

BALNEARIOS

de España

Año VI · Número 14

Balneario de Graena

Inspiración nazarí a los pies de Sierra Nevada

Salud: Entrevista a la Dra. Pilar Alonso, del Balneario Benassal

Técnicas y terapias: Balneario de Verche

Turismo: Los Balnearios en el Camino de Santiago

Historia: Gran Balneario de Carballino, viva tradición del termalismo gallego

Belleza: Balneario de Alange

Gastronomía: Hotel Balneario de Sicilia

Anbal: Programa de Termalismo de IMSERSO 2017



Balneario de Alange

“Te sentará bien”



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



El año 2016 ha sido uno de los más importantes para el turismo en nuestro país. Las cifras no dejan lugar a dudas: España ha recibido este año más de 70 millones de turistas, un récord histórico. Estamos, por tanto ante un momento único para el turismo en general y, más concretamente, para el sector de los Balnearios, pues estos buenos datos vienen impulsados en gran medida por el despegue del Turismo de Salud que está creciendo a un ritmo del 20% anual.

Ahora que desde todos los ámbitos se aboga por relanzar esta apuesta por el turismo y la salud, es importante destacar dónde está el origen de la Asociación entre estos dos conceptos: los Balnearios. Y más aún, cuando hablamos del nacimiento del turismo tal y como lo concebimos hoy en día, los Balnearios son sin duda los grandes protagonistas. Porque el Termalismo está en el origen del concepto de las vacaciones en las que se combinaban salud (prevención, bienestar, alimentación saludable

y ejercicio físico) con la cultura y el ocio. Y lo que nació en el siglo XIX, a día de hoy se ha extendido a toda la población con una gran diversificación de la oferta.

Es por este motivo que debemos reivindicar la importancia de la cultura termal en la historia turística y social de nuestro país y ser protagonistas de este impulso que está experimentando el Turismo de Salud y bienestar.

En los últimos años, desde los Balnearios se ha realizado un gran esfuerzo por modernizar servicios e instalaciones. La apuesta por la calidad que hemos llevado a cabo ha quedado de manifiesto en la obtención de los distintivos Q de calidad, pues somos el sector que, en proporción, más certificados ha logrado. Se han desarrollado novedosos programas de terapias y técnicas basadas en nuestras Aguas minero medicinales y hemos logrado superar una difícil y larga crisis económica. Vivimos un momento histórico en el que la



preocupación por la salud y el bienestar personal está más presente que nunca. Y los Balnearios podemos aportar toda nuestra experiencia y conocimientos para ofrecer a la sociedad lo que está buscando, pues contamos con el valor mineromedicinal de nuestras Aguas y el buen hacer de nuestros profesionales.

Miguel Mirones Díez
Presidente de ANBAL

sumario/staff

3

Actualidad del sector	4
En portada: Balneario de Graena: Inspiración nazarí a los pies de Sierra Nevada	6
Salud: Entrevista a la Dra. Pilar Alonso, del Balneario Benassal	12
Técnicas y terapias: Balneario de Verche	14
Mapa y listado de Balnearios	16
Turismo: Los Balnearios en el Camino de Santiago	18
Belleza: Balneario de Alange	23
Historia: Gran Balneario de Carballino, viva tradición del termalismo gallego	25
Gastronomía: Hotel Balneario de Sicilia	27
Programa de Termalismo de IMSERSO 2017	29
Glosario	30


Editorial MIC
Tel.: 902 271 902
www.editorialmic.com



Descarga
aquí tu
revista

Fotografías de Portada:
Balneario Graena

D.L.: M-2531-2010



ANBAL estará presente en Fitur 2017

La Asociación Nacional de Balnearios ANBAL estará presente en la Feria Internacional de Turismo FITUR 2017, que tendrá lugar en Madrid. dando representación a los Balnearios que forman parte de nuestra institución. FITUR es una oportunidad única para dar a conocer la riqueza del Termalismo en España, la calidad de las Aguas mineromedicinales en las distintas regiones y la mejora que se ha producido en los Balnearios en los últimos años tanto en tratamientos como en instalaciones. ANBAL se convertirá en un punto de encuentro entre los Balnearios de España, los profesionales del turismo y el público que quiera conocer de primera mano los beneficios de las Aguas en los ámbitos de la salud y el bienestar.



Abierto el plazo para el Programa de Termalismo 2017



El programa de Termalismo de IMSERSO, ha convocado 208.500 plazas para el año 2017. Como refleja el Boletín Oficial del Estado, los turnos podrán ser de 10 o 12 días, en régimen de pensión completa, a disfrutar entre febrero y diciembre de 2017. Pueden participar personas residentes en España que sean pensionistas de jubilación del Sistema de Seguridad Social español; pensionistas de viudedad con 55 o más años de edad; pensionistas por otros conceptos o perceptores de prestaciones o subsidios de desempleo con 60 o más años y asegurados o beneficiarios de la Seguridad Social con 65 años o más.

Archena acoge el XIX Congreso de la Sociedad Española de Hidrología Médica



La Sociedad Española de Hidrología Médica celebró en el Balneario de Archena la XIX edición de su Congreso, en el que se dieron cita los mayores expertos en Hidrología y Termalismo con el objetivo de dar a conocer la situación del sector y las nuevas aportaciones en el campo de la Medicina Termal. Bajo el lema "Medicina Termal: situación actual y nuevas terapias. Balnearios como espacios de salud", se abordaron temas como la aportación del Termalismo a diferentes enfermedades y la experiencia de los Balnearios nacionales e internacionales en esta cuestión, así como el poder de las Aguas Mineromedicinales y el legado de los Balnearios romanos.



Avanzan las obras del nuevo Balneario de Partovia

As Caldas de Partovia contará próximamente con un Balneario de última generación en el que los gestores de la estación termal invertirán alrededor de 2,5 millones de euros para edificar unas instalaciones completamente vanguardistas. El proyecto de modernización y ampliación prevé dotar a los espacios termales de las últimas técnicas y tecnologías en balneoterapia, además de incorporar un servicio de restauración del que carecía y la mejora de los accesos y el entorno. Los responsables del Balneario Caldas de Partovia pretenden recuperar la esencia de la Cura Termal que hizo tan popular a As Caldas como destino de salud.



Estudio científico sobre las Aguas de Chiclana

Un ensayo clínico coordinado por especialistas médicos a nivel mundial quiere incorporar las Aguas Mineromedicinales del Balneario de Chiclana a su investigación, que aborda la efectividad del Agua sulfurosa en el tratamiento de la artrosis de rodilla. Las Aguas de Chiclana son las que presentan mayor concentración de azufre de toda España, razón por la que se han seleccionado para representar el Termalismo Español en un estudio paneuropeo. La supervisión de la investigación en nuestro país estará dirigida por el Dr. Francisco Maraver Eyzaguirre, Catedrático de Hidrología Médica de la Universidad Complutense de Madrid y actual presidente de la Sociedad Española de Hidrología Médica.

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



2.000 años del Balneario de Lugo

El Balneario de Lugo ha presentado el libro "2.000 años del Balneario de Lugo: un modelo de activación del patrimonio termal", un documento en el que se realiza una semblanza histórica de la trayectoria de estas Termas, que permanecen activas desde la época romana. El libro recoge anécdotas, historias y leyendas de la mano de 30 expertos de los ámbitos de la Hidrología, Arqueología o la Arquitectura. La edición del libro ha corrido a cargo del arquitecto Mario Crecente, que en su día diseñó las obras de ampliación del Balneario, y la arqueóloga Silvia González Soutelo. Ambos, al mismo tiempo que recogen la historia del Balneario, ponen de manifiesto la importancia del legado del termalismo español.

