

BALNEARIOS

de España

Año VIII · Número 16

Balnearios

Sólo con Aguas Mineromedicinales

Entrevista: Ana M^a Ávila Peñalver,
Directora General de IITQ de la Generalitat Valenciana

Entrevista: Miguel Mirones, presidente de ANBAL

Terapias: Los Balnearios para los más pequeños
El cuidado de la piel

Turismo: Andalucía, el Termalismo del sur

IMSERSO: 40 años del IMSERSO y 30 del Programa de Termalismo

Entrevista: María del Carmen Orte Socas, Directora General de IMSERSO

Gastronomía: Sabor y salud

Salud: Los Balnearios, aliados para el deporte



DESDE 1989

30 años llevando
Bienestar a toda la Familia



LAMBERTS® para Todos

MADE IN
UK

GARANTIA
GMP

Vitaminas | Minerales | Aminoácidos | Ayudas Digestivas | Fórmulas Multiples | Ácidos Grasos | Otros Nutrientes | Extractos Herbales | Concentrados de Frutas | Sport Range



Complementos Alimenticios para una Óptima Nutrición



Usted es nuestra razón de ser

LAMBERTS ESPAÑOLA
PREMIO
A TU SALUD



- Fabricación GMP
- Formulaciones avaladas por estudios científicos
- Elaborados en el Reino Unido
- Etiquetado informativo y exacto
- Más de 170 productos para la Óptima Nutrición
- Fórmulas exclusivas
- Sin pedido mínimo
- Calidad y Seguridad
- Asesoría técnica gratuita

LAMBERTS®
THE PROFESSIONAL RANGE



Queridos lectores:

Este 2018 que hemos dejado atrás ha sido un año importante para el sector de los Balnearios en nuestro país. En primer lugar, porque hemos logrado que la Administración Pública respaldara una reivindicación histórica que llevamos defendiendo desde hace mucho tiempo: que la Hidrología Médica se prescriba sólo con Agua Mineromedicinal. O lo que es lo mismo, que el término Balneario sea utilizado única y exclusivamente por aquellos establecimientos que tengan manantiales de Agua Mineromedicinal declarados de Utilidad Pública. Ha sido en Valencia, donde la Asociación Nacional de Balnearios había cursado una petición al Gobierno de esta Comunidad y al Ministerio de Sanidad para que revisaran la inscripción de algunos establecimientos que se habían registrado incorrectamente como prestadores de servicios de Hidrología Médica. Y la Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública de la Generalitat Valenciana nos ha dado la razón. Sin duda una importante victoria para el sector, que evitará confusiones en el ámbito sanitario y entre los consumidores.

A esta noticia hay que sumar otra. A finales de año, el Consejo de Ministros del Gobierno ha aprobado la renovación del Programa de Termalismo Social hasta 2021. De esta forma, más de 500.000 personas podrán disfrutar de los beneficios de las Aguas Mineromedicinales para la mejora de su salud y bienestar en unas condiciones muy ventajosas. El Programa de Termalismo es sin duda uno de los más exitosos de los que ha puesto en marcha el IMSERSO, una institución que ha celebrado su 40 aniversario y con la que el sector de los Balnearios ha colaborado de forma activa. Nos queremos sumar a las felicitaciones que ha recibido por su efeméride recordando que el Programa de Termalismo se ha consolidado como un modelo de desarrollo turístico sostenible basado en el uso racional de los recursos naturales y la dinamización de las economías locales y zonas rurales.

En las páginas de este número de nuestra revista podréis encontrar amplia información al respecto de estas noticias.

Y por último no me quiero despedir sin hacer mención a la importante presencia



que en este 2019 va a tener la Asociación Nacional de Balnearios en FITUR, la Feria Internacional de Turismo que se celebra en Madrid. Será una oportunidad perfecta para dar a conocer el hecho diferencial de los Balnearios, las Aguas Mineromedicinales, que tantos beneficios aportan para nuestra salud y bienestar.

Miguel Mirones Díez
Presidente de ANBAL

sumario/staff

3

EN PORTADA: Las Aguas Mineromedicinales	4
ENTREVISTA: Ana M^a Ávila Peñalver, Directora General de IITQ de la Generalitat Valenciana	10
ENTREVISTA: Miguel Mirones, presidente de ANBAL	11
TERAPIAS: Los Balnearios para los más pequeños	12
El cuidado de la piel	13
TURISMO: Andalucía, el Termalismo del sur	14
IMSERSO: 40 años del IMSERSO y 30 del Programa de Termalismo	21
ENTREVISTA: María del Carmen Orte Socias, Directora General de IMSERSO	26
GASTRONOMÍA: Sabor y salud	30
SALUD: Los Balnearios, aliados para el deporte	36



La Asociación Nacional de Balnearios en Termatalia

La Asociación Nacional de Balnearios ha participado un año más en Termatalia, la Feria Internacional de Turismo Termal, Salud y Bienestar que une a España y a América Latina. Bajo el título “La energía de las aguas” ha celebrado su 18º edición. Como otros años, ANBAL ha contado con su propio stand para dar a conocer los establecimientos que forman parte de la misma y las actividades que lleva a cabo la asociación.

En esta ocasión, participaron más de 25 países que se dieron cita en Foz do Iguaçu —concretamente en el centro de convenciones Maestra del hotel Recanto Cataratas —un destino sostenible y basado en el agua. Al igual que en anteriores ocasiones, este foro se convirtió en un punto de encuentro para fomentar el intercambio de experiencias entre distintos continentes, desde un punto de vista empresarial, institucional y social, para obtener una perspectiva global del sector, con el fin de impulsar el mercado estratégico del Turismo Termal y de Bienestar.



La importancia del Termalismo para la salud mental



Dos estudios llevados a cabo por expertos de la Universidad de Vigo han analizado la relación que mantiene la atención plena, traducción del término en inglés mindfulness, con el Termalismo. El primero de ellos analizó cómo influyen las experiencias turísticas de meditación y consciencia en el contexto termal, y en la satisfacción e intención de repetir de los turistas termales en Ourense. Los resultados muestran cómo los turistas valoran de forma positiva la importancia del entorno natural en la que se encuentran las zonas termales para realizar sus prácticas y que se sentían animados a repetir la experiencia.

El segundo estudio pretendía analizar la experiencia termal como una práctica de atención plena para ser considerada como una innovadora intervención terapéutica para el bienestar psico-emocional y físico y los resultados confirmaron la relación positiva que existe entre la atención plena practicada a través de la experiencia termal y también los efectos beneficiosos en el momento presente, destacando la relajación física, la disminución del nivel de tensión y la reducción del nivel de ansiedad.

Anbal, presente en el Congreso de la ESPA en Domburg

El Secretario General de ANBAL, Luis Miguel López Carral, junto con el vicepresidente Vicente Caballer y otros miembros de la Junta Directiva de la Asociación, se desplazaron al municipio de Domburg, en los Países Bajos, para acudir a Congreso de la ESPA -Asociación Europea de Balnearios-.

Como miembro de esta Asociación, ANBAL ha participado activamente en el Congreso con el objetivo de difundir la importancia de mantener una buena salud y calidad de vida, y fomentar una mayor cooperación de las asociaciones nacionales y regionales, así como del sector privado y el público. Además, colabora con el resto de las actividades que desarrolla la ESPA, como miembro que es de la Junta Directiva y de las Comisiones “Medical Research” y “Marketing”.



Se reúne la Comisión de Aguas de la Real Academia de Farmacia

La sede de la Real Academia Nacional de Farmacia acogió una nueva reunión de la Comisión de Aguas Minerales y Mineromedicinales de esta Real Academia, en la que el secretario general de ANBAL, Luis Miguel López Carral, presentó las tres solicitudes recibidas de Balnearios para la realización de los próximos estudios. Finalmente, y respetando el orden de solicitud, se acordó que el próximo trabajo a realizar sea sobre el Balneario de Montanejos (Castellón). Además, se revisó el estado de la publicación del estudio del Balneario de San Nicolás.

Una vez finalizada la reunión, tuvo lugar la segunda Mesa Redonda sobre el Balneario de Archena, con la presentación del resto de los estudios que se están llevando a cabo. Durante la misma se dieron cita numerosos expertos que dieron a conocer diferentes aspectos de sus Aguas Mineromedicinales, como su estudio físico-químico e hidrogeológico, el análisis de la radiactividad, su acción terapéutica o las características generales de sus suelos circundantes. Los ponentes fueron los prestigiosos doctores Antonio López Lafuente, Juan Antonio López Geta y Dr. Juan José Durán Valsero, Esperanza Torija Isasa, M^a Antonia Simón Arauzo, Beatriz Romero del Hombrebueno, Josefina San Martín Bacaicoa e Inés Martínez Galán.



ANBAL cambia de sede

Tras varios años instalada en la Calle Rodríguez San Pedro de Madrid, la Asociación Nacional de Balnearios inicia una nueva etapa situada en la Calle Raimundo Fernández Villaverde 57, en pleno centro económico y financiero de Madrid. Nuestro número de información sigue siendo el 91 549 03 00 y nuestra página web www.balnearios.org.

