

BALNEARIOS

de España

Editorial MTC

Año I - Número 4 - Marzo 2011

Balneario Villa de Olmedo

Salud: Entrevista al Director Médico Miguel Ángel Fernández Torán • **Técnicas y terapias:** Tratamientos respiratorios en el Balneario de Liérganes • **Turismo:** Balnearios de Galicia • **Belleza:** Cosmética en el Balneario Paracuellos de Jiloca y sus aplicaciones • **Gastronomía:** Restaurantes del Hotel Termes Montbrió • **Historia:** Pasado, presente y futuro de Las Caldas Villa Termal • **Formación:** Plan de Formación Anbal-Hedima en el sector balneario

ANBAL
Asociación Nacional
de Balnearios





Cosméticos · Nutricosméticos
Velas de masaje

La naturaleza
es nuestro referente
de desarrollo.

Soluciones de belleza y bienestar.

Cosmética adaptada
a los parámetros deseados.

Tratamientos específicos
para facilitar
sensaciones
y momentos
que permitan
disfrutar
del cuidado personal.

Os presento la cuarta entrega de *Balnearios de España*, la revista especializada en Balnearios que es editada por ANBAL como canal de comunicación dirigido a los usuarios de Balnearios y que, número a número, está alcanzando el objetivo de consolidarse como la publicación de referencia del sector balneario. En el primer fascículo del presente año hemos tratado de dar continuidad a la línea editorial construida a lo largo del anterior ejercicio, de modo que nos sumergiremos en los aspectos relacionados con la actividad termal de la mano de los Balnearios asociados con un estilo sencillo y cercano.

Este nuevo año se nos presenta repleto de retos a los que hacer frente. Inmersos como estamos en una complicada coyuntura económica que afecta a todos los ámbitos de la vida econó-

mica y social, el objetivo fundamental de ANBAL es potenciar acciones estratégicas para que el sector balneario esté en disposición de aprovechar la oportunidad que se esconde detrás de toda crisis, de tal modo que su posicionamiento se refuerce y pueda ser aprovechado en cuanto la situación comience a remitir.

Desde la Asociación se está desarrollando un Plan Estratégico de actuación que se fundamenta en la apuesta por la calidad como ventaja competitiva respecto a otros sectores, y en el uso de las nuevas tecnologías como herramienta de comunicación que acercará a los Balnearios asociados y a sus clientes actuales y potenciales, estableciendo relaciones perdurables en el tiempo.

De este modo, se está desarrollando una nueva página web que mejorará



notablemente la imagen exterior de ANBAL y de los Balnearios adscritos, además de constituirse como principal vía de ampliación de negocio gracias a la integración de una potente plataforma de reservas. Al mismo tiempo se seguirá impulsando la firma de convenios de colaboración con instituciones públicas y privadas que proporcionen condiciones ventajosas para los asociados.

Miguel Mirones Díez
Presidente de ANBAL

sumario/staff

3

Noticias	4
En Portada: Balneario Villa de Olmedo	6
Salud: Entrevista al Director médico Miguel Ángel Fernández Torán	12
Técnicas y terapias: Tratamientos respiratorios en el Balneario de Liérganes	16
Mapa y listado de Balnearios	18
Turismo: Balnearios de Galicia	21
Belleza: Cosmética en el Balneario Paracuellos de Jiloca y sus aplicaciones	26
Gastronomía: Restaurantes del Hotel Termes Montbrío	28
Historia: Pasado, presente y futuro de Las Caldas Villa Termal	30
Formación: Plan de Formación Anbal – Hedima- en el sector balneario	33
Glosario	34



Producción Editorial:
Telf.: 902 271 902 / Fax: 902 371 902
mic@editorialmic.com / www.editorialmic.com

Editorial MIC es miembro de la Asociación Española de Editoriales de Publicaciones Periódicas, a su vez miembro de la FIPP

D.L.: M-2531-2010

Convenio TURESPAÑA-ANBAL-SEGITTUR

El pasado martes 8 de Febrero se selló el plan de actuación que a lo largo del 2011 promocionará la imagen de los Balnearios de España como destino de calidad en los principales países europeos. El acuerdo fue suscrito personalmente por Joan Mesquida, Secretario General de Turismo, Miguel Mirones, Presidente de ANBAL, y Javier Bustamante, Presidente de SEGITTUR. La firma del convenio de colaboración suscrito entre las principales instituciones turísticas del país, garantiza la promoción de los Balnearios españoles en los principales mercados europeos, al tiempo que apuesta por el turismo de salud como una alternativa con gran potencial de expansión internacional.



FITUR 2011

Un año más la Asociación Nacional de Balnearios de España estuvo presente en la trigésimo primera edición de la Feria Internacional de Turismo con un stand propio ubicado dentro del pabellón número 10, en la zona reservada para las asociaciones y agrupaciones profesionales del sector turístico, pilar básico de la economía nacional. Los Balnearios de España se consolidan como una oferta turística de calidad que atrae a un público cada vez más amplio, tal y como pudo comprobarse en el stand que la Asociación dispuso en FITUR 2011 y por el que pasaron gran cantidad de profesionales y ciudadanos interesados en la oferta balnearia.

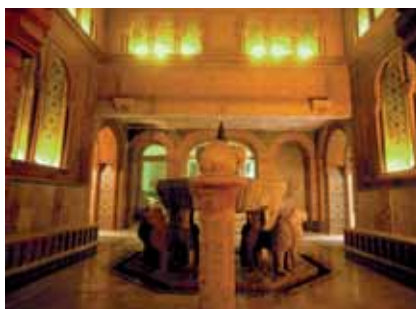


Comisión de Sanidad y Asuntos Sociales CEOE



El presidente de la Asociación Nacional de Balnearios ha visto refrendada su labor durante los últimos tiempos al frente de la Comisión de Sanidad y Asuntos Sociales de la CEOE, con una reelección que demuestra un claro apoyo por parte de los empresarios del sector a la línea de actuación desarrollada durante su mandato. Los cambios producidos recientemente en la cúpula de la Confederación Española de Organizaciones Empresariales, no han afectado a la confianza depositada en Miguel Mirones al frente de una de las Comisiones más importantes de la organización empresarial; el nuevo presidente Joan Rosell volvió a proponer al Presidente de ANBAL y su nombramiento fue aprobado en Asamblea el pasado 19 de enero.

Medalla de Oro para el Balneario de Archena



El Pleno Municipal Ordinario del Ayuntamiento de Archena celebrado el pasado veintinueve de noviembre aprobó, por unanimidad y de conformidad con lo dispuesto en el artículo 5º del Reglamento para la concesión de Honores y Distinciones, otorgar la Medalla de Oro al Balneario de Archena por los servicios prestados a la localidad. El Ayuntamiento de la Villa concedió al Balneario de Archena la máxima distinción municipal para personas y entidades, con la que el consistorio local reconoce la labor histórica que la Estación Termal ha desarrollado en pro de la difusión nacional e internacional de la Villa de Archena.

Baños de la Concepción en la RANF

El pasado once de noviembre se celebró en la Real Academia Nacional de Farmacia (RANF) una mesa redonda sobre el Bañero de Baños de la Concepción, que estuvo coordinada por la Comisión de Aguas de la Corporación y en la que intervinieron en calidad de especialistas las profesoras Esperanza Torija Isasa y Ángeles Mosso Romeo y el doctor Francisco Monturiol Rodríguez. Los expertos fueron revelando los resultados desprendidos de los estudios relativos a las Aguas Minero-Medicinales y al entorno medioambiental del Balneario albaceteño, para dar paso seguidamente a un debate abierto a los asistentes que pudieron comentar sus dudas con los profesionales.



M. A. Fernández Torán, presidente de FHCV

El pasado mes de octubre Miguel Ángel Fernández Torán fue elegido nuevo presidente de la Federación Hotelera de la Comunidad Valenciana (FHCV), cargo que ostentará durante dos años. La FHCV se creó en 2006 y es el órgano oficial que aglutina a las asociaciones hoteleras provinciales; actualmente representa a alrededor de 350 establecimientos distribuidos en 67 municipios diferentes, que suman más de 50.000 plazas hoteleras. Fernández Torán es Médico especialista en hidrología médica, función que desarrolló durante años antes de gestionar su propio Balneario; hoy en día es copropietario de Balnearios Grupo Cofrentes.