...Para saberlo todo sobre tráfico y seguridad vial...

Suscríbase

a la revista de referencia en el sector

**SOLO 8,25 €
AL AÑO
[6 números]**

- LA MEJOR INFORMACIÓN SOBRE SEGURIDAD VIAL
- TODO SOBRE MOVILIDAD
- LAS OPINIONES DE LOS MEJORES ESPECIALISTAS
- TODA LA ACTUALIDAD DE LA DGT

...Y MUCHO MÁS...

+ INFORMACIÓN:
<http://revista.dgt.es>



► SUSCRIPCIONES

c/ Artesiano s/n, Pol. Ind.
Trobajo del Camino 24010 León
Tel.: 987 27 27 27
Fax: 987 80 79 83
edicion@editorialmic.com

Balneario de Graena



6

Un Balneario de inspiración nazarí
a los pies de Sierra Nevada

El Balneario de Graena es la última incorporación de Relais Termal. Situado en la localidad de Cortes Graena, a los pies de Sierra Nevada y en un territorio de imponente belleza natural, fue construido sobre un manantial de Aguas medicinales hipotermicas, declaradas de Utilidad Pública en 1869. El pasado verano abrió sus puertas un hotel de 4**** de nueva construcción, levantado para reforzar los servicios y dar apoyo al Balneario que gestiona el grupo presidido por el empresario especialista en Balnearios Miguel Mirones.



En el Valle del río Alhama (Granada), rodeado de montañas y anchos valles, se encuentra uno de los Balnearios más antiguos y reconocidos de toda Andalucía, el Balneario de Graena (www.balneario-graena.com). En esta tierra brota un manantial de Aguas mineromedicinales hipotermicas de reconocidos efectos curativos y relajantes sobre el que está construido este centro termal de arquitectura nazarí que evoca los antiguos Baños Árabes de Al-Andalus. Un Balneario de gran tradición, que ahora se ha completado con un hotel de cuatro estrellas y con unas características muy especiales, que le confieren la "accesibilidad universal".

En palabras del presidente de Relais Termal, Miguel Mirones, "cuando visité el Balneario por primera vez, descubrí que era una estación termal con alma en la que

los sentidos -la vista, el olfato, el tacto y el sonido del agua- te trasladan a lo más profundo de la cultura termal. El empresario, que preside también el Instituto de Calidad Turística Española (ICTE) añade: "luego, dándome una vuelta por la comarca, conocí un territorio lleno de sorpresas en forma de cuevas habitadas, conjuntos históricos, pueblos singulares y, sobre todo, personas entrañables que aman su tierra y su Balneario".

Las Aguas de Graena son hipotermicas y emergen a 42,5º de temperatura. Son aguas sulfatadas, cálcicas, magnésicas y con gran variedad de aniones y cationes en menor cantidad como sodio, potasio o hierro. Por su composición química, son aguas antiespasmódicas, sedantes antiinflamatorias y relajantes musculares. Debido a su alta temperatura, tienen pro-

piedades analgésicas, antiinflamatorias, vasodilatadoras, sedantes y relajantes. Están especialmente indicadas para afecciones y procesos reumatológicos (artrosis, artritis, osteoporosis, neuralgias, lesiones musculares), procesos respiratorios (bronquitis crónica, asma, sinusitis, rinitis), lesiones dermatológicas y trastornos neuropsiquiátricos (neurosis, estrés).

Si bien en el siglo XIX el establecimiento se reducía a dos departamentos, uno para hombres y otra para mujeres, a día de hoy el Balneario de Graena cuenta con unas modernas instalaciones que evocan un antiguo hamman árabe, a cuyo cargo se encuentra un grupo de profesionales sanitarios que suman su experiencia y formación a la tradición milenaria de sus antepasados, de acoger y tratar al visitante que hace uso del Balneario para beneficiar



su salud o como lugar lúdico y de descanso. Tras varias reformas, en su interior alberga salas específicas para llevar a cabo tratamientos antiestrés, reumatológicos, respiratorios, dermatológicos y estéticos coordinados por el experto equipo médico de la Cadena Relais Termal.

El Balneario cuenta con una piscina caliente a 41° de temperatura, una piscina templada a 37,5°, bañeras, tanquetas, chorros, duchas circulares y vichy, pasillo de cantos rodados, maniluvio, pediluvio, inhalaciones, sauna, baño turco, nebulario, zona de reposo y solárium. En cada una de ellas se aplican las Aguas mediante baños generales y locales e inhalaciones con un beneficio efecto sobre músculos y articulaciones.

Para las afecciones respiratorias, existen inhaladores de gota gruesa y otras aplicaciones por inhalación que facilitan la eliminación de la mucosidad y además con efecto broncodilatador gracias al efecto relajante que provoca en la musculatura alrededor de los bronquios. Su uso se recomienda especialmente en afecciones de las vías respiratorias superiores (rinitis, sinusitis), aunque pueden funcionar de forma satisfactoria en vías medias e inferiores (faringitis, bronquitis).

El Balneario ofrece circuitos y minicircuitos termolúdicos, en los que se pueden disfrutar de las diferentes técnicas termales con un enfoque terapéutico, relajante o tonificante. Cuenta además con programas específicos antiestrés de dos a seis días que permiten disfrutar de las Aguas hipertermas. Los clientes pueden también hacer uso de una consulta de fisioterapia, así como de masajes parciales, completos y deportivos.

Destacan también los lodos del Balneario, elaborados por un equipo de expertos de la Universidad de Granada en las propias instalaciones de Graena con lodo aséptico y el agua termal que brota del manantial y que tienen importantes efectos beneficiosos para la piel y las articulaciones.



Un Hotel completamente accesible y único en España

La primitiva Hospedería del Balneario que albergó a los bañistas durante años, ha dado paso hoy a un moderno hotel de nueva construcción y cuatro estrellas, que abrió sus puertas en el verano de 2016. Este establecimiento destaca por ser uno de los pocos que existen en España creados para ofrecer accesibilidad universal, incluyendo las discapacidades auditivas y visuales. Dispone de 60 habitaciones de las cuales seis están adaptadas a discapacitados, una junior suite y once habitaciones abuhardilladas. Asimismo, cuenta con un restaurante, cafetería, amplios salones sociales, dos terrazas y un parking privado.

En su entrada sorprende la vanguardista recepción, decorada con obras de arte de la artista cántabra Fresia Puente. Utilizando un material tan poco convencional como cintas de vídeo, ha creado árboles frutales (naranja, almendro, manzano...), una escultura de una mujer que evoca a las damas de la película de Casablanca y tres paraguas suspendidos en el techo. Las obras que se muestran en la recepción del hotel forman parte de su obra reciente y protagonizaron una exposición llamada "Cine, mentiras y cintas de vídeo".

Un poco de Historia

Existe constancia del aprovechamiento de las Aguas termales de Graena desde hace siglos. Así lo atestiguan los vestigios romanos y árabes que se encuentran en los alrededores y que demuestran el interés de estos pueblos por el uso de las Aguas termales.

Años más tarde, en las Ordenanzas de la Reina Isabel del año 1495, se mencionan estos baños y el uso medicinal que se deriva de los mismos. También hay constancia centenaria de que los médicos del Hospital Real de Guadix utilizaban las Aguas mineromedicinales para curar a sus pacientes de distintas patologías.

