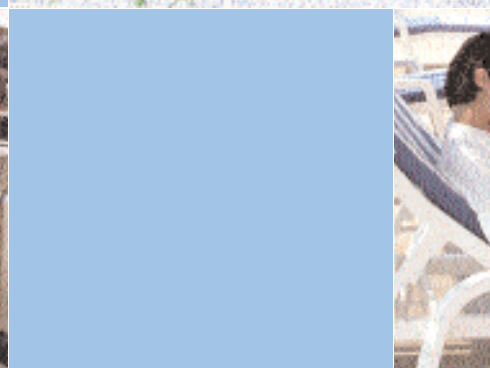


Balnearios Amplia oferta, pero un control sanitario desigual

A camino entre centros de salud con terapias de aguas minero-medicinales y establecimientos hoteleros de retiro para escapadas reparadoras de fin de semana, los balnearios o estaciones termales ganan adeptos sin prisa pero sin pausa, fieles al estilo reposado que les caracteriza. Así lo demuestran los 670.000 clientes que en 2001, un 12% más que el año anterior, acudieron a alguno de los 128 balnearios repartidos por toda la geografía española y que desembolsaron un total de 145 millones de euros. En realidad, el número de visitantes es aún mayor puesto que las estadísticas no incluyen a los clientes que no se someten a tratamiento en las termas.

Se trata de una peculiar oferta hostelera en pleno crecimiento (se están ampliando una decena de balnearios y se construye uno nuevo en Orense) y que resulta del todo coherente con las nuevas tendencias del consumidor actual, cada vez más proclive a gastar en servicios relacionados con la salud y el ocio. Además, aumentan también los visitantes de fines de semana que buscan prestaciones meramente

No hay homogeneidad en los controles que los balnearios realizan para detectar posibles contaminaciones o cambios en las propiedades de las aguas minero-medicinales



lúdicas (y no terapéuticas) en los balnearios, al igual que lo hace la afluencia de niños que acompañan a sus padres. Y la edad media de los usuarios se ha situado en 40 años en 2001, frente a los 44 años de los años precedentes.

No obstante, todavía persisten en la población amplias lagunas de desconocimiento en torno a lo que ofrecen los balnearios y a las principales características de estos establecimientos. Si bien sus efectos beneficiosos en la salud parecen estar fuera de toda duda, como lo atestigua el hecho de que el propio IMSERSO financie estancias en balnearios para la Tercera Edad, según los expertos consultados por CONSUMER se ignora que las estancias han de prolongarse durante al menos dos semanas para que los tratamientos termales resulten eficaces. De hecho, las de menor duración apenas conseguirán mejorar las dolencias más habitualmente tratadas en estas estaciones termales (problemas respiratorios, del aparato digestivo, de la piel...), si bien pueden ser perfectamente útiles para desconectar del

vertiginoso ritmo de vida actual, en otras palabras, para descansar, relajarse y retomar fuerzas para afrontar con más optimismo y vitalidad los retos de cada día.

La notable disparidad de precios que rige en el sector, de otro lado, parece sugerir que el usuario debe tomarse la molestia de comparar las tarifas de varios balnearios antes de decidirse, ya que un mismo servicio presenta un coste muy distinto en uno o en otro: un masaje de media hora pue-

Las estancias en balnearios deben prolongarse durante al menos dos semanas para que los tratamientos sean eficaces

Para quien busca tranquilidad, evasión y ocio en un balneario

- # No hay una duración mínima recomendada, ya que el objetivo de la estancia no es tratar una patología concreta.
- # En algunos balnearios no se realizan controles médicos previos para clientes que no han acudido con fines no terapéuticos, pero si el usuario considera necesaria una visita al médico del balneario, debe hacerlo saber.
- # Una estancia de un fin de semana en un balneario no recupera milagrosamente de excesos y malos hábitos de toda una vida.
- # Aunque la finalidad no sea terapéutica, la aplicación de todas las técnicas termales debe ser igualmente vigilada.
- # No acuda a un balneario buscando relajación por el día y "juerga" por la noche, ya que en estos establecimientos reina la tranquilidad y los clientes deben respetar esta peculiaridad.