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

Equipamientos y Consumibles para balnearios

subita.es



Carretera de Vigo, Km. 575.
32001 OURENSE
Teléfono.: 988 213 350
e-mail: subita@subita.es

Batidora de parafango



Manijet



Armario de conservación
de parafango



Tratamientos de respiratorio



Pedijet



Reposacabeza bañera



Flotador bañera y piscina



Parafango

Baños de salud y ocio en confortables instalaciones balnearias

6

El Hotel-Balneario Villa de Olmedo cuenta con los más atractivos espacios termales destinados a aplicar tratamientos medicinales para todo tipo de afecciones, todo ello combinado con las técnicas más avanzadas y espacios cuidadosamente habilitados para ello. Ubicado a poco más de 40 kilómetros de Valladolid, dispone además de diversos espacios para el ocio y de una variada y rica oferta gastronómica, que consigue hacer las delicias de los paladares más selectos. Sus cuatro estrellas acreditan esta prestigiosa y amplia oferta de instalaciones y servicios.

El Hotel-Balneario Villa de Olmedo, ubicado en la provincia de Valladolid, dispone de las más atractivas instalaciones para la aplicación de diversos tratamientos medicinales mediante las aguas

curativas con que cuenta. Pensado y remodelado perfectamente para combatir todo tipo de afecciones, mediante las técnicas más avanzadas del momento. Distintos espacios pensados para el ocio

y el disfrute de pequeños y mayores, junto con una cuidada oferta gastronómica, son otros atractivos que le han llevado a obtener el reconocimiento de cuatro estrellas.





Instalaciones Balnearias y Técnicas de Aplicación

El Balneario está dotado de unas completas instalaciones para la aplicación de técnicas termales como masajes manuales,

terapia geotermal, reflexología podal, fangoterapia, peelings corporales y faciales, envolvimientos, bañeras de hidromasaje y burbujas, aromaterapia, masajes bajo ducha, ducha circular, inhalaciones, aeroso-

les y tratamientos de belleza masculinos y femeninos, además de un gimnasio, el Claustro Termal y el Patio Mudéjar. Destaca asimismo su Claustro Termal, en el que podemos encontrar: piscinas acti-



vas de agua termal minero-medicinal, una interior en el antiguo claustro del convento y otra de menor tamaño en el exterior del edificio con diferentes jacuzzis, camas y asientos individuales de masaje con burbujas, línea en serie de chorros relajantes, cortinas y cañones de agua, así como amplias zonas de reposo.

Y también el Patio Mudéjar, con zona de contrastes con saunas a diferentes temperaturas, pozas de Agua caliente y fría, duchas bitérmicas y de esencias, baño de vapor (Hamman) y sala de reposo con chimenea natural.

Instalaciones Hoteleras

El Hotel Balneario Villa de Olmedo de 4 estrellas, es un complejo compuesto por 3 edificios que combina la singularidad de un antiguo convento mudéjar con dos modernas edificaciones totalmente integradas, tanto en su exterior como en su

DATOS SOBRE SUS AGUAS:

Agua termal mineromedicinal, cuya temperatura de surgencia es de 22° C.

Definida y catalogada como Agua hipotermal de mineralización fuerte, clorurado sódica.

Aguas indicadas terapéuticamente para combatir el estrés y la ansiedad por su importante efecto sedante, así como las afecciones dermatológicas, las del aparato locomotor y las contracturas musculares gracias a su excelente efecto antiinflamatorio. Además estimulan las funciones orgánicas, endocrinas y metabólicas.

confortable interior. Sus 78 habitaciones y 4 suites, además de 5 salones para la celebración de congresos, convenciones y banquetes, restaurante especializado en cocina de autor y dietética, bodega, cafetería, biblioteca, rincón de Internet, sala de juegos para niños, piscina exterior, pista de paddle y jardines privados, permiten disfrutar de momentos especiales y relajantes tanto en familia como en pareja, entre amigos, en reuniones de empresa, celebraciones,...

Oferta Gastronómica

La Cocina del Balneario es completa y variada, desde su Cocina Naturista, para quien le gusta cuidarse también fuera de casa, pasando por su Cocina de Temporada cuyos menús se elaboran con productos de mercado de alta calidad que cambian con las estaciones, sin olvidar su tradicional Cocina Regional y hasta llegar a su Cocina de Autor, protagonista

indiscutible de la Gastronomía del Balneario, sabiamente dirigida por Eduardo Germán, quien da una interpretación única y sorprendente a cualquier manjar.

Un Trazo de su Historia

El Hotel Balneario Villa de Olmedo se encuentra en la zona sur de la provincia de Valladolid, extramuros de la villa de Olmedo y levantado sobre las ruinas del convento mudéjar de Sancti Spiritus, el más antiguo de los siete conventos de Olmedo, también conocido como la Villa de los 7 Sietes.



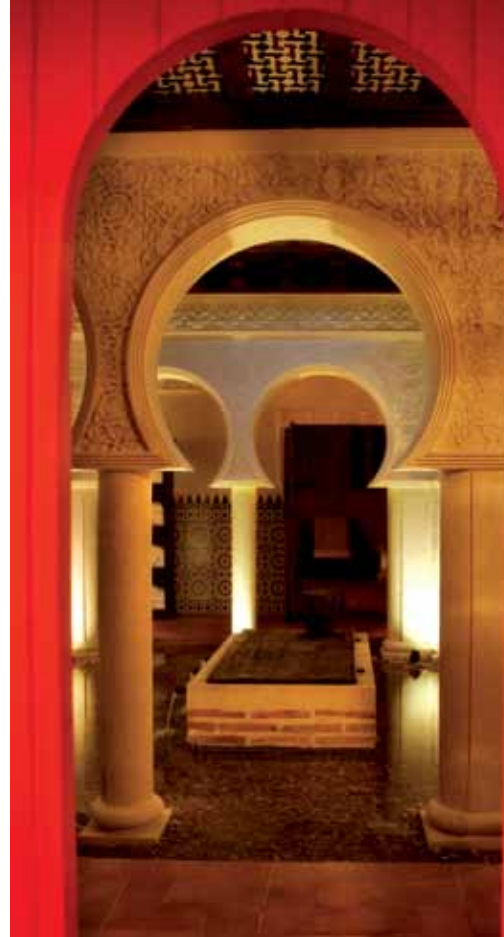
El Convento de Sancti Spiritus fue fundado en la primera mitad del siglo XII por la Infanta D^a. Sancha de Castilla con el fin de acoger a monjas bernardas de clausura, pues la soberana era fiel devota de San Bernardo. Una de las dos posibles fechas que se barajan sobre su fundación data a Sancti Spiritus como el primer convento femenino de clausura de monjas de esta orden en España. Si bien es difícil demostrar tal hecho debido a la poca documentación que se tiene hoy en día sobre este convento, que sufrió varios incendios y expoliaciones a lo largo de su historia.

Entre sus muros se hospedaron personalidades históricas de la talla de Santa Teresa de Jesús y Doña Juana “La Loca”. La Santa en varias ocasiones ya que su abuela materna era de Olmedo y gustaba de compartir pobreza y austeridad con las novicias. Y La Loca debido a sus continuos viajes y dada la proximidad de este Convento con el de Tordesillas, donde pasó gran parte de su encierro en

vida. Varias habitaciones del Hotel han sido construidas sobre las antiguas celdas, en las que aún se puede apreciar el ancho de los muros originarios, así como observar muy de cerca la Espadaña con sus campanas.

La Iglesia del Convento, hoy convertida en zona de entrada y sala de estar para los huéspedes del Hotel, es una de las zonas originarias mejor conservadas. Donde se puede apreciar la nave primaria con su sencilla bóveda y su friso haciendo alusión al Espíritu Santo, en cuyo honor se bautizó este edificio religioso, así como una posterior ampliación de esta iglesia en el s. XVII con vistosas yeserías barrocas.

Su puerta de entrada aunque de nueva construcción, se hizo respetando la ubicación original y utilizando ladrillos hechos a mano por artesanos de la zona, siguiendo la misma técnica que usaban los mudéjares de la época. Este tipo de ladrillo se ha empleado en la reconstrucción de todas las zonas del convento.





10

Su claustro se ha convertido en una moderna zona de piscinas lúdicas con Agua termal mineromedicinal, denominado Claustro Termal, desde donde se accede al Patio Mudéjar, ubicado sobre la que fue cocina del convento y cuya chimenea usada por las monjas para cocinar sigue dando fuego actualmente en su sala de reposo.

El actual Patio Porticado, que se apoya sobre las columnas de granito procedentes del claustro, sirve de unión con los distintos restaurantes, la cafetería, la bodega y los salones, a la vez que aísla a la zona destinada para el descanso del mundanal ruido.

