ISSN 0214-2813

- Ejercicios para disminuir la rigidez
- Ejercicios para favorecer la respiración
- Ejercicios para favorecer la deambulación

EL NUEVO BALNEARIO DE MONDARIZ

Antonio FREIRE MAGARIÑOS.
Director Médico Balneario de Mondariz.

Se muestran los resultados del Balneario de Mondariz desde la apertura de las nuevas instalaciones, desglosadas por técnicas empleadas, motivos de asistencia, análisis de los agüistas por edad, sexo, peso, talla, tabaco, alcohol, patologías asociadas (colesterol, diabetes, ácido úrico), procedencia (provincia de origen).

LOS FANGOS. PREPARACION. INDICACIONES. RESULTADOS.

Agustín VALERO CASTEJON.
Médico Director de Caldas de Bohí.

Los fangos forman parte de los peloides, se utilizan con fines terapéuticos.

En su preparación entra el agua mineromedicinal, y un componente sólido.

En Caldas procede de los manantiales *"estufa"*, *"baños"*, *"Canem"*, *"Tartera"*, clasificados como clorurado sulfurados, sulfatadas, bicarbonatadas, sódicas, y con temperaturas de 4 a 52°.

El componente sólido está formado por: arcillas, materia orgánica estable o humus, materia orgánica transformada por microflora y microfauna.

Lo importante es que estos componentes mezclados, durante un año y en comunicación con el aire, sufren la llamada maduración y maceración, aumentan la capacidad térmica, la proporción de lípidos, ácidos grasos, esteroides, glicéridos, así como fermentos protéicos (catepsinas y plasminas). Toda esta evolución debe ser controlada así como las modificaciones de pH, potencial redox, etc. Y el estudio bacteriológico, que en Caldas de Bohi realizó Carmen de la Rosa y colaboradores.

Empleamos una serie de piscinas comunicadas y por las que circula agua mineral, en locales bien ventilados por la necesidad del contacto con el aire.

Posteriormente a través de un agitador de la casa Trautwein se homogenizan durante 30 minutos y colocados en recipientes de acero inoxidable se trasladan a las cabinas de aplicación.

La aplicación es local o general, en posición decúbito supino o sentados. A temperaturas de 42° y durante 20 a 30 minutos en número de 7 a 12 aplicaciones. Las capas deben tener un espesor de 5 a 10 cm. Cubiertos por una tela impermeabilizada y manta, seguidos de una ducha y reposo.

De ellos destaca su untuosidad, homogeneidad, plasticidad, capacidad de retención de calor e inversa conductividad.

La zona de temperatura indiferente es mayor que la del agua, se pueden utilizar durante más tiempo, así como el índice de enfriamiento es más bajo. (Hatta y Hattori).

Actúan mejorando el trofismo, por la vasodilatación, se modifican los procesos exudativos e infiltrativos, así como el sistema reticulo endotelial. Gran eliminación por el sudor de substancias que frenan la reacción hiperérgica de las artrosis. Además el estímulo de defensas (Síndrome general de adaptación).

Indicaciones: Artropatías crónicas, enfermedades reumáticas, siempre que lleven al menos 4 ó 6 semanas de estabilización (Bossi y Messini), espondilitis anquilosante, artropatías úricas, reumatismos musculares y alteraciones periarticulares, neuritis plexo braquial y ciático, perivisceritis crónicas, acrocianosis, acroparestesias, Dupuytren.

Contraindicaciones: las generales de la hidroterapia, las hipotonias graves, las tromboflebitis, varices.

Investigamos el mecanismo de acción, así como los detalles de preparación y control, con las técnicas actuales de flourescencia X, espectrometría, diafractometría, microscopio electrónico, etc.

EL AGUA COMO ELEMENTO DINAMIZADOR SOCIECONOMICO, TURÍSTICO Y DE SALUD EN EL ESPACIO TERMAL DEL ALTO TAMEGA

Mayte SUAREZ SANTOS.
Periodista A.E.P.C.
Mario G. CARNEIRO.
Director Caldas de Chaves.

Desde la más remota antigüedad el agua siempre fue considerada como indispensable para la vida. Sin embargo, hay un tipo de agua que merece especial atención; el agua por su sabor, por su temperatura y por su efecto sobre la salud llegó a ser considerada -santa- para los enfermos y reconocida como medicinal por los médicos durante siglos de