De gran importancia fue el exhaustivo estudio que realizó a finales del siglo XVIII el prestigioso doctor jienense Juan de Dios Ayuda, autor de un tratado en el que describe los efectos terapéuticos de las Aguas del manantial del Balneario. Su trabajo se constituyó en uno de los primeros tratados modernos sobre Aguas termales, lo que supuso el reconocimiento de sus beneficios. La repercusión se acrecentó internacionalmente cuando el Balneario de Graena recibió un diploma acreditativo por la calidad de sus Aguas en la Exposición Universal de París de 1900. Precisamen-



Situado en uno de los enclaves turísticos más importantes de España

A tan sólo 9 kilómetros del municipio de Graena se encuentra el municipio de Guadix, uno de los asentamientos humanos más antiguos de la Península Ibérica. Entre su amplísimo patrimonio arquitectónico y cultural destacan la alcazaba árabe que domina la localidad, la catedral de Guadix -una de las tres catedrales españolas con planta renacentista junto a las de Granada y Málaga-, la iglesia del Sagrario con portada plateresca o el Barrio de las Cuevas, horadadas en las montañas y habitadas desde tiempos inmemoriales.

Todo el paisaje está dominado por Sierra Nevada, el segundo macizo montañoso de mayor altura de Europa después de los Alpes, declarado Reserva de la Biosfera por

la Unesco. Gran parte de su territorio forma un Parque Nacional en el que se pueden realizar rutas de senderismo de enorme belleza natural.

A poco más de media hora del Balneario se encuentra Granada, la histórica capital del reino nazarí y una de las ciudades más bellas del mundo. De entre toda su arquitectura destaca la Alhambra, declarada Patrimonio de la Humanidad por la Unesco en 1984, junto al jardín del Generalife y el Albaicín.

Famosa es también su Catedral, la primera iglesia renacentista de España, y la Capilla Real donde yacen los cuerpos de los Reyes Católicos, su hija Juana la Loca y Felipe el Hermoso. En Granada se pueden visitar hasta 20 museos, como el Museo de Bellas Artes, el Centro Federico García Lorca o el Parque de las Ciencias de Andalucía-Granada de gran afluencia turística.

te unos años antes, en 1869, estas Aguas habían sido declaradas de Utilidad Pública de manera oficial.

Una auténtica Villa Termal

El Balneario de Graena se encuentra en la localidad de Cortes y Graena, en la desembocadura del Valle del río Alhama, a los pies de Sierra Nevada. El municipio está compuesto por cuatro pequeños y tranquilos núcleos urbanos: Cortes, Graena, Lopera y Los Baños. Es precisamente en este último donde se encuentra el Balneario. Se trata de un territorio de una imponente belleza natural, rodeado de montañas y de anchos valles con barrancos, lomas de arcilla y ricas vegas donde se cultivan frutales, junto a laderas pobladas por alamedas, almendros, viñas, olivares y bosques de pinos.

Los Baños es una recogida villa termal, muy auténtica, envuelta por la atmósfera y presencia del Balneario y con un marcado acento andaluz. Sus calles llenas de vida están salpicadas de comercios, hoteles y hostales y terrazas de pintorescos restaurantes y cafeterías. Y alrededor, laderas de montañas horadadas para convertirse en cuevas habitables, en cuyo interior persiste durante todo el año una temperatura constante de 19 grados, al margen de las estaciones.





La Cadena Relais Termal, una apuesta por los Balnearios Auténticos

Relais Termal es la principal cadena de balnearios de España. A ella pertenecen los Balnearios de Cestona en Guipúzcoa, Termas Pallarés en Zaragoza, Liérganes en Cantabria, Acuña en Pontevedra, Graena en Granada, Los Baños de Albotea y el Balneario de Grávalos, ambos en La Rioja (pendiente de apertura). En total, los once

hoteles vinculados a estos Balnearios suman un total de 1.241 plazas disponibles.

Impulsada por el enorme crecimiento que está experimentando el Turismo de la Salud y el bienestar en España, la Cadena tiene presencia en seis Comunidades Autónomas.

En todos sus establecimientos se están desarrollando programas de salud que combinan la acción terapéutica del Agua con las más recientes técnicas médicas

aplicadas a este ámbito. A la vez, se lleva a cabo un ambicioso proyecto cultural que incluye la recuperación de teatros y espacios de ocio, la realización de ciclos de conciertos, así como conferencias y encuentros que complementen la oferta de salud. Todo un desafío que pasa por devolver a los Balnearios al lugar que le corresponde dentro del turismo de nuestro país y que, bajo el lema “Balnearios Auténticos”, quiere recuperar la impronta que tradicionalmente han tenido en la historia de nuestro país.



www.balnearios.org

Tu puerta de acceso a un universo de Salud y Bienestar

Teléfono de reservas: 902 11 76 22

Reserva ahora

Destino

Baño

Fecha de entrada: Fecha de salida:

Habitaciones

Habitación 1: Adultos Niños

Código promocional

¡VER DISPONIBILIDAD!

[Cancelar reserva](#)

BALNEARIOS
de España

ANBAL
Asociación Nacional
de Bañeros

Entrevista a la doctora Pilar Alonso, responsable médico del Balneario de Benassal

“En los Balnearios cada vez hay profesionales más variados porque buscamos un enfoque global de la salud”



El Balneario de Benassal, localizado en la provincia de Castellón, constituye uno de los referentes y símbolos por excelencia de esta localidad y de la comarca. Sus Aguas fueron declaradas de Utilidad Pública por Real Decreto de 4 de julio de 1928, pero sus propiedades medicinales ya se conocían en el S. XVIII. Se trata de Aguas mineromedicinales ligeras, sin gas, clasificadas como bicarbonatadas mixtas y oligometálicas, además de poseer un gran valor terapéutico, especialmente en los problemas de riñón. La doctora Pilar Alonso, responsable médico del Balneario, detalla los beneficios que tienen tanto para la salud como para mejorar la calidad de vida en general.

12

¿A qué personas aconseja acudir al Balneario para mejorar su estado de salud?

Realmente todo el mundo puede mejorar su salud, unos desde el tratamiento de enfermedades, otros desde la prevención. Al Balneario, además se puede ir también a encontrar bienestar en el sentido físico y espiritual por lo que la población susceptible es muy amplia.

¿Cuáles son las cualidades de las aguas?

Son Aguas clasificadas como oligometá-

licas y sus principales componentes son el bicarbonato y el calcio, son diuréticas y sedantes del aparato digestivo. Tradicionalmente se han utilizado en bebida tomándolas directamente del manantial para preservar sus propiedades.

¿Qué tratamientos médicos se ofrecen en el Balneario?

El Balneario se ha especializado en tratamientos reumatológicos y respiratorios a la hora de concebir las técnicas termales que contiene aunque se pueden realizar tratamientos antiestrés y circulatorios.

“En el Balneario se puede encontrar bienestar en el sentido físico y espiritual por lo que la población susceptible es muy amplia”





¿Es aconsejable más de una visita para sentir los efectos sobre la salud?

Sí, tradicionalmente se hacían dos curas al año pero eran largas, ahora, por el modo de vida actual, planteamos tratamientos más cortos y más frecuentes y observamos una buena efectividad y un mejor seguimiento por nuestros pacientes, además nos permite adecuar las curas a las necesidades de cada momento. Los termalistas de los programas sociales continúan con la tradición de las curas largas pero, sí, por lo menos dos veces al año.

¿Ofrecen también consejos sobre hábitos de vida saludables?

En los Balnearios, cada vez encontramos profesionales más variados porque buscamos un enfoque global de la salud y proponemos formarse y experimentar sobre lo que es bueno y lo que no para nuestra vida.

