

PREMIO "MANUEL ARMIJO VALENZUELA" 1996

LA CURA DE KNEIPP EN BALNEO-TERAPIA PARA LA ATENCION DE LA SALUD MENTAL E INTEGRAL.

Margarita Romero Martín,*
Concepción Serrano Moreno*

Resumen:

En este trabajo se presenta la Cura de Kneipp tal y como se realiza en el Balneario de Alange (único centro español que la tiene integrada en su servicio termal), y aporta una reflexión sobre el significado y justificación cualitativa de la Cura en el marco de la Teoría Psicodinámica del desarrollo humano y de las principales afecciones del Sistema Nervioso.

Se describe una estadística global extraída del conjunto de fichas existentes desde hace 12 años sobre el rendimiento de la Crenokneippterapia ofrecida.

Introducción:

La Atención Integral de Salud, es el resultado de la evolución de los servicios de Salud Pública y supone una acción sanitaria completa ya que incluye tareas de Fomento y Protección de la Salud, así como Asistencia a la enfermedad y Rehabilitación frente a sus secuelas (1), (2).

Las aguas mineromedicinales aplicadas con las técnicas ya sistematizadas por la hidroterapia, suponen un recurso de indiscutible valor para mejorar el nivel de salud humano pues aportan las propiedades terapéuticas y estimulantes debidas a la mineralización junto a las correspondientes a la acción directa del agua tanto a nivel local como general y las dependientes del ambiente balneario (3), siendo así estos centros suponen una importante oferta sanitaria para la triple dimensión que debe incluir la salud según la OMS en el sentido de constante equilibrio biopsicosocial.

El actual estilo de vida, sobre todo en el medio urbano, constituye una condición de riesgo para la salud ya que se nos exige una permanente respuesta adaptativa no solo frente a agentes biológicos, físicos

y químicos sino también a nuevas circunstancias psicosocioculturales que pueden alterar dicha respuesta por el agotamiento de la reacción neuroendocrina en la que se apoya (4).

La frecuente patología infectocontagiosa e irritativa que ocasionan los agentes citados en primer lugar, por lo general de carácter agudo y evolución breve en personas previamente sanas, suele resolverse con facilidad siempre que junto a la correspondiente medicación u otros recursos terapéuticos, se controlen las condiciones que la determinaron, siendo preciso que la comunidad participe activamente para que existan y se respeten los adecuados protocolos de Prevención e Higiene Ambiental.

Sin embargo, con ser muchas las consultas que ocasionan en Atención Primaria los anteriores procesos, otras tantas o más se registran debido al efecto causado por los estresores que inciden en la esfera psíquica, donde al no encontrar los oportunos mecanismos de respuesta se derivan por medio de reacciones con lenguaje corporal dando lugar a enfermedades psicosomáticas o provocando desequilibrios mentales; estas expresiones patológicas alcanzan en los medios desarrollados, sobre todo, una notable prevalencia (5), (6).

Objetivo:

Teniendo en cuenta todo lo anterior, y considerando muy especialmente el desarrollo del psiquismo humano y de las alteraciones mentales, presentamos a continuación en este trabajo nuestra reflexión y observaciones sobre el efecto de la Cura de Kneipp practicada en un balneario con aguas oligometálicas radioactivas, como recurso de fortalecimiento y reparación en la atención de salud mental e integral.

*Médicos Especialistas en Hidrología Médica y Master en Salud Mental.

De forma solamente esquemática pasamos a referir en primer lugar, para continuar luego con la descripción y el uso razonado que realizamos de la Cura de Kneipp, la secuencia de la estructuración y reactividad del psiquismo en el ciclo vital humano, siguiendo según nos parece, el acertado punto de vista de la Escuela Dinámica, a fin de destacar las circunstancias en las que ya ontogénicamente tienen su aparición síntomas como la angustia y la ansiedad que indefectiblemente estarán presentes más tarde en muchas alteraciones mentales.

-Desarrollo del Psiquismo Humano y Alteraciones Mentales -

Aunque Freud abordó con su método el mundo de la infancia al trabajar las neurosis de los adultos, fué ya en el presente siglo su hija Anna Freud así como Melanie Klein, Otto Rank, John Bowlby, Erik Erikson y Donald Winnicott entre otros, quienes han ido identificando y describiendo las estructuras y estructuración del psiquismo desde la infancia, permitiendo así que en la actualidad pueda ofrecerse al niño una atención preventiva no solo en los aspectos físicos sino también psicosociales de los que se carecía en la Puericultura anterior por estar dirigida fundamentalmente a la reducción de la entonces alta morbilidad infantil, dependiente de causas sobre todo infectocontagiosas.

