

"TERMALISME: LES AIGÜES DE LA SALUT"

Angel Rubio Isab
Metge Hidròleg
Director Mèdic
Balneari
Blancafort de
La Garriga

Dentro de ese devenir un tanto cíclico que caracteriza a la historia, aparecen realidades cuya permanencia es apenas un abrir y cerrar de ojos, realidades que no sobreviven al paso de la propia historia. Hay, por el contrario, otras realidades que, de forma un tanto misteriosa, permanecen, y lo hacen a pesar de las modas sociales e incluso médicas de cada época; es el caso del termalismo, de la utilización de las aguas mineromedicinales con fines terapéuticos, en una palabra de esas instituciones que, a caballo entre un esplendor añejo y un prometedor futuro, son nuestros balnearios.

Que los balnearios están de moda es ya de dominio público y que, desde hace unos años, la afluencia a las estaciones termales está en aumento constante es una esperanzadora realidad. Las propias administraciones públicas han tomado conciencia del hecho y de la demanda social y han puesto en marcha programas de Termalismo Social, que permiten que capas económicamente menos favorecidas de la sociedad puedan acceder a los tratamientos termales.

Del futuro del termalismo, las cifras hablan por sí solas. Cuando comparamos nuestro desarrollo termal con el de los países de nuestro entorno europeo vemos que estamos en un 10% del desarrollo que nos correspondería por el número de nuestros habitantes. Todo ello implica que el crecimiento del mundo del termalismo puede ser espectacular en los próximos años, siempre que el sector cuente con el apoyo de las Administraciones Públicas y la adecuada financiación que para tal desarrollo se requiere.

QUE ES EXACTAMENTE UN BALNEARIO

Un balneario es una institución de carácter terapéutico y de descanso en la que convergen básicamente tres elementos:

a) El agua termal o, más exactamente, mineromedicinal con sus características fisicoquímicas propias que les confieren sus específicas propiedades medicinales. Sin este elemento no existe un balneario propiamente, a lo sumo existirá un centro de hidroterapia.

b) Las instalaciones y medios técnicos necesarios para la correcta aplicación de las aguas a cada paciente, y

c) El equipo médico y auxiliar especializado en tratamientos hidrotermales que garantice la adecuada

utilización de los mencionados medios en cada paciente.

QUE TRATAMIENTOS SE REALIZAN HOY EN LOS BALNEARIOS

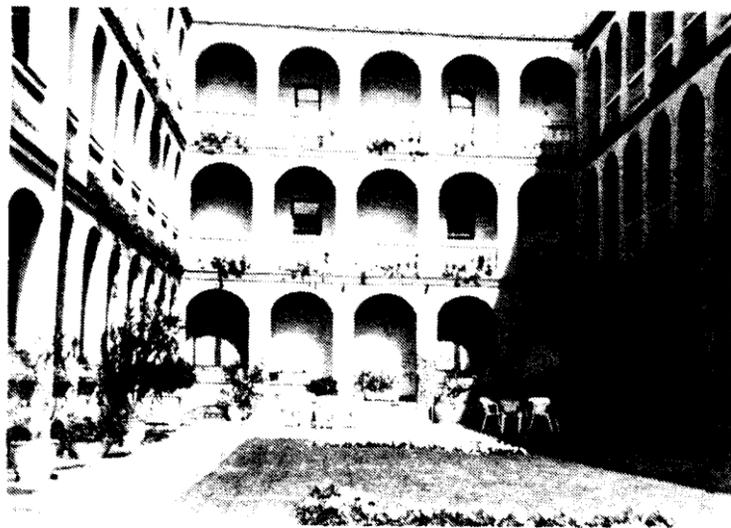
Siempre es difícil generalizar en este asunto, ya que lo que cada balneario hace y como lo hace depende básicamente de las características de sus aguas, de su equipamiento técnico y de la especialización del equipo humano que realiza los tratamientos.

En cualquier caso cabe distinguir dos tipos:

a) Los tratamientos ya clásicos en las estaciones termales como son las afecciones reumáticas y del aparato locomotor, de las vías respiratorias, de la piel, digestivas y circulatorias; y

b) Los nuevos tratamientos que algunos balnearios hemos ido incorporando en los últimos años y que no hacen sino responder a las nuevas situaciones que la vida actual produce en nosotros. Así surgen tratamientos específicos para situaciones de "stress", tensión o agotamiento, tratamientos intensivos de pérdida de peso, y algo aún más nuevo que en algún balneario estamos desarrollando que son los tratamientos de estética hidrotermal.

Es una nueva concepción de la estética en la que el componente termal adquiere una importancia singular.



LAS TENDENCIAS TERMALES

Cuando se habla de tratamientos termales, es inevitable pensar en baños, chorros, duchas y poco más. Es la imagen tradicional de los balnearios que realmente responde sólo de una forma muy parcial a lo que los balnearios son hoy en día. Tendríamos que dividir las técnicas aplicadas en los balnearios en dos grupos:

a) **Técnicas hidrotermales:** Serían aquellas en las que interviene de una u otra forma el agua mineromedicinal. Cabe enumerar: piscinas termales de hidrocinesiterapia o rehabilitación, baños diversos,

chorros a presión, duchas de diversos tipos, bañeras especiales de hidromasaje o de burbujas, aplicaciones para aparato respiratorio (nebulizaciones, aerosoles,...) y aplicaciones de fangos en general.

b) **Técnicas complementarias:** Son aquellas técnicas que sin formar parte de lo que tradicionalmente se venía haciendo en los balnearios, hoy en día se están incorporando como complemento de las aplicaciones propiamente hidrotermales. Cabe destacar entre ellas todas las técnicas manuales (masaje, técnicas de rehabilitación, drenaje linfático, técnicas de relajación, etc.), electroterapia, termoterapia, dietética, fitoterapia, ejercicio físico, etc...