“El médico de un Balneario tiene que saber por dónde se tiene que abordar el problema que le plantea el paciente”

¿Cuál es su objetivo como médico en el Balneario?

El médico de un Balneario tiene que saber por dónde se tiene que abordar el problema que le plantea el paciente, nosotros no diagnosticamos pero muchas veces te cambiamos el enfoque que tenías sobre tu patología y te planteamos cómo mejorarla. Tenemos, también, que vigilar la ejecución de ese tratamiento, que sea la correcta y que las reacciones sean las esperadas, tenemos que atender cualquier problema derivado del mismo y hacer las modificaciones pertinentes, en definitiva, tenemos

que cuidar de nuestros termalistas en el sentido más amplio posible, cómo cualquier médico.

¿Cómo valora el Termalismo en España?

Creo que está muy diversificado y que la oferta es muy amplia. Esta diversificación hace que se diluya la oferta profesional pero también hace que más gente se acerque a este mundo. Los termalistas, ahora, opinan sobre nosotros y eligen dónde y cuándo acudir a nuestros centros.

¿Cree que deberían promoverse más acciones para favorecer el Turismo Termal?

Por supuesto, creo que es una riqueza poco promocionada en un país donde el turismo es tan importante. Creo que los

turistas se enriquecerían con nuestra oferta y que el sector se engrandecería con el empoderamiento del Termalismo. El Turismo Termal es un excelente complemento a todo el turismo de aventura y deportivo y viceversa, el Turismo Termal se tiene que complementar con ofertas saludables que amplíen el aspecto de bienestar que busca el turista.

“El Turismo Termal es un excelente complemento a todo el turismo de aventura y deportivo”

¿Opina que el tipo de personas que acuden a los Balnearios está cambiando? Es decir, ¿hay más público joven que busca nuevas experiencias?

No solo cambia porque venga más gente joven, que también, sino porque las personas mayores que acuden a nuestros centros también son diferentes. Yo que ya llevo muchos años en esto, veo nuevas generaciones de personas “mayores” que no tiene nada que ver con las de hace unos años, al igual que los jóvenes, tienen acceso a mucha información, opinan e interaccionan con los profesionales a otro nivel y nos exigen estar al día en tratamientos y terapias de todo tipo. Por otra parte, la gente joven actual está mucho más preocupada por su salud que antes y, aunque solo vengan a pasar un fin de semana, buscan la oportunidad de mejorar de sus dolencias diarias con terapias más completas y dirigidas por profesionales.



Balneario de Verche

14

Ubicado en la Serranía del Turia en el término municipal de Domeño viejo, entre Losa del Obispo y Calles a tan sólo 56 km de Valencia. Se encuentra situado al pie de los montes "El Pinito" y El Lucero" cubierto por mantos de pinares y muy próximo al río Turia y al embalse de Loriguilla.

Las aguas de Verche emergen a una temperatura de 23°C. Son sulfato-magnésicas bicarbonato cálcicas y están indicadas tanto en cura termal por inmersión como en cura hidropínica en agua bebida.

Verche ha incorporado a su oferta terapéutica modernos tratamientos de belleza como la chocolaterapia, que utiliza el cacao con fines estéticos por sus propiedades adelgazantes, desintoxicantes y reafirmantes. También se ofrecen otros servicios complementarios como la aplicación de parafangos, todo tipo de masajes y reflexologías, acupuntura, aromaterapia e infiltraciones de mesoterapia entre otros. Y servicios de estética como exfoliaciones, envolturas corporales, tratamientos faciales y un largo etcétera.

TÉCNICAS Y TRATAMIENTOS HIDROTERMALES

Cura Hidropínica (Via Oral)

Indicaciones

- Trastornos hepáticos y biliares: estados de congestión hepática, litiasis y disquinesias biliares, piedras en el riñón.
- Trastornos Metabólicos: Obesidad, Diabetes tipo II, Hipercolesterolemia.

Contraindicaciones

- Ulcus activo
- Hematemesis
- Insuficiencias renales
- Cáncer en general, (como la mayoría de las Aguas mineromedicinales) pero particularmente los de Intestino Grueso.

Baño termal

Inmersión del termalista de cuerpo entero, o parte de él en Agua medicinal en una bañera, permaneciendo en ella de manera estática, durante el tiempo de aplicación.

Indicaciones:

Dermatología: Psoriasis, Dermatitis atópica, Líquen plano y secuelas de quemados. Reumatología: Artrosis, artritis reumatoide, espondilitis anquilopoyética y artropatía psoriásica. Sistema Nervioso: Ansiedad y stress.

Contraindicaciones:

A temperatura superior a 37° C: Varices y Enfermedades Cardíacas. Enfermos recién intervenidos quirúrgicamente.

Chorro a presión

Aplicación del Agua medicinal con un chorro grueso de 2-3 cm. de diámetro, a presión recorriendo el cuerpo del termalista sin interrupción. Se aplica a una distancia de 1 m. El paciente se encuentra de pie, disponiendo de barras de apoyo para su seguridad.

Indicaciones:

Contracturas musculares de diversas etiologías. Relajación general. Reumatología: Artrosis, artritis reumatoide. Sistema nervioso: Ansiedad y stress.

Contraindicaciones:

No deben utilizarse en enfermos con graves alteraciones cardíacas, arteriosclerosis avanzadas, hernia discal, osteoporosis severa, varices severas, si bien esta técnica se puede aplicar con el paciente sentado para no recibir impacto de agua en las piernas.

Chorro Filiforme

Aplicación de Agua medicinal igual que el chorro a presión, pero con la diferencia de que de la boca de la manguera salen 9 chorros de agua paralelos de un mm. de diámetro cada uno. Similar al chorro a presión pero incidiendo sólo donde están las lesiones cutáneas.

Indicaciones:

Dermatología: Eczemas, Dermatitis atópica, secuelas de Quemados, Psoriasis, y en Pruritos localizados.

Contraindicaciones:

Dermatitis sobreinfectadas. Quemaduras no cicatriciales. Psoriasis eritrodérmico.

Ducha envolvente

Esta antigua técnica se administra a través de salidas de Agua múltiples dispuestas a diferentes alturas de forma que presenta apertura frontal para entrada y salida del que la recibe.

Indicaciones:

Dermatología: Urticarias, prurigos y la Rosácea. Contracturas musculares, poliartrosis, otras enfermedades reumáticas, relajación general, insuficiencia venolinfática leve.

Contraindicaciones:

Estados de debilidad general por edad u otros procesos intercurrentes, la hipotensión sintomática, la claustrofobia, las varices severas.

Aerosolterapia/inhalaciones

Las inhalaciones son aparatos ultrasónicos que descomponen las Aguas mineromedicinales en microgotitas tan pequeñas que son capaces de llegar a las vías respiratorias bajas.

Indicaciones:

Procesos respiratorios crónicos tales como cualquier cuadro de EPOC, pueden mejorar. Las enfermedades respiratorias de vías altas y algunas de vías bajas como bronquitis crónica, y OCFA no descompensados, catarros comunes de repetición, alergias respiratorias. Las Aguas del manantial de Verche tienen propiedades para tratar sobre todo procesos respiratorios alérgicos, tales como el asma alérgico y la bronquitis asmática alérgica, y las faringitis crónicas.

Contraindicaciones:

Los procesos respiratorios infecciosos sea cual sea su etiología, sobreinfecciones activas, las neumopatías avanzadas con poca capacidad funcional, las bronquiectasias y tumores.

Estufa Humeda o Vaporarium

Las estufas húmedas son recintos cerrados naturales (grutas), o no, donde la aplicación del Agua medicinal es en forma de vapor húmedo.