ANBAL es una de las asociaciones más antiguas de España. Se fundó hace casi 150 años y fue reconocida en el Real Decreto- Ley 743/1928 de 25 de abril (Estatuto sobre la explotación de Manantiales de Aguas Minero-Medicinales). La base fundamental de sus asociados es disponer de Aguas Minero-Medicinales declaradas de Utilidad Pública. Representa a la gran mayoría de los Balnearios españoles y su objetivo es defender los intereses del sector ante las diferentes instituciones, así como definir las estrategias y los planes de promoción.



Convenio entre ANBAL y la UCM para formar a médicos en Medicina Termal



La Asociación Nacional de Balnearios (ANBAL) ha firmado un convenio de colaboración con la Escuela Profesional de Hidrología Médica e Hidroterapia de la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid para el desarrollo de tres ediciones del curso "Iniciación a la Medicina Termal", destinados a profesionales de la Medicina que quieran adquirir conocimientos sobre esta disciplina. La rúbrica de este acuerdo fue realizada por Miguel Mirones, presidente de ANBAL y por Francisco Maraver, Director de la citada Escuela de la UCM.

La Escuela Profesional de Hidrología Médica e Hidroterapia de la Facultad de Medicina de la UCM es una institución de reconocido prestigio con una larga trayectoria impartiendo la especialidad de Hidrología Médica. Por su parte, ANBAL, a punto de cumplir los 150 años de vida, es una de las asociaciones más antiguas de nuestro país y su objetivo es la promoción y la defensa de los intereses de sus Balnearios asociados.

Para solicitar información o aportar comentarios y sugerencias, pueden dirigirse a anbal@balnearios.org



Balnearios Sólo con Aguas Mineromedicinales



6

Si quieres disfrutar de los beneficios del Agua Mineromedicinal, sólo podrás hacerlo en los Balnearios. Son los únicos establecimientos en nuestro país en los que se puede aplicar la Hidrología Médica. Su oferta de tratamientos de salud y bienestar los convierte en un espacio perfecto para recuperar energía y disfrutar.



El hombre lleva haciendo uso de las Aguas Mineromedicinales desde hace miles de años gracias a sus propiedades beneficiosas para la salud. Se forman bajo la superficie terrestre gracias a la lluvia que penetra a través de las grietas de la tierra y que se nutre de los minerales que va encontrando. Hay constancia de su uso desde tiempos inmemoriales, tal y como demuestran los numerosos vestigios encontrados. Y también, han sido muchos los estudios científicos que han demostrado su eficacia en la prevención y el tratamiento de enfermedades.

A diferencia de otros establecimientos que ofrecen tratamientos con agua corriente, la Hidrología Médica sólo puede aplicarse con Aguas Mineromedicinales, que poseen unas características físico-químicas especiales y que están reconocidas de forma oficial por su valor terapéutico contrastado por expertos. En España, quienes gestionan su uso son los Balnearios. De ahí que la palabra Balneario haga referencia a la instalación que dispone de Aguas Mineromedicinales, declaradas de Utilidad Pública y un Servicio Médico especializado e Insta-

laciones adecuadas, según el punto de vista técnico-sanitario, para llevar a cabo los tratamientos médicos que se prescriban.

En España tenemos la suerte de contar con muchos Balnearios que ofrecen sus Aguas para realizar baños y tratamientos destinados a incrementar el bienestar, proporcionar relajación y energía positiva y mejorar los síntomas de algunas de las patologías más comunes, como las respiratorias, reumáticas, dermatológicas, digestivas...

Cada establecimiento oferta una serie de técnicas que están encaminadas a prevenir, tratar y aliviar dolencias, así como para impedir las recaídas. Los Balnearios cuentan con equipos médicos especializados que son los responsables de valorar el estado de salud del cliente, sopesar el grado de incidencia de las dolencias en su estado general y prescribir los tratamientos adecuados. Cada centro ofrece una o varias indicaciones terapéuticas, en función de la composición físicoquímica de sus Aguas Mineromedicinales.



En cuanto a las técnicas, las podíamos definir como los procedimientos terapéuticos empleados en las terapias con Aguas Minero-medicinales que, de forma genérica, reciben el nombre de Crenoterapia y que se clasifican en función de la vía de administración, oral, tópica y respiratoria, y de los métodos de aplicación, temperatura y presión del agua y el tiempo de exposición. Es el médico especialista el que elige las técnicas apropiadas para cada paciente, después de realizar el diagnóstico: pueden ser aerosoles, baños turcos y oculares, aromaterapia, circuitos termales, curas hidropínicas, duchas escocesas, inhalaciones, irrigaciones, masajes, pulverizaciones, saunas, pediluvios...



Las Aguas Mineromedicinales se pueden clasificar en función su composición mineral y de esta forma se pueden aplicar para el tratamiento de las dolencias. Estos son los principales tipos:

- **Aguas ferruginosas:**
Con alto contenido en hierro, indicadas para estados de debilidad, anemias, problemas dermatológicos y hepáticos...
- **Aguas cloruradas:**
Indicadas para afecciones del aparato digestivo, así como para problemas dermatológicos.
- **Aguas sulfuradas y sulfurosas:**
Tienen un alto contenido en azufre y se suelen recomendar para patologías como la psoriasis, para las infecciones y para la dermatitis.
- **Aguas bicarbonatadas:**
Con contenido en CO_2 , bicarbonato de sodio, calcio, cloro o azufre. Se suelen utilizar para problemas del aparato digestivo, así como el buen funcionamiento del páncreas y el hígado si son de baja mineralización.
- **Aguas sulfatadas:**
Aparte de azufre pueden incluir sodio, calcio, magnesio o cloro en su composición. Tienen características antisépticas, ejercen una importante acción antiinflamatoria, con lo que se recomiendan para el aparato locomotor, tienen propiedades regenerantes para la piel y los cartílagos y actúan como protectores naturales de la piel.

8



➔ Pero la oferta de los Balnearios no se circunscribe únicamente a los tratamientos medicinales. Las instalaciones y el patrimonio arquitectónico con los que cuentan, el entorno natural y cultural en el que están situados y las propuestas lúdicas que llevan a cabo los convierten en unos establecimientos de lo más completo y aptos para todo tipo de públicos: personas en busca de desconexión, familias, niños, parejas.... No en vano están enmarcados dentro de la denominación de TURISMO DE SALUD, un sector que registró en 2017 más de cuatro millones de pernoctaciones y 287 millones de euros en facturación, y que cada año ve aumentar sus cifras en torno a un 10%.

Los Balnearios españoles consiguen que la Hidrología Médica sólo se prescriba con Agua Mineromedicinal

La Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública de la Generalitat Valenciana ha dado la razón a la Asociación Nacional de Balnearios (ANBAL) y ha desestimado, por carecer de Aguas Mineromedicinales, el recurso presentado por Marina D'Or para poder seguir ofreciendo servicios de Hidrología Médica

Los Balnearios españoles han logrado el respaldo de la Administración Pública para que la Hidrología Médica sólo se prescriba con Agua Mineromedicinal. La Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública de la Generalitat Valenciana ha dado la razón a la Asociación Nacional de Balnearios (ANBAL) tras solicitar ésta -tanto a este organismo como al Ministerio de Sanidad- la revisión de la inscripción de algunos establecimientos que se habían registrado incorrectamente como centros prestadores de servicios de Hidrología Médica, entre ellos, Marina D'Or.

ANBAL cursó una petición a las administraciones nacional y autonómica en la que pedía que se revisara la relación de centros no Balnearios inscritos indebidamente en su registro sanitario en



la unidad correspondiente, de tal forma, que sólo incluyera aquellos que acreditaran la realización de sus tratamientos con Aguas Mineromedicinales con fines terapéuticos y preventivos para la salud.

La respuesta de la Conselleria de Sanidad de la Generalitat Valenciana ha sido clara, publicando una resolución en la que “minora la actividad de Hidrología al Centro sanitario denominado Clínica Marina D'Or por no acreditar la utilización de Aguas Mineromedicinales con fines terapéuticos y preventivos para la salud”. La Conselleria ha explicado que una normativa estatal, el Real Decreto 1277/2003, de 10 de octubre, establece los criterios para poder ofertar servicios de Hidrología, por los que un centro se puede denominar Balneario, y tanto la ciudad de vacaciones de Oropesa del Mar (Castellón) como otros diez centros de la Comunitat Valenciana no han acreditado el empleo de Aguas Mineromedicinales y termales con fines terapéuticos o preventivos para la salud.

Por lo tanto, la resolución administrativa apoya la histórica reivindicación de los Balnearios para que la palabra “Balneario” solo sea utilizada por aquellos establecimientos que tengan manantiales de Agua Mineromedicinal declarados de Utilidad Pública.

9



Photo by Anna Demianenko on Unsplash



Entrevista a ANA M^a ÁVILA PEÑALVER

Directora General d'Investigació, Innovació, Tecnologia i Qualitat de la Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública de la Generalitat Valenciana

En la Comunitat Valenciana hay 5 centros sanitarios que tienen autorizada la oferta asistencial de Hidrología: Benasal, Montanejos, La Vilavella, Cofrentes y Requena

¿Qué valoración realiza la Generalitat Valenciana de la retirada de la categoría de Balnearios a Marina D'Or y a otros diez centros de esta Comunidad?