Estética Hidrotermal: UNA NOVA CONCEPCIÓ DE L'ESTÈTICA

El Termalismo y la Estética son dos mundos que, hasta ahora, habían tenido muy poco que ver entre sí. El termalismo que, de alguna manera, permanecía anclado en los restos de una época pretérita de gloria se acoplaba difícilmente con el dinamismo del mundo de la estética.

Ambos mundos, el del termalismo y el de la estética, se han abierto en estos últimos años, y se siguen abriendo constantemente a una nueva clientela más joven, más informada, más exigente que pretende encontrar en los balnearios, aparte de los tratamientos termales clásicos, toda una serie nueva de servicios relacionados con el bienestar, la relajación y la mejora de la propia imagen. Así es hoy frecuente en nuestro balneario hacer limpiezas de cutis, depilaciones, tratamientos faciales

para problemas de acné, arrugas, deshidratación, etc. También tratamientos corporales de adelgazamiento, reafirmación, relajación y otros.

Respondiendo a esta demanda, se ha creado en el Balneario Blancafort de La Garriga el primer Centro de Estética Hidrotermal. En él se han ideado nuevos tratamientos que combinan todos los recursos de la crenoterapia, hidroterapia, y fitoaromoterapia con los propios del mundo de la estética clásica, tales como la electroterapia, masaje, drenaje linfático, etc...

Sin destacar nada, frente a la electroterapia y otras técnicas de la estética convencional, más espectaculares que eficaces, se suelen preferir técnicas más efectivas y, a la vez, más naturales. Los masajes manuales con sus diversas técnicas, la hidroterapia (ba-

ños de vapor, hidromasajes, chorros a presión, baños de esencias, aplicaciones de fango, etc.), la fitoaromoterapia y otras técnicas naturales tienen una gran importancia. En todos los tratamientos se intenta lograr, aparte del mejor resultado estético, la relajación y el bienestar que no en vano son las llaves de todo cambio positivo de la propia imagen.

Los profesionales de la estética hidrotermal tienen en cuenta también los aspectos psicológicos y de salud orgánica que cualquier tratamiento puede requerir, contando para ello con la colaboración de otros profesionales de la salud: médicos, psicólogos, etc...

Se puede decir, en resumen, que la Estética Hidrotermal pretende ser una alternativa más natural y más eficaz a la estética clásica.

Como podemos ver, muchos balnearios son hoy "algo más que un balneario" en el sentido tradicional.

BALNEARIOS PARA EL "STRESS"

Si tuviésemos que definir el ambiente de la mayoría de los balnearios tendríamos que decir que es una especie de integración armónica de los ciudadanos de una buena clínica rodeada de naturaleza, la atención de un hotel, el retiro de un monasterio y la familiaridad de una casa de reposo. Un poco de todo esto es el balneario. En él, el tiempo se vive a otro ritmo, con menos tensión, de una forma más natural.

Imagine que en este ambiente usted puede estar relajado, alejado de las cosas, las personas y las situaciones de cada día crisanpan sus nervios. Lejos de su oficina, de su jefe o de sus empleados; lejos de clientes y proveedores; ajeno al tráfico y a los atascos; lejos, a veces, incluso de su casa y de su familia que en muchos casos son también una fuente importante de tensión y ansiedad. Usted puede pasear, puede leer, puede dormir, puede pensar, puede nadar en una piscina termal, puede practicar algún deporte, o puede sencillamente no hacer nada.

Cada día va a tener un tiempo para cuidar su cuerpo con técnicas relajantes, baños en piscina termal, hidromasaje, baños de burbujas, masajes de relajación, baños de esencias, envolturas de algas o de fangos, masajes bajo ducha horizontal, tratamientos de estética y... "todo lo que usted pueda imaginar".

PERDER PESO EN UN BALNEARIO

¿Cuántas veces ha intentado seguir esa dieta que alguna vez le prescribieron?, y ¿cuántas veces ha fracasado en el empeño?

En un balneario, bajo un estricto y diario control médico y analítico, es posible hacer sin dificultad lo que en casa parece imposible. Dietas de muy pocas calorías, dietas de líquidos e, incluso, ayunos dirigidos, encuentran en el balneario un lugar idóneo para su realización con un mínimo esfuerzo. Complementado todo esto con un tratamiento termal apropiado, masajes específicos de pérdida de peso, electroterapia, sauna y ejercicio adaptado alcanzamos una máxima eficacia mejorando, al mismo tiempo, su estado de salud.

Como vemos el movimiento termal se actualiza, cada vez más los balnearios dejan de ser un lugar propio de la tercera edad, para pasar a ser un lugar de todas las edades. Las técnicas empleadas se modernizan y se diversifican, los tratamientos que se realizan van acordes con las nuevas demandas sociales y todo ello, junto con el gran interés que en muchos médicos despierta el mundo termal, está haciendo que asistamos a un gran florecimiento del hermoso mundo de nuestros balnearios.



Balneario Blancafort HOTEL TERMAL

A la Garriga, al peu del Montseny, el millor lloc per al repòs i el recobrament de la seva salut. Comodat, servei eficient, jardins espaiosos i els més complets Tractaments Termals. Direcció mèdica especialitzada.

Obert tot l'any.

TRACTAMENTS:

- Reumatisme i malalties articulars
- Aparell respiratori
- Circulació
- Obesitat
- Cures de repòs i per a l'stress
- Tractaments especials d'Estètica Hidrotermal.

El Tractament Termal és eficaç

— La més amplia gamma de Tècniques complementàries

— Els professionals més qualificats al servei de la seva salut.

Banys, 59 - Tel. 871 46 00 - LA GARRIGA 08530