Tan importante como la normalidad en la dotación genética, es el equilibrio del ambiente familiar y extrafamiliar para la progresiva organización mental del niño, y aunque la vulnerabilidad del psiquismo en la etapa prenatal no está demostrada (7), sí parece del todo conveniente que la madre gestante no sufra tensiones emocionales pues el feto en esas condiciones reacciona con un aumento de sus movimientos espontáneos, aceleración del ritmo cardíaco, etc. que aunque son reflejos, podrían constituir, según Phyllis Greenacre (8), un esquema de conducta como el de la angustia, y resultar ya "un potencial organofisiológico" capaz de facilitar las respuestas del sistema nervioso a los sucesivos estímulos con este tipo de reacción.

Tras el nacimiento, con motivo de la separación biológica de la madre, va a tener lugar el llamado por Otto Rank "traumatismo del parto" que se expresa con angustia y será resultado del mayor o menor nivel de recursos inconscientes, capaces de mitigar dicha separación, con los que el azar haya dotado al individuo a partir de la herencia acumulada al efecto por la

especie y transmitida por los padres. Este nivel de angustia parece ser el modelo con el que se vivirán las reacciones posteriores de angustia. Según Bergeret (9), el primero y a veces también el segundo mes de vida, se corresponden con el inicio de los procesos psíquicos a partir de la estimulación sensorial que recibe y que va sacando al niño de su autismo o aislamiento inicial, permitiéndole el establecimiento del vínculo simbiótico con la madre durante la lactancia capaz de proporcionarle una nueva vivencia, en este caso optimista, si transcurre con normalidad todo lo cual supone la expresión del potencial de sobrevivencia o libido fijado a nivel oral.

La pulsión oral fundamentalmente absortiva incluye no solo la encrucijada aerodigestiva sino también los órganos de los cinco sentidos y muy particularmente la piel. El baño, rechazado al principio por el niño debido posiblemente a la sensación de inestabilidad y vacío que parece producirle, se convierte pronto en una fuente de estímulos a los que reacciona positivamente, circunstancia que podrá ser aprovechada en un futuro con fines terapéuticos dada la tendencia regresiva a estas fases del desarrollo que tiene lugar en los adultos cuando se padecen enfermedades mentales, o sencillamente dificultades adaptativas (niveles no deseables de estrés), pudiendo admitirse en este sentido la atención termal como un remedo de las atenciones que se suelen ofrecer cuando se prepara al niño para la vida.

Con la erupción dental y el paso a la alimentación mixta finaliza el predominio oral primitivo en el que ha habido una primera relación con el mundo a través de la madre, la siguiente etapa se caracterizará por una progresiva ganancia de autonomía e individuación que sin embargo comienza con otra etapa de angustia que de nuevo se debe a la más frecuente y prolongada separación de la madre que ahora tiene lugar, la intensidad y vivencia de esta angustia dependerá de la capacidad del niño para adaptarse y/o resolverla por medio de una progresiva simbolización de la madre en su ausencia.

En las siguientes fases del desarrollo, anal, fálica y edípica, hay de nuevo vivencias de angustia y ahora también de ansiedad que van ligadas a la necesidad de lograr éxito tanto en el establecimiento de control de esfínteres y pulsiones en general como a la observación de las diferencias sexuales y a la necesidad de crear un nuevo vínculo con otras figuras de fijación principalmente el padre, teniendo en cuenta esas diferencias.

Al atender las distintas alteraciones mentales será preciso valorar si la reacción de angustia-ansiedad sobre la que gravita gran parte de su sintomatología, se corresponde con las fases pre o post-simbióticas a fin de orientar mejor el tratamiento, ya que no basta con combatir ese y los demás síntomas del proceso mental sino que simultáneamente habrá que ayudar a la persona a recorrer de nuevo el camino de las distintas fases de su desarrollo psíquico que por la regresión haya desandado.

En las Psicosis Esquizofrénicas parece haber una expresión del mundo presimbiótico, de ahí los rasgos de desestructuración mental que presentan, perteneciendo a esta etapa también algunas psicosis depresivas, donde la vivencia de la angustia se aproximaría a la del "trauma del parto" mientras que en otras y en la forma maniaco-depresiva la vivencia es la de la fase simbiótica propiamente dicha, con la manifestación de optimismo omnipotente en la manía y de angustia profunda, como la angustia de separación correspondiente a esta etapa, en la forma depresiva.