La Dirección General de Investigación, Innovación, Tecnología y Calidad ha ajustado las autorizaciones de la oferta asistencial de Hidrología (U.58), a lo dispuesto por el Real Decreto 1277/2003, de 10 de octubre, por el que se establecen las bases generales sobre autorización de centros, servicios y establecimientos sanitarios (BOE núm. 254, de 23.10.2003). Como consecuencia de ello quedan en la Comunitat Valenciana 5 centros sanitarios que tienen autorizada dicha oferta asistencial de hidrología: tres en Castellón (en Benasal, Montanejos y La Vilavella) y dos en Valencia (en Cofrentes y en Requena).

Ante la posibilidad de un recurso por parte de alguna de las empresas afectadas ante los tribunales, ¿qué posición adoptará la Generalitat Valenciana?

La Generalitat sólo puede y debe adoptar la posición de defensa de los intereses de la ciudadanía, en el marco legal vigente. En ese sentido, si el programa de termalismo valenciano aporta calidad de vida y salud a las personas que se acogen al programa, la CSUIP, en coordinación con la CIPI, llevará a cabo las acciones que se requieran para garantizar que los balnearios cumplen los requisitos.

¿De qué forma se seguirá controlando el buen uso del término Balneario en la Comunidad?

Los balnearios son centros destinados a usos terapéuticos y disponen de instalaciones adecuadas a las diferentes



clases de baños que se toma y dependencias que permiten el hospedaje de quienes se someten al cuidado de aguas (baño). El establecimiento y la actividad de los balnearios son regulados por la legislación sanitaria de muchos estados. En España también. Por tanto, La Dirección General de Investigación, Innovación, Tecnología y Calidad no está en la tesitura de emprender alguna acción para “controlar” el buen uso del término balneario en nuestra Comunitat Valenciana.

¿Qué representa para la Comunidad Valenciana el sector de los Balnearios?

Además de proporcionar tratamientos de carácter terapéutico y colaborar en los programas de envejecimiento activo y mejora de la calidad de vida, también contribuyen en potenciar el desarrollo económico de las zonas que rodean a los balnearios contribuyendo a la creación y mantenimiento del empleo, así como a la mejora y modernización de la infraestructura de instalaciones de las estaciones termales, revitalizando económicamente las zonas que rodean a los balnearios.

¿Qué seguimiento y valoración tiene el programa de Termalismo de la Comunidad Valenciana entre sus usuarios de esta región?

No disponemos de datos concretos puesto que este programa no es competencia de esta conselleria, si no que lo gestiona la conselleria de Igualdad y Políticas Inclusivas, aunque por la información que nos han trasladado el nivel de satisfacción de los usuarios y usuarias es muy elevado puesto que cada año todas las plazas ofertadas son cubiertas.

Entrevista a MIGUEL MIRONES Presidente de ANBAL

“Cualquier usuario ha de tener la garantía de que si va a recibir un tratamiento de Hidrología, éste se va a llevar a cabo con Agua Mineromedicinal”



11

¿Cómo valora la resolución aprobada por la Conselleria de Sanitat Valenciana que respalda la petición de los Balnearios españoles que sólo se denominen de esta forma los establecimientos que ofrezcan tratamientos de Hidrología Médica basadas en el Uso del Agua Mineromedicinal?

Se trata de un respaldo importante, dada la importancia del turismo de salud en nuestro país. No queremos que se genere confusión ni en el ámbito sanitario ni entre los consumidores. Teniendo en cuenta que sólo las Aguas Mineromedicinales tienen reconocidas en España sus propiedades terapéuticas sobre la salud, cualquier usuario ha de tener la garantía de que, si va a recibir un tratamiento de Hidrología, éste se va a llevar a cabo con Agua Mineromedicinal. Hoy por hoy, en España sólo los Balnearios ofrecen este servicio según la normativa sanitaria e incluso según la Real Academia de la Lengua, que define Balneario como un establecimiento con baños medicinales.

¿Qué es exactamente el Agua Minero-medical y que beneficios aporta para la salud de las personas que hacen uso de ellas?

Las Aguas Mineromedicinales se obtienen del subsuelo y poseen unas características físico-químicas especiales, que están reconocidas de forma oficial con el título de Aguas de Utilidad Pública por su valor terapéutico contrastado por expertos. Además, los Balnearios cuentan con equipos médicos formados por especialistas que conocen las propiedades curativas de estas Aguas y son los encargados de prescribir los procedimientos adecuados para su uso terapéutico a través de técnicas específicas para el tratamiento.

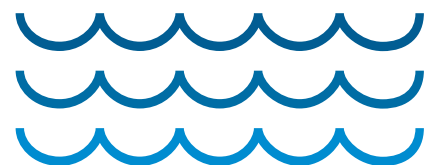
¿Cómo cree que se evitarían situaciones de confusión por parte de los usuarios respecto a lo que es un Balneario?

Sería conveniente que todas las Comunidades Autónomas legislasen a tal efecto, y así tanto los usuarios como la comu-

nidad sanitaria tendrían garantías de la adecuada aplicación de los tratamientos de Hidrología Médica. De hecho, esto ya ha quedado recogido en diferentes leyes autonómicas en Galicia o Aragón, por poner dos ejemplos.

¿Va a seguir la Asociación señalando el mal uso de la palabra Balneario en otras regiones?

Desde ANBAL continuaremos demandando a las administraciones la correcta aplicación de las normas sanitarias existentes, promoviendo normativas autonómicas que definan explícitamente lo que es un Balneario y seguir trasladando a la opinión pública aquellos casos de establecimientos que sin ser Balnearios se definan como tales.



Los Balnearios, un destino perfecto para los más pequeños de la casa

Una de las cuestiones que más quebraderos de cabeza trae a las familias es planificar escapadas o vacaciones cuando hay niños. ¿Cuál es la mejor elección para que disfruten tanto padres como hijos? Los Balnearios son una opción perfecta.

12

Las familias que estén buscando un destino ideal para hacer una escapada y pasar tiempo en familia: los Balnearios, donde podrán disfrutar tanto padres como hijos. Los establecimientos termal desarrollan programas familiares y para niños destinados a fomentar el ocio entre los más pequeños y su acercamiento al mundo termal al mismo tiempo que sus padres disfrutan de la estancia y los tratamientos con total tranquilidad.

Son muchos los Balnearios que desarrollan talleres infantiles y ludotecas que cuentan con personal específico para trabajar con los más pequeños y elaborar propuestas de actividades para diferen-



tes edades. En las instalaciones, existen zonas recreativas infantiles y pistas deportivas, zonas de baño exterior con piscinas termal, jardines o estancias con juegos específicos.

Del mismo modo, y al mismo tiempo que disfrutan, pueden beneficiarse de las propiedades Mineromedicinales de las Aguas de los establecimientos mediante las piscinas activas, los circuitos termal para niños y jóvenes, sillones de masaje, terapias infanti-

les, zonas de inhalación con juegos, programas de hidratación, estimulación acuática para bebés e incluso cuevas termal.

Tampoco se debe olvidar que los Balnearios están localizados en zonas de gran belleza natural, que ofrecen a las familias múltiples posibilidades: rutas de senderismo, paseos en bicicleta, visitas culturales, excursiones...

En definitiva, una opción perfecta para las familias que introduce a los niños en la cultura de la salud, el bienestar y el cuidado personal al mismo tiempo que disfrutan de una amplia oferta de actividades de ocio.



Cuida tu piel con las Aguas Mineromedicinales de los **Balnearios**

Las Aguas Mineromedicinales de los Balnearios son la mejor opción natural para cuidar la piel gracias a su propiedades físico-químicas que nutren, regeneran y mejoran patologías como las dermatitis o psoriasis.

La piel es el órgano más grande de nuestro cuerpo. Además de las patologías propias que puede sufrir, como las dermatitis, el acné o la psoriasis, con el paso de los años pierde hidratación y elasticidad.

En invierno, el frío puede favorecer la aparición de sequedad y tirantez, así como la dilatación de los capilares (cuperosis). En verano, la exposición al sol provoca una pérdida de luminosidad y favorece la aparición de manchas debido a la sobreestimulación de la melanina. También se produce deshidratación y aumentan las posibilidades de generar alergias y acné, debido a las alteraciones de las glándulas sebáceas.

Uno de los remedios naturales más eficaces para cuidar la piel son las Aguas Mineromedicinales, que tienen beneficios probados sobre la piel de nuestro cuerpo.

De entre los diferentes tipos de Aguas Mineromedicinales, las más indicadas para el tratamiento de afecciones dermatológicas son las sulfuradas y cloruradas, ricas en azufre y cloro respectivamente, así como los Peloides (lodos) termales.

Los Balnearios ofertan diferentes tratamientos a partir de estas Aguas destinadas a mejorar el estado de la piel.

1. Aguas Sulfuradas. Tienen una acción antiinflamatoria, antiséptica, cicatrizante y regeneradora sobre la piel



2. Aguas Cloruradas. Son antiinflamatorias y desinfectantes y estimulan la cicatrización.

3. Peloides. El Pelloide termal es la mezcla obligatoria de un agua mineromedicinal con un producto sólido natural, que precisa de un proceso preparatorio.

Los tratamientos que se llevan a cabo en los Balnearios tratan las afecciones relacionadas con la piel, ya sea por su origen o por su implicación en dolencias de

otra categoría, ya que es frecuente que se asocien con trastornos metabólicos, sanguíneos, digestivos, hepáticos o psicológicos.

