

LUÍS RODRÍGUEZ MÍGUEZ

Salud y termalismo

14 DE DICIEMBRE DE 2006

LUÍS RODRÍGUEZ MÍGUEZ

SANTIAGO DE COMPOSTELA (1932).

DOCTOR EN MEDICINA. PROFESOR DE HIGIENE Y MEDICINA PREVENTIVA DE FACULTAD DE MEDICINA DE SANTIAGO.

FUE JEFE PROVINCIAL DE SANIDAD DE OURENSE; DIRECTOR XERAL DE SAÚDE PÚBLICA EN LA CONSELLERÍA DE SANIDADE DE LA XUNTA DE GALICIA; MIEMBRO DE HONOR Y PRESIDENTE DE LA ACADEMIA MÉDICO-QUIRÚRGICA DE OURENSE; DIRECTOR-DELEGADO DA ESCOLA UNIVERSITARIA DE ENFERMERÍA DE OURENSE; ACADÉMICO NUMERARIO Y MENCIÓN DE HONOR DE LA REAL ACADEMIA DE MEDICINA Y CIRUGÍA DE GALICIA; «SILLÓN» HIDROLOGÍA MÉDICA Y VICESECRETARIO DE LA JUNTA DE GOBIERNO. MEDALLA DE OURO DA VILADO CARBALLIÑO. PRIMERA MEDALLA DE ORO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE OURENSE (UNIVERSIDAD DE VIGO).

DESTACADO IMPULSOR DEL TERMALISMO EN GALICIA Y ESPAÑA.

SOCIO FUNDADOR DEL TEATRO DE CÁMARA *DI-TEA*. SU LIBRO, *CONTOS DE VILAGO DE RIBADELA*, RETRATA LOS PERSONAJES QUE MÁS LE IMPACTARON DE SANTIAGO EN SU INFANCIA Y JUVENTUD.



«In memoriam»
Al Doctor Quintanilla

Agradecimiento
Al Doctor Rey Seijo

Invocación:
«¡Qué tiempos en los que hay que luchar
hasta para demostrar lo evidente!»

INTRODUCCIÓN

Un problema y una cuestión.

- A) Problema de forma. Dado el tiempo de que disponemos la exposición será ‘cuasi’ telegráfica.
- B) Cuestión de fondo. Llevar al ánimo de los asistentes que la obligación de una colectividad es la promoción de lo específico.

La actitud científica ante un problema debe basarse en el relativismo como dogma ideológico.

«Tener fe y no creer», predica Claudio Bernard. «As cousas son ‘asegún’», proclama Vicente Risco. «Las ideas se tienen. En las creencias se está», sostiene Ortega y Gasset.

Vivimos instalados en dos mundos: el imaginario y el real. La realidad percibida es siempre virtual según la interpretación, que puede ser mágica o racional. Más que la realidad, cuentan las percepciones, las creencias. No hay hechos objetivos, sólo interpretación de los hechos.

Al fin y al cabo... Una de las cosas que hacen agradable la vida es saber que todo es un cuento. Mejor o peor contado, pero un cuento.

CUENTO PRIMERO

Esquema del ser humano

El ser humano es el ser biológico que nace más inmaduro. El fondo biológico está determinado por la herencia (cruces y selección de parejas) y el ambiente físico-químico-biológico. La acción del ambiente social sobre el fondo biológico va haciendo el hombre. Los dos factores más importantes del ambiente social son la información y el amor-apoyo. Ambos son captados a través de los sentidos y enviados al diencéfalo, abriendo así la puerta para que sea transmitido con el tono afectivo correspondiente a la corteza cerebral, la que no sólo lo almacena sino que le sirve de estímulo para su desarrollo y programación.

El hombre (en el sentido etimológico, comprendiendo varón y mujer) con ideales se convierte en persona (*per sonare*, para sonar, trascender), nombre de la máscara que utilizaban los actores antiguos para ser oídos desde las últimas filas.

Salud

Etimología: del latín, *salus-salutis*, del sánscrito, *sarva*, íntegro; *sarvatati*, integridad, solidez, conjunto perfecto.

