

TERMALISMO SOLIDARIO Y ACCESIBLE PARA EL TRATAMIENTO DE LA PIEL

SOLIDARY AND ACCESSIBLE THERMALISM FOR SKIN TREATMENT

Autoras:  María Reyes Pérez Fernández ^(1,2),  M^a Milagros Fernández Varela ^(1,2), Natalia Fariñas Valiña ⁽¹⁾,  Natalia Calvo Ayuso ^(2,3).

(1) Escuela Universitaria de Enfermería, Campus de Ourense (adscrita Universidad de Vigo). Servizo Galego de Saúde (España).

(2) Grupo de Investigación Estilos de vida y Termalismo. Instituto de Investigación Biosanitaria Galicia Sur, Vigo (España).

(3) Facultad de Ciencias de la Salud. Campus de Ponferrada, Universidad de León (España).

Contacto (*): María.Reyes.Perez.Fernandez@sergas.es

Fecha de recepción: 19/07/2023

Fecha de aceptación: 21/07/2023

Pérez-Fernández MR, Fernández-Varela MM, Fariñas-Valiña N, Calvo-Ayuso N. Termalismo solidario y accesible para el tratamiento de la piel. *Enferm Dermatol.* 2023; 17(49): e01-e02. DOI: 10.5281/zenodo.8209784

EDITORIAL:

La enfermería, tanto de atención especializada como de primaria, presta sus cuidados cada día a un mayor número de usuarios con patologías crónicas y polimedicados. Esta circunstancia, hace que sea relevante conocer y dominar otros recursos terapéuticos alejados de los fármacos y que estén respaldados por la evidencia científica, como los relacionados con un estilo de vida saludable⁽¹⁾. Como estilo de vida saludable se entiende la eliminación o disminución de hábitos tóxicos, la realización de una alimentación más saludable y la práctica de actividad física⁽²⁾.

No obstante, algunos profesionales tenemos a nuestro alcance la posibilidad y el privilegio de utilizar otro aspecto del estilo de vida saludable menos conocido, una herramienta natural, complementaria, no tóxica y segura, que ha demostrado su eficacia a lo largo de los siglos. Estamos hablando de la crenoterapia, es decir, el uso del agua mineromedicinal con fines terapéuticos o de fomento de la salud⁽³⁾.

Habitualmente, relacionamos la crenoterapia con el uso que se hace de ella en instalaciones privadas creadas para tal fin: los balnearios. No obstante, existen lugares donde los beneficios y surgencias de agua mineromedicinal están gratuitamente al alcance de la ciudadanía, en forma de termas públicas o semipúblicas, siendo el uso tópico una de las mayores ventajas que ofrece por su rápida absorción a través de la piel⁽⁴⁾, y al que pueden acudir personas que quieren mejorar determinados problemas de salud, disfrutar como recreo o, incluso, ser destino turístico⁽⁵⁾.

Actualmente, este nuevo modelo de termalismo social y público no es común ni frecuente encontrarlo, dadas las reticencias planteadas para su expansión por el modelo tradicional, ya que, los balnearios lo consideran su competencia. No obstante, es un modelo de gran éxito en

países como Japón, con gran tradición de uso del agua mineromedicinal, y que en su oferta termal, están presentes con gran éxito tanto los balnearios privados como las termas públicas.

En la provincia de Ourense (Galicia, España), disfrutamos de este nuevo modelo termal gratuito, solidario, público, accesible y generador de riqueza ^(Imágenes 1 y 2). Contamos con ocho espacios de gran belleza que albergan numerosas termas, donde mana de forma espontánea agua mineromedicinal al alcance de toda la ciudadanía. Estas termas son utilizadas diariamente por numerosos usuarios con el fin de mejorar su salud.

Los pacientes con problemas de origen reumático o dermatológico suelen ser los usuarios más comunes, dadas las características de sus aguas termales, del tipo bicarbonatadas sódicas y con una baja concentración de azufre⁽⁶⁾. Concretamente, este tipo de aguas poseen una gran carga microbiana de algas y bacterias, y tienen un efecto queratoplástico, es decir, facilitan la regeneración de la epidermis y la reconstrucción de la barrera epidérmica. Además, provocan un efecto vasodilatador⁽⁷⁾, siendo muy recomendables en procesos dermatológicos como los eczemas, la dermatitis atópica o la ictiosis⁽⁸⁾.

Respecto a la dermatitis atópica, enfermedad inflamatoria crónica de la piel, que afecta hasta al 20 % de los niños y 10 % de los adultos⁽⁹⁾, la calidad de vida se ve muy afectada debido al prurito, la mala calidad del sueño y las lesiones cutáneas localizadas en áreas visibles. Sin embargo, se ha demostrado que la crenoterapia con agua termal de manantial puede competir y obtener iguales resultados que los corticosteroides tópicos de potencia media en niños con dermatitis atópica de leve a moderada⁽¹⁰⁾.

Esta enfermedad, como algunas otras más, está asociada con desequilibrios en la composición de la microbiota de la

EDITORIAL CIENTÍFICA

piel. Se ha demostrado que los baños con agua termal normalizan la diversidad microbiana. Concretamente, un estudio realizado con agua termal probiótica de La Roche Posay regula el equilibrio alterado de la microbiota de la piel en diferentes patologías dermatológicas inflamatorias⁽¹¹⁾.

