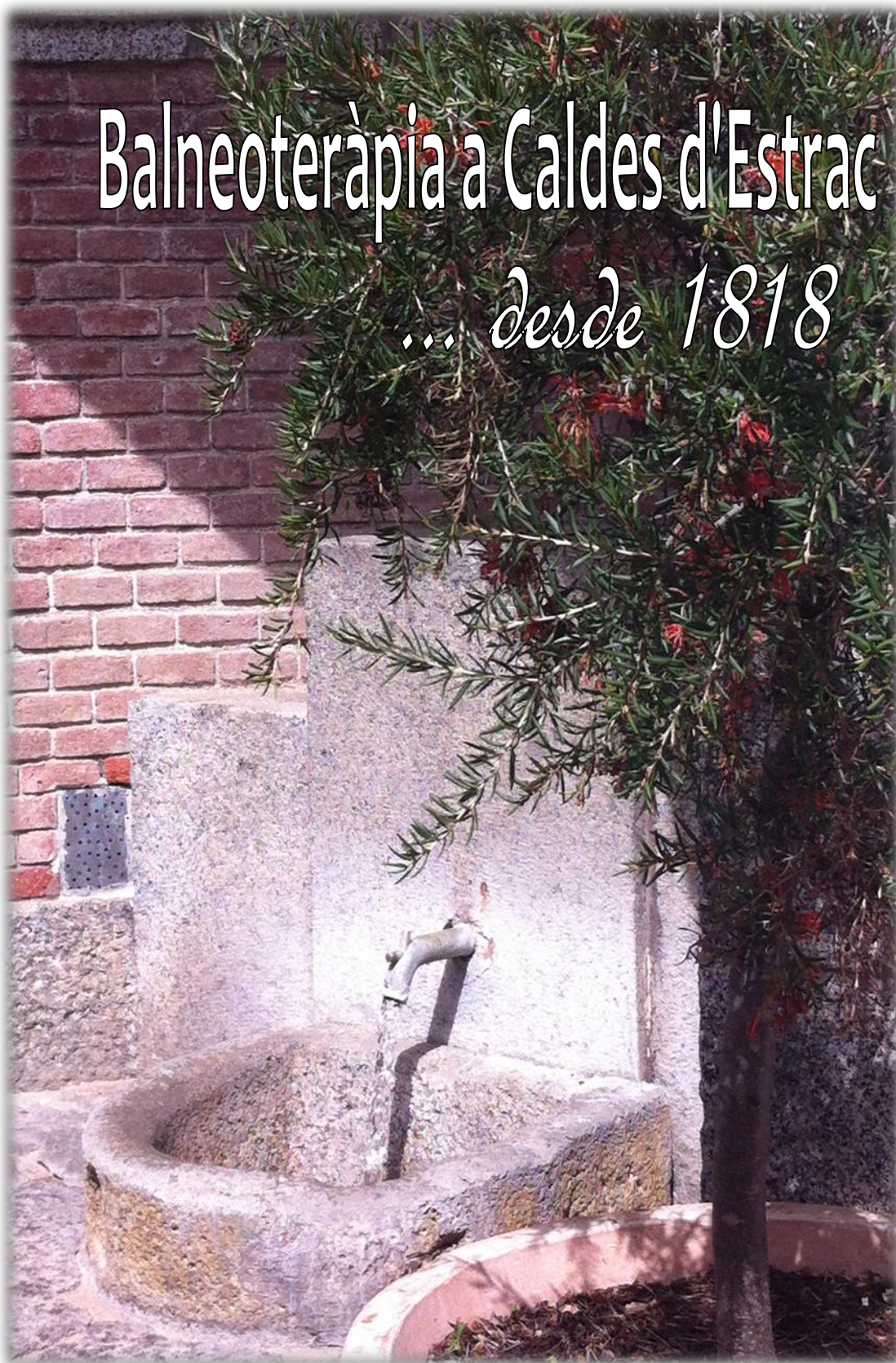


Balneoteràpia a Caldes d'Estrac

... desde 1818



La Riera, 29 Caldes d'Estrac Maresme Barcelona Espanya

www.balnearicaldetes.cat

Tel. 93.791.26.05



Balneoteràpia a Caldes

“El balneari han de coexistir tres pilars bàsics per poder parlar d’una cura termal: les deus d’aigües mineromedicinales declarades d’utilitat pública, eficaces en el tractament de malalties específiques; les instal·lacions, per aplicar els tractaments; i l’equip mèdic, encarregat de prescriure els tractaments termals adients per a cada pacient per aconseguir que adquireixi o potenciï la confiança en la cura.