Todo el mundo sabe lo que es la salud hasta el momento de definirla. Al igual que le pasaba a San Agustín con el tiempo: «¿qué es el tiempo? Si nadie me lo pregunta, lo sé; si quiero explicarlo al que me lo pregunta, no lo sé».

Andrija Stampar (1888-1958), higienista yugoslavo, definió así la salud: «estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente ausencia de enfermedad».

La definición de Andrija Stampar fue aceptada por la Organización Mundial de la Salud en 1946 y proclamada como primer principio básico de la Organización el 7 de abril de 1948. Críticas: no es un estado, es un proceso; no es una fotografía, es una película. Varía a lo largo del tiempo de las personas y de los países. No puede equipararse a bienestar.

Componentes del Bienestar

- Salud. Condiciones demográficas.
- Consumo de alimentos y nutrición.

- Educación.
- Condiciones de trabajo.
- Empleo.
- Vivienda.
- Consumo y ahorro globales.
- Transportes.
- Vestimenta.
- Recreo y esparcimiento.
- Seguridad social.
- Libertades humanas.

OIT, UNESCO, FAO, OMS. Nueva York. 1953

La salud es posible sin bienestar. El bienestar requiere la salud. La salud y el bienestar nunca son completos; como la edad, son relativos. Hay grados de salud y bienestar, al igual que de inteligencia, ecuanimidad, belleza. El situar la salud en el cénit (ausencia de enfermedad) es hacer de la enfermedad una categoría universal.

La salud no puede considerarse como una acción negativa. La paz no es la ausencia de guerra. Ambas, salud y paz, son acciones positivas de creación continua.

La salud no es un fin en sí mismo. Sin salud el bienestar no puede ser alto. Si la salud no es todo, el resto sin ella no es nada. La salud no tiene precio, pero cuesta dinero.

El postulado de la OMS hay que considerarlo como un objetivo, una meta inalcanzable; se alcanza un horizonte, aparece otro en lontananza; una entelequia, un desideratum.

De la definición de «estado de completo bienestar físico, mental y social», sólo se acepta lo de «y no solamente la ausencia de enfermedad», en el sentido de que, además de curar la enfermedad, se puede prevenir y, lo que es más novedoso, hay posibilidad de promocionar (aumentar) el grado de salud.

Para situar actualmente el concepto de salud una vez más hay que retornar a los clásicos, en concreto a Hipócrates (siglo V a.C. -siglo IV a.C.). El padre de la medicina hace descender la medicina del cielo a la tierra con su tratado *De los aires, de las aguas, de los lugares*. La salud o la enfermedad no son consecuencias de la voluntad de los dioses, sino que dependen de las condiciones ambientales; y al mismo tiempo formula el concepto de sanatorio, «lugar que sana».

Salud: concepto ecológico: equilibrio del individuo consigo mismo y con el ambiente físico, mental y social. «Yo soy yo y mi circunstancia y si no la salvo a ella no me salvo a mí». (Ortega).

Salud

- OMS: (objetivo inalcanzable) estado de completo bienestar, físico, mental y social y no sólo la ausencia de enfermedad.
- ECOLÓGICO: (objetivo práctico) equilibrio del individuo consigo mismo y con el ambiente físico, mental y social.

Ejemplos de influencias ambientales: Sueños infantiles:

- Niño norteamericano: ser piloto. Niño inglés: ser científico molecular. Niño alemán: ser médico. Los niños africanos sólo quieren tener la oportunidad de vivir. (Folasade Olodude, pediatra investigadora, Gambia).

Posibilidades en relación con la salud:

En Escocia, donde nací, la muerte era algo inminente.

En Canadá, donde me formé, algo inevitable.

En California, donde vivo, algo optativo.

(Ian Morrison, canción)

Actuaciones sobre la Salud

- Promoción, aumentar el grado de salud.
- Protección, prevenir la enfermedad.
- Restauración, curación de la enfermedad.
- Rehabilitación, mitigar las secuelas.

