

ESTUDIO DE LA POBLACION DIABETICA EN EL BALNEARIO DE RETORTILLO, SEGUN CRITERIOS MEDICO-TERMALES Y LABORALES. TEMPORADA 1996

Manuel Andrés Perea Horno.

Balneario de Retortillo - Salamanca.

OBJETIVOS: Comprobar si la incidencia de bañistas diabéticos es estadísticamente significativa, y conocer sus características en base a variables médico-termales y laborales.

MATERIAL Y METODOS: Se eligen 860 bañistas durante el último tercio de la temporada, ampliada, para los pacientes diabéticos, con datos específicos identificativos de su enfermedad, terapéutica y evolución durante la estancia balnearia.

Así mismo, los diabéticos reciben información higiénicodietética y de autocontrol metabólico.

RESULTADOS: Son 92 los agüistas que presentan trastornos metabólicos hiperglucémicos, el 60% mujeres. La edad media supera los 65 años, con una asistencia promedio de 2,5 temporadas. Más de la mitad proceden de la comunidad castellanoleonesa. El 80,4% de estos pacientes padecen diabetes mellitus tipo II. En el 90% de los casos, el motivo principal de venida al balneario es el de ser artrósicos oligoarticulares. En el 91% de las prescripciones, la duración

crenoterápica oscila entre 7 y 9 días. Casi las dos terceras partes de estos enfermos toman exclusivamente baños, chorros y agua en bebida.

Finalmente, el 19,6% de los pacientes son trabajadores mayoritariamente del sector de servicios.

CONCLUSIONES:

1. Predominan los diabéticos mellitus tipo II, tratados con dieta.

2. La mayoría son de la tercera edad, mujeres y bañistas tradicionales del balneario.

3. Especialmente acuden al establecimiento termal, por sufrir artrosis oligoarticular.

4. La crenoterapia media es de 7-9 días, a base de baños, chorros y agua en bebida.

5. Durante el tratamiento no se producen complicaciones glucémicas ni crisis termales.

6. La quinta parte de los diabéticos son trabajadores en activo, preferentemente del sector de servicios.

7. Dada la elevada afluencia de enfermos diabéticos, debe prestarse especial atención a los aspectos higiénico-dietéticos.

PROGRAMAS DE ADELGAZAMIENTO EN EL BALNEARIO DE MONDARIZ

Antonio Freire Magariños

Balneario de Mondariz - Pontevedra

PROGRAMAS DE ADELGAZAMIENTO EN EL BALNEARIO DE MONDAIRIZ

Desde la introducción en Enero de 1995 de los programas de adelgazamiento en el Balneario han tenido un crecimiento sostenido, suponiendo en la actualidad el 11% de los motivos de visita.

El tiempo medio de estancia es de 7 días, siendo las mujeres el colectivo más frecuente representando un 76% del total. La edad media es de 45 años, es uno de los motivos de visita de menor edad media, junto con estrés y tratamientos de belleza. La talla media es de 163 cm y el peso medio inicial de 77,180 Kg., lo que supone en términos generales que tienen un exceso de peso de 17,500 Kg. (29,5%) sobre su peso ideal calculado según la fórmula de Lorenz.

El tratamiento de adelgazamiento lo basamos en tres pilares:

1.- **DIETA.** Individualizada a las características de cada persona, para lo que se elabora una dieta en estrecha colaboración con la cocina del balneario y

con el equipo de restaurante que vigilan su cumplimiento, informándonos de cualquier abandono parcial o global durante la misma.

2.- **AGUA BEBIDA.** Ingestión de agua minero-medicinal en los manantiales de agua carbogaseosa bicarbonatado sódica de mineralización media, tres veces al día en cantidad variable.

3.- **TRATAMIENTO EN EL BALNEARIO** a base de baños de burbujas e hidromasaje, chorros, duchas, aplicaciones de algas y lodos, manta de sudación, vendas y masajes localizados en las zonas con mayor acumulo de grasa.

1.- **DIETA.** La siguieron el 77% del total, que en el caso de los varones llegó hasta el 90%. También fue más seguida entre las personas con mayor exceso de peso (el 93% de los que tenían un IMC > 30 frente al 76% de los que tenían un Índice de masa corporal entre 25-30 y sólo un 44% de los que sólo tenían por debajo de 25).