De la interacció de tots aquests factors han de sorgir el denominat ambient balneari, indispensable perquè la cura hidromineral assoleixi la màxima eficàcia.”

Accions i efectes terapèutic de l’aigua minero medicinal de Caldetes

Index:

1. Introdució
2. L’aigua termal de caldes
3. Indicacions i contraindicacions
4. Tractament del reumatisme

1.Introducció:

Totes les aigües termals desencadenen una multiplicitat d'estímuls biològics, físics i químics. Els primers es produeixen per l'acció de la flora i fauna hidrotermal, integrada per micro i macroorganismes, com és ara el plàncton hidrotermal, que enforteix i incrementa les defenses cutànies davant les agressions externes (deteriorament i envelliment) i millora significativament la finor i tonicitat de la pell.

Els efectes físics, en segon lloc, es duen prioritàriament a la temperatura de l'aigua. Quan la temperatura voreja la del cos humà, produeix una vasodilatació perifèrica que, millorant l'oxigenació dels teixits, allibera substàncies d'efecte antiinflamatori i sedant del dolor, amb la subsegüent relaxació muscular i sensació de benestar.

En tercer lloc, els efectes químics es vinculen amb les sals minerals i les substàncies medicamentoses de l'aigua que, en contacte amb la pell i amb les glàndules sudorípares, passen a la sang, per bé que en petites proporcions. Per contra, altres formes d'administració, com l'oral o la respiratòria, s'absorbeixen i es distribueixen per l'organisme en forma més acusada. Com se sap, alguns components es distribueixen amb predilecció per diferents parts de l'organisme; per exemple, el iode, pel tiroides; l'arsènic, per la pell i les ungles; el sofre, per les articulacions, etc. La principal via d'eliminació és la renal i precisament aquest fet justifica la seva utilització amb finalitats diürètiques.

En darrer lloc, altres efectes, com els mecànics, varien en funció de la forma d'administració de l'aigua (banys, rajos dutxes). L'aigua, pel fet de passar fàcilment de l'estat líquid al sòlid, resulta útil en les combinacions fredes amb gel i, en estat gasós, en l'aplicació de vapor. De la intensitat i la duració de cada estimul, així com de l'interval o regularitat en la seva aplicació, unit a la capacitat de reacció individual, en dependrà l'èxit del tractament termal.

La termoteràpia, entesa com l'aplicació de calor sobre l'organisme mitjançant la utilització d'aigua mineromedicinal, produeix una sèrie d'efectes fisiològics, descrits a continuació.

- a) Sobre la pell, el calor produeix augment de temperatura, major evaporació de l'aigua, increment de la permeabilitat i disminució de

la sensibilitat de les terminacions nervioses tàctils. Aquests efectes terapèutics s'apliquen en processos inflamatoris, com els abscessos.