Para quien busca un tratamiento terapéutico en el balneario

- # Consulte con su médico si lo que le conviene es una hidroterapia (terapia con agua del grifo a la que se le pueden añadir una serie de aditivos) o una hidroterapia balnearia (con aguas minero-medicinales). Lo primero lo podrá encontrar en centros de rehabilitación, gimnasios, centros "spa", etc., lo segundo únicamente en balnearios.
- # La elección de un balneario debe estar condicionada sobre todo por la relación entre la patología a tratar y las propiedades de las aguas de cada balneario, y no en función de la proximidad, las ofertas de las agencias de viajes o la comodidad del hotel y sus servicios.
- # La duración recomendada de un tratamiento terapéutico balneario es de 15 días. Tiene poco sentido acudir a un balneario, buscando fines terapéuticos, para sólo un fin de semana.
- # Lo conveniente es que los tratamientos terapéuticos en balnearios se realicen bajo prescripción facultativa. Una vez en el centro termal, es obligatorio pasar consulta médica antes de someterse a cualquier tratamiento. Tan sólo algún servicio no terapéutico está exento de esta obligatoriedad.
- # Los tratamientos terapéuticos en balnearios deben estar vigilados y tutelados por médicos especialistas.
- # La cura balnearia no es una receta milagrosa, sino un alivio o un tratamiento compatible y complementario con otras terapias médicas. Quien vaya buscando la curación total de sus males se equivoca.



La legionella, por fin regulada. Una cuestión polémica relacionada con la calidad de las aguas es la legionella, uno de los principales problemas de los establecimientos con torres de refrigeración, condensadores evaporativos e instalaciones termales, para los que el Real Decreto 909/2001 establece criterios higiénico-sanitarios. Según esa ley, que entró en vigor el 29 de julio de 2001, estos establecimientos deben declarar su actividad a las autoridades sanitarias, crear un registro de las operaciones de mantenimiento y adecuar las instalaciones a la norma antes de seis meses. Ese plazo finalizó en 29 de enero de 2002, por lo que los balnearios deben estar ya preparados para evitar y controlar brotes de legionelosis.

de costar entre 12 y 37 euros, un baño de burbujas desde 6 hasta 15 euros y un baño termal entre 3,60 euros y 9 euros. Muchos balnearios disponen, asimismo, de hotel, y sus tarifas difieren mucho, y no siempre lo hacen en relación directa con su calidad. Un fin de semana en habitación doble, con pensión completa y tratamiento termal puede representar 100 euros por persona en algunos balnearios mientras que en otros alcanza los 300 euros. Todo indica que, antes de inclinarse por uno u otro balneario, merece la pena dedicar unos minutos a estudiar las diversas ofertas.

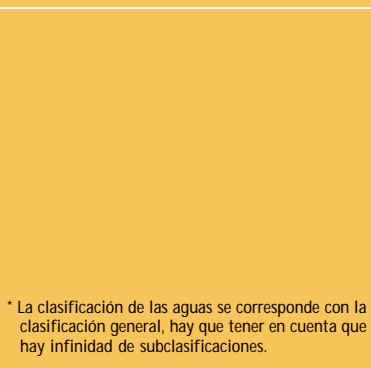
Algunos balnearios disponen de hotel en el que los clientes pueden pernoctar –para disfrutar de los servicios de una estación termal no es imprescindible alojarse en el propio balneario-, y en las inmediaciones de los que carecen de hospedería propia pueden encontrarse hoteles, casas rurales y restaurantes. Y, por supuesto, es posible alojarse en el hotel de un balneario sin someterse a ningún tratamiento.

Tratamiento con agua no equivale a balneario. Un **balneario o estación termal** es un centro que dispone de **aguas minero-medicinales** declaradas de utilidad pública, de servicios médicos y de instalaciones adecuadas para llevar a cabo los tratamientos médicos que se prescriben. Si una estación termal carece de estos tres rasgos no puede ser considerada como tal. Muy distinto es el caso de los **centros de talasoterapia**, en los que la materia prima es el **agua de mar**, utilizada en tratamientos de hidroterapia con técnicas similares a las de los balnearios. Asimismo, aplican algas, sales, lodos marinos, etc.