Y siguiendo la leyenda de transmisión oral que durante generaciones contó que las Aguas de Sancti Spiritus tenían poderes celestiales, se buscaron en su subsuelo Aguas curativas, apareciendo sus excelentes Aguas Mineromedicinales salinas, haciendo que el humilde convento mudéjar de ladrillo y adobe pase a la historia del siglo XXI como el primer Balneario de 4 estrellas de Castilla y León.



Accesos y Comunicaciones

El Hotel Balneario Villa de Olmedo se encuentra situado en el municipio de Olmedo y perfectamente comunicado:

Por la N-601, a 44 Km. de Valladolid, a 145 Km. de Madrid y a 50 km. del Aeropuerto de Villanueva.

Por la C-112, a 20 Km. de Medina del Campo, importante nudo ferroviario y enlace con la A-6, Autovía del Noroeste.

Parada de Autobús a escasos metros del Hotel Balneario.





Escápate...

a menos de dos horas de Madrid aguas termales, edificios históricos y
el mejor ambiente para relajarse y disfrutar

HOTEL TERMAL BURGO DE OSMÁ
El Burgo de Osma - Soria

HOTEL BALNEARIO VILLA DE OLMEDO
Olmedo - Valladolid

www.castillatermal.com

Entrevista al Dr. Miguel Ángel Fernández Torán, Director Médico de Balnearios Grupo Cofrentes

- Licenciado en Medicina (1978).
- Médico especialista en Hidrología Médica (1987).
- Postgrado en Alta Gestión Hotelera UPV - Valencia (1994).
- Titulado en Dirección Integral Económico-Financiera de Empresas (Escuela de Negocios Luis Vives - Valencia, 1995).
- Secretario de la Asociación Valenciana de Estaciones Termales.
- Director General del grupo de empresas Balneario Hervideros de Cofrentes (Cofrentes-Valencia) que incluye también los balnearios de Montanejos (Castellón), Chulilla (Valencia) y Baños de Montemayor (Cáceres), (1989 hasta la actualidad). También se ha incorporado el Balneario de Benassal (Castellón) actualmente en construcción y con apertura prevista para verano de 2011.
- Presidente de la asociación empresarial Unión Hotelera de la Provincia de Valencia (desde febrero de 2005).
- Presidente del Convention Bureau de Interior de la provincia de Valencia (desde el año 2008).
- Presidente de la Comisión de Turismo de la Cámara de Comercio, Industria y Navegación de Valencia (desde junio de 2010).
- Presidente de la asociación empresarial Federación Hotelera de la Comunidad Valenciana (desde octubre de 2010).



12

Parece que cada vez las personas valoran más las propiedades beneficiosas de las Aguas curativas de los Balnearios y que aumentan los datos que constatan estos beneficios...

El estudio de los efectos terapéuticos de las Aguas Minero Medicinales y de su utilización mediante las técnicas de aplicación, así como los protocolos de uso de las mismas es la base de una especialización

médica reconocida por el Estado español, que se denomina Hidrología Médica. Existe gran cantidad de estudios científicos y cada año se publican más, hay permanentemente jornadas y congresos científicos. Los efectos terapéuticos de las Aguas Minero Medicinales sólo se cuestionan desde el desconocimiento.

¿Es cierto que en la actualidad existe un nuevo público de Balnearios que conocen las propiedades de cada tipo de Agua Minero-Medicinal?

Ciertamente, cada vez hay más médicos y estudiosos que investigan sobre los efectos y aplicaciones de las aguas. En general el público que viene a hacer un termalismo medicalizado, con fines terapéuticos, cada vez demanda más datos y a su vez dispone de más información. Esto es muy positivo y creo que desde los Balnearios debemos estimular el conocimiento de nuestro principal recurso, nuestras Aguas.

Hábleme de las propiedades de las Aguas beneficiosas para el aparato digestivo...

Las Aguas que utilizamos para el tratamiento de enfermedades del aparato digestivo, son principalmente las bicarbonatadas de todo tipo, sódicas, cálcicas, mixtas, sulfatadas y cloruradas. Cada una tiene su acción específica pero en todos los casos son antiácidas y neutralizan la actividad péptica. Están indicadas en enfermedades que cursan con aumento de la secreción gástrica. Las Aguas



sulfatadas cálcicas, sódicas, magnésicas y mixtas desarrollan efectos coleréticos y colagogos, y también tienen acción laxante. Las utilizamos en insuficiencias hepáticas y biliares. También las aguas sulfuradas se pueden utilizar en baños de asiento para el tratamiento de las hemorroides.

Balnearios Grupo Cofrentes también cuenta con Aguas indicadas para el relax y el tratamiento y/o prevención del dolor muscular, articular y del aparato locomotor en general...

Los tratamientos hidrotermales en el ambiente balneario sin duda son un excelente tratamiento de las enfermedades de la civilización como el estrés. También las diferentes técnicas hipertermales y las técnicas con presión como las duchas, chorros, masajes subacuáticos permiten el tratamiento de enfermedades que cursan con dolor de músculos y articulaciones. Los Balnearios de nuestro grupo disponen de excelentes profesionales y una gran variedad de tratamientos. El tratamiento de las enfermedades reumáticas son, sin duda, nuestra principal especialización.

“Nuestra asignatura pendiente sigue siendo la colaboración con la sanidad pública. Los Balnearios son un arma potente y eficaz para los médicos en su lucha por curar y mejorar las enfermedades y no deben renunciar a ella”

¿Hasta qué punto son beneficiosos estos tratamientos?

La intensidad de los episodios de dolor y la frecuencia en la aparición de crisis algicas se reduce considerablemente cuando se llevan a cabo tratamientos balneoterápicos con regularidad. Tratamientos de 10-15 días una o dos veces al año le permiten al paciente con reumatismos degenerativos en fases no quirúrgicas, mantener un excelente nivel de calidad de vida.

¿Para qué personas y/o de qué edades están más recomendadas estas Aguas?

Cuando aparecen los primeros síntomas de dolores en los procesos artrósicos es el momento de iniciar las curas termale, que se deben mantener con periodicidad anual. La edad varía pero es a partir de los 40 años cuando más se precisan los trata-



mientos. Iniciar los tratamientos muy tarde puede disminuir la eficacia de los mismos. Mi consejo es comenzar con los primeros síntomas.

¿Qué diferencias pueden llegar a encontrarse entre personas que, con una misma alimentación y estado inicial de salud,

acuden con cierta frecuencia a Balnearios de aquellas que no lo hacen nunca?

Las personas que acuden a los Balnearios con frecuencia son personas muy preocupadas e interesadas por la salud. Este tipo de personas, además del termalismo, suelen observar reglas de higiene general de vida, cuidan su alimentación, no aumentan





14

peso, hacen ejercicio regularmente. Por lo general están más sanas, pero eso también es debido a que observan reglas de vida más saludables.

¿Con qué periodicidad es aconsejable someter el cuerpo a este tipo de tratamientos termales?

Entre una y dos curas al año de una duración no superior a quince días y con tratamientos tan completos como permita su estado. En los tratamientos antirreumáticos la temperatura a las que se aplican los tratamientos tiene una relación bastante directa con la mayor o menor eficacia. En un organismo que no tenga contraindicaciones a los tratamientos las curas termales deben ser intensas.

¿Qué recomendaría a quienes dudan de si acudir o no a centros como los del grupo que dirige? ¿Por qué?

En primer lugar consultar con su médico. Si no tiene contraindicaciones para

llevar a cabo los tratamientos, lo mejor que pueden hacer es acudir a un Balneario donde el médico del mismo y una vez establecida la indicación, y descartado la existencia de limitaciones al tratamiento, efectuará la prescripción. El mejor consejo es efectuar una cura termal medicalizada completa. Después no dudarán sobre si la deben de repetir. Su propia mejoría se lo aconsejará.

¿Cómo ve el futuro del termalismo español?

Francamente bueno. Las instalaciones de los Balnearios están cada vez mejor. El personal mejor formado y más experimentado. Nuestra asignatura pendiente sigue siendo la colaboración con la sanidad pública. Los Balnearios son un arma potente y eficaz para los médicos en su lucha por curar y mejorar las enfermedades y no deben renunciar a ella. Creo que pronto los Balnearios se utilizarán para llevar a cabo tratamientos de rehabilitación para

la sanidad pública. Más adelante vendrá su uso en el tratamiento de muchas otras enfermedades.

Tal vez desea añadir alguna cuestión de importancia que se ha quedado fuera del tintero...