- b) A nivell muscular, la calor, antiespasmòdica, genera relaxació, disminueix el to, la fatiga i l'excitabilitat i augmenta l'elasticitat. Aquests efectes són eficaços en casos d'espasmes, dolors, contractures i contusions musculars, i, afeccions articulars, artritis i artrosi.
- c) Sobre la circulació sanguínia, la repercussió més important que produeix és la termoregulació, procés necessari perquè l'organisme realitzi tots els processos vitals. A nivell local provocarà en principi una vasoconstricció de durada breu i tot seguit una vasodilatació que dona pas a la hipertèrmia. A més a més, tot el cos experimenta una reacció vasomotora amb beneficis per al nostre organisme, com la millora de la nutrició cel·lular, augment de la reabsorció de productes patògens i una acció bactericida, antiinflamatòria i analgèsica. Sobre la sang, provoca una alcalinització del pH sanguini, simultània a una davallada de la glucèmia i de la viscositat, fet que augmentarà l'aportació limfàtica als teixits. Sobre l'aparell circulatori, en fi, els seus efectes han provat l'eficàcia en malalties vasculars com l'arteriosclerosi.
- d) En relació al sistema nerviós, els estímuls calents d'escassa durada augmenten la sensibilitat i els de llarga durada la disminueixen, de manera que els efectes obtinguts són sedatius i analgèsics. Aquests efectes s'apliquen en la teràpia de neurpalgies i neuritis.
- e) Al cor, l'increment de calor produeix taquicàrdia, i a mesura que s'estén la zona d'aplicació disminueix la tensió arterial.
- f) Pel que fa al sistema respiratori, el calor causa un augment de la freqüència respiratòria i del contingut de vapor d'aigua de l'aire inspirat, tot un mecanisme de termoregulació. Aquests efectes s'apliquen com a teràpia en laringitis i broquitis.
- g) Dins l'aparell digestiu, les aplicacions locals de calor disminueixen les secrecions i augmenten el to, la motilitat o moviments de la musculatura gàstrica i el peristaltisme (moviments intestinals) cosa que fa disminuir el temps de buidatge gàstric. Tots aquests efectes s'incorporen a la teràpia dels còlics i dels dolors gàstrics.

- h) Finalment, en l'aparell urinari el calor origina un augment de la diüresi i accelera el buidatge de la bufeta. Les aplicacions generals hipertèrmiques que provoquen molta sudoració, ocasionen escassa secreció d'orina. Aquests efectes formen part de la teràpia de cistitis, litiasis i nefritis.

Les aigües termals no són un remei per a tot tipus d'afectacions, però poden ser excel·lent pal·liatiu per a moltes, perquè, entre les seves accions principals, reeduquen el sistema termoregulador, estimulen les defenses de l'organisme, revitalitzen les cèl·lules i els teixits, reactiven el metabolisme, actuen sobre l'àcid úric i el colesterol, eliminen toxines per sudoració i diüresi tornen l'organisme resistent al fred, calmen el dolor i seden el sistema nerviós. Per motiu, el tractament termal no és solament un recurs terapèutic curatiu, pal·liatiu o rehabilitador de diverses afeccions, sinó que també és preventiu.

En aquest sentit, el tractament termal està especialment indicat per combatre l'estrès, una patologia freqüent en les societats industrialitzades que ve generada per un conjunt de factors: l'ansietat, l'ambient, l'alimentació, el medi laboral, la fatiga, la família, els problemes personals o la soledat. Sota aquesta pressió, els canvis fisiològics que experimenta l'organisme (secreció d'adrenalina, taquicàrdia, augment de la tensió muscular, sequedat bucal, sudoració, dilatació pupil·lar, gastràlgies, opressió toràcica, sensació d'ofec, nàusees, mareig, calfreds, etc.) debiliten les defenses orgàniques, alteren el sistema nerviós, originen insomni i incrementen el risc de malalties cardíaques. Davant de tot això, l'ambient balneari termal (i cal afegir també el marítim), s'erigeix avui dia com la resposta i l'ajuda que necessita la persona afectada.

CLASSIFICACIÓ DE LES AIGÜES SEGONS LA SEVA COMPOSICIÓ

<i>Aigües</i>	<i>Subtipus</i>	<i>Accions</i>	<i>Indicacions</i>
CLORURADES	Sòdiques	Antiinflamatòries	Reumatològiques
		Estimulants	Digestives
	Iodades	Anticatarrals	Respiratòries
	Sulfoclorurades	Metabòliques	
BICARBONATADES	Carbogasoses	Antidispèptiques	Digestives
	Sòdiques	Antiàcides	Digestives
CÀLCIQUES	Bicarbonatades	Antial·lèrgiques	
		Diürètiques	Nefrourinàries
	Sulfatades	Sedants	Reumatològiques
		Antiinflamatòries	
FERRUGINOSES		Antianèmiques	Hematològiques
OLIGOMETÀL- LIQUES (MINERALITZACIÓ MOLT DÈBIL)	Termals	Antireumàtiques	Reumatològiques
		Catabòliques	
	Hipotermals	Diürètiques	Nefrourinàries
RADIOACTIVES	Nitrogenades	Sedants	Reumatològiques
	No nitrogenades	Anticatarrals	Respiratòries
SULFATADES	Càlciques	Diürètiques	Nefrourinàries
	Magnèsiques	Purgants	Intestinals
	Sòdiques	Colagogues	Afeccions biliars
SULFURADES	Càlciques	Desintoxicants	
		Antiinflamatòries	Reumatològiques
	Clorurades	Antipruriginoses	Dermatològiques
		Metabòliques	
	Sòdiques	Antial·lèrgiques	
		Antiinflamatòries	Reumatològiques