La promoción y protección de la salud, en tanto que para unos debe ser responsabilidad y actividad del gobierno, para otros es una forma de «mimar» a las masas, aparte de interferir en los derechos privados

Ejemplos de la reacción del pueblo ante la salud pública (intervención del Estado en los problemas de salud)

- Inglaterra. Siglo XIX: la salud pública era considerada una interferencia en la libertad del individuo que se oponía al «derecho de ser sucios». (Ann Beck-Storre)
- Actualidad. Aceptación buena de la medicina curativa, regular de la medicina preventiva, nula en la promoción de la salud por dificultad de la modificación de los estilos de vida

La promoción de la salud se logra creando estándares de vida aceptables, fácil acceso a la educación, buenas condiciones laborales, desarrollo de actividades físicas, descanso adecuado, ocupación saludable del ocio.

Enfermedad

Etimología. Del latín: *In-firmitas*: no firmeza

Mal ajuste del individuo con el ambiente. Intento infructuoso del individuo de adaptación a los factores adversos del ambiente.

La enfermedad es un componente inevitable de la vida humana. Incluso hay una forma sana de vivir la enfermedad. Todos tenemos un tanto de enfermedad; el tipo sano es un ente de razón.

«La salud es un estado transitorio precursor de nada bueno». (Jules Romain.-*Doctor Knock o el Triunfo de la Medicina*).

La lucha con el medio, por el cual la vida se sostiene, es causa de un tanto de perturbación, de desviación de salud. Incluso un individuo puede «decidir» ponerse enfermo en busca de satisfacción. La salud y la enfermedad no son situaciones opuestas, sino una variación del proceso de adaptación del individuo al ambiente, que influye más que la herencia; nos parecemos más a nuestros contemporáneos que a nuestros progenitores. Salud y enfermedad que pueden considerarse como un fenómeno espectral; entre ambas situaciones no hay un límite preciso.

Prevención de la enfermedad: efectiva si no exige participación activa de la población. «Cuando empecé a predicar que el cigarrillo es culpable del cáncer de pulmón, perdí algunos amigos. Al advertir que bebiendo whisky se puede producir cáncer de boca y esófago perdí todavía más y desde que dije que en las monjas no se desarrolla cáncer de útero, me quedé completamente solo». (Ernest L. Wyder. Investigador americano del New York Sloan-Kettering Institute. XIV Congreso para la educación médica de Berlín).

Factores fundamentales de salud:

Tres A y Tres cincos.

A. Aire. Se resiste 5 minutos sin respirar

A. Agua. Se resiste 5 días sin beber

A. Alimentos. Se resiste 5 semanas sin comer

Factores principales de enfermedad:

Tabaco

Alimentación

Sedentarismo

CUENTO SEGUNDO

Agua. La vida es agua, sin agua no hay vida. El agua, molécula simple y extraña, es considerada como el líquido de la vida. «El agua es el principio de todas las cosas, y las plantas y los animales no son más que agua condensada». (Thales de Mileto)

Es la sustancia más abundante en la biosfera, donde se encuentra en sus tres estados. Es el componente mayoritario de los seres vivos, pues entre el 65 y el 95% del peso de la mayor parte de las formas vivas es agua.

Desde el principio de la Historia de la humanidad el agua tuvo la máxima importancia, como lo señala la etimología de la palabra «rivalidad». Eran *rivales* los ribereños al competir por el uso de una misma agua

Historia

- Hasta el siglo XVIII era considerada un elemento (cuerpo simple), junto con el aire, la tierra y el Fuego.
- Siglo XVIII: Lavoisier, Laplace, Monge, Menier demuestran que es un compuesto de Hidrógeno y Oxígeno.

Singularidad

Única sustancia que se puede presentar en las mismas condiciones ambientales en los tres estados: sólido, líquido o gas.

Características

Por su fórmula debería ser un compuesto gaseoso, venenoso, de propiedades similares a las del sulfuro de hidrógeno. SH₂

Un químico que nunca hubiera visto el agua basándose únicamente en su fórmula, de seguir las leyes generales de sus «parientes», los hidruros, la consideraría como un gas venenoso.

Esto se entendería mejor si en vez de la fórmula H₂O se presentase _ OH₂; - NH₂ - SH₂ _ etc.

