

Fango terapéutico

Absorción de minerales y otras sustancias para el tratamiento de la artrosis

Desde siempre hemos escuchado las palabras dolor y reuma asociadas. Si nos trasladamos a cuando éramos niños recordamos a los abuelos diciendo que tenían un mal día porque el frío y la humedad les despertaban el reuma, y tal vez el dolor era tal que les impedía realizar los quehaceres de su vida diaria.

El “reuma” habitual en la gente mayor es definido técnicamente como artrosis, una enfermedad reumática con alteración degenerativa lenta y progresiva de la superficie cartilaginosa de las articulaciones. Los síntomas son principalmente el dolor, la rigidez, la incapacidad funcional de la articulación, la inestabilidad articular y los crujidos.

Las afecciones reumáticas ocupan un amplio campo de las patologías del aparato locomotor. Este tipo de afecciones suponen un importante problema socioeconómico y sanitario por su elevada frecuencia y el alto índice de discapacidad que produce.

Su presencia en España entre los mayores de 20 años, según el estudio de prevalencia de enfermedades reumáticas de la población española, es de un 10 %, y en los grupos de edad mayores de 60 años, asciende al 30 %. Se trata de una de las enfermedades músculo-esqueléticas que conlleva peor calidad de vida por la limitación física que produce.

Las principales articulaciones implicadas son manos, pies, rodillas, caderas y columna vertebral, aunque ello varía por sexos. La artrosis de rodillas y manos predomina en las mujeres, habiendo un ligero predominio masculino en la artrosis de cadera. Un informe reciente de la Organización Mundial de la Salud, indica que la artrosis está próxima a ser la cuarta causa más im-



portante de incapacidad en mujeres y la octava en varones; siendo los costes anuales atribuidos a tal patología muy altos.

Todo esto hace que nos preguntemos ¿qué hacían nuestros abuelos con ese dolor: se atiboraban de analgésicos?, ¿lo sufrían en silencio? No, iban a “tomar las aguas a un balneario”. Porque en nuestra mente está seguramente el recuerdo de la frase de nuestros mayores diciendo que ese año estaban mejor porque habían ido al balneario o, al contrario, que ese año notaban la falta de los barro y las aguas minero-medicinales que habían tomado el año anterior en ese mismo lugar.

Efectivamente, la terapia en el balneario, especialmente con el uso de fangos terapéuticos, era antiguamente una indicación para el tratamiento del dolor causado por la artrosis, y actualmente lo sigue siendo.

La fangoterapia consiste en la aplicación, por vía tópica, general o local, de fangos termales con un fin terapéutico. Constituye una de las diferentes técnicas que el paciente puede elegir en la cura termal del balneario, junto con las bañeras de agua sulfurosa, o

el ejercicio (fisioterapia), entre otras, consiguiendo así una rehabilitación más global. La fangoterapia, gracias a la investigación de los últimos años, ha demostrado que el paso de minerales y otras sustancias a través de la piel intervienen en sus acciones terapéuticas, fundamentalmente mediante mecanismos antiinflamatorios. El fango terapéutico se considera un medicamento natural con acciones analgésicas y antiinflamatorias que debe ser aplicado bajo prescripción médica.

La mayor parte de los fangos que se utilizan en la actualidad en los balnearios están compuestos por arcillas o turbas, mezcladas con agua minero-medicinal. Después de un proceso de maduración, que puede ser de apenas unos días hasta varios meses, adquieren la consistencia adecuada para su aplicación y logran un intercambio de minerales.

Caso clínico

Roberta, de 65 años, acude a la consulta por dolor en la espalda, específicamente en la región cervical y lumbar de la columna vertebral. Refiere que el dolor a veces es intenso en la región de las

caderas. Empieza siendo peor por las mañanas, pero cuando se pone en movimiento va mejorando poco a poco.

Su preocupación fundamental es que tiene que estar ágil para cuidar a su madre de 85 años y cada vez le cuesta más agacharse para poder atenderla. Comenta haber estado el año pasado en el Balneario de Caldes de Boi y haber presentado una gran mejoría después de recibir durante diez días la aplicación de los fangos.

Este año no ha podido ir al balneario al haber sido intervenido su marido. Cuando se enteró que podía acceder a ponerse este fango en la ciudad de Barcelona, le pareció una herramienta a aprovechar. Sabía que no sería lo mismo que hacer tratamiento en el balneario. Allí había bebido aguas que le habían aportado minerales, había realizado diariamente baños en agua sulfurada, junto con la aplicación de los fangos para artrosis y el ejercicio físico diario.

Tratamiento

Tras el examen físico completo de la paciente, el diagnóstico de base es artrosis que afecta a regiones cervical, lumbar y caderas. Se indican 10 sesiones del fango sulfuroso en región cervical, lumbar y caderas a una temperatura de 43-45° durante 20 minutos.

Mientras se aplica el fango, la terapeuta realiza un masaje de pies (reflexología podal) en combinación con aceites para el tratamiento del dolor, y para lograr la relajación de la musculatura contracturada a causa de la deformación articular.

Al retirar el fango se hace un masaje con aceite de almendra de base y aceite esencial específico para la patología reumática.

Los masajes actúan junto al calor del fango y con el efecto del sulfuro relajan la musculatura. El sulfuro tendrá un efecto a largo plazo junto con el resto de los minerales del fango (magnesio, calcio y silicio) como agentes antiinflamatorios.

Evolución:

El tratamiento fue de dos sesiones semanales. Desde la primera sesión la paciente me comenta la sensación de revitalización, ligereza y de menor dolor que percibe desde el inicio del tratamiento. Asimismo me comenta el bienestar que le produce sentirse cuidada íntegramente.

La paciente es consciente que el tratamiento del fango en un centro en la ciudad es una ayuda para pasar el invierno, que le permite no utilizar analgésicos y continuar con sus obligaciones de la vida diaria.

En la evaluación final la médica y la terapeuta consideramos la necesidad de animar a la paciente a seguir con los cuidados de su cuerpo desde un nuevo campo: la Reeducción Postural Global (R.P.G.). Frente al argumento de que no tiene tiempo porque tiene que cuidar a su madre le orientamos a consultar con la asistente social del equipo para que se asesore sobre las ayudas de las que puede disponer actualmente tanto a nivel público como privado.

Muchos pacientes sufren dolores a causa de la artrosis. La terapia balnearia tiene demostrada sus efectos beneficiosos para la mejoría de los síntomas. Sin embargo, poder hacer llegar un elemento como es el fango a la ciudad para que pueda ser aprovechado por los pacientes que por alguna razón no pueden trasladarse a los manantiales, permite que de alguna manera la naturaleza se acerque a la ciudad.

LORENA VELA (MÉDICA HIDRÓLOGA)
AUREA GÓMEZ (TERAPEUTA MANUAL)

**ASISTENCIA SANITARIA
ESPECIALIZADA EN MEDICINA
NO CONVENCIONAL**

MEDICINA NATURISTA

MEDICINA HOMEOPÁTICA

**MEDICINA TRADICIONAL CHINA.
ACUPUNTURA**

**GINECOLOGÍA
Y MEDICINA DE LA MUJER**

**PSICOLOGÍA
Y DESARROLLO PERSONAL**

OSTEOPATÍA

TERAPIAS MANUALES

FISIOTERAPIA GLOBAL ACTIVA

SOFROLOGÍA

ESTÉTICA NATURAL



PARA AMPLIAR INFORMACIÓN:

www.integralcentremedic.com

Teléfono: 934 677 420

C/ Diputación, 321, 1º 1º. 08009 Barcelona

info@integralcentremedic.com