Pues sí. Los Balnearios son salud, son medicina. Sus instalaciones deben estar al servicio de los enfermos. En España es necesario repetiros este mensaje y concienciarnos más del mismo. Hemos de acercarnos a la Sanidad, sin dejar el Turismo pero nuestros usuarios naturales son los enfermos. Seamos eficaces en el tratamiento de las enfermedades y nuestro futuro no sólo estará garantizado sino que además será un futuro hermoso y motivante.





PROYECTOS Y SOLUCIONES

para
BALNEARIOS

Proyectos en Ejecución:

BALNEARIO DE GRAVALOS - La Rioja

HOTEL TERMAL BURGO DE OSMÁ - Soria

REFORMA BALNEARIO VALLE DEL JERTE - Cáceres

REFORMA BALNEARIO BAÑOS DE LA CONCEPCIÓN - Albacete



PRIM *Spa*

TEL. 900 223 044

FAX. 902 108 619

email: info@primspa.es

www.primspa.es

De entre todos los surgimientos de Cantabria, el de la Fuente Santa de Liérganes es el primero que aparece en las referencias bibliográficas históricas, en las que se afirma que ya en el s.XVII era utilizado con fines curativos.

Balneario de Liérganes

Tratamientos Respiratorios





El Balneario de Liérganes se encuentra emplazado en un entorno natural de gran valor ecológico, un terreno montañoso a orillas del Río Miera y a menos de 30 km. de Santander que se muestra idóneo para la aplicación de tratamientos respiratorios. El clima característico del norte peninsular convirtieron estas tierras en destino saludable de primer orden desde finales del S. XVIII, aunque ya en 1697 aparece la primera referencia a este Balneario escrita por Limón Montero.

En 1860 abre por primera vez sus puertas el Balneario de Liérganes con instalaciones exclusivamente hidroterápicas, siendo declaradas sus Aguas de Utilidad Pública en 1869. Posteriormente se acomete la construcción de la primera parte del Gran Hotel que alojaría a los numerosos visitantes, alcanzando en torno a 1910 su época de mayor esplendor; allí se dieron cita los personajes más distinguidos de la época, entre los que destaca el Rey Alfonso XIII cuyas visitas por motivos terapéuticos fueron habituales entre 1921 y 1927, mientras la familia Real veraneaba en la ciudad de Santander.

Enclavado en el centro de un gran parque de árboles centenarios, dispone de un manantial de Aguas sulfurado cálcicas hipotermiales, lo que hacen de la indicación respiratoria el principal motivo de consulta, pero no el único. Se ofrecen además tratamientos dermatológicos, reumatológicos, y antiestrés, a través de técnicas hidroterápicas, la aplicación de peloides, una amplia carta de masajes e incorporando a nuestra tradición la energía del color y la medicina tradicional china.

Técnicas Respiratorias

La atmítrica es la reina de las vías de administración de las Aguas Minero-Medicinales del Balneario de Liérganes debido a su composición sulfurado cálcica. Ejercen acción regeneradora, ya que el azufre es parte integrante de las estructuras que conforman las vías respiratorias; acción antiséptica y desensibilizante, así como relajadora de la musculatura bronquial; tam-

bién mejoran la circulación y el trofismo de la mucosa y regulan la actividad mucociliar.

Existen técnicas tan diversas como zonas a tratar hay en las vías respiratorias: duchas nasales y micronizadas, pulverizaciones faríngeas, inhalaciones, salas de nebulización colectiva o aerosoles. Todas ellas están incluidas dentro de la amplia oferta que el Balneario pone a disposición del público para el tratamiento de procesos crónicos y persistentes de la vía aérea superior, tales como rinitis, faringitis y laringitis crónicas, además de otras afecciones de vías respiratorias, entre las que la bronquitis y el asma son las más frecuentes.

Duchas y lavados

Duchas Nasales: Técnica de irrigación que se realiza a través de un irrigador común y una cánula de vidrio adecuada para su introducción en las fosas nasales. El irrigador debe colocarse a una altura máxima de 50 cm. por encima de la cabeza del paciente, quien deberá permanecer erguido mientras la cánula se introduce de forma horizontal. Durante la aplicación del tratamiento el agua penetra por un orificio y sale por el otro, mientras el paciente respira siempre por la boca.

Pulverizaciones Faríngeas: Técnica de irrigación basada en la proyección filiforme de un caudal de agua sobre un receptáculo especial que divide el chorro en gotas de tamaño y presión variable.

Inhalaciones

Las inhalaciones son las técnicas de aplicación de Aguas Minero-Medicinales por vía atmítrica más importantes, ya sea en forma de gotas, vapores de agua o aerosoles.

La capacidad de penetración de las gotas de agua respiradas depende de la inercia y, con mayor importancia, del diámetro de las partículas. De esta forma, los estudios revelan que en aplicaciones vía oral alcanzan la tráquea aquellas partículas con tamaño no superior a las 30 micras, mientras que deben estar por debajo de las 15 micras si se hace vía nasal. Las gotas in-

feriores a 5 micras pueden penetrar hasta partes más distales del árbol bronquial, aunque suelen ser fácilmente expulsadas; sin embargo, las inferiores a 0,5 micras, debido a movimientos inherentes a su cinética, pueden favorecer su depósito en bronquiolos y alvéolos.

Durante la cura se debe atender a la temperatura de la aplicación si queremos evitar efectos irritativos, sobre todos si se superan los 37 °C. La cantidad de agua necesaria para realizar un tratamiento de forma efectiva en inhalaciones de gota gruesa puede oscilar entre los 250 ml y 1 litro, mientras que las de gota fina suelen bascular entre los 2 y 3 ml de agua. El tiempo de aplicación suele estar entre 20 y 60 minutos, pudiendo repetirse en determinados casos hasta dos veces al día.

La complementariedad

La rapidez con que se suceden los cambios de la vida moderna y la inquietud de los profesionales que conforman el equipo humano del Balneario de Liérganes, ha conseguido que se superen los postulados que la tradición ha demostrado que funcionan. El principal problema al que se enfrentan los profesionales médicos es la escasez de tiempo disponible para realizar correctamente los tratamientos, por lo que los trabajos se centran en un mayor rendimiento del tiempo en el establecimiento. Períodos de 2 a 4 semanas son lapsos de tiempo en la mayoría de los casos imposibles de asumir, por lo que se concentraron en lo que el trabajo de la medicina china sobre canales y meridianos puede ofrecernos, elaborando tratamientos combinados de hidroterapia, masajes respiratorios y trabajos sobre meridianos energéticos, que nos ayuden a abreviar los tiempos.

Nace así la Energía del Color, que es el resultado de años de arduo trabajo después de los cuales el equipo médico del Balneario ha conseguido combinar las propiedades de las Aguas Minero-Medicinales, el trabajo sobre meridianos y los beneficios de la cromoterapia, trabajándola desde la aplicación de arcillas naturales y oligoelementos.