Sus características excepcionales se explican por el tipo de unión de sus átomos.

Los electrones de O₂ atraen con más fuerza que los de H. En NH₃, CH₄, SH₂, los ángulos de enlace son de 90°, en el caso del agua los dos enlaces H_O_H forman entre sí un ángulo de 104° 26'

Considerar el agua como un compuesto anormal puede sonar a paradoja. Su extraño comportamiento la convierte en una sustancia diferente a la mayoría de los líquidos. Posee una extraña reaccionabilidad y unas propiedades físicas y químicas responsables de su importancia biológica.

Es la única sustancia común que, cuando se congela, se expande, al contrario de lo que ocurre con las demás. En consecuencia, el agua sólida (hielo) tiene una densidad menor que el agua líquida. Esta propiedad del agua hace que el hielo flote en el agua líquida y, en consecuencia, las grandes cantidades de agua se congelan de arriba hacia abajo, lo que hace posible la vida acuática en los lugares de clima frío.

El agua líquida, debido a su gran capacidad calorífica (1 cal/g °c), puede almacenar gran cantidad de energía calorífica sin cambiar mucho su temperatura.

CUENTO TERCERO

Agua y salud.

Tipos de agua, desde el punto de vista sanitario: común, marina, mineromedicinal

1. Agua común. Hidroterapia. *hidro* - agua, *therapeia* - curación.
Acciones: Calor. Principio de flotación.
2. Agua de mar. Talasoterapia. Neologismo propuesto por «La Bonnardiere» en 1867.
Del griego: *thalassa* - mar; *therapeia* - curación.
Aprovechamiento de las propiedades curativas del yodo, el azufre, el calcio y el magnesio que contiene el agua de mar para alivio de determinadas dolencias.
3. Aguas minero-medicinales. Su aplicación se denomina: Balneoterapia, de *balneum*- baño. Crenoterapia, de *crenos* - manantial y *therapeia* - curación.

La utilización de las aguas minero-medicinales también se denomina termalismo, que se puede definir como una metodología sanitaria complementaria, carente de toxicidad, ampliamente reconocida en el mundo a lo largo de la historia.

El termalismo se aplica en establecimientos sanitarios llamados balnearios. Un balneario no es un hospital ni un centro de salud al uso. No cura milagrosamente; cuida, previene y alivia.

CUENTO CUARTO

Método científico

1. Definición del problema.
 - A) Naturaleza: valor. «Qué» se estudia.
 - B) Importancia: prioridad. «Por qué» se estudia.

2. Determinación de objetivos.

A) Inmediato: métodos. «Cómo» se realiza.

B) Final: aplicaciones. «Para qué» se estudia.

3. Definición de términos.

A) Lenguaje científico. Precisión. Afina en el concepto, aclara y define las ideas y su significado. «Una ciencia no es más que un lenguaje bien hecho». (Condillac).

B) Lenguaje vulgar. vaguedad. Lenguaje coloquial: Vago, impreciso y ambiguo.

«Los poetas cantan la infinidad de estrellas que pueblan los cielos visibles; el astrónomo querrá establecer su número exacto».

Últimamente se le cambia el nombre a todo, y casi no da uno abasto para ponerse al día. Cuando a algo se le quiere dar un nuevo «aire», se le cambia el nombre, y sigue con el mismo contenido:

Ambulatorio, consultorio. Residencia, hospital. Productor, obrero

CUENTO QUINTO

Planteamiento general

En cierta manera vamos a exagerar, conscientes de que en toda exageración suele haber un punto dramático de verdad.

La definición de términos, la precisión científica ¿es posible en un gallego?. «Soy gallego y esa es la razón de que tenga una parte mágica y otra racionalista» (Torrente Ballester, septiembre, 1997). «Yo no creo en las meigas, pero haberlas haylas».

La principal característica del punto de vista enxebre es la indefinición, o mejor, la exigencia de definiciones «a la carta». En la tierra de Breogán todo es relativo. La contestación más directa se concreta con otra pregunta.

Incluso el himno gallego comienza preguntando: ¿Que din os rumorosos...

Precisión en las cantidades: «Un pouco máis dun metro escaso». «La camisa cuesta mil quinientas y pico justas».