Las distintas neurosis comportan la angustia-ansiedad de las fases de control pulsional y de vivencias fálico-edípicas resultado en ambos casos del nivel de conflicto que en estas fases haya existido así como de las habilidades que se hayan adquirido para su afrontamiento a lo largo de la vida.

Cuando la reacción adaptativa de las personas se altera por saturación de estímulos estresantes, o por su propia vulnerabilidad debido, entre otras cosas, a disfunciones en la capacidad de afrontamiento, va a haber secreción neuroendocrina con mayor o menor expresión somática y/o psíquica poniéndose a prueba la estabilidad y siendo muy frecuente la reacción depresiva y la de neurotización (10). El tratamiento con psicofármacos en nuestro medio, es aún el más frecuentemente empleado no ofreciéndose ni demandándose demasiadas alternativas terapéuticas salvo las distintas psicoterapias o un abordaje psicoanalítico.

La persistencia de múltiples estresores en la vida actual y la reiterada presentación de respuestas inadaptativas que obligan a un prolongado uso de los tratamientos antes referidos, determinan la búsqueda de ayudas que, ya en otros momentos y ahora también, fueron eficaces como es el caso de la Crenohidroterapia y la Kneippterapia capaces, tal y como nosotros hemos observado, de combatir básicamente el síntoma de angustia-ansiedad, estabilizar la funcionalidad de la esfera psíquica y proporcionar

resistencia frente a las agresiones por medio de la puesta en marcha de reacciones neuroendocrinas tal y como ocurre en el Síndrome General de Adaptación, pero que en el caso del estímulo hidromineral cursa con una fase de alarma mas ligera seguida de una importante y más prolongada fase de resistencia o bienestar capaz de exaltar los mecanismos de defensa y equilibrio orgánicos (11), aportando además las curas especiales como es el caso de la Kneippterapia, un sistema de fortalecimiento merced a la puesta en marcha de reacciones reflejas de transcendencia muy positiva para la salud.

- La Cura de Kneipp en un balneario de aguas oligometálicas radioactivas -

Para obtener beneficios de las aguas mineromedicinales, bastaría inicialmente con permitir el paso de sus elementos minerales, gases o radioactividad a través de la piel y/o las mucosas, es decir, utilizarlos en forma de baño, inhalación o ingesta, pudiendonos beneficiar además sus características organolépticas y sus propiedades físicas.

Sin embargo, a las condiciones del agua minero-medicinal y a la vía de administración se añadirán los efectos de las diferentes técnicas hidroterápicas que refuerzan su utilidad.

En este sentido son de un especial interés las técnicas empleadas en la CURA DE KNEIPP(12) basada en aplicaciones locales y repetidas de agua fría a cuyo conjunto también se llama también Pequeña Hidroterapia. La cura se completa con una ordenación dietética, utilización de plantas medicinales, cura de ejercicio o movimiento y regulación natural de la vida, todo lo cual era el planteamiento de los llamados tratamientos morales aplicados también en el siglo XIX y primer tercio del XX en las enfermedades mentales (13), (14).

La experiencia vivida por Sebastian Kneipp al superar sus problemas de salud y lograr un notable fortalecimiento psicofísico apoyándose en las recomendaciones hidroterapéuticas de Johan Siegmund Hahn, influyó en su actividad como sacerdote ya que no solo guiaba a sus feligreses por medio de la oración y la reflexión sino también enseñándoles a utilizar técnicas hidroterápicas, útiles frente a la angustia-ansiedad, reparadoras, fortalecedoras del cuerpo y el espíritu y proponiéndoles además una reordenación general de la vida.

La Cura, es un proceder terapéutico aplicable a

cualquier organismo que precise una estimulación de sus defensas generales y un fortalecimiento de los mecanismos reaccionales, siendo idónea tanto para sujetos sanos como para los que padezcan los siguientes procesos:

- Estados de agotamiento físico o psíquico, tal es el caso de las personas sometidas a situaciones de stress.
- Procesos psicosomáticos y organoneuróticos.
- Estados de hiperexcitabilidad nerviosa, constitucional o adquirida.
- Metabolopatías disendocrinas, reumatismos, etc.
- Dispepsias y somatizaciones digestivas.
- Alteraciones del ciclo menstrual, dismenorreas, trastornos climatéricos.
- Afecciones catarrales frecuentes del aparato respiratorio.