Indicaciones:

Estimular las defensas del organismo en general. Recuperación de esfuerzos tras entrenamientos deportivos. Reumatología: Artritis reumatoide fuera de fases de activación, o agudas. Espondilitis anquilosante. Artrosis y otros procesos óseos degenerativos. Lumbociáticas. Respiratorio: Siempre que las Aguas medicinales sean efectivas en procesos respiratorios. Las del manantial de Verche son útiles en el Asma Alérgico. Dermatología: Para devolver la tersura a la Piel, como tratamiento dermocosmética.

Contraindicaciones:

Las generales de la crenoterapia. Personas de edad avanzada o muy debilitadas. Cardíacos descompensados, enfermedades coronarias y degenerativas miocárdicas. Hipertensión grave, arteriosclerosis avanzada. Hipertiroidismo. Psicopatías depresivas.

Pediluvio

Ducha de contraste de temperatura para miembros inferiores. Se realiza con el paciente en posición de pie.

Indicaciones:

Dermatología: Urticarias, prurigos y la Rosácea. contracturas musculares, poliartrosis, otras enfermedades reumáticas, relajación general, insuficiencia venolinfática leve. Activación de la circulación.

Contraindicaciones:

Estados de debilidad general por edad u otros procesos intercurrentes, la hipotensión sintomática, las varices muy severas.



ACUÑA
986 540 010
www.relaistermal.com

TERMAS DE CUNTIS
986 532 525
www.termasdecuntis.com

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

LUGO
982 221 228
www.balneariodelugo.com

CORCONTE
947 154 281
www.balneariodecorconte.es

LEDESMA
923 149 100
www.balnearioledesma.com

RETORTILLO
923 450 411
www.balnearioretortillo.com

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

ALANGE
924 365 106
www.balneariodealange.com

EL RAPOSO
924 570 410
www.balneario.net

CHICLANA
956 400 520
www.balneariodechiclana.net

LIERGANES
942 528 296
www.balneariolierganes.es

PUENTE VIESGO
942 598 061
www.balneariodepuenteviesgo.com

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

ALHAMA DE ARAGÓN
976 879 239
www.hotelbalnearioalhamadearagon.com

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
www.termesmontbrio.com

BAÑOS DE FITERO
948 776 100
www.balneariodefitero.es

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

ARIÑO
978 080 130
www.balneariodearino.com

BENASSAL
902 747 407
www.balneariodebenassal.com

VILLAVIEJA
964 677 400
www.balneariovillavieja.com

MONTANEJOS
964 121 275
www.balneariodemontanejos.com

FONT SANTA
971 655 016
www.balneariofont santa.com

ANBAL
902 11 76 22
www.balnearios.org

CERVANTES
926 331 313
www.balneariocervantes.com

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

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

BALNEARIO DE BENITO
967 382 060
www.balneariodebenito.es

HERVIDEROS DE COFRENTES
902 747 401
www.balneario.com

SAN NICOLÁS
950 641 361
www.balneariosannicolas.es

VERCHE
962 130 003
www.balnearioverche.com

ALHAMA DE GRANADA
958 350 366
www.balnearioalhamadegrana.com

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

GRAENA
958 670 681
www.balneario-graena.com

LANJARÓN
958 770 137
www.balneariodelanjaron.com

ARCHENA
968 688 022
www.balneariodearchena.com



Los Balnearios en el Camino de Santiago

18

18

La Ruta, o las rutas, que llevan a Santiago de Compostela son uno de los recursos turísticos más destacados de nuestro país, como atestiguan las cifras de visitantes anuales. El Termalismo se erige como uno de los atractivos de este Camino, a la misma altura de su rica historia y su patrimonio artístico, con multitud de Balnearios con interesantes propuestas para hacer de su paso un placer para cuerpo y alma.

El Camino de Santiago, que conjuga espiritualidad y cultura a partes iguales, es uno de los referentes turísticos más importantes de España, lo que en un país líder en este sector ya es mucho decir. Los más de 300.000 peregrinos que anualmente llegan a Santiago de Compostela a través de las diferentes rutas, los “Caminos”, atestiguan el tirón que tiene en todo el planeta esta vieja senda.

Las procedencias de los viajeros no pueden ser más variadas. Entre los nacionales se cuentan mayoría los que vienen de Madrid, Andalucía y Cataluña. Los peregrinos que

vienen de más allá de nuestras fronteras arriban de una miríada de países pero son más los italianos, alemanes y norteamericanos deseosos de conocer un ambiente, una historia y una mística famosa en todo el mundo.

¿Qué tienen en común los peregrinos que vienen de Andalucía con los que vienen de los Estados Unidos, por ejemplo? La naturaleza humana pone a todos al mismo nivel. Todos aquellos que disfrutan de experiencias turísticas y espirituales al final de las jornadas echan en falta algo que alivie y ponga en orden sus cansados cuerpos. En este sentido, el Termalismo se muestra

como una propuesta turística tan importante como el patrimonio artístico, cultural y gastronómico de estas tierras.

No hay duda de que el Termalismo es la mejor terapia contra el estrés y las tensiones de la vida diaria, más aún la de aquellos que se desplazan en este Camino. Los Balnearios ubicados a lo largo del llamado Camino Francés, el más popular hacia Compostela, son verdaderas estaciones de descanso que gracias a sus comodidades y excelencias terapéuticas son parada obligada para peregrinos y meros viajeros por placer.



19

Balnearios en el Camino

Si tomamos como referencia el Camino Francés, tanto si se inicia el Camino desde la localidad navarra de Roncesvalles como de la aragonesa Jaca el viajero podrá disfrutar de uno de los enclaves termalistas de España más celebrados. Desde la cordillera de los Pirineos hasta el sur de la Rioja, tenemos a la vista Balnearios como el de Vilas de Turbón, en Huesca, y Baños de Fitero, en la ribera de Navarra, dispuestos a satisfacer las más altas exigencias.

El primero, el de **Vilas de Turbón**, fue inaugurado en 1934 y fue un refugio durante la Guerra Civil. Dispone de 55 habitaciones equipadas con todas las comodidades y tiene además restaurante, cafetería, salones con diferentes ambientes, piscina termal cubierta, gimnasio, capilla y tienda.

Sus Aguas minero medicinales del manantial Virgen de la Peña son bicarbonatadas, cálcicas, oligometálicas y fuertemente hi-

potónicas. Las instalaciones del Balneario resultan ideales para aprovechar al máximo las cualidades terapéuticas de estas Aguas, fuente de salud y bienestar.

A la tradicional toma de Agua minero-medicinal bebida, se han unido una gran

cantidad de técnicas termales entre las que destacan la piscina activa, la aquaterapia, el hidromasaje, los chorros termales, la ducha circular, los baños de vapor, el paseo de sensaciones y lluvias, el pediluvio, el maniluvio, la ducha vichy, los aerosoles, las arcillas y parafangos





y los masajes y drenajes linfáticos. Y como complemento, se recomiendan los tratamientos de estética termal: aplicaciones de chocolate, geoterapia termal, hidrataciones,... que devolverán el equilibrio natural a su piel. El Balneario dispone de un variado conjunto de programas especialmente diseñados para favorecer los beneficios de nuestras Aguas. Desde una escapada de dos o tres días, hasta los tradicionales tratamientos de semana completa, resultan perfectos para aliviar sus problemas respiratorios, reumatológicos o renales, disfrutar de los tratamientos de belleza, combatir los efectos del estrés, reponer energías y descansar.