Explicaciones a la gallega: «Aquí pasou o que pasou». (Iglesias Corral). «Lo que pasó, ya pasó». (Mariano Rajoy).

Toda ley tiene su «no obstante».

Ley 5/1995, de 7 xuño de regulación das augas minerais, termais, de manancial e dos establecementos balnearios da comunidade autónoma de Galicia (Diario Oficial de Galicia, nº 118 bis, 21vi-1995)

Artigo 22

1. Os establecementos balnearios son aqueles que, estando dotados dos medios axeitados, utilizan as augas minero-medicinais declaradas de utilidade pública con fins terapéuticos e preventivos para a saúde. Considéranse establecementos sanitarios e, como tales, quedan suxeitos ó disposto na lexislación sanitaria.

2. Correspóndelle á consellería competente en materia de sanidade a competencia para establece-los requisitos técnicos e as condicións sanitarias mínimas de apertura de balnearios, así como o procedemento para outorga-la autorización sanitaria previa en canto a súa creación, modificación ou peche.

Para os efectos da presente lei, as instalacións que non cumpran os requisitos establecidos non poderán te-la denominación de balneario.

NO OBSTANTE....

3. Estes establecementos poderán dispoñer de instalacións de complemento turístico, de lecer e industriais, que quedarán sometidas ás súas normativas específicas.

¿Fin sanitario? ¿Fin turístico? De acordo con el consabido «no obstante», en lugar de destinar los balnearios gallegos al fin primordial, el sanitario, pueden ser centros turísticos, incluso utilizando agua mineromedicinal como agua común.

La diferencia está en el agua y en su aplicación. El agua común de los tratamientos de hidroterapia puede haberla en cualquier lugar. El agua de mar para tratamientos de talasoterapia se halla en el litoral marítimo. Las aguas minero-medicinales aptas para la balneoterapia sólo se encuentran donde hay un manantial.

Galicia es una de las regiones del mundo más rica en cantidad, calidad y variedad de aguas minero-medicinales. Toda comunidad tiene la obligación de promocionar lo autóctono y en su fin prioritario.

Los balnearios gallegos, de antigua tradición, en proceso de una profunda modernización de sus instalaciones, son muy completos para toda clase de tratamientos sanitarios por medio de bebida, baños, inhalaciones, chorros, duchas, peloides, etc.

Se debe potenciar el aprovechamiento de sus excelentes aguas minero-medicinales con unas instalaciones adecuadas que auguran un brillante futuro (sanitario y económico) de esta riqueza de Galicia.

«El futuro ya está aquí. Lo que pasa es que todavía no está bien distribuido».
(William Gibson).

El futuro no es lo que era; ni tan siquiera lo que es.

Se empieza sin saber lo que se va a decir y se termina sin saber lo que se ha dicho. GRACIAS.

14, Diciembre 2006. La Voz de Galicia.

OFERTA DE OCIO

AULA MAGNA DEL EDIFICIO DE SERVICIOS
GENERALES DE LA ARMADA | 19.30 HORAS

Salud y termalismo

■ En el marco del ciclo de conferencias de la cátedra Jorge Juan, el profesor Luis Rodríguez Míguez, ex director de Salud Pública de la Xunta, imparte esta tarde una conferencia que lleva por título *Salud y Termalismo*. La charla tendrá lugar en el aula magna del Edificio de Servicios Generales (calle María, 224).



Un intre da conferencia de Luis Rodriguez

CARLOS CARRALLEIRA

CÁTEDRA JORGE JUAN

O doutor Rodríguez Míguez falou sobre as augas mineromedicinais en Galicia

■ O doutor Luis Rodríguez Míguez participou onte no ciclo de conferencias da Cátedra Jorge Juan –dirixidas polo tamén médico Adolfo Rey Seijo-. Este experto no termalismo en Galicia e membro da Academia Galega de Medicina e Cirurxia falou precisamente do potencial neste ámbito da Comunidade, que el axudou a dar a coñecer e a promocionar con diferentes iniciativas. De feito, isto foi o tema da súa tese de doutoramento.