El éxito logrado por la Kneippterapia desde su inicio llega a nuestros días adquiriendo una especial utilidad dada la frecuencia de la patología para la que está indicada así como por la gran cantidad de riesgos que facilitan su aparición en personas sanas en quienes esta terapia cumple un papel preventivo.

Habiéndose implantado desde hace 12 años la Cura de Kneipp en el balneario de Alange, de aguas oligometálicas acratotermas, emergen a 28°C, y radiactivas, a continuación se describen el uso razonado de las distintas técnicas de la Cura y la evaluación de sus efectos sobre todo en enfermos del sistema nervioso y en personas sanas.

En primer lugar, según Armijo Valenzuela, la balneación en -aguas oligometálicas- así como su ingesta e inhalación, facilitada por medio de microaerosolización entre otras técnicas, va a producir amplios efectos relacionados con su poder diurético y fundamentalmente detoxicante, junto a una acción descongestiva y sedante en general que las hace muy útiles en procesos inflamatorios debidos a depósitos de productos del metabolismo, así como en los que cursan con irritaciones álgicas en particular las neuritis, mialgias y neuralgias.

Si además este agua cuenta con la condición de -radioactiva- al contener radón, los anteriores efectos se ven reforzados, añadiéndoseles además una disminución de la excitabilidad de la célula nerviosa y como consecuencia un claro efecto relajante mediado al parecer por la producción de grupos oxidantes en el agua, que serían originados por el radón y capaces de modificar el potencial de reposo al actuar sobre la membrana celular (15), (16).

Estos efectos del agua han determinado que ya, desde el siglo XIX, la mayor parte de los bañistas que acuden al balneario busquen tratamiento para las afecciones o fortalecimiento del sistema nervioso, encontrando en él un notable alivio (17). Junto a las instalaciones para baño en piscina, pila y aplicaciones locales del agua, el centro cuenta con un recinto al aire libre sembrado de césped para paseos sobre la hierba húmeda y práctica de ejercicio físico en circuito de mini-golf, petanca y paddle tenis, y asimismo con una pileta para realizar paseos en el agua imitando el paso de cigüeña.

Para la indicación de la cura hidrotermal y de Kneipp se procede en la consulta médica al establecimiento del diagnóstico o a la valoración del que ya trae el paciente, para todo lo cual se realiza el interrogatorio clínico y la exploración general y psicopatológica, apoyando ésta última en la escala de Vallejo (18) y complementándola con el test de los colores de Max Lüscher (19), dado el valor que tiene como test proyectivo de fácil manejo capaz de reflejar objetivamente los cambios a corto plazo en el estado psíquico de las personas.

El Test de los Colores que se realiza como máximo en 10 minutos, puede aplicarse en todas las edades y permite hacer un perfil de la personalidad del sujeto, detectar sus focos de tensión psíquica y compensaciones así como los desequilibrios del sistema nervioso autónomo, todo ello de forma dinámica. Está basado en la psicología funcional es decir, en el proceso evolutivo de la visión cromática, la fisiología y el significado ancestral que los colores tienen para la especie humana, su utilidad en psicología, psiquiatría y en general en medicina es indiscutible (20).

En la medida que existen focos de tensión se reflejan en el orden con el que se eligen los colores. Si en el curso de los días se modifica la ansiedad, también se modificará la elección, por esta razón el test es procedente realizarlo en la consulta inicial y dos días antes de finalizar la Cura, que por lo menos debe ser de quince días, de esta forma puede compararse de manera objetiva la evolución de la persona y valorar los efectos del tratamiento a corto plazo.

La Cura en las Psicosis

Cuando el diagnóstico que se atiende en la consulta corresponde al grupo de las Psicosis, si se trata de un proceso Esquizofrénico, en primer lugar nos aseguraremos que no existe sintomatología de brote,

y teniendo en cuenta que esta patología refleja un estado del psiquismo compatible con la fase presimbiótica del desarrollo, es decir la que correspondería a la etapa sensorial pre-relacional, procedemos con la estimulación ya que con ella en el desarrollo normal se consigue salir del ensimismamiento para pasar a la simbiosis o relación.