Baños de Fitero, pura tradición termal navarra, cuenta con dos instalaciones hoteleras para dar cabida a la demanda de sus tratamientos. El primer hotel, el Gustavo Adolfo Bécquer, ofrece 367 plazas hoteleras. En el Balneario Gustavo Adolfo Bécquer podrá disfrutar de baños, duchas, chorros y adentrarse en una impresionante sauna natural, formada en una cueva por las Aguas termales que desembocan a

más de 50° C. La otra instalación hotelera de Fitero, el Hotel Palafox, con 120 plazas, este hotel está actualmente destinado a alojar grupos concertados de los programas nacionales y autonómicos de Termalismo.

Las Aguas de Baños de Fitero son de fuerte mineralización, con temperatura de surgencia de 50° C y caudal constante. El complejo termal cuenta con piscina hidrotérmica cubierta, piscina termal exterior, saunas naturales, entre otras instalaciones.

Si preferimos tomar otra senda que, también, nos habrá de llevar a Santiago bien podemos usar el llamado Camino del Norte. Este confluye en Lugo con el Camino Francés y es un buen recurso para los que quieren una ruta de mayor quietud, sin tantos compañeros de viaje. Aquí se encuentran el Balneario de Cestona, en Guipúzcoa, y en Cantabria Puente Viesgo y Liérganes.

El **Balneario de Cestona** prácticamente destruido en 1983, ha resurgido con

entusiasmo apoyado en su tradición y su historia, acometiendo una importante renovación en servicios, estructuras y dependencias, pero fiel a su estilo de finales de siglo XIX y “Belle époque”. Las Aguas de los Manantiales de este enclave se aplican en piscinas, baños, duchas y vapores siguiendo diferentes técnicas de hidroterapia, ejerciendo sobre el organismo humano desde un efecto de estímulo directo hasta una máxima relajación, según la técnica, temperatura, duración e intensidad utilizadas.

Ya en tierras cántabras, el **Balneario de Liérganes**, está pensado para quienes el cuidado de la salud es esencial y aman los ambientes tranquilos y de reposo, pero que además ofrezcan la posibilidad de disfrutar de actividades complementarias. Quien se aloje en este establecimiento se sorprenderá gratamente con la atmósfera de este edificio de principios de siglo, que ha sido modernizado cuidando los matices clásicos cada vez más difíciles de encontrar.

No muy lejos, se halla el **Balneario de Puente Viesgo**. Las Aguas mineromedicinales del manantial del Balneario están especialmente indicadas para el tratamiento de problemas cardiovasculares, respiratorios, reumatológicos, así como de problemas psicosomáticos. El complejo hotelero y termal de Puente Viesgo es una de las instalaciones más modernas y completas de su clase en la Cornisa Cantábrica, con sus instalaciones y servicios de lujo en un entorno de plena naturaleza.





Al final del Camino

Galicia, tierra mágica por excelencia, cuenta en su territorio con más de 300 manantiales mineromedicinales esparcidos por toda la región. Tal patrimonio la convierte en uno de los territorios europeos con mayor riqueza termal. Aquí los Balnearios cuentan con tradiciones centenarias que les convierten en magníficos centros terapéuticos y de relax.

Las propuestas de estos establecimientos abarcan desde los más tradicionales, en los que se da más relevancia al alivio de diversas afecciones, a los más modernos centrados más en el relax y tratamientos de belleza. Un periplo por el Camino en las tierras galaicas bien podría tener paradas en Acuña, Carballo, Laias, Lobios, Arnoia, Termas de Cuntis, Lugo, Carballino y Caldas de Partovia.

En 2007 el pontevedrés **Balneario de Acuña** sufrió una profunda reforma, tanto en sus instalaciones hoteleras, como en las termas; la recuperación del Acuña ha supuesto la continuidad de uno de los Balnearios gallegos, que respetando su bella arquitectura y la propia estructura del viejo Acuña, ha convertido sus espacios en unas modernas y cómodas instalaciones. En sus instalaciones saben sacar partido a las aguas del Manantial de Acuña indicadas para afecciones de las vías respiratorias, reumatismos y curas de reposo.

Por su parte, el **Balneario de Carballo**, en A Coruña, cuenta con una zona destinada a Balneario, equipada con tecnología avanzada, bajo control de un director médico y su equipo de auxiliares e instalaciones hoteleras de dos estrellas. Sus instalaciones balnearias obtuvieron en noviembre del 2007 el distintivo de la Q de calidad, consiguiéndola su zona hotelera meses más tarde. Desde entonces, siguiendo la política de calidad del centro, se está trabajando por una mejora continua del servicio. Las Aguas Termales del Balneario de Carballo están clasificadas como Aguas mineromedicinales, sulfurado sódicas bicarbonatadas, de mineralización débil. Emergen a una temperatura de 42°C. Fueron reconocidas por el Tribunal





de Aguas de Paris como una de las mejores de Europa a finales del siglo XIX y declaradas de utilidad pública en 1928.

En Ourense está el **Balneario Laías Caldaria**. Inaugurado en el mes de abril de 2001, la Vila Termal Laías responde perfectamente a las necesidades generadas por un público cada vez más exigente en balneoterapia, exigencia que se asume de manera exhaustiva a la hora de ofrecer todos los servicios con los que cuenta el complejo. La zona del Termarium es de lo más innovador que se da actualmente en terapias de Balneario. Con un diseño exclusivo y que cuenta con las más modernas técnicas (bañeras aromáticas, jacuzzi, cabinas húmedas y secas, piscinas de contraste, duchas aromáticas, sillones térmicos).

Sin salir de la provincia de Ourense, el **Balneario Lobios Caldaria** está situado en uno de los paisajes más hermosos de toda España, a escasos kilómetros de uno de las áreas naturales más apreciadas de Galicia, y de gran valor ecológico: el Parque natural Baixa Limia-Xurés. El hotel tiene 85 habitaciones con magníficas vistas a este maravilloso paraje

natural. En su Termarium se pueden desarrollar diferentes técnicas en grupo: termas de calor seco y húmedo, duchas aromáticas, masajes tonificantes, jacuzzi, piscina termal de relax y sillones térmicos. La piscina termal interior está equipada con chorros de cuello de cisne, chorros subacuáticos, y con unas maravillosas vistas a las montañas del Xurés. En la planta baja el cliente puede disfrutar de un ambiente más sosegado para una correcta aplicación de las técnicas de masoterapia y estética.

Renovado totalmente en 2015, el **Balneario de Arnoia**, está situado en pleno corazón del Ribeiro, a cuatro kilómetros de la Villa Histórica de Ribadavia, y próximo a las principales ciudades gallegas.

En Pontevedra, el Balneario de **Termas de Cuntis**. Es un espacio único para el descanso, el relax y el bienestar. Para el disfrute y la salud. Franquear sus puertas es una invitación a disfrutar los beneficios para tu organismo y las cualidades únicas de nuestras Aguas mineromedicinales con agentes antiinflamatorios, antialérgicos y antioxidantes.

Otro punto destacable del Camino ha de llevarnos por fuerza a Lugo. El **Hotel Balneario de Lugo** se encuentra situado en un entorno privilegiado, junto al río Miño y rodeado de amplios jardines por los que pasear. Su localización en las afueras de la ciudad hacen de este Balneario el lugar perfecto para descansar y disfrutar de los tratamientos termales que le ofrece pudiendo además visitar esta hermosa ciudad y sus muchos puntos de interés turístico. Las reputadas aguas de este Balneario son indicadas para reumatismos, afecciones respiratorias, enfermedades de la piel y stress.

