

CURA HIDROPINICA

La Cura Hidropínica es una cura de bebida o cura oral. Consiste en la ingestión de agua durante un tiempo variable, en cantidades precisas, a un ritmo determinado.

Se trata de una técnica sencilla y de un producto natural, pero cuya aplicación, bien o mal hecha, puede llevar a buenos resultados terapéuticos o a alteraciones.

ACCIONES

Según Kühnau (1958) se producen acciones locales y generales.

1) LOCALES O DIRECTAS. Se manifiestan en aparato digestivo, urinario y circulatorio.

A) aparato digestivo:

- Por acción física del agua:
 - El volumen ingerido puede actuar como excitante directo, estimulando la secreción y el peristaltismo.
 - La temperatura del agua puede modificar la irrigación de la mucosa, la secreción de las glándulas, la motilidad y el peristaltismo (el agua caliente puede vencer espasmos pilóricos).
 - La presión osmótica influye ya sea provocando una acción purgante por atracción del agua o diurética, por absorción de agua.
- Por acción química del agua:
 - Las aguas carbónicas poseen acción hiperemiante, estimulante de la secreción y aceleran la evacuación gástrica; acción anestésica de terminaciones nerviosas, por lo que se enmascaran los malos sabores.
 - Bicarbonatadas: acción antiácida sin provocar efecto rebote. En el intestino actúan como colagogas y antiinflamatorias.
 - Sulfatadas: son irritantes de la mucosa, hiperemiantes y estimulantes de secreciones. Favorecen el peristaltismo. Producen reflejo biliar a partir del duodeno, relajando el esfínter de Oddi (prueba de Meltzer-Lyon), de modo que son purgantes, colagogas, coleréticas.
 - Cloruradas: su efecto depende de su concentración. En general estimulan la secreción gástrica.
 - Sulfuradas: estimulan la acción enzimática. Aumentan el peristaltismo. Acción colerética y colagoga.
 - Radiactivas: reguladoras del sistema neurovegetativo.
 - Ferruginosas: acción astringente.

B) Aparato circulatorio

- Actúan diluyendo o concentrando la sangre. Hacen muy pasajeros los cambios
- Alteraciones de la glucemia, uremia y colesterinemia (Rogolinsky)
- Proteína C reactiva y mucopolisacáridos (Giordano).
- Regulación de la hipertensión arterial.

C) Aparato urinario. Riñón.

AGUAS OLIGOMETÁLICAS, ACCIONES:

- Producen una fase de descarga hídrica. Aumenta la secreción de agua por orina, más volumen y con más catabolitos que con agua potable ordinaria. Dura entre una y tres horas.
- A continuación viene una fase de eliminación sólida, en la que aumenta la excreción de sodio.
- La densidad urinaria disminuye.
- Se elimina progresivamente sodio y potasio.
- Tiende a elevarse el pH de la orina.
- La eliminación de urea aumenta considerablemente.
- Se favorece la filtración renal (pero hay ahorro de trabajo y mayor descanso para el riñón).
- Acción de arrastre y lavado de vías urinarias.
- Aumenta de 5 a 10 veces la eliminación urinaria.
- Aumentan las contracciones ureterales, de 3 a 5, hasta 10-15.
- Favorece la dilución y evita precipitaciones en orina.

- Son orinas menos irritantes y más protectoras.

De todas estas acciones sobre el riñón se deduce que todas las aguas oligometálicas se pueden utilizar en esta cura hidropínica en los siguientes procesos renales:

Albuminurias simples. Ortostática.

Infecciones renales.

Litiasis (Guntebruner, 1989) Util en casos de litiasis por oxalatos. Profilaxis de litiasis renal (Dormia G, 1987).

Convalecencia de nefropatías.

Tratamiento de la pielonefritis crónica (Titarenko, 1981) y nefritis crónica (Priadko, 1982).

Tratamiento de prostatitis crónica (Borznievsky, 1980).

Cistitis y cistitis recurrente (Bondit, 1984).

Glomerulonefritis renal (Pyring-La, 1988).

ACCION GENERAL DEL AGUA EN BEBIDA

- 1) Quitar la sed. Provocar una regulación hídrica del organismo.
- 2) Dependiendo de las características generales de cada agua.
- 3) Provocar la reacción del síndrome de adaptación de Selye)

ACCIONES GENERALES

Cloruradas: Tonificantes en general. Estimulan las funciones orgánicas y metabólicas.

