

## 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 bicarbonatada 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).