2.L'aigua termal de caldetes:

La nostra aigua comparteix amb la resta d'aigües termals molts efectes fisiològics i indicacions terapèutiques, al costat de contraindicacions i efectes no desitjats. No obstant això, i com s'ha indicat anteriorment, cada tipus d'aigua exerceix unes accions predominants. És el cas, per exemple, de les aigües fortament radioactives, les quals, com també s'ha dit, produeixen uns efectes sedants, relaxants i analgèsics més intensos que els de la resta d'aigües termals.

Per via oral (anomenada cura hidropínica), l'aigua termal de Caldes es comporta com a estimuladora de les funcions cel·lulars, del metabolisme, de l'activitat secretora i, especialment, com a estimulador de la secreció clorhídrica, de la motilitat gastrointestinal i facilitadora de la secreció biliar.

Ahora, se n'han descrit efectes hepatoprotectors i facilitadores de l'evacuació biliar, fer que li atorga accions reguladores del sistema hepatobiliar. L'aigua també actua sobre la funció renal, modificant el pH de l'orina (que és àcid en els quadres de calculosi) i afavorint l'alcalinització i l'eliminació d'àcid úric, cistínic o càlcic. Un complement important de la cura hidropínica en les afeccions hepatobiliar i renals és la balneoteràpia, els rajos, les dutxes i l'aplicació local de pel·loides. La cura hidropínica existeix una dosificació adequada i es pot dur a terme en el domicili propi, però cal que estigui dirigida i controlada per l'especialista.

En inhalacions de vapors o gasos, nebulitzacions, aerosols, dutxes o gargarismes, l'aigua o Caldes pot ser utilitzada en el tractament de vies respiratòries superiors. S'hi poden utilitzar sondes per realitzar sondes per realitzar irrigacions nasals o rionofaríngies i insuflacions en el rentat de cavitats timpàniques. En conjunt, tots aquests usos tenen accions tòniques, protectores, antiexudatives, antiinflamatòries, desensibilitzants, reguladores, antiàlgiques i sedants de la mucosa del sistema respiratori.

En immersió o balneació, tal com l'aigua emergeix de la deu, els efectes més destacats es produeixen principalment com a conseqüència de la pressió hidrostàtica, el principi de la flotació i la temperatura. Els elements químics presents en la composició de l'aigua originen l'augment del poder de defensa de la pell i mucoses, uns efectes antiinflamatoris i la mobilització de l'aigua originen l'augment del poder de defensa de la pell i mucoses, uns efectes antiinflamatoris i la mobilització i eliminació dels productes de rebuig. Pel que fa al temps d'aplicació dels banys, s'aconsellen períodes de 10

a 30 minuts diàriament o a dies alterns, en el benetès que donen millors resultats al matí i en dejú.

Cal tenir en compte, finalment, que és important que s'hagi arribat a un diagnòstic precís de la malaltia, perquè en el pacient o curista actuarà, afegint-se als efectes acabats de descriure, la suma de circumstàncies ambientals, començant per l'altitud i la latitud i continuant per l'orografia del terreny, l'existència de boscos, etc. Entre les circumstàncies més importants cal destacar:

3. Indicacions terapèutiques i contraindicacions:

Les afeccions que obtenen millors resultats amb l'aigua termal de Caldes són les reumàtiques, les digestives, les nefrourinàries, les de vies respiratòries superiors, les hepatopancreàtiques i les dermatològiques. També són destacables les accions beneficioses i estimulants de les nostres aigües en les alteracions endocrines i ginecològiques femenines. Afegirem que, per als quadres cardiovasculars, les cures termals, han de ser especialment controlades i sotmeses a vigilància mèdica. L'aigua de Caldes, cloruradosòdica, està especialment indicada en els períodes d'infantesa i d'envelliment. En els nens, augmenten les defenses i enforteix la resistència a les infeccions; també es troba indicada en quadres de debilitat constitucional, com ara desnutrició, minusvàlua física i retard en el creixement. En la vellesa aquesta aigua produeix una pluralitat d'efectes positius, que contraresten els diversos símptomes que acompanyen aquestes edats extremes de la vida obliga a una acurada direcció sanitària.