Sulfatado-Sódicas: Protección hepática. Mejoran GOT y GPT.

Sulfatado-Cálcicas: Sedantes y antiespasmódicas.

Carbogaseosas: Estímulo respiratorio con aumento del volumen-minuto. Aumentan la contracción de la fibra cardíaca y llevan a cabo una acción bradicardizante, junto con vasodilatación periférica.

Sulfuradas: Anafilácticas y antialérgicas. Estimulantes del metabolismo. Acción trófica sobre tejidos articulares. Mejoran mucosa bronquial y glándulas mucíparas.

Ferruginosas: aportan el hierro necesario.

Radiactivas: Aumentan los elementos formes de la sangre. Mejoran y tonifican el sistema cardiovascular. Tonifican la piel. Disminuyen la actividad tiroidea. Eliminan la excitabilidad.

Oligometálicas: son diuréticas. Desquelificadoras y desbloqueadoras de ciertos metales y favorecen su acción en el organismo. Potencian el sistema degensivo del organismo, ayudando a combatir las infecciones.

DOSIFICACIÓN DE LA CURA HIDROPINICA Y TECNICA

AGUAS CLORURADAS:

Sólo se utilizan las débilmente mineralizantes, a dosis variables entre 2 y 50 ml. En ayunas o después del baño (Armijo, 1968).

SULFATADAS-SODICAS

Carabaña. Mediana de Aragón.

Se toman 100 a 150 cc por la mañana si se buscan efectos purgantes. La mitad si se buscan efectos laxantes. Entre 7 y 9 días, a razón de 3 gr. De sulfato al día (Zörkendörfer, 1960). De algunos manantiales se venden las sales, que se pueden disolver en el momento de tomarlas.

SULFATADA-CALCICA

Alhama de Murcia. Villavieja de Nules (Castellón).

Se toman dosis de 500 a 750 cc. Diarios, siendo la dosis más abundante en ayunas, durante 3 semanas.

SULFATADA-MIXTA.

Cestona (Guipúzcoa). Vallfogona de Riucorb (Tarragona).

Se toman entre 500-700 cc. En ayunas, en unas 3 tomas separadas de 10 a 25 minutos. Reposar a continuación y esperar 60 minutos antes del desayuno. Unos 60 minutos antes de la comida, tomar 200 ó 300 cc.

BICARBONATADAS-SODICAS.

Tomas de 100 a 200 cc. Cada 15 minutos, 2 ó 3 por serie y 3 series al día. Total, de 1 a 1'5 litros/día.

BICARBONATADAS-CALCICAS

Alicún (Granada).

Igual que la anterior, pero de 1'5 a 2 litros/día.

BICARBONATADAS-SULFATADAS.

Cofrentes (Valencia).

Tomar de 500 a 750 cc. En ayunas y reposar. 125-250 cc. Antes de las comidas.

BICARBONATADAS-CLORURADAS

Lanjarón, Capuchina.

250-750 cc/día. 3 sesiones/día.

CARBOGASEOSAS.

Lanjarón. 250 a 500 cc. En ayunas. En comidas. En alteraciones digestivas.

SULFURADAS

Iniciar la cura con tomas de 200 cc./día, hasta 500-600 cc. En ayunas, 3 tomas, a intervalos de 10 minutos. Antes de la comida, 1 toma.

FERRUGINOSAS.

Lanjarón Capuchina: 0'052 gr. Lanjarón Capilla: 0'095 gr. Se trata de tomar de 50 a 100 mg. De hierro al día. Así, se toman de 500 a 1000 cc. Repartidos en tomas de 150 a 200 cada 10 minutos antes de las comidas.

RADIATIVAS

Importante beber a pie de manantial. Tomar antes de las comidas de 700 a 1500 cc./día

OLIGOMETALICAS

Entre 700-1500 cc/día, 2 ó 3 vasos de 250 en ayunas a intervalos de 10 minutos. Antes de cada comida. La cura mejora en reposo.

Bibliografía.

-Armijo Valenzuela, Manuel. San Martín, Josefina. Curas Balnearias y Climáticas. Editorial Complutense. Madrid 1992.