Así mismo, un artículo publicado por investigadores portugueses ha demostrado que el agua termal posee propiedades antimicrobianas contra los principales patógenos responsables de varias enfermedades dermatológicas⁽¹²⁾.

Ante tales argumentos, la recomendación de uso de agua termal podría ser, por parte de la enfermería, una herramienta a contemplar como coadyuvante terapéutico en diferentes problemas dermatológicos.

BIBLIOGRAFÍA

1. Oikarinen A, Engblom J, Kääriäinen M, Kyngäs H. The effects of Risk Factor-Targeted Lifestyle Counselling Intervention on working-age stroke patients' adherence to lifestyle change. *Scand J Caring Sci.* 2017 Sep;31(3):555-568. doi: 10.1111/scs.12369.
2. Pérez-Fernández MR, Almazán Ortega R, Martínez Portela JM, Alves Pérez MT, Segura-Iglesias MC, Pérez-Fernández R. Hábitos saludables y prevención de la osteoporosis en mujeres perimenopáusicas de un ámbito rural. *Gac Sanit.* 2014; 28(2):163-5. doi:10.1016/j.gaceta.2013.09.006.
3. De Macedo Antunes JD, Vago Daher D, de Araújo Giaretta, Muniz Ferrari MF, Salazar Posso MB. Hidroterapia e crenoterapia no tratamento da dor: revisão integrativa. *BrJP.* 2019;2(2):187-198. doi: 10.5935/2595-0118.20190033.
4. Pratzel HG. Acción de las aguas mineromedicinales. Efectos generales de las aplicaciones tópicas. *Bol Soc Esp Hidrol Med.* 1993;8(1):33-8.
5. Hellmann F, Drago LC. Termalismo e crenoterapia: potencialidades e desafios para a saúde coletiva no Brasil. *J Manag Prim Heal Care.* 2017; 8(2):309-321.
6. Quattrini S, Pampaloni B, Brandi M L. Natural mineral waters: chemical characteristics and health effects. *Clin Cases Miner Bone Metab.* 2017; 13(3): 173-180.
7. Meijide R, Mourelle ML. Afecciones dermatológicas y cosmética dermatoterma. En: Hernández Torres A (coord.) *Técnicas y Tecnología en Hidrología Médica e Hidroterapia.* Madrid: AETS-ISCIII: 2006. p.175-94.
8. Carbajo JM, Ubogui J, Vela L, Maraver F. Aguas sulfuradas y psoriasis. *Medicina Naturista.* 2018; 12(1): 58-60.
9. Patruno C, Fabbrocini G, Napolitano M. Clinical phenotypes of atopic dermatitis of the adult. *Ital J Dermatol Venereol.* 2021 Dec;156(6):721-722. doi: 10.23736/S2784-8671.20.06532-3.
10. Farina S, Gisondi P, Zanoni M, Pace M, Rizzoli L, Baldo E, Girolomoni G. Balneotherapy for atopic dermatitis in children at Comano spa in Trentino, Italy. *J Dermatolog Treat.* 2011 Dec;22(6):366-71. doi: 10.3109/09546634.2010.512950.
11. Zeichner J, Seite S. From Probiotic to Prebiotic Using Thermal Spring Water. *J Drugs Dermatol.* 2018 Jun 1;17(6):657-662. PMID: 29879253.
12. Oliveira AS, Vaz CV, Silva A, Ferreira SS, Correia S, Ferreira R, et al. Chemical signature and antimicrobial activity of Central Portuguese Natural Mineral Waters against selected skin pathogens. *Environ Geochem Health.* 2020 Jul;42(7):2039-2057. doi: 10.1007/s10653-019-00473-6.



Imagen 1. Piscina termal de As Burgas, Ourense. (Fuente: <https://www.turismodeourense.gal/recurso/piscina-termal-de-as-burgas/>).

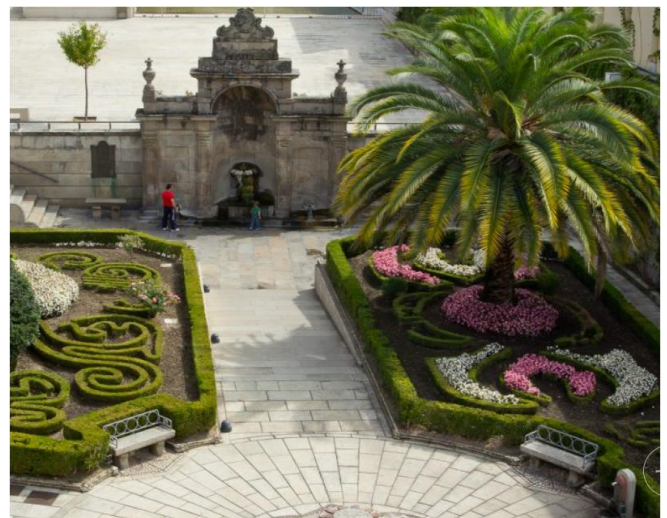


Imagen 2. Fuente termal de As Burgas, Ourense. (Fuente: <https://www.turismodeourense.gal/recurso/piscina-termal-de-as-burgas/>).