ACUÑA
986 540 010
www.relaistermal.com

BAÑOS DA BREA
986 583 614
www.balneariodebrea.com

TERMAS DE CUNTIS
986 532 525
www.termasdecuntis.com

BAÑOS VIEJOS DE CARBALLO
981 703 354
www.balneariodecarballo.com

ARNOIA
988 492 400
www.caldaria.es

CALDAS DE PARTOVIA
988 273 057

CARBALLINO
988 270 926

LAIAS
988 280 409
www.caldaria.es

LOBIOS
988 010 050
www.caldaria.es

PALACIO DE LAS SALINAS
983 804 450
www.palaciodelassalinas.es

VILLA DE OLMEDO
983 600 237
www.balneariovilladeolmedo.com

BROZAS
927 191 050
www.balneariodebrozas.com

EL SALUGRAL
927 474 850
www.hotelbalneario.com/salugral

FUENTES DEL TRAMPAL
924 123 018

MONTEMAYOR
927 488 302
www.villatermal.com

LUGO
982 221 228
www.balneariodelugo.com

CALDAS DE LUNA
987 594 066
www.balneariocaldasdeluna.com

LAS CALDAS VILLA TERMAL
902 121 022
www.lascaldasvillatermal.com

LA HERMIDA
942 733 625
www.balneariolahermida.com

LIERGANES
942 528 296
www.balneariolierganes.es

PUENTE VIESGO
942 598 061
www.balneariodepuenteviesgo.com

CORCONTE
947 154 281
www.balneariodecorconte.es

VALDELAJEJA
947 150 220
www.balneariodevaldelateja.es

LEDESMA
923 149 100
www.balnearioledesma.com

RETORTILLO
923 450 411
www.balnearioretortillo.com

EL RAPOSO
924 570 410
www.balneario.net

SAN ANDRES
953 770 062
www.balneariosanandres.com

CHICLANA
956 400 520
www.balneariodechiclana.net

TERMAS MOLINAR
946 806 002
www.casavicentepallotti.com/balneario.html

CESTONA
943 147 140
www.balneariodecestona.es

VILAS DEL TURBÓN
974 550 111
www.balneariovilasdelturbon.com

ARNEDILLO
941 394 000
www.balnearioarnedillo.com

BAÑOS DE FITERO
948 776 100
www.balneariodefitero.es

LA VIRGEN
976 848 220
www.balneariodelavirgen.com

PARACUELLOS DE JILOCA
976 883 225
www.balneariodeparacuellos.com

SICILIA
976 848 011
www.balneariosicilia.com

SERON
976 848 071
www.balnearioseron.com

TERMAS PALLARES
902 930 938
www.termaspallares.com

TERMES MONTBRIÓ
902 930 400
<http://www.rocblanc.com/index.php?canal=1>

HOTEL COLÓN
937 910 400
www.hotel-colon.net

MANZANERA-EL PARAÍSO
978 781 818
www.balneariomanzanera.com

BALNEARIO DE VILLAVIEJA
964 677 400
www.balneariovillavieja.com

MONTANEJOS
964 121 275
www.balneario.com/montanejos

SAN JUAN DE LA FONT SANTA
971 655 016
www.balneariofontSanta.com

ANBAL
902 11 76 22
www.balnearios.org

ALCANTUD
969 146 021
www.relaistermal.com

SOLÁN DE CABRAS
969 186 010
www.rbsc.es

CERVANTES
926 331 313
www.balneariocervantes.com

BAÑOS DE LA CONCEPCION
967 470 036
www.balneariodelaconcepcion.es

LA ESPERANZA
967 382 615
www.balneariodelaesperanza.com

TUS
967 436 817
www.balneariodetus.com

CABRIEL - FUENTE PODRIDA
962 335 122
www.balneariofuentepodrida.com

CHULILLA
961 657 013
www.balneariodechulilla.com

HERVIDEROS DE COFRENTES
902 747 401
www.balneario.com/cofrentes

VERCHE
962 130 003
www.balnearioverche.com

SAN NICOLÁS
950 641 361
www.balneariosannicolas.es

ALHAMA DE GRANADA
958 350 366
www.balnearioalhamadegranada.com

ALICÚN DE LAS TORRES
958 694 022
www.alicundelastorres.com

GRAENA
958 670 681
www.balneario-graena.com

LANJARÓN
958 770 137
www.balneariodelanjaron.com

ARCHENA
968 688 022
www.balneariodearchena.com

Balneario de Retortillo

desde 1903



del 15 de marzo al 15 de noviembre

Hidroterapia
Parafangos
Masajes
Piscina Termal Activa



Tel. 923 450 411

www.balnearioretortillo.com

RETORTILLO (Salamanca)

Balnearios de Galicia

El Agua de una tierra mágica



Esta ruta nos adentra en una de las comunidades con más tradición termal de la península. Galicia es tierra de leyendas y paisajes encantadores donde, desde tiempos inmemoriales, se han conocido y aplicado los beneficios del Agua. Riachuelos de corrientes cristalinas, parajes de verdes telas de araña, aromas y sabores nos acompañarán en este viaje mágico por los Balnearios gallegos.

Galicia cuenta con una gran riqueza mine-romedicinal en su suelo, dado que están catalogadas más de trescientas captaciones, de las que una pequeña parte son explotadas por los veintiún Balnearios repartidos por el territorio gallego.

Del carácter milenario de esta riqueza termal son buena muestra diversos testimonios históricos provenientes de la época romana, como los Balnearios de Lucus Augusti (Lugo, donde permanecen importantes restos de las antiguas termas romanas), Aquis Salientibus, Aquis Celenis o Aquis Querquernis. No obstante, el apogeo del termalismo en Galicia hay que situarlo, al igual que en el resto de Europa, dentro del gran desarrollo experimentado a finales del siglo XIX, con ejemplos característicos como es el caso de Lugo.

Tras una época de crisis al término de la Guerra Civil, a la que no fue ajena tampoco el boom del turismo de sol y playa, en el año 85 una serie de empresarios del sector termal constituyeron la Asociación



Gallega de la Propiedad Balnearia, con el ánimo de trabajar unidos por la recuperación de la enorme riqueza mineromedicinal de Galicia. Así, en la década de los 90 los Balnearios gallegos reformaron y ampliaron sus instalaciones, tanto hoteleras como balnearias; al tiempo que ya en el nuevo siglo fueron construidos nuevos Balnearios (Arnoia, Laías, Lobios y Acquaform de Cuntis).

Y ese constante afán de mejora en la calidad permite hoy hablar de una etapa de renacimiento y popularización de los Balnearios en Galicia, que ha borrado por completo su imagen decadente. Unos Balnearios que actualmente disponen de unas instalaciones modernas en las que trabajan cualificados profesionales, hecho que, añadido a la calidad de las Aguas Mineromedicinales, y a la garantía que supone para el consumidor el sometimiento a una estricta normativa, está convirtiendo a Galicia en una referencia de prestigio al hablar de turismo termal.



La localización de los Balnearios gallegos los ha convertido en importantes dinamizadores socioeconómicos de las comarcas en las que se inscriben, característica que comparten el resto de Balnearios de España. Predominan aquellos situados en zonas de la Galicia interior, zonas rurales con tendencias similares: despoblación, baja renta per cápita y presencia de una estructura productiva con predominio del sector primario; aunque también existen varios Balnearios en entornos urbanos, como el Balneario de Carballo, el Balneario de Lugo- Termas Romanas y el Balneario de Acuña.

Tal función dinamizadora, unida a la labor de vigilante de su entorno medio-ambiental a fin de evitar la contaminación de los acuíferos, confiere a los Balnearios un carácter de modelo de empresa comprometida con el desarrollo sostenible: emplean el recurso sin comprometer su futuro, crean empleo y riqueza, fijan población y satisfacen necesidades al mejorar la calidad de vida de las personas.

El modelo de gestión predominante en los Balnearios de Galicia es el de empresa familiar, de origen gallego, propietaria y gestora del establecimiento. Sin embargo, en la última década se han adoptado otros modelos de gestión. Por una parte, nuevos grupos empresariales de capital gallego han entrado en este mercado con la construcción de nuevos establecimientos en los que también han asumido la gestión (Caldaria). Al tiempo, empresas procedentes de otras comunidades, han invertido en el termalismo gallego: algunas con experiencia en la gestión termal (como "Relais Termal", actual propietaria y gestora del Balneario de Acuña). En todo





caso, cabe subrayar que el sector de los Balnearios en Galicia está en más de un 95 % en manos de empresas y empresarios gallegos.

Por otra parte, el sector del turismo termal acoge actualmente un conjunto de empresas directamente relacionadas que aportan una importante actividad económica y que nacen por la prosperidad del sector (consultoras turísticas, empresas de ingeniería termal, estudios de arquitectura y diseño, empresas de gestión empresarial, formación, empresas instaladoras, fabricantes de equipos, laboratorios, empresas de marketing y comunicación, revistas, cosmética termal,...), y que ponen de manifiesto las posibilidades de desarrollo del sector en Galicia más allá del estricto negocio balneario.

Legislación

Galicia fue una de las primeras Comunidades Autónomas donde se legisló en materia de Aguas Minerales y Balnearios, lo que contribuyó en gran medida al desarrollo del sector, al crear un marco de seguridad jurídica para empresarios, trabajadores y usuarios.

23

La mayor parte de los Balnearios existentes en Galicia se concentran en las provincias de Ourense, con 6, y Pontevedra, con 8 Balnearios. La provincia de Lugo cuenta con 4, y A Coruña con 2.

Junto al incremento del número de Balnearios y establecimientos termales en Galicia, fue creciendo también el número de plazas ofertadas por las instalaciones hoteleras de estos establecimientos, casi duplicándose en número en el período que



va del año 2000 al 2008. De los 20 existentes, 17 cuentan con instalaciones hoteleras propias, que durante el año 2011 están ofertando un total de 2.744 plazas directas, repartidas en las cinco categorías hoteleras. Además, este incremento es constante, como lo pone de manifiesto que ya en 2003 se habían incrementado las plazas en un 11%, dato que había confirmado a Galicia entonces como líder del sector.

También es de destacar que a este importante incremento del número de plazas hay que añadir la ampliación de la superficie destinada a balneación, de la cual son buenos ejemplos las recientes inauguraciones del "Acquaform" de las Termas de Cuntis, del Alvea de Arnoia Caldaria y la piscina termal de Baños da Brea (año 2009).