Conviene que los tratamientos terapéuticos en balnearios se realicen bajo prescripción facultativa

¿QUÉ TIPO DE AGUA ES APROPIADA PARA CADA PATOLOGÍA?

Para tratar...	Busque un balneario con...
PROBLEMAS RESPIRATORIOS	
Afecciones de las vías respiratorias	Aguas sulfuradas
PROBLEMAS MUSCULOESQUELÉTICOS	
Contractura muscular	Aguas cloruradas
Reumatismos	Aguas radiactivas
	Aguas bicarbonatadas (bicarbonatadas cloruradas)
	Aguas sulfuradas
	Aguas carbogaseosas
	Aguas ferruginosas



Para tratar...
PROBLEMAS DEL HÍGADO Y LA VESÍCULA BILIAR
Afecciones de las vías biliares
Afecciones hepáticas
Afecciones hepatobiliares
Intoxicaciones hepáticas
Trastornos hepato-biliares

* La clasificación de las aguas se corresponde con la clasificación general, hay que tener en cuenta que hay infinidad de subclasificaciones.

El usuario puede acudir, asimismo, a **otros centros** que se ocupan de cuestiones relacionadas con la estética, el estrés o la obesidad... pero el elemento que estos establecimientos utilizan para los tratamientos es el **agua corriente del grifo**, en todo caso mezclada con aditivos. Dentro de este tipo de centros, abundan los "spa" (*salus per aquam*). La principal diferencia entre un balneario y un "spa" radica en que los "spa" realizan hidroterapia (terapia con agua), mientras que en los balnearios se conjugan la hidrología médica (los efectos terapéuticos de las aguas minero-medicinales) con la hidroterapia.

La calidad se puede calibrar. Indudablemente, el principal criterio de calidad a la hora de valorar un balneario son sus aguas minero-medicinales, el primer aspecto en el que debemos fijarnos antes de elegir un balneario para tratar una patología concreta. Pero hay otros aspectos que nos ayudarán a calibrar la calidad de un balneario: la higiene y limpieza del balneario y sus instalaciones, el servicio médico (la atención que dis-



Busque un balneario con...

Aguas sulfatadas
(sulfatadas cálcicas y sulfatobicarbonatadas cálcicas)

Aguas sulfuradas

Aguas sulfatadas
(sulfatadas cloruradas)

Aguas bicarbonatadas
(bicarbonatadas-ulfatadas)

Aguas ferruginosas



En los balnearios se alivia más que se cura

- ♥ Un balneario no es un hospital ni un centro de salud al uso, sino un establecimiento terapéutico en el que se aplican diferentes tratamientos termales. No cura milagrosamente sino que "cuida, previene y alivia".
- ♥ Las curas termales están contraindicadas para quienes sufren hipertensión arterial grave, enfermedades infecciosas activas, procesos tumorales malignos, tuberculosis pulmonar, insuficiencias hepáticas o renales, desequilibrios metabólicos o fase aguda de cualquier enfermedad que suponga una alteración del estado general de la persona o de su capacidad de respuesta... Antes de someterse a una cura termal, es importante informarse bien con su médico o con el equipo médico del balneario.
- ♥ Se debe distinguir entre los servicios de los balnearios y los de centros "spa" (*salus per aquam*) que hay en la mayoría de los hoteles cercanos a balnearios, ya que los tratamientos de los "spa" carecen de las propiedades beneficiosas de los de aguas minero-medicinales.
- ♥ Permanecer en las piscinas termales sólo el tiempo recomendado. La presión del agua sobre la caja torácica facilita la inspiración, pero en ocasiones obliga a realizar un esfuerzo muscular que dificulta la expiración. Permanecer más tiempo de lo aconsejado puede no ser beneficioso. Hay consultar con el equipo médico del balneario y seguir sus indicaciones.
- ♥ Es aconsejable que las terapias balnearias se realicen lejos de las horas de las comidas, dado que el proceso digestivo utiliza gran cantidad de riego sanguíneo. Consulte con el equipo médico del balneario.
- ♥ Se recomienda media hora de reposo después de un tratamiento, ya que repercute de manera positiva en la efectividad de las terapias.
- ♥ El valor añadido de un balneario está en sus aguas y no en la categoría de su hotel o en lo lujoso de sus instalaciones.
- ♥ Las personas de avanzada edad y las mujeres embarazadas o en fase menstrual precisan un seguimiento médico más estrecho.