En la temporada de verano la estimulación se realiza durante tres a cinco minutos antes del baño por medio de ducha fría masiva a 1,5 atmósferas de presión, complementada con chorro de agua fría de 2 atmósferas, que se dirige a todo el cuerpo tanto en la cara ventral como dorsal siguiendo los trayectos en lazada pequeña y grande según se alcance, desde las extremidades inferiores la cintura o los hombros, y finaliza aplicando el chorro de manera ascendente y descendente a lo largo de la columna vertebral y sosteniéndolo medio minuto de manera que incida en la zona inferior del occipital.

La tolerancia a esta aplicación es progresiva de manera que hay que ir adaptándola a la respuesta, siendo un indicador positivo lograr el acompasamiento respiratorio.

A continuación se pasa al baño de piscina situada en el mismo recinto de la ducha, que está cubierto para todos los tratamientos, a fin de mantener la concentración de radón. El agua del baño también es fría, no supera los 28°C y en ella se permanece de 15 a 20 minutos en los que se experimenta escalofrío al principio, a pesar de la ducha previa, ya que según el fenómeno de Lewis, la vasoconstricción inicial condiciona un acúmulo de sustancias histamínicas e histaminoides cuya liberación facilita vasodilatación cutánea y sensación de calor, que van seguidos a continuación de sensación de bienestar. El ejercicio suave en el baño se complementa con aplicaciones de agua con regadera sobre los hombros, pecho y espalda, las cuales por su suave presión desencadenan ahora reacciones reflejas que con las del conjunto de la estimulación más adelante se exponen. Tras el baño, el paciente debe reposar abrigado hasta que se normalice su temperatura corporal.

Si la Psicosis es Depresiva, hay que valorar mediante el diálogo en la consulta si su angustia refleja la angustia de separación presimbiótica, en cuyo caso se apreciará también un notable ensimismamiento, o por el contrario es postsimbiótica según su mayor componente de contenidos relacionales en su expresión, es decir, temor de abandonos, posiciones dependientes de personas concretas, etc.

En el caso de depresión presimbiótica se puede proceder con la misma sistemática de tratamiento crenohidroterápico que en la Esquizofrenia, pero si refleja características de vivencia relacional suele presentar síntomas de somatización, o sea de lenguaje del cuerpo, como corresponde a la fase del desarrollo psíquico que reproduce, y en ese caso la estimulación no tiene que ser exclusivamente con agua fría sino alternante, así la ducha podrá ser escocesa la cual simultáneamente aplica un chorro de agua fría y otro de agua caliente bajo una ducha fría con igual duración y presión que en el caso anterior. El baño podrá ser en piscina fría o en pila a temperatura de placer, se indicará el primer tipo, empleándose también regaderas, si la persona es joven y la enfermedad es reciente y con poca somatización, procediéndose con baño de placer en el caso contrario y aplicándose de forma intermitente lluvia fría de contraste en la cabeza durante dicho baño, o compresa fría sobre la frente.

En las manifestaciones maníacas el tratamiento será como en la depresión, se emplearán duchas escocesas, lluvias de contraste y regadera en el baño preferentemente a placer a fin de reducir la hipertensión y facilitar la sedación.

La Cura en las Neurosis

En las neurosis la expresión de angustia es diferente pues se tiende a reproducir la que se vivió en las fases post-simbióticas del desarrollo, va unida a reacciones de ansiedad, es menos básica que en los casos anteriores ya que se genera como una vivencia de conflicto, de confusión, se acompaña de gran excitabilidad por ello la estimulación debe ser suave al principio y progresivamente más intensa, a fin de ensayar y desarrollar capacidades de afrontamiento, de forma que lo que se va logrando frente a los estímulos, en este caso físicos, como son las duchas y los chorros, represente lo que sucede en la vida diaria pudiendo tener así mas fortaleza y seguridad ante ella, por lo que se comenzará con aplicaciones calientes y frías, tanto en duchas como en baño, para acabar con estimulación fría.

A estos pacientes se aplican además compresas también de agua fría sobre la frente en sesiones de 15 a 20 minutos varias veces al día para tratar las somatizaciones localizadas de mareo, cefaleas, etc, también lavados y envolturas para las gastralgias, mialgias y espasticidades, indicándoseles

especialmente el baño de pies y manos en agua fría seguido de envoltura a fin de inducir de manera fisiológica el sueño. Las neurosis de conversión clásicas como la histeria, ya no se presentan con tanta frecuencia, y aunque como en todas las neurosis es imprescindible un abordaje psicoterapéutico, el tratamiento con baño a placer, lluvia fría de contraste, con aplicación intermitente en la cabeza durante el baño, así como ducha escocesa y Kneippteria al aire libre permiten una importante remisión de los síntomas.