Respecto a la distribución de plazas por categorías, se puede decir que en Galicia existe una amplia oferta de plazas hoteleras en todas las categorías, lo que per-



mite satisfacer un amplio espectro de la demanda. Es de considerar la calidad del alojamiento ofertado por los Balnearios de Galicia, ya que, más de la mitad de las plazas hoteleras se corresponden con una categoría igual o superior a 4 estrellas.

tas procedentes del extranjero era todavía muy bajo y representaba tan sólo un 1% aproximadamente. Según los últimos datos, referentes al año 2007, los porcentajes son los siguientes: Galicia 40%, Madrid 19%, Castilla-León 12%, Asturias 10,5%, Cataluña 8%, otras comunidades 5% y turismo extranjero 5,5%.

El turismo termal

Respecto al lugar de origen de los termalistas, hay que tener en cuenta que en el 2003 más de la mitad (52%) eran gallegos, siguiendo en importancia los procedentes de Madrid (11%), Castilla-León (9,4%) y Asturias (6,5%). El porcentaje de termalis-

El perfil del termalista-tipo en la actualidad es el de gallego, que suele acudir acompañado por su pareja (aunque son cada vez más frecuentes los grupos de amigos y familias), de clase media, y con una edad comprendida entre los 35 y los 55 años.



Para tu relax absoluto y el de todos tus clientes

Programa de Seguros EXCLUSIVO para Balnearios:

Con coberturas específicas para tu actividad

El precio más competitivo

Otros productos

Responsabilidad Civil Consejeros y Directivos (D&O)

Convenio Colectivo

Impagos

Seguros Personales

MADRID | BARCELONA | MÁLAGA | LAS PALMAS | A CORUÑA | LISBOA

Contacta con nosotros 902 909 737 - www.intermundial.es - intermundial@intermundial.es

Cosmética Termal y su aplicación en el Balneario de Paracuellos de Jiloca

La cosmética elaborada con Agua sulfurosa del manantial de este Balneario es ideal para reforzar las defensas y reducir los niveles de oxidación causantes del envejecimiento precoz, entre otros muchos beneficios.

26

Tirante, áspera, incómoda así se siente la piel cuando está seca y deshidratada, un término que hace referencia a la pérdida de agua a través de la epidermis y del estrato córneo. La piel tiene su propia "función barrera", un mecanismo natural para evitar su deshidratación, pero con el paso del tiempo la capacidad de la piel para retener agua disminuye. Es entonces cuando se hace más evidente la falta de flexibilidad, escozor y descamación.

Una opción refrescante y saludable para retener hasta la última gota de agua en la piel es la cosmética elaborada con Agua sulfurosa del manantial del Balneario Paracuellos de Jiloca. Su composición química natural refuerza las defensas y reduce los niveles de oxidación causantes del envejecimiento precoz.

Al deshidratarse la piel no sólo pierde agua, sino también sustancias vitales para su buen estado. El Agua sulfurosa del Balneario Paracuellos de Jiloca es un reconocido antiinflamatorio y a la vez estimula la cicatrización de la capa córnea. Por otro lado tiene propiedades antibacterianas, regenerantes y protectoras de los tejidos. Aunque el principal efecto de la cosmética termal a base del Agua sulfurosa es su poder antioxidante avalado por varios estudios científicos internacionales con este tipo de Aguas.

La deshidratación afecta por igual a todas las pieles ya sean grasas, secas, normales o sensibles. Sus consecuencias en la piel son un cutis con aspecto apagado sobre el que destacan mucho más las arrugas y líneas de expresión. Los laterales del rostro,



el contorno de ojos y el cuello son las zonas afectadas por tener una menor cantidad de glándulas sebáceas.

La cosmética termal del Balneario Paracuellos de Jiloca abarca desde la higiene diaria de la piel, pasando por la hidratación intensa del cutis tanto por el día como de noche, hasta un tratamiento intensivo para pieles con tendencia a psoriasis, dermatitis o eczemas.

Productos:

- **Crema para piel con tendencia a Psoriasis o descamación:** Especialmente indicada para pieles secas, con descamaciones o tendencia a Psoriasis. Facilita la eliminación de células muertas en la capa externa de la piel.
- **Champú tratante.** Especialmente indicado para cabellos con caspa, con exceso de grasa, descamaciones.
- **Agua termal.** Se trata del Agua Minero-Medicinal con una suave base hidratante que permite una relajación de la piel, una hidratación constante y activa.
- **Crema relajante.** Crema ideal para masaje, lesiones musculares, articulaciones, piernas cansadas, etc. Efecto frío-calor combinado con la granconcentración de sales del Agua sulfurada.
- **Crema regeneradora antiarrugas noche.** Esta crema combinará el efecto antioxidante del Agua sulfurada con una base hidratante de alta calidad. Enriquecida con Vitaminas E y F, efecto antiarrugas y regenerador.
- **Crema hidratante de día.** Esta crema combinará el efecto antioxidante del Agua sulfurada con una base hidratante de alta calidad.
- **Leche corporal.** Producto con gran poder hidratante para todo tipo de pieles con las propiedades del Agua sulfurada.
- **Gel de baño al Agua sulfurada.** Para todo tipo de pieles y con todas las ventajas del Agua sulfurada.

Aplicaciones de tratamientos en el Balneario

Los productos elaborados a base del Agua sulfurada del manantial del Balneario de Paracuellos son la base de algunos de los tratamientos faciales y corporales aplicados en el Balneario.

Tratamientos faciales

Tratamientos faciales que calman e hidratan pieles sensibles consiguiendo una piel más limpia con una superficie hidratada y desestresada.

Mascarillas para todo tipo de pieles que consiguen un equilibrio de la piel, haciendo las imperfecciones menos visibles.

Tratamientos que calman y limpian todo tipo de pieles, incluso las más sensibles, creando una gimnasia vascular mejorando así los resultados.

Tratamientos específicos para pieles secas o muy secas, que sufran como consecuencia una sensación de tirantez y de incomodidad, incluso una descamación grave o aguda o un envejecimiento acelerado. Conseguiremos nutrir y reparar la piel seca.

Tratamientos corporales

Tratamientos corporales que activan las funciones del organismo. Orientado para pieles envejecidas, estresadas y muy secas, consiguen activar la circulación y aportan una sensación de bienestar.

Los envolvimientos del Balneario reabsorben los nódulos de grasa y revitalizan los tejidos ayudando a la liberación de retenciones hídricas. Además de los efectos adelgazantes, reafirman los tejidos y aseguran una remineralización intensa.

Tratamiento regenerante antienvjecimiento. Adecuado para pieles especialmente estresadas que sufren el envejecimiento prematuro de la piel por el ritmo de vida actual. Tratamiento antiinflamatorio, hidratante y calmante. Utilizado para pieles que se irritan con facilidad, psoriasis, etc



¿En qué te vas a especializar?

 Hedima

Equipo docente altamente cualificado.

Más de 700 cursos.

11 áreas formativas.

Todas las modalidades.

Plataforma e-learning.



902 362 059 - info@hedima.es



Un suculento bocado de tranquilidad

Si se combinan unos excelentes productos de la tierra y una mente vanguardista, el resultado no puede ser otro que unos platos exquisitos. Salud y gastronomía se funden en los restaurantes del Hotel Termes Montbrió, todo ello acompañado de un entorno espectacular.



El Hotel Termes Montbrió, situado en la población de Montbrió del Camp (Tarragona), a pocos minutos de las mejores playas de la Costa Daurada y de ciudades como Tarragona y Reus, es en la actualidad uno de los establecimientos balnearios más modernos del termalismo español.

Ubicado en una finca histórica, la Horta Florida, cuyos orígenes se remontan a 1643, fue inaugurado en 1996 por Domènec Tormtras. La belleza de su jardín botánico de plantas centenarias aunado a su estratégico enclave geográfico en la Costa Daurada, se convirtieron en los cimientos de este espléndido Balneario pionero en España con la fórmula resort&spa.

Su centro termal de última generación está enfocado hacia programas de relajación y estética supervisados por un equipo médico. Todas las técnicas hidroterápicas están presentes y las complementarias abarcan un amplio abanico que incluye medicina estética.

Gastronomía de altura

La gastronomía en el Hotel Termes Montbrió merece un punto y aparte en el arte de conseguir combinar succulentos manjares bajos en calorías. Dispone de dos restaurantes especializados en cocina autóctona y de mercado. El Restaurante Goya y el Grill Miró, éste último al aire libre y envuelto de un jardín botánico centenario, ofrecen una gastronomía basada en productos de la tierra en los cuales prima la calidad.