pensan, lo exhaustivo del control médico, la indicación detallada de sus tratamientos...), el trato personal de los empleados del balneario, los auxiliares termales (el personal que aplica las técnicas) y el resto de profesionales (recepción, hostelería y hotelería en caso de que hubiere...) que atienden a los clientes.

Una ley de cuando no había televisión y apenas había nacido la radio. En cuanto al control del estado higiénico-sanitario de las instalaciones termales, de sus aguas y de los propios establecimientos, resulta cuando menos chocante que el Real Decreto que regula la explotación de manantiales de aguas minero-medicinales date de 1928 (Decreto que en la actualidad convive con la Ley de Minas de 1973 y su reglamento). Muchos de los artículos de este decreto de hace casi un siglo siguen en vigor, salvo en las comunidades autónomas que han legislado al respecto (las competencias en este ámbito están transferidas). Únicamente Cataluña, Cantabria, Castilla-La Mancha, Extremadura, Murcia y Galicia han regulado la actividad de los balnearios,

El precio de un balneario no guarda relación directa con la categoría de su hotel ni con las características de sus aguas

aunque tan sólo Cataluña y Galicia han fijado normas para el control semestral o anual de las características microbiológicas y fisico-químicas de las aguas de los balnearios. Las visitas que las Administraciones realizan a los balnearios no tienen una frecuencia definida, aunque en la mayoría de los casos no pasa de una o dos al año. Esto trae como consecuencia que sean los propios balnearios los que se preocupen del control higiénico y sanitario de sus instalaciones, en un ejercicio de autocontrol, ya que son los máximos interesados: la responsa-

bilidad inmediata ante cualquier anomalía o contaminación, corresponde al balneario.

CONSUMER ha podido constatar que no existe una homogeneidad ni en los puntos a controlar ni en la periodicidad de los controles que los balnearios realizan para garantizar la detección de posibles contaminaciones o anomalías higiénico-sanitarias. En este sentido, se han detectado diferencias enormes en la periodicidad con la que algunos balnearios realizan estos controles. En algunos casos, los responsables declaran realizar controles semestrales o anuales mientras que en otros se realizan mensual, quincenal e incluso semanalmente. Estas diferencias invitan a una reflexión: ¿es igual de seguro un balneario en el que se realizan controles semestrales que aquel en el que se realizan semanalmente? De todas formas, todos los balnearios consultados por esta revista dicen cumplir las normas de control de calidad higiénico-sanitario a las que la Administración competente (en la mayoría de los casos, Sanidad) obliga.



¿QUÉ TIPO DE AGUA ES APROPIADA PARA CADA PATOLOGÍA?

Para tratar...	Busque un balneario con...
PROBLEMAS DEL APARATO CIRCULATORIO	
Afecciones circulatorias del aparato respiratorio y digestivo	Aguas radiactivas
Anemias	Aguas ferruginosas
Arteritis obliterante	Aguas carbogaseosas
Enfermedades vasculares periféricas	Aguas carbogaseosas
Enfer. cardiacos crónicos y compensados	Aguas carbogaseosas
Enfermedades de la sangre	Aguas ferruginosas
PROBLEMAS DE LA PIEL	
Dermatosis	Aguas sulfuradas



Los balnearios, en euros

Los precios que rigen en cada balneario no guardan relación directa con la categoría de sus instalaciones hoteleras (en el caso de que las tengan) ni con las características de sus aguas minero-medicinales. Hay aguas, como las sulfatadas, que requieren un cambio de bañeras cada tres meses, y otras, como las carbonatadas, cuyas bañeras pueden permanecer varios años sin ser cambiadas, pero esta peculiaridad, que aparentemente acarrea gastos bien distintos a los balnearios, no se traduce en los precios de unos y otros.

