

## **CLÍNICA DE MEDICINA NATURAL Y TRADICIONAL GUANTÁNAMO**

### **GUIA DIDÁCTICA PARA LA UTILIZACIÓN DE TALASOTERAPIA EN LA ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD**

Dra. Cecilia Camejo Pérez<sup>1</sup>, Lic. Aracelis Lescailles Lara<sup>2</sup>, Dra. Aymara Laugart Wilson<sup>3</sup>, Cecilia Soto Camejo.<sup>4</sup>

*1 Máster en Medicina Natural y Tradicional. Especialista de I Grado en Medicina General Integral. Instructor.*

*2 Máster en Medicina Natural y Bioenergética. Licenciada en Enfermería.*

*3 Máster en Medicina Natural y Bioenergética. Especialista de I Grado en Medicina General Integral. Instructor.*

*4 Estudiante de Sexto Año de Medicina.*

---

#### **RESUMEN**

Se realiza un estudio documental con el objetivo de ofrecer una guía didáctica sobre Talasoterapia, con los principales pilares de esta terapia en la que se aborda el enfoque cuantitativo, dialéctico y materialista, como parte del desarrollo de la maestría de Medicina Bioenergética y Natural, para contribuir a partir de la capacitación, el perfeccionamiento de la enseñanza de postgrado e incidir en el mejoramiento del desempeño profesional en la Atención Primaria de Salud.

**Palabras clave:** talasoterapia, guía didáctica.

---

#### **INTRODUCCIÓN**

Hipócrates, el galeno griego padre de la medicina moderna decía: "El mar cura las enfermedades del hombre". Tal afirmación encuentra su máxima expresión en la Talasoterapia, la cual forma parte del termalismo, un conjunto de actividades que se realizan en todas las unidades de salud que disponen de recursos naturales (aguas mineromedicinales termales o no, peloides, vapores, gases, microclimas de montaña, de costa) y que pueden ser utilizados terapéuticamente

para promover, prevenir, recuperar y rehabilitar la salud de quienes lo reciben, que no pueden recibirlos en otros centros de salud, sus hogares u otro entorno.

Las costas cubanas poseen más de 400 playas, islotes y cayos de excelente calidad, arenas de elevada calidad granulométrica y albedo (capacidad de reflexión del sol), estaciones climáticas suaves con predominio de clima de tipo costero tropical, accesibilidad. (distancia media a cualquier punto de la costa en la parte más ancha de la isla de 60 km).

El 24 de julio de 1984, por iniciativa del profesor Guillermo L. Fernández Hernández, junto a la Dra. Martha D´Cortes Hernández, se funda el Centro de Descanso e Investigación en Psoriasis (CEDIP), ubicado en la playa de Santa María del Mar, con el objetivo de brindar tratamiento sanatorial y heliotalasoterapia a pacientes con dermatosis crónicas, especialmente psoriasis.

Aunque en nuestro país se han realizado algunos estudios sobre la incapacidad laboral temporal en centros de trabajo y de forma más general, resulta muy importante el conocimiento y desarrollo de estos análisis al nivel primario de salud, tal como se realiza en países de Europa y de América del Norte, lo que permite un seguimiento mediante evaluaciones periódicas.

La Talasoterapia es una disciplina que utiliza todos los beneficios del mar, no sólo el agua. Las curas de Talasoterapia relajan, tonifican y revitalizan el organismo, es un sistema terapéutico natural que abarca tres ámbitos: el agua del mar (Hidroterapia), el aire marino (Aeroterapia) y la radiación solar (Helioterapia).

## **DESARROLLO**

### **GUIA DIDÁCTICA. TALASOTERAPIA Y ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD**

Indicaciones para su uso y técnica de tratamiento recomendada

- Tratamientos de Talasoterapia de 1 hora de duración, a las 9.00 a.m. y 3.00 p.m.
- Ejercicios de calentamiento antes del tratamiento.
- Caminatas como parte del ejercicio.
- Ducha de agua dulce después del baño de mar.
- Helioterapia de hasta 30 minutos de duración, según criterio médico.
- Tratamiento de lunes a viernes, doble sesión, y sábados en la mañana, durante 2 semanas.

- Ciclos de tratamiento semestrales o anuales, según la evolución.

### **Procederes en el niño**

Niños menores de 3 años. No Bañarse.

Niños de 3 a 6 años. Solo días alternos, sin vientos, mar en calma.

Tiempo. ½ a 2 minutos, si el agua esta a temperatura corporal hasta 4 minutos, acompañado de 20 minutos de reposo

Respuesta favorable entre las 3 a 6 semanas de tratamiento.

### **Contraindicaciones**

Los baños marinos son perjudiciales ante la presencia de: Fiebre, reumatismos agudos, radiculitis. insuficiencia renal. Epilepsia, insuficiencia cardiovascular y respiratoria severa, enfermedad cerebrovascular en estadio agudo, hipertensión arterial severa. Pacientes con reacciones psicopáticas e hipocondríacas, estados fóbicos, En casos de neuropatía. De bronquitis crónica, hipertiroidismo, gastroenteritis, enfermedades renales, entidades del sistema neurovegetativo.