Los dos espacios gastronómicos presentan una carta elaborada con una gran variedad de platos de temporada. Los restaurantes ofrecen también la posibilidad de menús dietéticos supervisados por la dirección médica de nuestro Centro Termal.





Milhojas de ternera y Mi-cuit de Pato con puré de patatas al aceite de trufa de Prades

Este plato se elabora con jarrete de ternera blanca en cocción lenta de 48 horas con matices y aromas de la tierra.

Ingredientes

Cantidades

Jarrete de ternera	100 gr.
Zanahoria	80 gr.
Cebolla	50 gr.
Tomate	70 gr.
Aceite girasol	0,01 lt.
Fondo de ternera	0,2 lt.
Vino tinto	0,1 lt.
Mi cuit	5 gr.
Mantequilla	50 gr.
Patatas de Prades	150 gr.
Trufa picada	5 gr.
Cebolla de Figueres	7,5 gr.
Vinagre de Módena	10 gr.
Azúcar	5 gr.

Sugerencia
del
chef

29

Elaboración:

Jarrete marcado: Reservar, hacer fondo de ternera con polvo, enfriar, marcar una brasa de zanahoria, cebolla y tomate, un poco de ajo, vino tinto reducido, mezclar todo y poner dentro la bolsa a vacío y cocer al horno a 68' durante 24 horas.

Enfriar, calentar un poco para tener la carne preparada para deshuesar, hacer rollo de la forma de un tubo y reservar.

Mi cuit: Cortar en rodajas 3 por milhojas. Montar los milhojas 4 laminas de jarrete, 3 de mi cuit.

Salsa vino de rioja: Reducir vino tinto a los $\frac{3}{4}$ y añadir el fondo del jarrete, ligar y montar con un poco de mantequilla. La salsa debe ser bastante oscura.

Puré: Hervir las patatas peladas, pasarlas por el pasa puré, añadir la trufa, sal y pimienta, cebolla, cortar en juliana, confitar en aceite, añadir el vinagre y azúcar y dejar reducir.



Las Caldas Villa Termal

30

Le proponemos un viaje en el tiempo para conocer uno de los Balnearios más encantadores del país. Un viaje por el pasado, presente y futuro donde nos dejaremos guiar por los sentidos, donde descubriremos el tesoro que guarda celoso el corazón de Asturias: la espléndida Villa Termal de Las Caldas.

Pasado

El secreto de las Aguas termales de Las Caldas se mantuvo en el saber de unos pocos hasta 1773, cuando Ventura Rodríguez ideó el proyecto del Balneario Real. Era el siglo XVIII, reinaba Carlos III y Las Caldas de Oviedo figuraba entre los pocos Balnearios con edificaciones propias para sus instalaciones.

En el siglo XIX se promueven una serie de reformas que dotan al conjunto de una belleza única: Se construye el Gran hotel, la pasarela de hierro y cristal, el salón de los espejos... En este tiempo, Las Caldas se convierte en el referente de los Balnearios españoles.



Presente

Inmersos en el Municipio de Oviedo descubrimos un paraje de indiscutible belleza: Las Caldas, y es ahí mismo donde se encuentra el Paraíso Termal del Principado de Asturias.

En el Valle del Nalón se ubica Las Caldas Villa Termal, que nos ofrece nuevas formas de experimentar con los sentidos. En un entorno natural incomparable, este complejo termal integra las instalaciones más vanguardistas con la arquitectura y tradición más clásica. Es el destino idóneo para quienes desean estar y sentirse bien. Todo ello en un marco natural único.

El complejo consta de varias instalaciones:

Gran Hotel Las Caldas (5 estrellas)

Ubicado igualmente en Las Caldas Villa Termal, nace de la restauración integral de varios edificios construidos en los siglos XVIII, XIX y XX. Un entorno único en el que revivir los mejores años de la Ilustración y disfrutar del diseño más vanguardista en confort y bienestar. Dos ambientes realmente diferentes pero perfectamente integrados.

Balneario Real

Sus modernas instalaciones se integran en el clásico edificio de La Casa de Ba-

ños que data de 1776, y donde tras una íntegra restauración, se ofrece una amplia gama de programas orientados a la salud, el bienestar y la belleza. Aquí se encuentra el original Centro Termal El Manantial, donde a través de espacios abovedados, se puede disfrutar de los beneficios de las Aguas de Las Caldas, famosas por su acción analgésica, sedante, antiinflamatoria, relajante y descontracturante debido a sus características físico-químicas.

Igualmente en este mismo edificio de la Casa de Baños se encuentra el capricho del Balneario: La Sala de las Columnas, un exclusivo espacio privado que recupera el



lujo de los tiempos clásicos y en las que en torno a una singular sala con piscina de flotación, se disponen diferentes zonas creadas especialmente para compartir nuevas sensaciones en pareja o pequeños grupos. La zona de tratamientos del Balneario Real se compone de 25 cabinas individuales y dobles donde disfrutar de diversas y originales técnicas personalizadas y asesoradas por profesionales.

Centro de Convenciones Viator

El Centro de Convenciones Viator ofrece salones polivalentes ambientados en diferentes estilos. Se trata de espacios flexibles en cuanto a capacidad y organización. Además, el departamento de eventos ofrece el asesoramiento y las soluciones profesionales necesarias para cada momento.

La capacidad, amplitud, luminosidad y versatilidad de sus salones unidos a la tradición gastronómica que ofrece su restaurante Viator, hacen que este Centro de Convenciones sea escenario idóneo para congresos, reuniones, incentivos, celebraciones y todo tipo de eventos familiares y empresariales.

Restaurante Viator

Para Las Caldas Villa Termal la restauración es un elemento fundamental: el paladar tiene mucho que decir. Por eso han confiado la cocina a un maestro: Luis Alberto Martínez, de Casa Fermín, uno de los templos gastronómicos de Asturias, cocina clásica actualizada, saberes antiguos y sabores renovados. La carta está basada en los mejores productos de cada estación: carnes, caza, pescados, la huerta... y las especialidades de la gastronomía asturiana, con menús saludables que se adaptan a la necesidad o los gustos del comensal.



Hotel Enclave

El Hotel recrea un ambiente urbano en medio de la naturaleza y nace con el mismo espíritu que el resto del complejo. Llama la atención no sólo por la amplitud de sus zonas comunes y habitaciones, sino también por su diseño moderno y funcional así como por la cálida decoración que hace resaltar el entorno natural y patrimonial.

Este nuevo hotel, inaugurado el 3 de diciembre de 2010, ocupa tres plantas, y se comunica internamente con el resto de las instalaciones de la villa. Cuenta, además, con un **Lounge Bar**, en el que clientes y visitantes podrán realizar comidas informales o tomarse una copa relajadamente. Los servicios se completan con una zona con puntos informáticos, así como espacios dedicados a zona comercial.

Futuro

Aquaxana Espacio Ecotermal: La hidroterapia del siglo XXI

Disfrutar del Agua y relajarse al aire libre es la filosofía que encierra Aquaxana, que además de seguir las últimas tendencias de la denominada arquitectura ecológica, vuelve a mirar a los orígenes de Las Caldas y su Manantial, y se abre bajo la tierra para crear un espacio de placer y salud espectacular. Es un nuevo concepto que abrirá en la primavera del 2011: un SPA en un jardín de más de 8.000 m².

Más de 800 metros cuadrados de piscinas de diversas formas y tamaños, áreas de hidroterapia y de relax se distribuyen por este complejo de nueva planta que se sumerge ligeramente bajo el nivel del suelo, pero que recupera la superficie vegetal que ocupó la obra y a los ojos es un jardín de formas redondeadas que esconde este espacio para el disfrute del Agua y de la naturaleza.

Instituto Vida Sana

Este Instituto representa un nuevo concepto de ocio saludable basado en la prevención y el cuidado personal. Cada una de sus unidades cuenta con los aparatos más modernos y completos y con profesionales expertos. Además, ofrece orientación y asesoramiento en salud, *-health coaching-* para alcanzar el bienestar físico y mental.

Por otro lado, el **Centro de Salud, Deporte y Rendimiento**, es idóneo tanto para deportistas de élite como para personas que practican ejercicio de manera habitual. Las Caldas Villa Termal, por medios y ubicación, es el espacio ideal para concentraciones y stages de pretemporada de equipos y selecciones al más alto nivel.