En els quadres de les pàgines següents s'han sintetitzat les indicacions i contraindicacions relacionades amb el tractament amb l'aigua termal de Caldes. S'ha d'insistir que cal sempre la consulta mèdica prèvia perquè, les indicacions s'han de considerar, en alguns casos, com a complementàries d'un tractament mèdic més adient.

AFECCIONS DE L'APARELL LOCOMOTOR

Indicacions	Contraindicacions
1 Reumatismes crònics inflamatoris, degeneratius, metabòlics i paraarticulars ¹	1 Reumatismes en fase aguda * Reumatismes infecciosos o pseudoreumatismes * Febre reumàtica o reumatisme poliarticular agut
2 Traumatismes * Rehabilitació postintervencions quirúrgiques * Seqüeles traumàtiques: contusions, luxacions i fractures * Arrencaments musculars * Esquinços	2 Reumatismes metabòlics * Hiperuricèmies greus i crisi aguda de gota
3 Postmenopàusiques * Osteoporosi	3 Colagenosi i connectivitis * Lupus * Esclerodèrmia * Dermatomiositis
4 Altres * Contractures musculars i mialgies * Recuperació de sobreexforços i de fatiga muscular * Envel·liment articular	4 Afeccions òssies * Malaltia de Paget
	5 Tumoracions

AFECCIONS GASTROINTESTINALS

Indicacions	Contraindicacions
1 Esofagogàstriques * Dolor esofàgic per reflux * Afeccions hiposecretores i d'hipomotilitat gàstrica * Hèrnia de hiatus no voluminosa * Molèsties després dels àpats o neurosi gàstrica	1 Esofagogàstriques * Afeccions hipersecretores i d'hipermotilitat * Diverticulitis esofàgiques * Úlcera gàstrica sagnant * Varius esofàgiques
2 Intestinals * Síndrome de mala absorció * Constipació o restrenyiment * Seqüeles d'afeccions produïdes per paràsits	2 Intestinals * Úlcera duodenal * Diarrees * Apendicitis * Diverticulitis * Hemorroides * Obstruccions agudes * Malformacions
	3 Tuberculosi
	4 Tumoracions

AFECCIONS NEUROLÒGIQUES I PSIQUIÀTRIQUES

Indicacions	Contraindicacions
- Paràlisi recuperable (inflamatori, vascular o traumàtica) * Ciatàlgies, neuràlgies * Neuritis, poliradiculoneuritis - Cerebrovasculars * Rehabilitació postraumatismes craneoencefàlics * Rehabilitació postaccidents vasculars cerebrals - Altres * Esclerosi múltiple * Malalties psicosomàtiques * Parkinson * Situacions d'estrès	- Demències greus - Tumoracions - Cerebrovasculars * Aneurismes vasculars * Arteritis infecciosa * Accident vascular cerebral recent * Embòlies arterials * Encefalomièlitis - Altres * Síndrome vertiginosa * Epilèpsia mal controlada * Esquizofrènia * Depressió greu * Psicosi

AFECCIONS OTORINOLARINGOLÒGIQUES I RESPIRATÒRIES

Indicacions	Contraindicacions
- Traqueïtis espasmòdica - Quadres crònics * Disfonies, rinitis, sinusitis * Otitis, otoesclerosi pre i postoperatòria * Faringitis, laringitis, bronquitis - Emfisema pulmonar (estadi inicial) - Asma bronquial al·lèrgic - Rehabilitació * Malalties respiratòries agudes * Postintervencions quirúrgiques pulmonars * Estats postirradiació	- Malalties actives infeccioses i agudes * Crisi aguda d'asma * Insuficiències respiratòries manifestes * Edema agut de pulmó * Tuberculosi pulmonar - Altres quadres * Emfisema pulmonar avançat * Tromboembolisme pulmonar * Tumoracions * Malalties oxigenodependents