Y encontramos balnearios con hotel de tres estrellas en los que la técnica más barata, la toma de agua en bebida, cuesta 2,10 euros, mientras que en otros sin hotel tendríamos que pagar 9 euros por el mismo concepto. Igualmente, hay balnearios con hotel de una estrella en los que la consulta médica asciende a 24,04 euros, algunos de tres estrellas donde el coste de la consulta médica es de 16,23 euros, y otros de tres estrellas en los que la consulta médica es gratuita.

Tarifas de las técnicas balnearias más comunes

CONSULTA MÉDICA:
Media: 22 euros
Desde 7,21 hasta 27,05 euros.

BAÑO TERMAL:
Media: 6,16 euros
Desde 3,61 hasta 9,02 euros.

**BAÑO CON BURBUJAS /
BAÑO CON HIDROMASAJE:**
Media: 9,02 euros
Desde 6,16 hasta 15,03 euros.

CHORRO:
Media: 7,61 euros
Desde 4,21 hasta 16,23 euros.

INHALACIONES / AEROSOLES:
Media: 5,86 euros
Desde 3,01 hasta 10,82 euros.

PARAFANGOS:
Media: 8,26 euros
Desde 5,41 hasta 12,02 euros.

MASAJE (30 minutos):
Media: 16,23 euros
Desde 12,02 hasta 37,86 euros.

• UN FIN DE SEMANA, A PARTIR DE 100 EUROS

Un fin de semana en un balneario en habitación doble, pensión completa, incluido tratamiento termal (relax, antiestrés...) cuesta alrededor de 170 euros por persona. No obstante, las diferencias entre balnearios son ostensibles y se puede encontrar estaciones termales en las que el alojamiento resulta notablemente más barato (desde 100 euros por persona) y otros en los que el mismo paquete cuesta tres veces más y asciende a 300 euros por persona.

• DOS SEMANAS, 870 EUROS COMO MEDIA

15 días en habitación doble, con pensión completa y tratamiento termal (relax, antiestrés...) suponen un desembolso medio de unos 870 euros, aunque los precios oscilan entre 630 euros hasta 1.080 euros.



Para tratar...	Busque un balneario con...
PROBLEMAS DEL APARATO DIGESTIVO	
Afecciones del aparato digestivo	Aguas sulfatadas (sulfatadas cloruradas)
Afecciones gástricas	Aguas bicarbonatadas (sódicas)
Diarreas	Aguas bicarbonatadas (sódicas)
Dispepsias gastrointestinales	Aguas sulfatadas (sulfatadas cálcicas y sulfatobicarbonatadas cálcicas)
Enterocolitis	Aguas sulfatadas (sulfatadas cloruradas)
Estreñimiento	Aguas bicarbonatadas (bicarbonatadas-sulfatadas)
	Aguas sulfatadas (sulfatadas cloruradas)
Gastritis	Aguas sulfatadas (sulfatadas cálcicas y sulfatobicarbonatadas cálcicas)
Gastritis crónicas hiposecretoras	Aguas sulfatadas (sulfatadas cloruradas)
Intoxicación alimenticia o medicamentosa	Aguas sulfatadas (sódicas y magnésicas)
Procesos digestivos	Aguas radiactivas
Úlceras duodenales	Aguas bicarbonatadas (sódicas)
OTROS...	
Cálculos	Aguas bicarbonatadas (sódicas)
Procesos alérgicos	Aguas radiactivas
Procesos ginecológicos	Aguas sulfuradas
Secuelas de intervenciones quirúrgicas y traumatismos	Aguas sulfuradas
Trastornos de desarrollo en la infancia	Aguas ferruginosas