La formación, clave de futuro



La formación es uno de los pilares elementales de la calidad. El plan de formación realizado por Anbal en 2010 incluyó cursos dirigidos al personal de Balnearios centrados en las áreas de Hidrología y Tratamientos, Estética, Masajes y Gestión Balnearia.

Hedima, consultora especializada en la gestión, diseño e impartición de programas de formación continua para empresas e instituciones, ha llevado a cabo un plan de formación para Anbal que se ha extendido a lo largo del pasado año 2010.

Las acciones formativas orientadas al sector balneario se centraron en las áreas de hidrología, tratamientos, estética, masajes, gestión balnearia y otras áreas transversales como por ejemplo la Prevención de Riesgos Laborales. Los cursos se desarrollaron a lo largo del año en diferentes convocatorias, siendo la mayor parte de la formación impartida en modalidad a distancia y mixta; esta última es aquella en la que se combina la formación a distancia con la presencial.

Óscar Álvarez, técnico senior de formación de Hedima, destaca que “la valoración del plan de formación ha sido muy positiva, dada la gran respuesta por parte de los asociados y el interés que han demostrado durante el desarrollo del plan de formación. Además de su finalidad como herramienta de capacitación, mejora y actualización de conocimientos de los trabajadores, también supone una ventaja para los propios Balnearios, ya que acredita en determinadas áreas a sus trabajadores, formación que de otro modo tendrían que asumir y costear los propios centros, y que aporta un valor añadido en su prestación de servicios.”

En el plan de formación desarrollado a lo largo del año 2010 participaron un total de 235 alumnos, que realizaron distintos cursos adaptados a todos los perfiles profesionales. El cómputo global arroja un balance de más de 14.600 horas de formación impartidas, la mayor parte realizadas en modalidad a distancia.

En la formación a distancia, previa recepción del material didáctico, el alumno tiene a su disposición un tutor para realizar todas las consultas que considere oportunas durante el periodo formativo, así como para ampliar y profundizar sobre contenidos específicos que despierten mayor interés. La figura del tutor constituye un apoyo fundamental en la adquisición de los conocimientos.

Cabe destacar que los cursos impartidos en modalidad mixta incluyen una parte de formación presencial, cuya ventaja fundamental consiste en que los contenidos que el alumno considere más relevantes se tratan posteriormente en detalle con un formador especializado en la materia.

En el momento en que se completan las horas lectivas, la documentación pasa al Departamento de Tutorías donde se procede a realizar una exhaustiva valoración de la evolución del alumno a lo largo del periodo formativo. Si se supera esta prueba, se remite al alumno el título acreditativo emitido por ANBAL.



ACCIONES FORMATIVAS DEL PLAN DE FORMACIÓN ANBAL 2010

Animación turística

- Gestión del tiempo y control del estrés
- Comunicación en la empresa.
- Gestión de la calidad. Nueva norma ISO: 9001.2008.
- Organización y motivación de equipos de trabajo.
- Prevención de riesgos laborales en el sector hostelería.
- Idiomas para hostelería.
- Técnicas y aplicación de tratamientos. (baños termales, duchas de chorro, etc.)
- Técnicas culinarias en el sector de la hostelería.
- Protocolos de servicios de masajes
- Conocimiento del producto. Cosméticos, equipos para cuidados estéticos.
- Conocimientos de hidrología médica.
- Análisis de peligros y puntos de control crítico.
- Estética general.
- Servicios estéticos. Higiene, depilación, maquillaje.
- Masaje estético.
- Seguridad y salud aplicadas a Balnearios.
- La legionela en el sector alimentario.
- Poda en general.
- Gestión del programa de Termalismo Social del Imsero.
- Uso y mantenimiento de maquinaria de jardinería.
- Diagnostico y organización de servicios hidrotermales.
- Camarero de pisos.
- Calidad en el servicio.
- Gestión y buenas prácticas medioambientales.
- Técnicas de comunicación eficaz.
- Atención al cliente.
- Primeros auxilios.



Clasificación de las Aguas

Según las características de las Aguas Minero-Medicinales (composición química) de cada Estación Termal, así serán sus indicaciones terapéuticas.

Las Aguas **SÓDICAS** son estimulantes.

Las **SULFURADAS**, tienen una acción beneficiosa sobre la piel, el aparato respiratorio y locomotor.

Las **FERRUGIONOSAS**, ricas en hierro, favorecen la regeneración de la sangre, mejoran los casos de anemia y actúan positivamente sobre las enfermedades de la piel, además de colaborar con los regímenes adelgazantes.

Las Aguas **RADIATIVAS**, tienen efectos analgésicos para combatir el estrés, la ansiedad y las depresiones.

Las Aguas **SULFATADAS** tienen efectos laxantes y diuréticos.

Las **BICARBONATADAS** son recomendables para problemas del aparato digestivo.

Las **CARBÓNICAS** estimulan el apetito y favorecen el buen funcionamiento del aparato circulatorio.



ASOCIACIÓN NACIONAL DE BALNEARIOS

C/ Rodríguez San Pedro, 56 - 3º izq.

28015 · Madrid

902 11 76 22

anbal@balnearios.org

34

AEROSOL: Aplicaciones inhalatorias de Agua Minero-Medicinal, mediante aparatos especiales que producen partículas de vapor finísimas.

BAÑO: Es la técnica que consiste en la inmersión en el Agua Minero-Medicinal durante un tiempo y temperatura determinados.

BAÑO DE BURBUJAS: Inmersión en una bañera con Agua Minero-Medicinal, a la que se añade aire a presión

BAÑO DE HIDROMASAJE: Técnica de baño que consiste en añadir agua a presión con el fin de dar movimiento al Agua Minero-Medicinal para que actúe como masaje.

CHORRO A PRESIÓN: Aplicación del Agua Minero-Medicinal de forma manual con más o menos presión y continuidad.

CURA HIDROPÍNICA: Consiste en la ingestión oral de Agua Minero-Medicinal a un tiempo y ritmo determinados por el médico, con efectos terapéuticos.

DUCHA CIRCULAR: Aplicación del Agua Minero-Medicinal a baja presión con salida por múltiples orificios.

DUCHA ESCOCESA: Aplicación del Agua Minero-Medicinal alternando caliente y fría.

DUCHA VICHY: Masaje combinado seco y bajo Agua Minero-Medicinal.

ESTUFA DE VAPOR: Sala de vapor húmedo.

HIDROLOGÍA MÉDICA: Es la Ciencia que estudia las acciones de las Aguas sobre el organismo y su aplicación con fines terapéuticos.

INHALACIONES: Técnica inhalatoria de vapor y Agua Termal (vías respiratorias bajas).

LODOS: Barros que se forman al mezclar arcilla con el Agua Minero-Medicinal.

MANILUVIOS: Baño de las manos y parte de los brazos.

MASAJE MANUAL: Consiste en practicar fricciones o presiones sobre el cuerpo con las manos.

NEBULIZACIONES: Inhalaciones de gota gruesa.

PARAFANGOS: Es la mezcla de fangos o lodos con parafina para aplicaciones en una o varias partes del organismo.

PEDILUVIOS: Baño de los pies y parte de las piernas.

PULVERIZACIONES: Técnica inhalatoria de vapor y Agua Termal (vía respiratorias altas).

SAUNA: Calor seco en cabina.

VAPORARIO: Producción de vapor que se aplica al cuerpo humano con fines terapéuticos.

Balneario de Liérganes
(LIÉRGANES. Cantabria)

Termas de Liérganes
(LIÉRGANES. Cantabria)

Balneario de Valdelateja
(VALDEATEJA. Burgos)



Balneario de Cestona
(ZESTOA. Guipuzcoa)

Balneario Acuña
(CALDAS DE REIS. Pontevedra)

Baños de la Albotea
(CERVERA DEL RÍO ALHAMA.
La Rioja)

Balnearios Auténticos

Tel. 902 318 674
Fax 942 318 673
reservas@relaistermal.com
www.relaistermal.com

Los Balnearios Relais Termal
son auténticos remansos
de paz en un mundo de stress y ruidos,
un lugar donde reencontrarte contigo mismo
y con tu pareja,
donde volver a respirar y a sentirte único.
Encontrarás todo
lo auténtico que llevas dentro.





¡Por fin podemos disfrutar de la mejor atención!

En Sanyres cada residente es único. Ponemos a su disposición los mejores servicios además de un trato profesional y humano. Las comodidades de un hogar junto a la seguridad que ofrecen nuestros complejos.

RESIDENCIAS PARA MAYORES

www.sanyres.es

902 200 065

A Coruña / Córdoba / Huelva / Jaén / León / Logroño / Lugo / Madrid / Málaga / Valladolid

