas y más firmes.

d) Medicina Estética. Obesidad. Colocamos estas dos modalidades de medicina reunidas,

porque en realidad clínica y práctica, muchos de los que acuden a un centro de medicina estética, van con la intencionalidad de que lo estético no sea solamente su facies, sino la "imagen ó look" general y en ella entra su tipología somática; la obesidad es casi la mitad de los clientes que los centros tienen. Requieren especialistas endocrinólogos, dietistas y aunque se aleje del termalismo, también de cirujanos estéticos, ortodoncistas, etc.

Estos centros que van ampliándose en número y calidad en España, sobre todo en las costas mediterráneas pueden ser Centro de Medicina Estética, o llamarse Curhotel, etc. pero también curas de este tipo pueden realizarse en un Balneario. Las varices, hinchazón de tobillos, trofoedema, etc., no se curan por agua mineral, pero unos baños por ejemplo de burbujas a temperatura mesotermal a placer, colabora mucho a mejorar esta circulación de retorno.

Técnicas de administración de aguas minero-medicinales.

Dos formas de administración son evidentes y no se excluyen sino que generalmente se utilizan a la vez en los Balnearios:

1.- Agua en bebida. Se llama también cura hidropínica. Aquí hay que distinguir entre aguas de mesa, que son muy saludables, pero no tienen específicamente efectos curativos y las mineromedicinales, en cambio, los tienen acreditados. Ahora bien, para que la ingestión de agua mineral se constituya en verdadera cura es preciso que sea prescrita dosis, ritmo de ingestión, tiempo de administración, etc., con arreglo a lo que pueda ser más conveniente para el sujeto en tratamiento.

2.- La utilización tópica de las aguas minerales puede hacerse en balneación general o local, en duchas generales o parciales, etc. y en todos los casos, a temperatura y presión adecuada. También se incluyen en este apartado las duchas vaginales, las pulverizaciones faríngeas, las inhalaciones con diámetro adecuado de las gotitas para que puedan actuar selectivamente sobre el sector del aparato respiratorio que precise de este tratamiento, etc. En todos los casos se vigilará la tolerancia y capacidad de respuesta del paciente en cura.