Las patologías más comunes que se tratan son las siguientes: dermatitis alérgicas, atópicas y seborreicas, pasando por dermatosis, descamaciones y úlceras varicosas, hasta dolencias más severas del tipo eritemas y urticaria crónica, psoriasis, herpes, liquen plano, acné, diferentes tipos de eczema y quemaduras.



Andalucía no es sólo sol y playa, aunque también lo es. La región nos ofrece diversas posibilidades para disfrutar de establecimientos termales de primerísima calidad. Y es que esta tierra siempre fue tierra de balnearios. El termalismo de Andalucía hunde sus raíces en su pasado árabe y conserva los baños y los hammanes más preciados de España.

Andalucía: el termalismo del sur

14

En tiempos en los que el turismo termal es cada vez más apreciado, siendo un oasis de salud frente al lacerante stress. Para desconectar en unas vacaciones, o una simple escapada, proponemos siete establecimientos de calidad acreditada que le dejarán como nuevo.



HOTEL BALNEARIO ALHAMA DE GRANADA

Una de las propuestas más atractivas es, sin duda, el Hotel Balneario Alhama de Granada. La edificación que le cobija tiene un notable valor cultural ya que forma parte del patrimonio histórico andaluz. La alberca que recoge el Agua del manantial es de basamenta romana, aunque la construcción alzó su esplendor en época almohade, como atestigua el baño árabe que se conserva en la actualidad. Además de un interesante pasado, Alhama también es futuro ya que el Balneario y todos sus servicios e instalaciones se van remodelando temporada tras temporada, mejorando sus comodidades para sus huéspedes. Todo ello sin perder su carácter histórico y tradicional. Aunque sabido es que su mayor patrimonio son sus Aguas Mineromedicinales, que han sido desde la antigüedad una fuente inagotable de salud. Como curiosidad, otro de sus innegables atractivos es su piscina termal, situada al aire libre, rodeada de jardines y arboledas, uniendo dos elementos maravillosos que definen al Balneario de Alhama de Granada, el agua mineromedicinal y la naturaleza.



BALNEARIO ALICÚN DE LAS TORRES

También en Granada hallamos otro clásico de los Balnearios andaluces. El uso de sus valiosas Aguas se inicia tímidamente durante la colonización romana y se desarrolla notablemente a lo largo de la dominación musulmana, importando ambas civilizaciones el uso de la terma y el baño como elemento de su propia cultura. Tras el sinuoso auge de los últimos quinientos años, Alicún de las Torres nos ofrece en la actualidad un concepto moderno de balneario donde se armoniza la calidad de sus Aguas, con la belleza y tranquilidad del entorno, estando en todo momento acompañado por profesionales cuya principal inquietud es el bienestar de los clientes alojados.

La oferta de los servicios ofertados por este establecimiento ha sido diseñada para obtener el máximo valor de cada estancia, aprovechando la naturaleza sanadora de las Aguas medicinales. Sus beneficios para la salud, más que considerables, ejercen una positiva influencia para el aparato locomotor, el aparato respiratorio, la piel, el aparato digestivo y el renal. Además, es todo un oasis de paz donde sanaremos las complicaciones derivadas del stress.



GRAENA - RELAIS THERMAL

A pocos minutos de Guadix y poco más de media hora de Granada, encontramos el Balneario Graena-Relais Thermal. El entorno hace de este lugar el rincón perfecto para aquellas personas que buscan tranquilidad para mejorar la salud y lograr una increíble sensación de relax y bienestar. El Balneario de Cortes y Graena es un complejo de calidad, con sus modernas instalaciones manejadas por un grupo de profesionales sanitarios que suman su experiencia y formación a la tradición milenaria de sus antepasados, de acoger y tratar al visitante que hace uso del Balneario para beneficiar su salud o como lugar lúdico y de descanso.

Para completar la experiencia, nada mejor que alojarse en el Hotel Balneario, inaugurado en agosto de 2016, de cuatro estrellas. Dispone de espaciosas habitaciones, cafetería, restaurante, preciosas terrazas y amplios salones sociales y está situado junto al histórico Balneario.



BALNEARIO DE CHICLANA

En plena Bahía de Cádiz se encuentra el Balneario de Chiclana. Las Aguas del manantial del Balneario de Chiclana, estimadas desde antiguo, se clasifican como hipertónicas, cuentan con una gran concentración en sustancias minerales, alcalinas, cloruro sódicas, sulfurosas y sulfato cálcicas. Entre sus componentes más importantes, a destacar: cloro, sodio y azufre. Sus principales indicaciones terapéuticas son, afecciones cutáneas, afecciones reumatológicas-traumatológicas y afecciones respiratorias.

Anexo al Balneario nos encontramos con el Hotel Fuentemar. Este dispone de un total de 48 habitaciones, distribuidas en tres plantas de 16 habitaciones en cada una de ellas, entre suites, suites junior, dobles (y de uso individual), completamos sus instalaciones con varios Salones para eventos y reuniones. Además de un espacio adaptado con carpas para celebraciones en la zona de piscina.

BALNEARIO DE LANJARÓN

La pureza de sus Aguas Mineromedicinales, sus tratamientos termale, y su ubicación en los paisajes idílicos del Parque Natural de Sierra Nevada y de la Alpujarra granadina, convierte este Balneario con su hotel de 4 estrellas y su restaurante ecológico, en un destino único para relajarse y recuperar la salud.

El prestigio de Lanjarón como estación Balnearia reside en el gran número de manantiales Mineromedicinales con diferentes tipos de Aguas e indicaciones terapéuticas. Son Aguas que mantienen su composición y tienen efectos terapéuticos demostrados.

El Balneario utilizan 6 manantiales de Aguas Mineromedicinales para la prevención y el tratamiento de determinadas afecciones: desde agua de mineralización muy elevada hasta agua de mineralización muy débil, todos únicos.



BALNEARIO DE ZÚJAR

En la granadina comarca de Baza se encuentra el Balneario de Zújar. Sus Aguas Mineromedicinales fueron declaradas como tales en 1928, y están indicadas para diversas patologías, destacando, por ejemplo, las afecciones reumatológicas, las pulmonares o las endocrinas y metabólicas.

Balneario de Zújar es el alojamiento ideal para sacar partido a los tratamientos del Balneario. Dispone de una piscina de temporada, al aire libre y un magnífico restaurante.



BALNEARIO SAN NICOLÁS

Sus aguas son todo un tesoro disponible en Alhama de Almería. Son Aguas termales mineromedicinales, con una temperatura constante de 47.5°C, bicarbonatado-sulfatado-cálcicas, magnésicas, ferruginosas y radiactivas, con amplias cualidades curativas. Están especialmente indicadas para enfermedades reumáticas, y nerviosas, respiratorias, ansiedad, obesidad, stress, celulitis, aparato digestivo y vías urinarias.