La pérdida de peso fue de 346 gr/día entre los que siguieron dieta y de 88 gr entre los que no la hicieron. También fue superior en los varones con 348 gr/día frente a las mujeres con 262 gr/día en valores absolutos, aunque si lo relativizamos a su peso las mujeres habrían perdido un 3,3% de su peso mientras que los varones lo harían en un 2,8%, aún a costa de partir de un peso inicial mayor (93,690 Kg. frente a 72,270 Kg. de las mujeres).

2.- AGUA BEBIDA. La hicieron el 93% de los participantes en estos programas, también ligeramente superior en los varones (95%) que en las mujeres (92%). No hubo diferencias entre los diferentes grupos de IMC. Aunque es de destacar el hecho que el 21% de los que no siguieron la dieta tampoco hicieron cura de agua en bebida.

3.- TRATAMIENTO BALNEARIO. Todos los que acudieron a Mondariz dentro de estos programas

lo hicieron. Con esta terapia se pretende principalmente disminuir el contorno, actuando selectivamente en cada persona en aquellas zonas donde más acumulan. Las mujeres pierden más en ombligo (-3,8% de su contorno inicial) y cintura (-2,7%), en cambio los hombres bajan más en cintura (-3,3%) y muslo (-2,4%), siendo todas ellas zonas donde se insiste en el masaje. Cabe citar el descenso de contornos en las personas que no siguieron dieta que llegó a ser un 69% de los resultados conseguidos en aquellos que si la hicieron.

Estos programas pretenden educar sobre el tipo de dieta a seguir en su domicilio una vez concluido el tratamiento en el balneario, demostrando que ingiriendo dietas hipocalóricas se puede disfrutar de la comida sin necesidad de "pasar hambre", intentando inculcar buenos hábitos dietéticos e iniciar una tendencia a perder peso lentamente.

MODIFICACIONES DE LA ACTIVIDAD COAGULANTE DEL PLASMA EN LOS PACIENTES SOMETIDOS A TRATAMIENTO HIDROTERAPICO

Bernardos L., Arias L., Larrad A., San Martín J.
H.G.U. Gregorio Marañón - Madrid.

INTRODUCCION: Con el fin de evaluar cuales son las posibles repercusiones de la activación del eje hipofisiario sobre la actividad coagulante del plasma, hemos seleccionado un modelo de estrés inespecífico como la hidroterapia.

MATERIAL Y METODO: Se sometieron a estudio 13 pacientes afectados de artropatía degenerativa, entre los 25 y los 65 años, de ambos sexos y sin otras patologías de base, sometidos a tratamiento hidroterápico en piscina a 39°C. y en sesiones diarias de 20 a 30 minutos de duración. Se efectuaron determinaciones de PRL, CORTISOL, ESTRADIOL, PROGESTERONA, LH, FSH y pruebas de coagulación antes de iniciar tratamiento, a las 24 horas y a los 7 días. Los valores conjuntos se han analizado mediante estudio de regresión polinómica con el programa estadístico R-Sigma.

RESULTADOS: No hemos observado diferencias significativas en ninguno de los periodos

de estudio, tanto para la hormonemia como en los parámetros de coagulación. Sin embargo, si encontramos una serie de correlaciones lineales negativas entre los valores de APTT, TP y las cifras de PRL, cuando estas son > de 15 ng/ml., con descensos de los valores de los parámetros de coagulación (para APTT $p < 0'01$ y para el TP $p < 0'05$). También encontramos correlación lineal con significación estadística para los valores de APTT con el Estradiol y la Progesterona, con aumento de los valores de APTT para aumentos de las cifras de ambos (para Estradiol $p < 0'001$).

CONCLUSIONES: La hidroterapia no parece ejercer modificaciones significativas sobre las hormonas implicadas en la respuesta al estrés.

La PRL a concentraciones plasmáticas fisiológicas parece ejercer efectos procoagulantes, al contrario que el Estradiol que los ejerce anticoagulantes.