En cuanto a las características de las aguas están reguladas por el Real Decreto 2119/1981, de 24 de julio (B.O.E. 21-9-1981) por el que se aprueba la Reglamentación Técnico Sanitaria para la elaboración, circulación y comercio de aguas de bebidas envasadas. Este Decreto deroga el 3069/72, de 26 de octubre (B.O.E. de 8-12-72) con excepción de los artículos 9, 10 y 11.

Las normas técnicas de análisis microbiológicos son las de; anexo 1 al Decreto 607/1975, de 13 -de marzo por el que se regulan las especificaciones microbiológicas a las que han de ajustarse las aguas minero-medicinales envasadas (B.O.E. 29-3-75) que ha sido derogado, excepto el citado anexo.

El Real Decreto 2119/81 de 24 de julio en su art. 3.1 define las aguas minero-medicinales envasadas como aquellas que emergen espontáneamente en la superficie de la tierra o se captan mediante labores practicadas al efecto, habiéndose obtenido para ella la declaración de utilidad pública, de acuerdo con lo estipulado en el Decreto Ley de 25 de abril de 1928, o bien que hayan sido clasificadas como tales y posean autorización de aprovechamiento de; Ministerio de Industria y Energía, al amparo de lo dispuesto en la Ley de Minas de 21 de julio de 1973 y las disposiciones que la desarrollan. Estas aguas han de ser aptas para tratamientos terapéuticos en el área de emergencia o balneario, disponer de estudios clínicos sobre evolución de procesos específicos y conservar, una vez envasadas, efectos útiles sobre los mismos.

Deberán reunir las características que se señalan en el Art. 15 de esta Reglamentación y que son las siguientes:

1.-Poseer cualidades físicas, químicas o biológicas que le hagan apta para tratamientos terapéuticos en el área de la emergencia o balneario y disponer de estudios clínicos realizados en número suficiente de casos demostrativos de que su consumo, una vez envasada, produce efectos útiles en la evolución de procesos específicos.

2.-Poseer estudios de sus características físicas, químicas y biológicas, correspondientes a los distintos ciclos estacionales en un período no inferior a cuatro años.

3.-En virtud de sus propiedades medicinales no se pueden fijar límites máximos en cuanto a sus componentes químicos o características físicas. No obstante cuando la autoridad sanitaria competente estime que alguna de las

particularidades de un agua determinada pueda resultar contraindicada para un sector de la población podrá denegar la autorización para su envasado, u obligar a advertir de ello en las etiquetas y publicidad del agua en cuestión.

4.-Cumplir las especificaciones físicas, químicas y biológicas declaradas en su expediente de Registro Sanitario.

5.-Como el agua es un producto natural, se admitirán las variaciones de características físicas y de composición química que se producen como consecuencia de las oscilaciones normales de caudal y de los procesos hidrogeológicos naturales. A los efectos de esta Reglamentación se entenderá como composición constante la permanencia del tipo de mineralización característica y que las oscilaciones de sus componentes mayoritarios no excedan del 20 por 100, en más o menos respecto a la composición media. Las oscilaciones de sus componentes estarán sujetas a los criterios sanitarios que se establezcan en cada caso mediante el estudio de la documentación analítica aportada y en base al conjunto de datos obtenidos durante un periodo de cinco años.

6.-Estar exenta de cloro residual, compuestos fenólicos, agentes tensioactivos, pesticidas, difenilos clorados, hidrocarburos, aceites, grasas y cualesquiera otros productos, en cuanto sean indicadores de posible contaminación.

7.-Las características microbiológicas de estas aguas, serán las siguientes:

En el punto de emergencia:

Ausencia en 100 ml de Parásitos y microorganismos patógenos.

Enterobacterias: Escherichia Coli y Salmonella-Estreptococos fecales (grupo D) Esporos de Clostridium sulfito reductores.

En envase dispuesto para el consumo:

Ausencia en 100 ml. de todos los microorganismos indicados en el apartado anterior Pseudomonas aeruginosa-Staphylococcus aureus.

Las aguas minerales naturales envasadas son aquellas que poseen los mismos requisitos que las minero-medicinales (declaración de utilidad pública o autorización de aprovechamiento). Estas aguas han de tener una acción favorable complementaria de las fisiológicas sin llegar a poseer propiedades terapéuticas señaladas en el Art. 16 de esta Ley, que son las siguientes:

1.-Poseer cualidades físicas, químicas y biológicas que la confieran una acción favorable, complementaria de las funciones fisiológicas, sin llegar a tener propiedades terapéuticas del área de emergencia o balneario.