LUGO

982 221 228
www.balneariodelugo.com

CARBALLO

981 703 354
www.balneariodecarballo.com

ACUÑA

986 540 010
www.balnearioacuna.com

TERMAS DE CUNTIS

986 532 525
www.termasdecuntis.com

ARNOIA

988 492 400
www.caldaria.es

CALDAS DE PARTOVIA

988 273 057
www.caldasdepartoviabalneario.com

CARBALLINO

988 270 926
www.balneariodecarballino.com

LAIAS

988 280 409
www.caldaria.es

LOBIOS

988 448 440
www.caldaria.es

CORCONTE

947 154 281
www.balneariodecorconte.net

LEDESMA

923 149 100
www.balnearioledesma.com

RETORTILLO

923 450 411
www.balnearioretortillo.com

ALANGE

924 365 106
www.balneariodealange.com

EL RAPOSO

924 570 410
www.balneario.net

EL SALUGRAL

927 474 850
www.elsalugral.com

LIORGANES

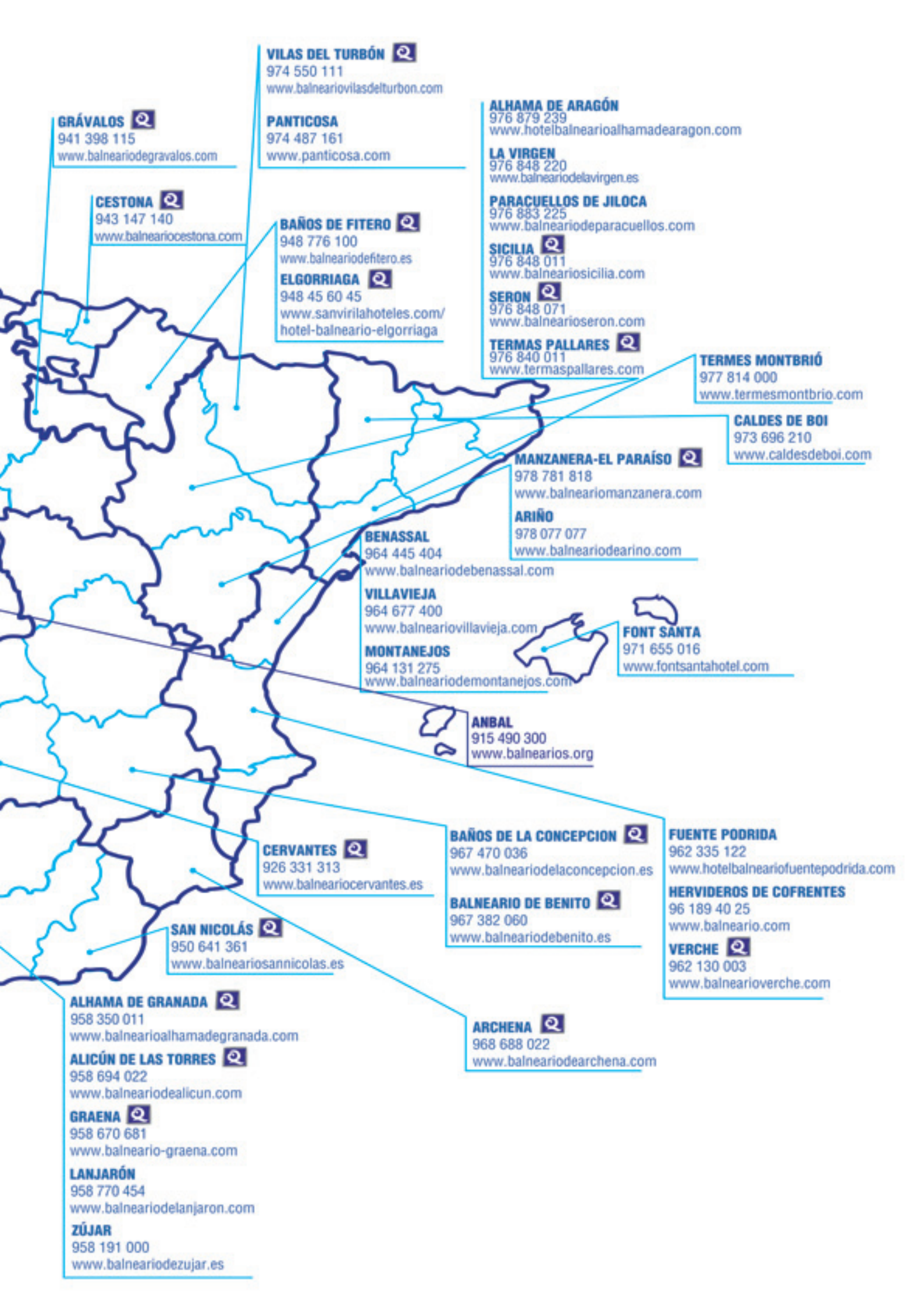
942 528 296
www.balneariolierganes.com

PUENTE VIESGO

942 598 061
www.balneariodepuenteviesgo.com

CHICLANA

956 400 520
www.balneariodechiclana.net

**VILAS DEL TURBÓN**

974 550 111
www.balneariovilasdelturbon.com

PANTICOSA

974 487 161
www.panticosa.com

GRÁVALOS

941 398 115
www.balneariodegravalos.com

CESTONA

943 147 140
www.balneariocestona.com

BAÑOS DE FITERO

948 776 100
www.balneariodefitero.es

ELGORRIAGA

948 45 60 45
www.sanvirilahoteles.com/hotel-balneario-elgorriaga

ALHAMA DE ARAGÓN

976 879 239
www.hotelbalnearioalhamadearagon.com

LA VIRGEN

976 848 220
www.balneariodelavirgen.es

PARACUELLOS DE JILOCA

976 883 225
www.balneariodeparacuellos.com

SICILIA

976 848 011
www.balneariosicilia.com

SERÓN

976 848 071
www.balnearioseron.com

TERMAS PALLARES

976 840 011
www.termaspallares.com

TERMES MONTBRIÓ

977 814 000
www.termesmontbrio.com

CALDES DE BOI

973 696 210
www.caldesdeboi.com

MANZANERA-EL PARAÍSO

978 781 818
www.balneariomanzanera.com

ARIÑO

978 077 077
www.balneariodearino.com

BENASSAL

964 445 404
www.balneariodebenassal.com

VILLAVIEJA

964 677 400
www.balneariovillavieja.com

MONTANEJOS

964 131 275
www.balneariodemontanejos.com

FONT SANTA

971 655 016
www.fontsantahotel.com

ANBAL

915 490 300
www.balnearios.org

CERVANTES

926 331 313
www.balneariocervantes.es

BAÑOS DE LA CONCEPCION

967 470 036
www.balneariodelaconcepcion.es

FUENTE PODRIDA

962 335 122
www.hotelbalneariofuentepodrida.com

BALNEARIO DE BENITO

967 382 060
www.balneariodebenito.es

HERVIDEROS DE COFRENTES

96 189 40 25
www.balneario.com

SAN NICOLÁS

950 641 361
www.balneariosannicolas.es

VERCHE

962 130 003
www.balnearioverche.com

ALHAMA DE GRANADA

958 350 011
www.balnearioalhamadegranada.com

ALICÚN DE LAS TORRES

958 694 022
www.balneariodealicun.com

GRAENA

958 670 681
www.balneario-graena.com

LANJARÓN

958 770 454
www.balneariodelanjaron.com

ZÚJAR

958 191 000
www.balneariodezujar.es

ARCHENA

968 688 022
www.balneariodearchena.com

CON ESTAS PÁGINAS LLEGARÁS MÁS LEJOS



Por **10€** al año (cuatro números) puedes tener en tu mano toda la información sobre tráfico, seguridad vial, movilidad, legislación y mucho más

Suscríbete a la revista
Tráfico y seguridad Vial en
revista.dgt.es/es/suscripciones



Tlf: 987 27 27 27

Email: edición@editorialmic.com

40 años del IMSERSO y 30 del Programa Termalismo

La Asociación Nacional de Balnearios reivindica el éxito del programa de Termalismo Social en la celebración de los 40 años del IMSERSO

Cuando se celebran los 40 años de la creación del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO), el presidente de la Asociación Nacional de Balnearios, Miguel Mirones, quiere destacar el valor del programa de Termalismo Social que se puso en marcha desde esta institución en 1989 y que se ha convertido en uno de los más exitosos y demandados por parte de la sociedad española.

Hace 40 años, concretamente un 16 de noviembre de 1978, se creó en España el Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO), la entidad responsable en España de la gestión de los servicios sociales complementarios de las prestaciones del Sistema de Seguridad Social. Durante todo este tiempo, esta institución se ha configurado como un “hito en la universalización de los sistemas públicos de bienestar social que ha implicado un cambio sustancial en la vida de las personas mayores en nuestro país”, en palabras de la Ministra de Sanidad del actual Gobierno, María Luisa Carcedo.

Uno de los programas estrella de este Instituto ha sido sin duda el de Termalismo, que celebra también en este 2019 su 30 aniversario, y que se puso en marcha mediante la publicación de la Orden de 15 de marzo de 1989 que establecía y regulaba el Servicio de Termalismo Social del Instituto Nacional de Servicios Sociales. En aquella Orden se destacaba entre otros asuntos que “el Ministerio de Asuntos Sociales intenta realizar una política de servicios sociales próxima a las demandas reales sentidas por los ciudadanos. Una de estas demandas es, sin duda, la que se deriva de la necesidad de las personas de la tercera edad, de seguir tratamientos recuperadores en establecimientos termales especializados...”. El Programa es, por tanto, un servicio complementario de las prestaciones del sistema de la Seguridad Social, que tiene por objeto facilitar la asistencia que en los establecimientos termales se presta, a las personas de la tercera edad que, por prescripción facultativa, la precisen.



Dentro del Programa están inscritos los Balnearios miembros de la Asociación Nacional de Balnearios (ANBAL). Según su presidente, Miguel Mirones, “la Asociación ha colaborado activamente con el IMSERSO en la puesta en marcha y seguimiento del Programa de Termalismo desde su creación”. Desde su nacimiento, ha tenido tal éxito que son a día de hoy cientos de miles las personas que han podido disfrutar de él. Los Balnearios son espacios de salud y bienestar que poseen una característica única: el uso de Agua Mineromedicinal proveniente de manantiales declarados de Utilidad Pública y con beneficios contrastados para el tratamiento y prevención de dolencias, así como para proporcionar relajación y bienestar a todas las personas que hacen uso de ellos.

Los principales beneficiarios del programa son las personas jubiladas y los pensionistas. Gracias a él pueden disfrutar de



unos días al año de alojamiento, manutención y tratamientos termales a precios reducidos, lo que contribuye al envejecimiento activo de la población, uno de los pilares del sistema del bienestar.

Además, el nivel de satisfacción por parte del usuario es asimismo muy alto, superando ampliamente el 90% de valoración positiva en las encuestas que se realizan cada año.



40 años del IMSERSO y 30 del Programa Termalismo

El Programa de Termalismo del IMSERSO, garantizado hasta el año 2021

El Programa de Termalismo del IMSERSO está garantizado para los dos próximos años con posibilidad de un tercero. Han sido meses de intensas negociaciones entre el sector de los Balnearios y el Gobierno que finalmente han concluido con la aprobación del mismo por parte del Consejo de Ministros.