La justificación de las respuestas que efectivamente se logran según toda la sistemática descrita, la dan entre otros Feldberg y Myers que afirman respecto a la temperatura que sus variaciones en la sangre determina la liberación de neurotransmisores, y asimismo que las aplicaciones hidroterápicas locales y de baja intensidad producen efectos generales como redistribución sanguínea, variaciones del gasto cardíaco y del ritmo respiratorio, incrementos del tono muscular, estímulos de la función hipofisopararrenal y cambios en la excitabilidad nerviosa.

Por otra parte ya hemos visto que la piel es un elemento a través del cual el niño establece comunicación con el exterior por medio del tacto y el lenguaje corporal en las primeras fases del desarrollo psíquico, circunstancia imprescindible para su estructuración, y precisamente en los estados de agotamiento o enfermedad mental donde se tiende a posiciones regresivas, la estimulación adecuada de dicha piel en relación con presión y temperatura parece tener un efecto muy positivo.

Otras prácticas de Kneippteria que se realizan en el Balneario, ahora al aire libre, indicadas para los procesos que hemos referido y para el fortalecimiento general, son el Paseo por Agua Fría y el Paseo sobre la Hierba Húmeda; tanto una práctica como otra suele tener lugar a primera hora de la mañana unas veces antes de las duchas y baño y otras después de su reposo según el deseo del paciente en función de su propia evolución, no obstante se le suele recomendar, que pasee descalzo por la hierba húmeda con el fresco de la mañana como ejercicio previo y que el paseo por el agua lo realice al medio día, antes de la comida, pudiendo repetir esta misma secuencia a partir de las 6 de la tarde intercalando una ducha fría masiva con chorro o una ducha escocesa como la previa al baño de la mañana.

Estos estímulos al aire libre dan un rendimiento

extraordinario. Pues por vía refleja a partir de la planta de los pies actúan sobre la circulación, amplían los movimientos respiratorios y ajustan las secreciones endocrinas y el tono neurovegetativo (21). Además inician o restablecen una conciliación con la naturaleza que determina un progresivo sentimiento de estabilidad y seguridad.

El paseo por el agua ha de hacerse con paso de cigüeña, es decir, sacando a cada paso el correspondiente pie por encima del nivel del agua, que cubrirá hasta la rodilla, sintiendo al caminar así que se pisa suavemente el agua, el resto del cuerpo se mantendrá seco humedeciendo con las manos, solo, la nuca, muñecas y caras de flexión de los codos a fin de seguir estimulando reacciones reflejas.

Junto a todo lo anterior se recomienda, particularmente a los enfermos depresivos y afectos de distonía vegetativa con tendencia a la hipotensión y astenia, que consuman durante la cura infusiones de romero dado el efecto cardiotónico y revitalizador que consigue, asimismo se aconseja la manzanilla, tila, valeriana y otras infusiones que además de hidratar son eupépticas, mejorando el apetito, y facilitando una depuración o detoxicación general en complemento a la que procura el propio agua mineromedicinal.

El ejercicio físico que se realiza en el centro es suave, y consiste en gimnasia, ciclostática y práctica de los juegos ya citados, está monitorizado y ayuda notablemente al bañista que así toma más conciencia de las posibilidades y límites de su propio cuerpo. Por lo general la invitación al ejercicio es bien recibida y contribuye a facilitar aún más la comunicación que espontáneamente se establece entre los concurrentes de las instalaciones al aire libre, las cuales han modificado desde que existen, muy positivamente la dinámica que los pacientes antes seguían en relación con su cura hidrotermal. Por otra parte, los horarios en los que se administran las aplicaciones facilitan una ordenación de actividades en el día que contribuyen a regular las funciones vitales.