La Riera, 29 Caldes d'Estrac Maresme Barcelona Espanya

www.balnearicaldetes.cat

Tel. 93.791.26.05

AFECCIONS CARDIOVASCULARS

Indicacions	Contraindicacions
1 Hipertensió essencial controlada	1 Cardiopaties descompensades
2 Primeres etapes d'insuficiència venosa	* Congènites
3 Arteriosclerosis en etapes inicials	* Coronària (angor inestable)
4 Rehabilitació postinfart de miocardi i intervenció quirúrgica de cor i vasos	* Hipertensiva greu
	* Insuficiència cardíaca crònica
	* Insuficiència cardíaca congestiva
	2 Arritmies
	3 Miocarditis
	4 Endocarditis
	5 Pericarditis
	6 Malalties valvulars
	7 Malalties en tractament amb anticoagulants
	8 Tromboflebitis

AFECCIONS DERMATOLÒGIQUES

Indicacions	Contraindicacions
* Abscessos	* Infeccions dermatològiques bacterianes, víriques o per fongs
* Acne vulgar juvenil i acne rosaci	* Dermatosis exudatives o amb lesions cutànies extenses (pènfing)
* Dermatitis atòpica i pruriginosa	* Dermatozoonosi
* Èczemes aguts i crònics	* Tuberculosi cutània
* Furunculosi	* Sífilis
* Ictiosi	
* Micosis cutània crònica	
* Psoriasi vulgar	
* Seqüeles de cremades	
* Úlceres varicoses	
* Urticàries	

AFECCIONS HEPATOBILIARS I PANCREÀTIQUES

Indicacions	Contraindicacions
* Hepatitis cròniques * Insuficiència hepàtica lleu * Fetge gras * Litiasi biliar crònica * Postintervenció quirúrgica de bufeta biliar * Pancreatitis crònica	* Hepatitis víriques agudes * Insuficiència hepàtica greu * Cirrosi hepàtica avançada * Colecistitis aguda * Pancreatitis aguda * Estats de caquèxia i debilitat extrema

AFECCIONS ENDOCRINES I METABÒLIQUES

Indicacions	Contraindicacions
* Hiperlipèmies * Hiperuricèmies * Hiperlipoproteïnèmies * Cel·lulitis * Obesitat * Diabetis * Retard puberal	* Tireotoxicosi * Diabetis descompensada * Feocromocitoma descompensat * Crisi aguda de gota

AFECCIONS RENALS I DE VIES URINÀRIES

Indicacions	Contraindicacions
1. Calculosis nefrourinàries * Litiasi càlcica, cistínica i medicamentosa 2. Inflamacions cròniques i recidivants * Pielitis, nefritis * Cistitis, uretritis, prostatitis 3. Trastorns funcionals vesicals * Incontinència/retenció * Bufeta irritable de causa neurohormonal 4. Rehabilitació postintervencions quirúrgiques	1. Infeccions greus i afeccions renals agudes 2. Tuberculosi nefrourinària 3. Malformacions de vies urinàries 4. Insuficiència renal uremígena, hipertensiva i crònica avançada 5. Tumoracions



AFECCIONS GINECOLÒGIQUES

Indicacions	Contraindicacions
1 Síndromes inflamàtories genitals cròniques * Anexitis, cervicitis * Endometritis puerperal i postavortiva * Colpitis, vulvitis	1 Síndromes inflamàtories genitals agudes
2 Quadres postquirúrgics * Adhesions * Hematomes	2 Tuberculosi genital
3 Climateri prematur i atrofies postmenopàusiques	3 Alteracions menstruals no diagnosticades
4 Rehabilitació postintervencions quirúrgiques	4 Tumoracions

4. Tractament del reumatisme:

Malgrat els avenços farmacològics, quirúrgics i l'escepticisme d'un percentatge elevat de metges en exercici, s'estima que un 40% dels pacients amb afeccions reumàtiques se sotmenten a cures hidrotermals. En bona part això es deu al fet que les causes de la malaltia reumàtica no són gaire precises i que els tractaments al nostre abast s'encaminen essencialment a posar remei a dos símptomes cabdals: el dolor i la mobilitat precària.