Uno de los Balnearios con más historia de la región es el **Balneario de Carballino**. Inaugurado a principios del XIX, por sus aguas pasaron notables personajes como Emilia Pardo Bazán, la gran poetisa gallega. Desde 1816 goza de gran predicamento el poder curativo de sus Aguas, convirtiéndose así en uno de los Balnearios de Aguas mineromedicinales

En esta misma localidad, se halla el Balneario de **Caldas de Partovia**. Se trata de uno de los lugares más interesantes de la Galicia Termal. Durante siglos, el Balneario ha recibido a miles de visitantes que buscan beneficiarse de las extraordinarias cualidades de sus Aguas, siendo sorprendentes sus resultados conforme a las curaciones que aparecen médicamente documentadas ya desde principios del siglo XIX. Las Caldas de Partovia materializa la esencia del concepto de Balneario, lugar de reposo, salud, ocio y bienestar donde el visitante se siente parte integrante del mismo desde el primer momento. Ofrecen un equilibrio mental y físico, siendo su principal herramienta las Aguas cálidas y azuladas que nacen de forma cálida y generosa en esta tierra, unidas a un magnífico edificio y a un trato personal que procura la exquisitez.





Balneario de Alange

Desde siempre el Agua del manantial mineromedicinal de Alange, ha sido la razón de ser del Balneario, de su historia y su existencia. Inalterable al paso del tiempo, el Agua continúa siendo hoy la base de todos los tratamientos hidrotermales y de belleza.

La especial composición del Agua de Alange la dota de propiedades terapéuticas que permiten ofrecer programas médi-

cos y de ocio, eficaces y naturales para el cuidado de la salud y el alivio y prevención de diversas patologías

Alange es un lugar único, rico en historia, declarado Patrimonio de la Humanidad, en el que termas romanas de más de dos mil años de antigüedad conviven en armonía con galerías de duchas y bañeras de mármol del siglo XIX y con las más modernas técnicas y tratamientos hidrotermales.

En este espacio encontraremos la más amplia gama de terapias termales y programas de ocio, jardines donde descansar al sol, un entorno rico en historia y naturaleza, hacen del Balneario un destino inmejorable para descansar el cuerpo y serenar el espíritu.

En la sociedad del siglo XXI la feroz competencia hace que la estandarización, el ahorro de costes y la consiguiente pérdida de calidad, estén ganando la partida.

Los Balnearios han sido siempre lugares exclusivos por la singularidad de sus Aguas mineromedicinales, por sus terapias tradicionales y por su riqueza histórica, cultural y natural.

Nuestro gran reto en este nuevo siglo es recuperar nuestra exclusividad, volver a los orígenes para afrontar el futuro.

El Balneario de Alange, lo componen dos hoteles de tres y cuatro estrellas y un edificio de baños declarado Patrimonio de la Humanidad. Podríamos decir que el Balneario de Alange es un Balneario en estado puro por el cuidado de sus Aguas, por la terapia balnearia que allí se realiza y porque ha sabido conservar todo lo tradicional de un Balneario.

El Agua del manantial se origina en capas muy profundas de la tierra, enriqueciéndose en su ascenso de energía alfa radón 222 y 226) y minerales como el litio, carbonatos bicarbonatos de sodio, magnesio y calcio.

El ser uno de los pocos Balnearios de Europa indicado para el sistema nervioso, hace que el tema de la belleza y el relax, sean el “efecto secundario” de nuestra Agua medicinal. En Alange y debido a las propiedades del Agua, se duerme mejor, se hidrata la piel, se recupera el equilibrio natural del cuerpo (stress, depresión) y cualquier problema con trasfondo nervioso suele tener un gran alivio.



Tratamientos de Belleza

Además de una línea propia de cosmética, el Balneario tiene lo que llamamos "Zona Seca" en la que los protagonistas son los tratamientos de belleza como son

Mascarilla de arcilla, chocolate, te o uva.
Tratamiento facial oxigenación e hidratación
Tratamiento de exfoliación corporal
Envolvimientos chocolate, te verde, uva o fango.
Masajes con aplicación de arcilla, chocolate, te verde, uva o parafango.
Masajes relajante o tonificante
Masaje vichy con arcilla
Tratamiento piernas cansadas
Parafangos.

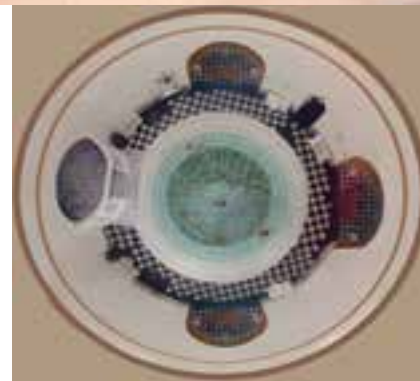


Tratamientos de ocio

Los tratamientos de ocio son programas intensivos de uno a cuatro días que incluyen alojamiento en uno de nuestros hoteles y pensión a su elección. Además de las técnicas indicados para cada tratamiento podrá disfrutar del acceso a la piscina exterior (abierta según temporada) y a los jardines del Balneario para practicar la Cura Kneipp.

Romano - de 1 a 4 Noches (tratamientos por persona / día)

1 Ducha Templada, 1 Baño en Terma Romana Caliente, 1 Ducha Escocesa, 1 Sesión Inhalaciones Colectivas, 1 Mascarilla



de Arcilla en Piernas, Uso de Albornoz y Zapatillas, Jardines y Piscina Activa Exterior (abierta según temporada) de tiempos remotos siendo sinónimo de tranquilidad, tiempo para descansar y para recuperar el equilibrio cuerpo-mente

Relax - de 1 a 4 Noches (tratamientos por persona / día)

1 Ducha Escocesa, 1 Piscina Termal de Hidromasaje, 1 Baño Turco, 1 Laguna del Manantial, Uso de Albornoz y Zapatillas, Jardines y Piscina Activa Exterior (abierta según temporada)

Belleza - 1 Noche o combinado con Romano o Relax (tratamientos por persona / día)

1 Ducha Templada, 1 Laguna del Manantial, 1 Piscina Termal de Hidromasaje, 1 Ducha Escocesa, 1 Mascarilla Facial e Hidratación, Uso de Albornoz y Zapatillas, Jardines y Piscina Activa Exterior



Gran Balneario de Carballino, viva tradición del termalismo gallego



25

El histórico enclave de Carballino, a unos 25 kilómetros de Ourense, nació en torno a una feria creada en el primer tercio del siglo XVII por los frailes del monasterio de Oseira (S. XII). Oseira era una de las abadías más poderosas de Galicia desde la Baja Edad Media. Gracias a las bondades de sus Aguas nacidas de manantiales mineromedicinales esta población es y será una villa termal que se ha dado a conocer por los remedios ofrecidos para los problemas del aparato digestivo, aparato respiratorio, metabolismo, reumatismo y piel. Situado muy cerca del centro de esta localidad orensana, rodeado de tilos y robles, en la margen izquierda del río Arenteiro, se levanta orgulloso el Gran Balneario de Carballino. Una referencia, sin duda, para el Termalismo gallego que desde principios del XIX viene ofreciendo sus benéficos servicios. Se cuenta que entre los ilustres personajes que disfrutaron de estas Aguas estuvo la inmortal Emilia Pardo Bazán, que en la quietud de este Balneario escribiría una de sus obras, “El Cisne de Villamorta”. Pero claro, la historia de este centro termal viene de más antiguo.