Evaluación General de la Crenokneippteria

En el periodo de 12 años al que nos venimos refiriendo, las proporciones de bañistas que acuden a este centro de Aguas Oligometálicas Radioactivas, según patología, y nivel de remisión de síntomas en función del número de curas recibidas han sido:

RESULTADOS DE LA CRENOKNEIPPTERAPIA

PATOLOGIA ATENDIDA	%	% del N° de Curas recibidas y Nivel de Mejoría						%
		1 Mej.	2 Mej.	3 Mej.	4 Mej.			
Psicosis Esquizofrénica	15	20 *	18 *	42 **	20 **			100
Psicosis Depresiva	1	14 **	25 **	38 ***	23 ***			"
Neurosis y Patol.Neurológica	40	8 **	37 ***	33 ***	22 ***			"
Procesos Aparato Locomotor	18	5 *	20 *	45 ***	30 ***			"
Patología Respiratoria	7	10 *	20 **	48 ***	22 ***			"
Hiper.Art y otra Pat. Circulat.	2	15 *	30 *	35 **	20 **			"
Otras Afecciones	1	20 *	35 **	30 **	15 **			"
	100							

PATOLOGIAS DEL SIS. NERVIOSO		OTRAS PATOLOGIAS
Mejoría apreciada por médicos y/o familiares	*	mejoría
Mejoría sentida además por el paciente	**	mejoría importante
Mejoría con funcionalidad social	***	mejoría además funcional

Tal y como puede verse, en las afecciones psicóticas se observa mejoría moderada en el estado de conciencia, percepción general, curso del pensamiento y orientación, confirmando en muchos casos la familia, una mejor funcionalidad en grupo, siempre que éste sea favorable al enfermo y mantenga una estructuración básica. También refieren mejor aceptación de los tratamientos farmacológicos los cuales suelen reducirse notablemente cuando se persevera en la cura varios años, hasta el punto de que los pacientes cambian su dependencia por una progresiva autonomía y acuden incluso solos al Centro para bañarse y encontrarse con las amistades que allí hicieron, circunstancia que se apoya por la psicoterapia espontánea que surge en los distintos grupos al practicar la Kneipptherapie al aire libre.

Los procesos neuróticos y prácticamente la totalidad de sus somatizaciones, así como las alteraciones neurológicas tanto centrales como periféricas, encuentran una mejoría casi inmediata y persistente, gracias a una importante reducción de la ansiedad y de la distonía neurovegetativa de las que se acompañan, llegándose a prescindir de los tratamientos farmacológicos cuando se acude más de tres años. Destacamos también que la evolución que con la Cura tiene la epilepsia es espectacular, aquí parece que se logra una elevación del umbral de excitabilidad disminuyendo así el número de crisis y su intensidad. Las neuralgias, síndromes vertiginosos y el Parkinson también modifican positivamente el curso clínico de los pacientes, tal y como suelen confirmar sus especialistas.

En cuanto a las afecciones del aparato locomotor, el baño se complementa con chorro caliente, duchas

subacuáticas, para-fangos, fomentos y envolturas, y encuentra su mejor respuesta si se insiste en el tratamiento al menos tres años. Una vez reducido el dolor y la impotencia funcional, muchos pacientes pasan ya a la kneipptherapie recibiendo los contrastes de temperatura en forma de ducha escocesa y practicando los paseos al aire libre. Se logra así una revitalización física y psíquica que les permite afrontar mejor sus limitaciones teniendo una percepción más positiva de si mismos. Los procesos algícos y osteoporosis del climaterio tienen también muy buena respuesta con este conjunto de estímulos naturales.

La patología respiratoria que se atiende, es en gran medida consecuencia del tabaquismo que sufren muchos enfermos mentales debido a la ansiedad. La aplicación de aerosoles del agua mineromedicinal junto a todas las prácticas Kneipptéricas facilitan una verdadera "toilette" de las vías respiratorias y permiten la rehabilitación funcional merced al estímulo de inspiraciones forzadas reflejas, que provocan tanto el aerosol como los paseos por la hierba húmeda. En los niños con síndrome ansioso manifestado en forma de crisis asmáticas, alergias y/o catarros frecuentes, el tratamiento es también muy operativo.

La hipertensión arterial y otras patologías circulatorias, si son leves, se benefician también, aunque no es común que se presenten aisladas sino como un síntoma más de los padecimientos neuróticos que al tratarlos permiten su alivio.

Teniendo en cuenta las proporciones de éxito y la dinámica tan favorable que se ha establecido desde su implantación en este Centro de Alange,

CONCLUIMOS que la Kneippterapia, al unir sus efectos a los de las aguas mineromedicinales, constituye un recurso técnico más que debe incluirse, siempre que la situación del paciente lo permita, en la

Atención Termal para ayudar tanto a la Promoción como a la Recuperación de la Salud en General y muy particularmente de la Salud Mental.