Más 500.000 personas podrán disfrutar de los beneficios de las Aguas Minero-medicinales de los Balnearios españoles durante los dos próximos años, con posibilidad de ampliar a un tercero. Se trata de una excelente noticia que pone de manifiesto la importancia del Programa de Termalismo Social, profundamente consolidado en la sociedad española, y que cuenta con un índice de satisfacción altísimo entre sus usuarios.

Miguel Mirones, presidente de la Asociación Nacional de Balnearios (ANBAL), recuerda que la renovación supone la permanencia de una realidad económica y social que ha trascendido gobiernos de distinto signo en los últimos 30 años. Gracias al Programa y desde los Balnearios, se ha contribuido al envejecimiento

activo de la población, así como a la mejora de la calidad de vida de cientos de miles de personas que se han beneficiado en unas condiciones muy ventajosas de tratamientos y técnicas, así como del diagnóstico y seguimiento de prestigiosos especialistas en medicina termal.

Pero no solo eso. Tal y como subraya el presidente de ANBAL, el programa de Termalismo Social contribuye a otro tipo de objetivos de gran impacto y muy beneficiosos para la sociedad española, como son la fijación de población en el ámbito rural. La gran mayoría de los Balnearios se encuentran situados en comarcas en las que estos establecimientos se convierten en la actividad económica fundamental del territorio y actúa como tractor económico del co-

mercio y los servicios complementarios de la zona, dando trabajo a prácticamente 10.000 personas, entre empleos directos e indirectos.

Los Balnearios potencian el mercado laboral femenino (que constituyen más de 70% del empleo) y los inmigrantes, que se integran en las comarcas en las que están situados los establecimientos con contratos vinculados al Programa que dan cobertura a los trabajadores durante 9 ó 10 meses al año.

En definitiva, se trata de un programa que aporta importantes beneficios y que no sólo no supone un gasto para la administración sino una inversión, puesto que por cada euro que el Estado invierte, según los estudios realizados, recupera 2,4.

22



Balneario de Alange

"Te sentará muy bien"



balneariodealange.com - 924 365 106
granhotelaqualange.com - 924 365 608
hotelvariniaserena.com - 924 365 213



BALNEARIO DE ALANGE



40 años del IMSERSO y 30 del Programa Termalismo

Apúntate al Programa de Termalismo del IMSERSO 2019

Si quieres disfrutar de los Balnearios en unas condiciones inmejorables, apúntate al Programa de Termalismo de IMSERSO para pensionistas, que en este 2019 convoca un total de 208.500 plazas. Una oportunidad para beneficiarse de los tratamientos y técnicas de salud y bienestar elaborados a partir de las Aguas Mineromedicinales en los Balnearios inscritos en el Programa.

Ya está en marcha el Programa de Termalismo Social 2019. Se han convocado un total de 208.500 plazas y los turnos, como viene siendo habitual, podrán tener una duración de 10 o 12 días, en régimen de pensión completa, a disfrutar entre febrero y diciembre de 2019. Gracias a este Programa, se puede disfrutar de un servicio de gran calidad con seguimiento médico y prescripción de tratamientos con unas condiciones más ventajosas.

24

Se han establecido dos plazos para la presentación de solicitudes en función de los dos turnos fijados: hasta el 11 de enero para los turnos de febrero a agosto (ambos inclusive) y hasta el 17 de mayo para los turnos de septiembre a diciembre.

Los requisitos para poder participar se mantienen como en anteriores ocasiones: pueden participar personas residentes en España que sean pensionistas de jubilación del Sistema de Seguridad Social, pensionistas de viudedad con 55 o más años de edad, pensionistas por otros conceptos o perceptores de prestaciones o subsidios de desempleo con 60 o más años y asegurados o beneficiarios de la Seguridad Social con 65 años o más, entre otros aspectos. La convocatoria también está abierta a los españoles residentes en el extranjero que cumplan los requisitos previstos en la convocatoria. En todos los casos, se puede ir acompañado por la pareja o hijos con discapacidad en grado igual o superior al 45%.

La adjudicación de plazas se efectúa de acuerdo con la puntuación obtenida tras valorar diferentes cuestiones como la edad, los ingresos mensuales del solicitante y la situación médica. Para participar en el Programa se realiza una valoración previa

de las solicitudes y el grado de necesidad del tratamiento termal. También se valoran los ingresos mensuales del solicitante y, en su caso, de su cónyuge, y la edad. Además, para obtener plaza se valora haberla solicitado o no en los dos años anteriores y no haber disfrutado del Programa en el último o penúltimo año. También si el solicitante es miembro de una familia numerosa y su categoría.

Los estudios que se han hecho de este Programa complementario a las prestaciones del Sistema de Seguridad Social demuestran la positiva incidencia de los tratamien-

tos y técnicas que se llevan a cabo en los Balnearios en la mejora de la calidad de vida de sus usuarios, lo que contribuye al bienestar general disminuyendo el número de consultas médicas y emisión de recetas.

Durante el desarrollo del Programa, los Balnearios trabajan de forma conjunta con el IMSERSO. De esta forma, ofrecen un Programa basado en la calidad de los servicios y las instalaciones, así como el seguimiento individualizado de los usuarios a través de los equipos médicos de los establecimientos y la atención personalizada de los distintos trabajadores.



Balneario de Fitero BF

El agua que te hará volver

www.balneariodefitero.es

T. 948 776 100 - info@balneariodefitero.es

María del Carmen Orte Socas, Directora General del IMSERSO



26

“La importancia del programa de Termalismo está fuera de toda duda”

El IMSERSO ha cumplido recientemente 40 años. ¿Cuáles cree que han sido los principales logros que esta institución ha llevado a cabo en la sociedad española durante estas cuatro décadas?

En noviembre de 2018, el Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO) cumplió 40 años de existencia, por lo que los días 22 y 23 de dicho mes celebramos dos jornadas conmemorativas del 40 aniversario. Tenemos tantos años como la propia Constitución española. Por eso, quisimos festejar esta efeméride como se merece. En dichas jornadas se organizaron actos y ponencias que contaron con la participación de importantes personalidades dentro de la historia del Instituto, tanto de fechas actuales como de épocas anteriores.

También quiero destacar que este año 2019, el Programa de Termalismo cumple 30 años, al haber sido creado en el año 1989. Creo que han sido treinta años muy provechosos para las personas usuarias del programa y el sector termal.

Estamos de acuerdo que durante estas cuatro décadas el IMSERSO ha realizado importantes aportaciones a la sociedad española, especialmente a las personas mayores y en situación de dependencia, habiéndose convertido en un referente en el ámbito de los servicios sociales, no sólo a nivel nacional, sino también internacional. Los Programas de Turismo y Termalismo, las políticas a favor de las personas mayores, el impulso de la Ley de Dependencia... han sido algunos de los logros de este Instituto.

Pero tenemos que mirar al futuro, y atender las necesidades sociales existentes y emergentes.

Por ello, tenemos que potenciar la Ley de Dependencia, revirtiendo los diferentes recortes que ha venido sufriendo con el anterior Gobierno. Igualmente, tenemos que ampliar y mejorar la atención de los usuarios de nuestros centros e impulsar la labor investigadora de los Centros de Referencia Estatal; continuar con las partidas de subvenciones a favor de las personas mayores y las personas con discapacidad; mantener la atención de Servicios Sociales en Ceuta y Melilla, y asimismo potenciar los programas de turismo social y termalismo.

De la misma manera, son objetivos prioritarios para 2019 nuevas estrategias y cuestiones de especial relevancia para la sociedad española como son: una Estrategia Nacional contra la Soledad en las Personas Mayores; la atención de las personas mayores del colectivo LGTBI, o la implantación definitiva de la Estrategia Nacional de Personas Mayores para un Envejecimiento Activo y su Buen Trato.

Como decía, dentro de los programas desarrollados por el IMSERSO cabe destacar el de Termalismo, que ha permitido desde su creación proporcionar a las personas mayores tratamientos y estancias en balnearios españoles a precios reducidos. ¿Cuáles cree que son las claves de este éxito y qué beneficios ha aportado a nuestra sociedad?

Efectivamente, la importancia del programa de Termalismo está fuera de toda duda, y es fundamental para que muchas personas mayores puedan acceder a la posibilidad de acudir a centros termales. Resulta a todas luces innegables su trascendencia, como lo demuestra que alrededor de 210.000 personas se beneficiaron del programa en el año 2018. De hecho, a lo largo de estos treinta años de existencia del programa más de tres millones y medio de personas han sido beneficiarias del mismo, y actualmente participan en el programa más de un centenar de balnearios.

Una de las claves del éxito del Programa de termalismo consiste en ofrecer trata-

“A través de este programa se permite que muchas personas mayores puedan acceder a los distintos beneficios que se derivan del Programa de Termalismo”.

mientos termales en balnearios, a precios reducidos, para mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

El programa tiene, además, el objetivo de favorecer el mantenimiento del empleo, contribuyendo a paliar la estacionalidad en este sector y potenciar la actividad económica. Junto al programa de turismo social, son programas que favorecen la inclusión social de personas mayores que, sin ellos, no tendrían acceso a viajes y tratamientos termales a causa de sus condiciones económicas o dificultades de acceso geográficas.