Les cures termals no suposen una terapeutica definitiva en aquests processos, però poden actuar favorablement sobre moltes de les seves manifestacions i reportar beneficis considerables des del punt de vista funcional. Aquests efectes positius s'expliquen per l'acció (pressió hidrostàtica, força de flotació, cohesió, viscositat) de l'aigua mineromedicinal, que no tan sols facilita la mobilitat de l'individu submergit, sinó que també produeix, gracies a el calor, un efecte vasodilatador, que relaxa i disminueix el to muscular i facilita l'eliminació de porductes de combustió. A més a més i com a dad significativa, convé tenir en comte que dins l'aigua el pes d'una persona es redueix al 10% (és a dir, un cos de 70kg

submergit en una piscina en pesa només 7), cosa que facilita en gran manera el moviment de les articulacions, alliberades de bona part del pes real. Aquest és el motiu pel qual en els balnearis hi hagi piscines de tractament, on la hidrocinetoteràpia (moviments corporals dins l'aigua mineromedicinal) aconseguix uns resultats espectaculars.

L'indiscutible impacte social i fins i tot econòmic de les cures hidrotermals en el tractament de determinats processos reumàtics ve avalat pel fet que la sanitat pública de molts països les sufragui parcialment o totalment. Atès el seu interès, s'especifiquen a continuació els tipus de reumatismes per als quals està indicada l'aigua de Caldes amb especificació d'alguns programes terapèutics combinats més senzills.

Reumatismes	Tipus	Programes terapèutics
Reumatismes crònics inflamatoris	• Artritis psoriàsica • Artritis reumatoide • Espondilartritis anquilosant	• Hidrocinetoteràpia: Mobilització passiva o activa assistida dins de l'aigua • Dutes o rajos a baixa pressió • Estufes • Sauna • Aplicació de pel·loides radioactius
Reumatismes crònics degeneratius	1. Artrosi d'articulacions • Coxartrosi • Gonartrosi 2. Artrosi de columna vertebral • Condrosi • Espondilosi • Espondiloartrosi • Osteocondrosi	• Hidrocinetoteràpia • Aplicació de pel·loides • Massoteràpia per rajos d'aigua o subaquàtica • Crioteràpia
Reumatismes paraarticulars	• Estructures osteoarticulars (bursitis, serositis, tendinitis) • Cervicobraquiàlgies • Dorsàlgies • Lumbàlgies • Lumbociatàlgies • Neuràlgies	• Hidrocinetoteràpia • Aplicació de pel·loides radioactius • Estufes • Dutes subaquàtiques • Massoteràpia local • Crioteràpia

La Riera, 29 Caldes d'Estrac Maresme Barcelona Espanya

www.balnearicaldetes.cat

Tel. 93.791.26.05

Reumatismes	Tipus	Programes terapèutics
	- Periartropatia aguda d'espatlla - Psicògens	
Reumatismes metabòlics	- Condrocalcinosi - Gota crònica - Ocronosi	- Ingestió d'aigua - Dieta exempta d'àcid úric - Fàrmacs específics

AIGÜES QUE CUREN

Les aigües mineromedicinales en els trastorns reumàtics.

L'increment de l'envelliment de la població actual facilita l'alta incidència i prevalència de les malalties reumàtiques al nostre entorn.

Ningú discuteix l'eficàcia de la BALNEOTERÀPIA en aquest procés. Quins mecanismes actuen a través de l'aigua MINEROMEDICINAL?



Els trastorns reumàtics són, sense dubte, la patologia més freqüent tractada en els balnearis. En aquest moment és la línia d'investigació principal en medicina termal.

La Riera, 29 Caldes d'Estrac Maresme Barcelona Espanya

www.balnearicaldetes.cat

Tel. 93.791.26.05

Mecanisme d'acció de les aigües

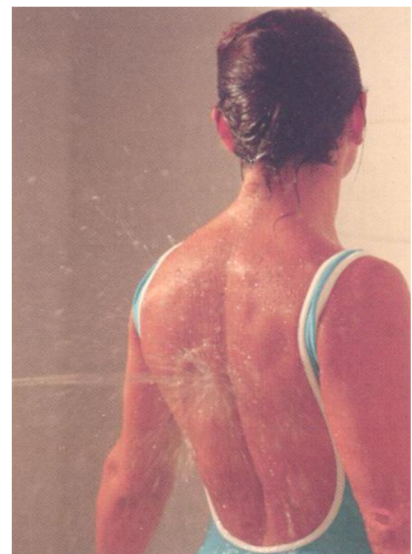
Cal distingir les accions conseqüència directa de la seva mineralització i les inespecífiques de tot tractament crenoterapèutic (teràpia de manantial) relacionat amb la capacitat de resposta dels estímuls. Els efectes dels mecanismes són els derivats del principi d'Arquímedes que provoquen un alleujament de pes facilitant els moviments, millorant la circulació de retorn gràcies a la pressió hidroestàtica.

