

Continuación de un programa de talasoterapia en un centro de hidroterapia y estrategias adicionales

Continuation of a thalassotherapy program in a hydrotherapy center, new strategies and holistic approach

Cerrada A⁽¹⁾

⁽¹⁾Aldea La Quinta Health Resort, Marbella - Málaga, España
alatraste28@yahoo.es

Los centros de hidroterapia (balnearios, centros de talasoterapia y spas) están desarrollando nuevas estrategias en la atención a pacientes o clientes de acuerdo a sus necesidades.

Muchas patologías que no se trataban habitualmente en estos establecimientos están siendo protagonistas de diversos tratamientos y programas. Pacientes que eran tratados o rehabilitados en otras unidades asistenciales por especialistas concretos ahora acuden, son recibidos y tratados en nuestras instalaciones por nuestro personal.¹

Por ello es importante conocer este nicho de mercado y la complejidad en ocasiones de las dolencias y necesidades especiales que estos grupos de enfermos y sus familias requieren por sus implicación en varios campos terapéuticos: médico, psicológico, fisioterapéutico, social, logopedia, enfermería, nutricional, deportivo, ocupacional y muchos otros.

Además de los métodos tradicionales son necesarias adaptaciones y en ocasiones el desarrollo de nuevos programas, instalaciones, aparatología e incluso personal, llegando en ocasiones a cambiar la filosofía del centro y las estrategias para tratar de una manera completa a estos pacientes y satisfacer todas sus necesidades.

Parte de este enfoque proviene del concepto de turismo de salud. Algunos de estos pacientes o grupos provienen de otros países de Europa y del mundo. Sus gobiernos han llegado a la conclusión acertada de que sus padecimientos experimentan una mayor mejoría siendo tratados en centros lo suficientemente dotados y con las garantías necesarias en otros países.² El suplemento que nuestros centros proporcionan no deben proceder tan solo de las ventajas climáticas, geográficas, gastronómicas o sociales de nuestro emplazamiento sino también del más exquisito trato, conocimiento y formación en todos los campos que conciernen a su proceso terapéutico y rehabilitador.

Estrategias adicionales y actividades concretas deben ser puestas en marcha para complementar y aportar un valor añadido a la salud y bienestar de estas personas y sus familiares. Este grupo de actividades deben siempre mantener un objetivo terapéutico y suponer un plus de mejora a nivel físico o psicológico tanto de los implicados como de sus acompañantes.

Los familiares y cuidadores principales son un objetivo también a tener en cuenta ya que habitualmente no reciben atenciones en sus países siendo el paciente el que recibe todo el cuidado. Estos aliados de los enfermos presentan gran variedad de psicopatología y verdaderos padecimientos somáticos que pueden y deben ser tratados en nuestros centros. Es una oportunidad única para mejorar también la calidad de vida de los mismos si planteamos actividades en las que puedan participar de forma activa. La idea es que no solo los pacientes mejoren sino que todos sean partícipes de una experiencia única y motivadora que no olviden y les ayude a continuar con sus procesos clínicos en muchas ocasiones muy complicados y que requieren gran sacrificio por parte de los cuidadores.

Nuestro centro Aldea La Quinta, está situado en Marbella, (Málaga) en plena Costa del Sol. Se trata de un complejo de salud o Health Resort con un centro de hidroterapia y rehabilitación que da respuesta a diferentes necesidades. Además de los programas wellness y servicios habituales de los centros termales y sus patologías más frecuentes también acoge a pacientes de media y larga estancia ya que es un centro de rehabilitación postoperatorio y unidad de geriatría con asistencia permanente. Pacientes independientes pero que requieren cierta asistencia o cuidados pueden encontrar aquí su segunda residencia. Clientes con necesidades especiales pueden pasar largos períodos o sus vacaciones ya que cuenta con un ambiente totalmente adaptado, servicio médico y de enfermería 24 horas así como las unidades asistenciales de fisioterapia, psicología, nutrición, sport center, etc.

Son varias las empresas con las que colaboramos: compañías privadas de seguros, hospitales privados locales, centros quirúrgicos y de cirugía plástica o estética, así como operadores de viajes especializados en discapacidad.

Como curiosidad podemos comentar que gran cantidad de pacientes del grupo Facial Team realizan su pre y postoperatorio en nuestro centro. La cirugía que se realiza es de feminización facial o cirugía de confirmación de género facial.

Si bien el mayor número de pacientes recibidos hasta ahora proviene de un grupo escandinavo cuya actividad principal es promover la salud.

El modelo escandinavo de rehabilitación se basa en la gran intensidad de la actividad física y una atención temprana para promover la neuroplasticidad, todo ello realizado en un ambiente agradable y motivador basado en entrenamientos individualizados.³

Los tratamientos en agua tienen una importancia fundamental. Su propio personal compuesto por logopedas, fisioterapeutas y neuropsicólogos viene desde Suecia y trata a los pacientes en una estrecha colaboración con nuestro equipo médico y

terapéutico estableciéndose una doble vía de transmisión de conocimientos, técnicas y terapias muy enriquecedor para todos.

Los pacientes acuden por grupos de 10 a 30 personas teniendo una estancia de 3 o 4 semanas. Estos grupos se distribuyen principalmente en:

-Patología neurológica con especial incidencia de ictus, esclerosis múltiple, enfermedad de Parkinson y diversas patologías con daño cerebral.

-Patología reumatológica principalmente artritis reumatoide, artritis psoriásica, espondilitis anquilosante y diversas afecciones osteomusculares.