Recientemente el Consejo de Ministros aprobó la continuidad del Programa de Termalismo del IMSERSO para las temporadas 2019 y 2010 con posibilidad de prorrogar un año más. Desde la Asociación Nacional de Balnearios se ha celebrado esta decisión que va a permitir que en los próximos dos años más de 500.000 personas disfruten de los beneficios de las Aguas Mineromedicinales. ¿Qué valoración realiza como Directora General del IMSERSO de esta renovación?

Creo que es una gran noticia para todos los actores involucrados. En primer lugar, para las personas beneficiarias del programa, puesto que como comentaba anteriormente, a través de este programa se permite que muchas personas mayores puedan acceder a los distintos beneficios que se derivan del Programa de Termalismo, y que muchas de ellas de otra forma no podrían acceder a estas estancias termales y disfrutar de los beneficios de las Aguas Mineromedicinales.

Pero además, el Programa de Termalismo también supone un beneficio para el propio sector termal y sus trabajadores, ya que se garantizan alrededor 15.000 empleos a la economía española vinculados a este programa. Y, por último, el conjunto

de la sociedad española puede ver la preocupación del Gobierno por las personas mayores.

En definitiva, este Programa de Termalismo permite que un importante número de personas mayores puedan acceder a todos los beneficios derivados del mismo, a través de una oferta muy buena en relación calidad-precio, generando además economías de escala y sinergias derivadas de la gestión centralizada de los programas.

En todo caso, no debe olvidarse que la actividad del Instituto se circunscribe además a otros muchos ámbitos de actuación, tales como el programa de Turismo social, la atención a las personas en situación de dependencia, las líneas de subvenciones, o la atención de los servicios sociales en las Ciudades Autónomas de Ceuta y Melilla, a modo de ejemplo.

En términos generales, ¿cuáles son en su opinión los principales beneficios del Programa de Termalismo social en la salud de los pacientes? ¿Y qué valoración existe por parte de las personas que han realizado el Programa?

La eficacia de los tratamientos termales es conocida desde hace mucho tiempo. Las estancias termales otorgan calidad de vida y proporcionan unos días de relax que resultan muy positivos a las personas mayores. Además muchos centros termales están ubicados en entornos naturales de gran belleza que permiten el encuentro y disfrutar con la naturaleza.

Como es conocido, desde el punto de vista sanitario, las Aguas termales están indicadas especialmente para la prevención y el tratamiento de problemas vinculados al sistema nervioso; trastornos metabólicos como la obesidad y reumatismos crónicos; así como enfermedades respiratorias crónicas, de la piel y del aparato digestivo.

En este punto, debe destacarse que los usuarios del Programa están satisfechos y dispuestos, en un porcentaje muy alto, a seguir participando en el mismo. Anualmente el IMSERSO lleva a cabo una encuesta entre mil usuarios del Programa, siendo la valoración general del mismo por parte de los participantes muy positiva, ya que cerca del 90% se encuentra satisfecho o muy satisfecho con el Programa.



¿En qué medida este Programa beneficia también a la Administración en cuanto a reducción del gasto farmacéutico, reducción de consultas en especialistas, etc...?

Indudablemente, los tratamientos termales reducen el uso de medicamentos y las consultas médicas. Por dos claros motivos. Por un lado, la mejora psicológica que produce en numerosos usuarios que mejoran su estado de ánimo en estos días de asueto y convivencia. Por otro, la mejora en algunas de las dolencias que padecen.

Convencidos de los efectos positivos que tiene sobre la salud y la calidad de vida las estancias en Balnearios, en una sociedad que tiende al envejecimiento progresivo, el Programa de Termalismo es una iniciativa pública para lograr un envejecimiento activo y saludable, incidiendo especialmente en esta última vertiente, la mejora de la salud, de la calidad de vida.

Sin duda, los Balnearios son un entorno propicio para curar determinadas enfermedades, así como prevenirlas y obtener una mayor calidad de vida desde una perspectiva integral.







Rotex 2012, S.L.
Carretera de Ribas, 103
nave trasera
08550 Hostalets de Balenya
(Barcelona)
Tel: 938 898 340
Tel: 607 205 613
info@rotex2012sl.com
www.gruporotex.com

Seas particular o empresa, **buscaremos satisfacer tus necesidades y ajustarnos lo máximo posible a tu presupuesto, dándote siempre el mejor resultado posible.**

En todos nuestros productos podrán elegir **CANTIDAD, COLOR, TAMAÑO y BORDADO**

ARTÍCULOS TOTALMENTE PERSONALIZADOS, CONFECCIONADOS A MEDIDA Y SIN CANTIDADES MÍNIMAS

METALU[®]

ascensoracuático.com



Piscinas sin barreras ACCESIBLES PARA TODOS

2019
NOVEDAD

Ampliamos la garantía 5 años
2 años de garantía total
y 5 años para los repuestos

ascensoracuático

Pol. Ind. Los Motillos, C/ Madrid, 11- C y D • 41430 LA LUISIANA (Sevilla)
Teléfono: +34 955 907 784 • info@ascensoracuatico.com
www.ascensoracuatico.com



Gastronomía en Balnearios

30

Sabor y salud



De todos es sabido que el principal motivo que lleva a visitar a los Balnearios es, principalmente, el disfrute de los beneficios que lleva aparejados para la salud de los visitantes sus Aguas Mineromedicinales. Esto es así, tanto en el tratamiento de afecciones diversas como en el simple placer de pasar un fin de semana alejado del stress en un ambiente de solaz y descanso.

A estos atractivos tan sugestivos hay que añadir uno más: el placer que supone la gastronomía en numerosos Balnearios que ven en sus restaurantes, no sólo un complemento a sus tratamientos, sino un rasgo que les define de cara a sus huéspedes. Estos establecimientos, tan exigentes en la calidad de los servicios ofertados, cada vez lo son más en la calidad de su oferta gastronómica.

Las propuestas culinarias de los Balnearios tienen un matiz importante, que les diferencia de otros establecimientos similares. Aquí se exige conciliar la cocina y la salud, así que es frecuente que se coordinen el departamento médico y los fogones de cada uno de ellos para ofrecer salud y sabor en un mismo paquete.

Precisamente, después de los excesos propios de las fechas navideñas, el inicio de un nuevo año supone también el comienzo de nuevos propósitos alimenticios que buscan concretarse en una pérdida de peso. En un país en el que, según las últimas estadísticas, un sesenta por ciento de la población tiene sobrepeso, las cuestiones referentes a la báscula no son para tomarlas a broma. Lejos de dietas ideales y programas que solo producen frustración en aquellos que la llevan a la práctica, los Balnearios son también establecimientos en los que bajar de peso de una manera segura y saludable.

Muestras de excelencia

La oferta es mucha y buena. En cada Balneario hay profesionales dispuestos a mimar lo que ponen en los platos. Por citar algunos de ellos, sin menoscabar el trabajo del resto, bien podríamos referirnos a cuatro de ellos que cuentan con propuestas más que interesantes.

En Alange, saben complacer con éxito los paladares de la clientela. En este Balneario distinguen en su labor a dos tipos de clientes con necesidades diferentes: aquellos que deben respetar un régimen alimenticio y los que no tienen esa preocupación.

Saben muy bien cómo sacar partido a las ya de por sí deliciosas carnes extremeñas. Tal como dicen en sus cocinas “respetamos el producto para que las cosas sepan a lo que tienen que saber”. Este es el caso de la carrillera, en la que hay que tener cuidado para que “la carne no pierda su sabor ni su esencia. Es una carne muy jugosa”.

La clientela, que es sabia, reconoce esta sabiduría de Victoria y piden platos de aquellos que no entran en las prisas cotidianas como puede ser, por ejemplo, la exquisita caldereta de cordero. La recomendación se hace extensiva a paletilla confitada al romero o el secreto ibérico.

Si vamos a Vilas del Turbon, en Huesca, nos encontraremos con una cocina tradicional, que tiene como materia prima los productos autóctonos de la zona. No se necesita más para triunfar. Pasando lista a las exquisiteces que se ofrecen en el restaurante entre las que se encuentran, según dicen, “legumbres y verduras muy buenas que tienen un gran éxito, estofados y churascos de ternera, conejo asado o a la cazadora con salsa de almendras y, por supuesto, cordero en todas sus versiones como ternasco de Aragón, caldereta y chuletas a la brasa”.

Con una clientela rendida a estas maravillas culinarias, los platos más demandados son carnes como el solomillo, el entrecot, la chuleta a la brasa y el mencionado ternasco. También hay un buen filón gastronómico en las afamadas setas de la zona como el robellón y el champiñón blanco que triunfan en forma de revueltos o como ingredientes de otros guisos.

Adentrándonos en tierras pacenses, está el Balneario El Raposo con su Restaurante Matanegra. En este establecimiento hace pocos años que se implementó el proyecto gastronómico denominado la Cocina de los Sabores. Aparte de dotar de mejores medios técnicos, materiales y humanos al Departamento de Restauración se mejoró el plan de formación y se amplió la oferta gastronómica con la pretensión de convertirse en referente gastronómico regional. Asimismo, la cocina del Balneario trata de surtir de productos totalmente ecológicos, gracias a su huerta donde se siembran todo tipo de verduras y hortalizas de temporada para que el cliente pueda visitar y disfrutar de productos sanos y naturales.