Si la temperatura és elevada provoca els efectes tèrmics, és a dir, vasodilatadors, analgèsics, sedats i relaxants. Sense oblidar els efectes químics propis de les propietats de l'aigua, manifestacions de tipus immunològic, antiinflamatori i condroprotector.

Malalties reumàtiques

Fa referència principalment a malalties d'evolució crònica, els efectes terapèutics es manifesten en millores sobre:

1. Dolor i, per tant, en una reducció del consum de fàrmacs
2. Millora la capacitat funcional
3. La qualitat de vida augmenta



L' artrosi lumbar i la lumbalgia mecànica crònica d'origen discal o articular posterior. Els estudis aleatoris permeten concloure un efecte beneficiós

Cervicoartrosi, després de la cura fins a tres mesos sense dolor.

Coxartrosi i gonartrosi, tot i els avenços en la cirurgia, demostren que la teràpia amb l'aigua mineromedicinal millora el dolor, l'estat funcional i les escales de qualitat de vida.

L'**artrosi digital i rizoartrosi** els tractaments termals són la resposta alternativa a la terapèutica del fàrmac (AINES, infiltracions amb corticoides) que sovint fracassen.

Poliartrosi, l'interès de la cura es veu reforçada, en casos de artrosi múltiple, ja que els tractaments termals poden tractar varies articulacions alhora.

Reumatisme periarticular (tendinitis) té un efecte analgèsic igual al tractament farmacològic i superior a l'absència de tractament.

Fibromiàlgia primària: Remarcant les possibilitats de la rehabilitació a l'esforç gradual i les condicions ambientades relacionades amb el medi termal, pueden ser de gran ajuda per aquest pacients. Les millores es mantenen en el temps.

Les contraindicacions

Són les contraindicacions generals de la cura termal: alteració important de l'estat general, la insuficiència greu d'òrgans viscerals, càncer o la infecció a l'evolució, immunodeprimits, psicosis, demència, flebitis recent... a les que hem d'agregar les pròpies reumatològiques: reumatismes inflamatoris exacerbats, malalts subjectes a altes dosis d'immunodepressors, els estats hiperàlgics i patologies no diagnosticades.

Inflamacions reumàtiques



Artritis reumatoidea: Existeixen estudis que demostren beneficis antiàlgics i funcionals, però ha d'imperar el sentit comú, les tècniques termals han de ser suaus, sempre en períodes silencis i desaconsellades en cas de grans processos inflamatoris poliarticulars, compromís visceral o presència de vasculitis, així com, en cas de tractaments

immuno supressors a dosis altes.

Artropatia psoriàsica: comparteixen les indicacions i contraindicacions de l'artritis reumatoidea. Existeixen estudis que demostren que la teràpia termal proporciona una major millora en les lesions raquídees



que les lesions articulars perifèriques.

Espondilitis anquilosant: La crenoteràpia troba aquí tot el seu interès, l'aigua termal ajuda a combatre eficaçment la tendència a l'anquilosi de l'articulació. Els estudis aleatoris demostren una reducció del dolor i del consum d'antiinflamatoris no esteroïdals, millora que persisteix fins a tres mesos després del tractament termal.

Recuperació post quirúrgica òssia i seqüeles post-traumàtiques: les principals indicacions són les síndromes algoneurodistròfics, estrès post-traumàtic, el dolor d'esquena crònic que es manifesta després de cirurgies de columna i el dolor d'algunes pròtesis.



Osteoporosi: Indicació rellevant, principalment en el dolor de l'esquena crònic secundari al trastorn de l'estàtica, per fractures vertebrals osteoporòtiques. El benefici es tradueix en un alleujament del dolor.