-Un tercer grupo más variado comprende patología del espectro neuropsicológico, pacientes con depresión, ansiedad, síndrome de burn out, etc.

Esta empresa escandinava ha tenido colaboración con varios centros españoles incluido un centro de talasoterapia en Murcia. La Dra. Carla Morer realizó un magnífico estudio pionero en este campo objeto de su tesis doctoral con pacientes de ictus con importantes y significativas conclusiones.⁴

En nuestro centro hemos tratado hasta el momento cerca de 300 pacientes, muchos de ellos con ictus de similares características y pensamos que sería muy interesante comparar los resultados con los obtenidos en el centro de talasoterapia por la Dra. Morer.

El programa que realizan los pacientes está compuesto por terapias en diferentes ámbitos: psicológico, físico, preventivo, hidroterápico, climatoterápico y logopedia entre otros.

La recuperación funcional y ejercicios de rehabilitación en piscina son fundamentales en su tratamiento como muestran varios estudios con evidencia científica significativa.⁵

Estamos convencidos que la talasoterapia y las actividades que involucran agua de mar y sus componentes añade un plus fundamental a estos programas gracias a varios estudios publicados. ^{6 y 7.}

Debido a este aspecto intentamos crear experiencias y estrategias adicionales a estas terapias que acercaran a los pacientes a la talasoterapia.

El programa que creamos lo denominamos Sea and Health Experience y tiene una doble actividad, una de ellas es realizar salidas en barco para avistar mamíferos marinos en el Parque Natural del Estrecho con todos los beneficios que las curas de barco y este tipo de experiencias tienen en la salud.^{8.}

Se completa esta actividad con las conocidas terapias asistidas por animales, en este caso la delfinoterapia realizada en un delfinario cercano donde los pacientes pueden tener un contacto directo con el delfín y experimentar los efectos beneficiosos de este programa terapéutico. Incluye los efectos de la inmersión en agua de mar, ejercicio dentro del agua dirigido por los fisioterapeutas, técnicas con los diferentes especialistas (fisioterapeutas, psicólogos, logopedas, médico, etc), gracias a la colaboración y la emisión de ultrasonidos del delfín.^{9 y 10}

También analizamos antes y después de estas actividades los parámetros de tensión arterial, pulsioximetría, frecuencia cardiaca y respiratoria y escalas visuales analógicas del dolor, ansiedad y depresión con resultados positivos.

Estos nuevos enfoques más holísticos y que se ocupan de los diferentes aspectos del proceso de curación y rehabilitación están ofreciendo resultados prometedores tanto a los pacientes como a sus familias. Es un punto de vista a tener en cuenta en el futuro para incrementar el número de pacientes y ofrecer un amplio abanico de cuidados en el proceso de la salud y la calidad de vida en personas que padecen estas patologías crónicas. Más estudios sobre estos aspectos son necesarios para obtener datos fidedignos pero los resultados hasta el momento basados en nuestra experiencia son francamente positivos.

Palabras clave: hidroterapia, turismo de salud, balneoterapia, talasoterapia, spa, ictus, terapia acuática, delfinoterapia.

Key words: water treatments, hydrology, balneotherapy, thalassotherapy, health tourism, spa therapy, stroke, aquatic therapy, dolphin therapy.

Bibliografía:

1. S. Ramos Rey. JC. *El paciente oncológico en el Centro Termal* 2016; 31(S1): 29-30. DOI: 10.23853/bsehm.2017.0220
2. A. Cerrada, N. Tejera. *Nuevo enfoque en tratamientos hidroterápicos: balneoterapia, talasoterapia e hidroterapia, el nuevo turismo de salud.* Bol Soc Esp Hidrol Med, 2014; 29(2): 121-122. DOI: 10.23853/bsehm.2017.0317
3. White JH1, *Exploring stroke survivor experience of participation in an enriched environment: a qualitative study.* Disabil Rehabil. 2015;37(7):593-600.
4. Morer C. *Talasoterapia y enfermedad neurológica.* [thesis] Madrid, Universidad Complutense de Madrid, 2016.Hidroterapia
5. Pollock K et al. *Physical rehabilitation approaches for the recovery of function and mobility following stroke.* A Cochrane Database Syst Rev. 2014 Apr 22;4:CD001920.
6. Cerrada A. *Talasoterapia: revisión de artículos médicos publicados en los últimos 20 años.* An Hidrol Med 2007;2:151-166.
7. Morer C. *Talasoterapia.* Bol Soc Esp Hidrol Med, 2016; 31(2): 119-146. DOI: 10.23853/bsehm.2017.0209
8. I. Vegas, A. Cerrada, N. Tejera, E. Andreu, A. Redondo. *Beneficios de la talasoterapia, climatoterapia marina y terapias asistidas con especies marinas por avistamiento en un grupo de niños con necesidades especiales.* Bol Soc Esp Hidrol Med, 2014; 29(2): 125-126. DOI: 10.23853/bsehm.2017.0319
9. A. Cerrada A. *Terapia con animales,* Vivir sano. Madrid, 2013.(Nº 10), 42-44.
10. A. Cerrada, N. Tejera, N. Barcelo, L. León, R. Garzón, G. Toledo, A. Lara, M. Martínez, S. Ramírez, H. Chacón, F. Martín, S. Barrón, JC. Paredes, M. Romero, J. Cruz, I. Navarrete, D. Ferrero, E. Arrambide. *Talasoterapia y terapia asistida con delfines en un grupo de 71 niños con necesidades especiales y sus familias.* Bol Soc Esp Hidrol Med, 2014; 29(2): 123-124. DOI: 10.23853/bsehm.2017.0318