BIBLIOGRAFÍA

- 1.- DOMINGUEZ CARMONA, M: "Antropología de la Salud. Real Academia de Medicina y Cirugía de Galicia". La Coruña, 1981.
- 2.- LORENZ, K.Y., DAVIS, D.L.: "Strategies for Public Health. Promoting Health and Preventing Disease". Van Nostrand Reinhold, Nueva York, 1981.
- 3.- ARMIJO V.M., SAN MARTIN B.J.: "Curas Balnearias y climáticas, talasoterapia y Helioterapia". Editorial Complutense. Madrid, 1994.
- 4.- LIPTON M.A., DI MASCIO A.: "Psicofarmacología". De. Espaxs, Barcelona, 1982.
- 5.- TORO J.: "Stress y enfermedad en Psicobiología". C. Ballus (de.), Editorial Herder Barcelona, 1984.
- 6.- O.M.S.: "Atención de Salud Mental en los países en desarrollo: Análisis crítico de los resultados en las investigaciones". Serie de Informes técnicos nº 698. Ginebra, 1984.
- 7.- HOUSER M.: "Aspecto genético del Psicodesarrollo. En Manual de Psicología Patológica". 2TM Ed. Editorial Masson, Barcelona, 1990.
- 8.- GREENACRE PH.: "Traumatisme, croissance et personnalité". P.U.F. 1971, pp 332. (Citado en Manual de Psicología Patológica).
- 9.- BERGERET J.: "Manual de Psicología Patológica". 2TM Edición. Editorial Masson, Barcelona, 1990.
- 10.- VALDES M., DE FLORES T.: "Psicofarmacología del estrés". Ed. Martinez Roca, Barcelona, 1990.
- 11.- ARMIJO VALENZUELA, M.: "Mecanismos de acción de las aguas mineromedicinales. En compendio de Hidrología Médica". Editorial Científico-Médico, 1968.
- 11 (Bis).- ARMIJO VALENZUELA, M.: "Estrés y Kneippterapia". Anales de la Real Academia de Medicina, tomo CVII, 413.
- 12.- SAN MARTIN BACAICOA, J.: "Cura de Kneipp. Coleccionable de Hidroterapia". Boletín de la Sociedad Española de Hidrología Médica. Vol, IV, nº 1, pp. 109-120. 1989.
- 13.- LIVIANOS ALDANA L.: MAGRANER GIL A. y otros.: "Los tratamientos medicamentosos y físicos de la alienación en España a mediados del siglo XIX". Anales de Psiquiatría. Vol. 3, nº 3, pp 122-128, 1987.
- 14.- LIVIANOS ALDANA L., MAGRANER GIL A. y otros: "La práctica del tratamiento moral en la España del siglo XIX". Anales de Psiquiatría, vol 3, nº 4, pp159-165, 1987.
- 15.- SOTO TORRES J., FERNANDEZ P.L.: "Radón 222 en Balnearios". Boletín de la Sociedad Española de Hidrología Médica. Vol. VI, nº 2, pp 101-104, 1991.
- 16.- SOTO TORRES J., NORIEGA BORGE M.J.: "Potencial de membrana de células nerviosas y 222 Radón en Balnearios". Boletín de la Sociedad Española de Hidrología Médica. Vol. XI, nº 3, pp 147-151, 1996.
- 17.- ROMERO MARTIN M., SERRANO MORENO C.: "Balneario de Alange". Boletín de la Sociedad Española de Hidrología Médica. Vol. III, nº 1, pp 39-41, 1988. Memoria nº 16 del Instituto de España, Real Academia de Farmacia, Madrid 1990.
- 18.- VALLEJO J. y otros.: "Introducción a la Psiquiatría. 2TM Edición". De. Salvat, Barcelona, 1985.
- 19.- LÜSCHER M.: "Test de los colores". 5TM Edición. Editorial Paidós Psicometría y Psicodiagnóstico. Barcelona, 1993.
- 20.- ERGSLÖN J.: "Die Verwendung des Lüscher Farb-tests in der ärztlichen Praxis". Artzliche Praxis, nº 31, 1962. (Citado en el Test de los Colores de Max Lüscher 5TM Edición, 1993).
- 21.- PIAZZA D.: "Reflexología del pie. En Curso de reflexología del pie y de la mano". Editorial Vecchi, Barcelona, 1991.