### **Aguas mineromedicinales**

1. Afecciones reumáticas.
2. Afecciones del aparato respiratorio:
3. Afecciones renal y urinaria.
4. Afecciones digestivas.
5. Afecciones neurológicas. (Dolor nociceptivo, dolor neuropático).
6. Afecciones ginecológicas.
7. Enfermedades de la piel. Aguas mineromedicinales y efectos.

Aguas sulfuradas:

Las enfermedades, psiquiátricas.

En los sujetos que padecen una peculiar tensión interior, mantenida por la situación conflictiva que viven o creen vivir, que les sitúa en posición de estrés una Talasoterapia prudente puede procurar una reducción siptónica favorable y facilitadora de la recuperación del propio dominio.

Por su acción, refleja sobre los centroS su activación de la circulación, poder equilibrador vegetativo. La balneoterapia marina puede actuar como normalizadora del metabolismo basal y de otro metabolismo, activadora del desarrollo y de la nutrición celular y reguladora del equilibrio ácido y básico, también, se comporta como estimulante de las glándulas sexuales, tiroides, paratiroides y suprarrenales.

## **HELIOTERAPIA**

Clima marino (Helioterapia).

Por definición se trata de la exposición al sol con fines terapéuticos y profilácticos.

Los baños de mar junto a la cura del sol y del aire son de gran eficacia en numerosas afecciones.

Resulta interesante conocer que a más de 100 m de la costa, el agua de mar está libre de gérmenes patógenos. Los mares tropicales, como el Caribe, son un recurso lleno de posibilidades para la investigación.

## **Algas marinas**

Toman del agua de mar los elementos minerales necesarios y liberan determinados componentes como yodo. Contienen vitaminas, aminoácidos, pigmentos. A partir de ellas se elaboran productos con propiedades cosméticas y farmacéuticas por sus propiedades antioxidante (cosmecéuticas) las cuales se utilizan en las prácticas de la talasoterapia.

## **Algas de colores**

Según Martha Bellocq autora de diversos estudios sobre terapias con algas, las hay de todos los colores. "El color de las algas es una de las primeras claves para poder determinar la identificación de las diferentes especies -puntualiza-. Hay tres grandes grupos de macroalgas: *Chlorophyta* (algas verdes), *Phaeophyta* (algas pardas) y *Rhodophyta* (algas rojas)."

La *Laminaria digitata* que alcanza los 3 y 4 metros de altura forma verdaderos bosques marinos y vive en las frías aguas de la Bretaña Francesa. Con un alto nivel en vitaminas A, B, C, D, E, F, K, calcio, hierro, potasio, magnesio, fósforo y otros elementos importantes que alivian el estrés. Se utilizan sus alginatos para tónicos, cremas y lociones limpiadoras y exfoliantes.

De las algas rojas se obtienen principalmente el carragen y el agar. El *Chondrus Crispus* (musgo de Irlanda) y *Mastocarpus Stellatus* estas algas lavadas, blanqueadas al sol, se pueden tomar en infusión para el tratamiento de úlceras, trastornos estomacales y catarros.

## **Origen marino**

En resumen, son los minerales, los polisacáridos y las vitaminas los que intervienen sobre la vitalidad de las células y propician una significativa mejora de las defensas del organismo. Por tanto, los elementos marinos pueden ser considerados como indispensables para el equilibrio biológico.

## **AEROTERAPIA (Aire y eventos marinos)**

Actúa sobre el organismo en virtud de sus acciones térmicas, cambios en el nivel de humedad relativa. Relacionado con estos se encuentran los aerosoles marinos saturados en sodio, yodo, bromo y sílice.

## **Áreas marinas**

Están constituidas fundamentalmente por sílice, poseen elevada permeabilidad y porosidad y termopexia, lo que facilita la selección del calor aportado por la radiación y su transmisión al paciente.

## **CONSIDERACIONES FINALES**

Las enfermedades crónicas no transmisibles (asma bronquial, diabetes mellitus, hipertensión arterial) y afecciones de la piel del SOMA están vinculadas a los estilos de vida y factores de riesgo susceptibles de ser identificados tempranamente y sobre los cuales se puede intervenir para su tratamiento con Talasoterapia como modalidad de la Medicina Bioenergética y Natural, como tratamiento complementario.

La guía didáctica elaborada constituye una referencia actualizada para la preparación científica de los profesionales de la salud, en el tratamiento de enfermedades crónicas no transmisibles (asma bronquial, diabetes mellitus, hipertensión arterial) y afecciones de la piel y del SOMA.

El documento presentado queda como material bibliográfico a nivel de atención primaria de salud sirviendo así de material comprensible para el conocimiento de la Talasoterapia y su posterior aplicación en nuestra provincia.