Se sabe que anteriormente, en el año 1752, la Encomienda de Beade, Orden de San Juan de Jerusalén, cedió a D. Vicente López las surgencias termales. Sus orígenes más precisos se remontan al año 1801, cuando los vecinos José Álvarez Castellano y su mujer Josefa Sotelo, vendieron a Don Agustín Valeiras por “800 reales de vellón un pedazo de terreno árido y abertal situado donde dicen dos baños”

“El 28 de Mayo de 1816 las Aguas fueron declaradas de Utilidad Pública y luego ra-

tificado en 1928 por Real Decreto Ley de 26 de Abril de 1928. A principios del siglo XIX existe una pequeña caseta que era cuidada por los vecinos de Puente Veiga. Sin embargo su malas condiciones sanitarias fueron objeto de disputas y denuncias. Esto no fue condición para su cierre y ya a mediados del siglo XIX rondaban los mil bañistas anuales. En el año 1860 la caseta fue ampliada y adecuada al cada vez más elevado número de bañistas. Treinta y ocho años después, en 1898, con la desamortización de Mendizábal, pasó a manos del ayuntamiento





La casa de baños es obra del arquitecto Daniel Vázquez-Gulias Martínez, y se inauguró en el año 1900, un edificio de planta longitudinal de 50 metros, con dos pabellones de ventanas semicirculares y galería acristalada en su parte posterior. Sobresale en el centro el cuerpo de entrada con linterna acristalada en el crucero y torre almenada por detrás; ésta tiene tres pisos, con ventanas semicirculares los dos inferiores y adinteladas el superior. El edificio alberga las principales instalaciones del Balneario, renovadas y ampliadas recientemente, con dotación de servicios para baños, duchas, inhalaciones e hidromasaje. Cuenta con consultorio médico para prescripción facultativa de las dolencias y terapia termal.

26



En los años 40 del siglo XX, el Balneario alcanza su esplendor. Se trata de aguas de mineralización débil, bicarbonatadas sódicas, fluoruradas, sulfuradas y termales (26°). Sus características son apreciadas para afecciones del aparato digestivo (hígado, intestino, vesícula, dispepsias, litiasis, biliar...), enfermedades reumáticas (artrosis, artritis, ciáticas), respiratorias (faringitis, asma, enfermedades pulmonares crónicas), diversas afecciones de la piel (soriasis, eccemas, pruridiabetes) y enfermedades metabólicas (diabetes, gota, obesidad).

Hoy día, este clásico sigue tan vivo como siempre, manteniendo con orgullo un pasado en el que ha hundido sus raíces para mirar al futuro con la confianza y la seguridad de todos aquellos que disfrutan de sus Aguas.





Balneario de Sicilia

Oferta culinaria de alto nivel

Es un hecho comprobable. La oferta del Hotel Balneario de Sicilia es tan completa que, se mire por donde se mire, siempre hallaremos una buena razón para rendir una visita que ponga en paz nuestro cuerpo y nuestro ánimo. Este Balneario, además de un hotel de cuatro estrellas espléndidamente ubicado dispone de baños termales apreciados por la pureza de sus Aguas, la temperatura de advenimiento y su composición natural.

El hotel dispone de 87 habitaciones estándar, confortables y luminosas, con vistas al exterior. Las dobles están provistas de terraza con vistas sobre el río Mesa y tienen acceso directo a la zona termal. Si el cliente desea algo más exclusivo cuenta con 16 habitaciones superiores, provistas de una decoración más moderna que las





habitaciones estándar. Para aquellos que quieren disfrutar de espacios más amplios hay 3 habitaciones con salón.

Esta propuesta, que tiene como bases sólidas la calidad de las Aguas y los tratamientos ofrecidos, además de un alojamiento de primera calidad, estaría incompleta sin añadir a la experiencia una gastronomía a la altura de las expectativas de la clientela.

En el Balneario Sicilia podrá disfrutar de una oferta culinaria de alto nivel, en la que encontrará un menú variado de platos elaborados al estilo de la saludable cocina mediterránea. Todos los clientes con necesidades especiales en su alimentación son cuidados con verdadero mimo por el equipo de cocina. Hay una magnífica variedad de dietas específicas para vegetarianos, celíacos, dietas personalizadas para adelgazamiento, dietas cardiosaludables (solicitándola en el Balneario).

La comida principal se compone de un extenso buffet de ensaladas que el cliente se confeccionará a su gusto para continuar con un menú que consta de tres platos a elegir de primero y tres platos a elegir de segundo, terminando con una selección de postres.

Las cenas son igual que la comida principal con la excepción del buffet de ensaladas. Eso sí, siempre se contempla una ensalada en el menú de la noche.

Sugerencias del Chef

- Revuelto de setas y gambas
- Cardo con patatas y rehogado con jamón
- Parrillada de carne: Solomillo, Pollo, Ternasco y longaniza
- Ternasco de Aragón
- Jamón de Teruel con tomate
- Tarta / Natillas



Programa de Termalismo de IMSERSO 2017

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

En sus más de 25 años de funcionamiento, el Programa de Termalismo del IMSERSO se ha consolidado como uno de los más exitosos del sector, tal y como demuestra el grado de satisfacción de los cientos de miles de pensionistas que han disfrutado de los beneficios de la balneoterapia durante todo este tiempo. En este 2017, se han convocado un total de 208.500 plazas. Los turnos, como viene siendo habitual, podrán tener una duración de 10 o 12 días, en régimen de pensión completa, a disfrutar entre febrero y diciembre de 2017. Gracias a este Programa, se puede disfrutar de un servicio de gran calidad con seguimiento médico y prescripción de tratamientos con unas condiciones económicas más ventajosas.

Los requisitos para poder participar se mantienen como en anteriores ocasiones: pueden participar personas residentes en



29

¡Apúntate al Programa de Termalismo Social!



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

Los estudios que se han hecho de este Programa complementario a las prestaciones del Sistema de Seguridad Social demuestran la positiva incidencia de los tratamientos y técnicas que se llevan a cabo

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

Durante el desarrollo del Programa, los Balnearios trabajan de forma conjunta con el IMSERSO. De esta forma, ofrecen un Programa basado en la calidad de los servicios y las instalaciones, así como el seguimiento individualizado de los usuarios a través de los equipos médicos de los establecimientos y la atención personalizada de los distintos trabajadores. Y no sólo eso, el Programa de Termalismo se ha consolidado como un modelo de desarrollo turístico sostenible basado en el uso racional de los recursos naturales y la dinamización de las economías locales y zonas rurales.



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 **FERRUGINOSAS**, 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 **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

www.balnearios.org

Síguenos en:



30

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.

Comercial Técnica de Balnearios

Equipamientos y Consumibles



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

Aerosol



Batidora de parafango



Manijet



Armario de conservación
de parafango



Tratamientos de respiratorio



Reposacabeza bañera



Flotador bañera
y piscina



Hypermfango

Balneario Acuña
(CALDAS DE REIS, Pontevedra)

Balneario de Cestona
(ZESTOA, Guipúzcoa)

Balneario de Liérganes
(LIÉRGANES, Cantabria)

Termas de Liérganes
(LIÉRGANES, Cantabria)

Balneario Termas Pallarés
(ALHAMA DE ARAGÓN, Zaragoza)



Balneario de Graena
(CORTES Y GRAENA, Granada)

Balneario de la Albotea
(CERVERA DEL RIO ALHAMA, La Rioja)

Balneario de Grávalos
(GRÁVALOS, La Rioja)

Balneario Cervantes
(SANTA CRUZ DE MUDELA, Ciudad Real)
PRÓXIMA INCORPORACIÓN

Balnearios Auténticos

Tel. 902 104 841
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.