El Balneario de Ariño, situado en el Bajo Aragón Histórico y abrazado por la Sierra de Arcos, es uno de los últimos Balnearios que han abierto sus puertas en España. La oferta gastronómica en su restaurante La Alcuza no queda fuera de este eje y su modelo de cocina y su carta, buscan ofrecer una dieta que ayude a man-



tener y recuperar la salud, aprovechando los productos de Km. 0 y los autóctonos, filosofía que además ayuda, a la producción local y la sostenibilidad de la economía de pueblos con alto índice de despoblamiento, como ocurre en la provincia de Teruel.

Un exponente principal de la cocina de salud es la borraja, tan típica de Aragón y que en la zona del Bajo Aragón vegetal tiene una temporada casi constante y una presencia histórica en su gastronomía. La forma de prepararla es variada, pues se emplea de diferentes maneras toda la planta, desde los tallos hasta las hojas. De modo que son múltiples sus formas de cocinarla para sopas y caldos cortos, aprovechando el agua de cocción rica en minerales. En crudo hojas y tallos tiernos para ensaladas. Cocida o al vapor los tallos limpios de pelillos de la forma tradicional o con múltiples acompañantes. En forma de postres sus hojas endulzadas y fritas. Salteadas una vez cocidos sus tallos, acompañadas de ajitos tiernos y setas en forma de revueltos con huevo. En la actualidad, en países como Francia e Italia la borraja se considera una verdura de lujo y los platos donde es protagonista.

31



Rooibos
El secreto de África



WWW.TCOMPANYSHOP.COM

Los Balnearios son el complemento ideal para la prevención y recuperación de lesiones

Aliados para el deporte

Numerosos estudios lo confirman sin lugar a dudas: las técnicas hidroterápicas efectuadas en Balnearios, así como otras complementarias están consiguiendo recuperar a los deportistas de élite y aficionados con gran rapidez. La sabia mezcla de éstas contribuye decididamente a que los atletas puedan volver a la práctica de su especialidad en un plazo de tiempo más reducido, y evitar el riesgo de que la lesión tratada se convierta en crónica.

Se recomienda que, en el caso de los deportistas de élite sin antecedentes de lesiones previas, se establezca un plan conjunto que involucre a entrenadores, fisioterapeutas y el equipo médico habitual.

Las técnicas hidroterápicas deben centrarse en la recuperación, favoreciendo el aporte de oxígeno al músculo y ayudando a una eliminación de toxinas más sencilla, lo que mejorará el metabolismo muscular. En este caso, como lo que se pretende es una puesta a punto, no conviene que la relajación sea excesiva, ya que el jugador debe estar preparado para entrenar a continuación, por lo que la duración de las técnicas es menor de lo habitual.

Son cinco las técnicas más comunes en la puesta a punto de los deportistas: el baño de burbujas, el chorro a presión, la ducha escocesa, la ducha Vichy y la sauna termal. Estos métodos producen un masaje general y manual de efecto relajante y decontracturante. Gracias al efecto de la presión hidrostática favorecen el retorno venoso, la estimulación orgánica y la mejora del tono muscular.

En el caso de que se trate de la prevención y la recuperación de lesiones, los Balnearios son también los establecimientos ideales para que estos problemas físicos culminen de manera favorable. Tan aconsejables son estos establecimientos que, ya sea amateur o deportista de alta competición, la balneoterapia previene y trata los microtraumas que produce el entrenamiento, fortaleciendo o reparando las alteraciones moleculares del colágeno en ligamentos y tendones, además de evitar las lesiones producidas por los agentes antioxidantes.

La crioterapia es la técnica más usada en este caso. La primera línea de actuación en el supuesto de un tratamiento pasaría por aplicar frío con paquetes de hielo a una



temperatura de -15° centígrados, durante 20 minutos, buscando el efecto antiinflamatorio y analgésico. También, dentro de este arsenal de técnicas, estarían los llamados maniluvios y pediluvios, que consisten en baños parciales con temperatura alterna de 38° y 17°. Las indicaciones fundamentales son en la fase subaguda de la

Los Balnearios son, hoy en día, un gran aliado para el deporte. En primer lugar, porque la gran presión física y psicológica a la que frecuentemente están sometidos los deportistas de élite, puede favorecer la aparición de lesiones.

Y en segundo lugar, porque las terapias en Balnearios favorecen la relajación mental.



inflamación de esguinces y estiramientos musculares, ya que reducen el edema. Eso sí, la piscina termal es la técnica más utilizada habitualmente dado que es el medio mejor de recuperación después de una lesión, al aprovecharse las propiedades físicas y químicas del Agua.

34

Frente a las creencias más extendidas, no todo es tratamiento con Agua en un Balneario. La recuperación del deportista lesionado también incluye la peloterapia, más conocida como los barroes. En el caso de los parafangos, se realizan aplicaciones locales, en forma de cataplasma, actuando como antiinflamatorio y analgésico en lesiones cronicadas, especialmente en la rodilla y en tendinitis del rotuliano. También se emplean los limos, con las mismas indicaciones que los parafangos, a una temperatura de 40°. Su utilización a temperaturas inferiores a la corporal está indicada en lesiones agudas por el efecto drenante y antiinflamatorio.

La electroterapia, presenta diversas modalidades. Las corrientes galvánicas (corriente continua) se emplean con los maniluvios y pediluvios, y contribuyen a una buena acción analgésica y antiinflamatoria. A nivel deportivo están indicadas en mialgias, contusiones y esguinces, así como una activación de la cicatrización en fracturas en las que existe un retardo de la consolidación. Los ultrasonidos, también en este caso se utilizan Aguas Mineromedicinales como sustancia de acoplamiento entre el emisor y el paciente. Están indicados en mialgias, disten-

siones, tenopatías, espasmos musculares o puntos dolorosos en las epicondilitis o epitrocleitis, además de en síndromes de sobrecarga, especialmente en tendones como el aquileo y el rotuliano. Otras formas de electroterapia, como la onda corta (corriente de alta frecuencia), están indicadas en los procesos crónicos y en la recuperación de traumatismos, mientras que la electroestimulación (corrientes bipolares pulsadas) se utiliza como analgésico. Todo ello sin olvidar las bondades que continúan teniendo desde la más remota antigüedad las tradicionales técnicas del masaje manual.

Los beneficiosos efectos de los tratamientos respiratorios, muy demandados

por los ciclistas que suelen padecer sinusitis son, fundamentalmente, técnicas que utilizan con las Aguas Mineromedicinales aerosoles, pulverizaciones y lavados nasales, y pueden detener su evolución negativa en el deportista, y evitar así el paso a formas hipertróficas o incluso atroficas por su acción antiinflamatoria.

En definitiva los Balnearios son, hoy en día, un gran aliado para el deporte. En primer lugar, porque la gran presión física y psicológica a la que, frecuentemente, están sometidos los deportistas de élite puede favorecer la aparición de lesiones. Y en segundo lugar, porque las terapias en Balnearios favorecen, también, la relajación mental.



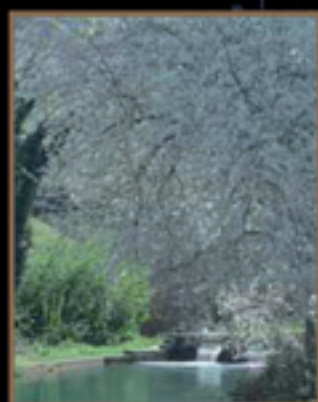


CAVIAR DE RIOFRÍO

el placer del lujo · el lujo del placer

www.caviarderiofrio.com (+34) 958 322 621

*Caviar
Ecológico
y Turismo
Gastronómico*



**COMO
LLEGAR**

GPS: 37.159366, -4.208443

**RIOFRÍO
(Granada)**





Balnearios Autenticos

Cadena líder de Balnearios en España



Balneario de **CESTONA** | **ZESTOA** - GUIPÚZCOA



Balneario **TERMAS PALLARÉS** | **ALHAMA DE ARAGÓN** - ZARAGOZA



Balneario de **GRAENA** | **CORTES Y GRAENA** - GRANADA



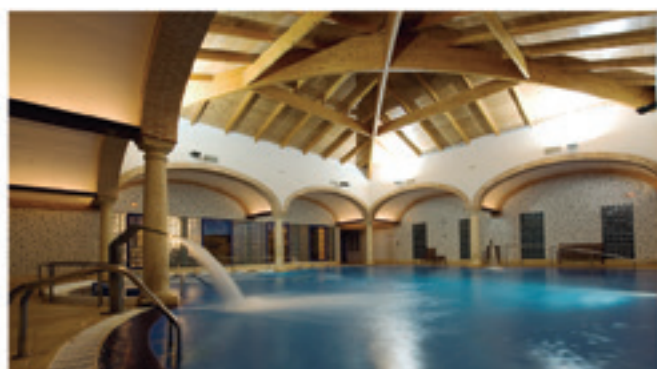
Balneario **ACUÑA** | **CALDAS DE REIS** - PONTEVEDRA



Balneario de **GRÁVALOS** | **GRÁVALOS** - LA RIOJA



Balneario de **LIÉRGANES** | **LIÉRGANES** - CANTABRIA



Balneario **CERVANTES** | **SANTA CRUZ DE MUDELA** - CIUDAD REAL



Balneario **LA ALBOTEA** | **CERVERA DEL RÍO ALHAMA** - LA RIOJA