## **BIBLIOGRAFÍA**

1. Álvarez A. Mecanismos de acción de las aguas mineromedicinales. Rev Cubana Med Gen Integr. 1993; 9(2):190-4.
2. Álvarez NA. Mecanismo de acción de las aguas minerales. Rev Cubana Med Gen Integr. 1993; 9(2):198-201.
3. Armiejo-Valenzuela M. Aguas carbónicas o aciduladas. En: Curas Balnearias y Climáticas. Talasoterapia y Helioterapia. Madrid : Editorial Computense; 1999. p.271-277.
4. Boluda N, Sempere C, Ruiz F. Hidrogeoquímica de la intrusión marina del acuífero Cuaternario de Jávea (Alicante). En: I Congreso Iberoamericano de Geoquímica, VII Congreso de Geoquímica de España, Soria 1997. Madrid : CEDEX; 1997. p.465-470.
5. Camejo Pérez C. Talasoterapia su importancia en la salud de la población. En: Proyecto de Desarrollo Tecnológico e Innovación. Guantánamo 4, 2009.
6. Cizalla M. La medicina natural al alcance de todos. En: Cedez Villadrow G. Doctrina termia de salud. 3ªed. Barcelona: Editorial Médica; 2003. p.444-7.
7. Cuba. Ministerio de las Fuerzas Armadas Revolucionarias. Guía de procederes terapéuticos de la medicina tradicional y natural en las FAR: atención médica básica. La Habana: FAR; 1997. p.40-55.
8. Entrevista al Dr. Leoncio Padrón Director Nacional del Programa de Medicina Natural y Tradicional del MINSAP[internet]. [actualizado Abril 2008, citado 22 oct 2010]. Disponible en: <http://www.saludparalavida.sld.cu/>
9. Fagundo Juan RP, González S, Jiménez G, Benítez V, Ferrera A, González E, et al. Cátedra de Medio Ambiente. Metodología para la caracterización geoquímica de los procesos cársicos costeros. II. Identificación de los procesos de mezcla y modificación de las facies hidroquímicas. En: Contribución a la Educación Ambiental y la Protección Ambiental1. La Habana : ISCTN; 1999. p.182-191.
10. Fauchen N, Meaume S, Salvatore R, Senet P. Nutritional status and infections, factor of the delay of cicatrisation. Soins. 2000;(642 Suppl):5-8.

11. García Chacón R. El manejo del paciente con dolor. *Salud Natural*. 1998; 13:27-32.
12. Gimenez Forcada E. Caracterización hidrogeoquímica de los procesos de salinización en el acuífero detrítico costero de la Plana de Castellón [tesis]. España : Universidad de Granada; 1994 [citado 12 sep 2010]. p.469. Disponible en: <http://www.mastesis.com/tesis/caracterizacion+hidrogeoquimica+de+los+procesos+de+salinizac:43219>
13. Guoliang Y, Smith Penny P, Noble J, Mayia A, Fares A. Model Based Approach To Monitor Temperature During HIFU Thermal Therapy. *AIP Conference Proceedings*. 2007; 911(1) : 258-264.
14. Ledesma Rosa R. Repercusión del Termalismo Comunitario en la Salud y la Economía. La Habana : Ministerio de Salud Pública; 2008.
15. Llerena Vázquez I. Desarrollo e implementación de la talasoterapia La Habana : Ministerio de Salud Pública; 2009.
16. Mullet Pérez A, Acosta Martínez B. Digitopuntura. Holguín: Editorial Holguín; 1998. p.23-32.
17. Pargas Torres F. Enfermería en la medicina tradicional y natural. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2000. p.170-6.
18. Rigol Ricardo O. Manual de acupuntura y digitopuntura. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 1995. p.25-9.
19. Rodríguez Ramírez R, Cabrera Salazar J, González Tuero JH, Machado Pineda M, González Quiala J. Peloidoterapia en las heridas quirúrgicas infectadas. *MEDISAN*. 2004; 8(3).
20. Romero Sanchez J, León Hernández ML. Centro Nacional de Termalismo Víctor Santamaría. El termalismo cubano. 2000; 13(1):18-24.
21. Ricardo Díaz V. Grupo de Desarrollo – Infomed. La Habana : Editorial Ciencias Médicas; 2009.
22. Rubio A. Manejo de heridas usando azúcar [internet]. [citado 10 marzo 2003]. Disponible en: <http://www.aamefe.org.ar>
23. San Martín J, Armijo-Valenzuela M. Talasoterapia. En: *Curas Balnearias y Climáticas. Talasoterapia y Helioterapia*. Madrid : Ed. Complutense; 1994. p.611-630.

24. Scenziati e confini culturali. Termalismo in Savoia nell'opera di Joseph Daquin (1732-1815). *Gesnerus*. 2008; 65(3-4):157-75.
25. Tosar Pérez MA, Álvarez Díaz TA. Medicina natural y tradicional. En: *Temas de medicina general integral*. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2000. p.371-7.