2.-Serán aplicadas a las aguas minerales naturales envasadas las condiciones 2 a 7, as inclusive, exigidas para las aguas minero-medicinales.

Manipulaciones o tratamientos permitidos para las aguas minero-medicinales.

1.-Se permite la decantación y/o filtración en cuanto son procesos de separación de iones naturalmente inestables y se admiten los efectos derivados de la conducción y conductividad del agua, como son la variación de temperatura, radiactividad, gases disueltos u otros iones de la evolución normal del agua en el citado ciclo.

2.-Se permite el tratamiento de las aguas minero-medicinales por radiación ultravioleta y/o cualquier otro sistema autorizado por la autoridad sanitaria competente que no altere sustancialmente la composición química del agua ni sus cualidades específicas.

3.-En el caso de aguas minero-medicinales carbónicas podrá restituirse el anhídrido carbónico hasta el nivel existente en el punto de emergencia, con una tolerancia de variación hasta un 25 por 100 en más o menos.

4.-Se podrán utilizar tratamientos de los envases y cierres, para garantizar su asepsia, procedimientos autorizados por la Secretaría de Estado para la Sanidad.

Las aguas minerales naturales podrán ser reforzadas o gasificadas con anhídrido carbónico o privadas de él total o parcialmente.

Cuando la cantidad de gas carbónico añadido o eliminado supere el 25 por ciento del medio existente en origen se considera que se modifica sustancialmente su composición química original y por tanto, deberá expresarse en la etiqueta.

Se prohíbe:

Vender bajo una misma marca aguas procedentes de diferentes orígenes.

- Transportar el agua para su envasado por medios distintos de la conducción cerrada y continua.

- Utilizar para sucesivos llenados los envases considerados como «perdidos» o «no recuperables».
- El empleo de tapones usados.

BIBLIOGRAFÍA

- ARMÍJO VALENZUELA, M., *Compendio de Hidrología médica*, Ed. Científico-Médica, Madrid, 1968, 483 pp.
- BADA Y BORDA, Anacieto, *Tercitado de los virtudes y usos de las aguas minero-medicinales de la Villa de Benosque*, Graus, 1805, 30 pp.
- BASO ANDREU, Antonio, 'Datos sobre la religiosidad popular en el Santuario de Ntra. Sra. de Cílias', *Estado actual de los Estudios sobre Aragón*, 1982, pp. 609-613.
- BELTRÁN MARTÍNEZ, Antonio, *Los hallazgos de/ balneario de Ponticosa*, César Augusta, 1954, V, pp. 196-300.
- BERDONCES, Josep Lluís, 'Las aguas sulfuradas', *Revista INTEGRAL*, junio 1987, n.2 90, pp. 72-73.
- CABANES, Francisco Javier de, *Memoria acerca de los Baños de Ponticosa*, Imp. Villaami, Madrid, 1832.
- CAMPS VALDOVINOS, Ignacio, *Memoria sobre los ogucis de Arro*, Manuscrito de la biblioteca de la Facultad de Medicina de Madrid, 1986.
- ESPINA Y CAPO, A., *Catorce años de clima en Ponticosa*, Imp. y Lit. de; Asilo de Huérfanos de; Sagrado Corazón de Jesús, Madrid, 1895.
- FRANCO CANALIS, JUSTO, *Memoria sobre los baños de Estadilla. Año 1883*, manuscrito. Facultad de Medicina de la Universidad Complutense, Madrid.
- GURRUCHARI y ECHAURRI, J. Eduardo, *Memoria de los Baños de Ponticosa*, 1902, 272 pp, GURRUCHARI y ECHAURRI, J., *Aguas minerales de Ponticosa*, 1903.
- LECINA, Pedro José de la, *Propiedades y virtudes prodigiosas de los baños de Benosque, tratados a petición de esta villa, con relación de los seis fuentes de que se componen*, en 4.ª ed. Benosque, 1721.
- LÓPEZ AZCONA, 'Lo nueva fuente termal del balneario de Ponticosa', *Ibérico*, 1953, n.2 17, pp. 248-259 y 281-282.
- MADOZ, *Diccionario Geográfico Estadístico Histórico (7845-7850)*, tomo 1: Huesca, ed. facsímil Ámbito Ediciones, S.A. y Diputación General de Aragón, 1986, 335 pp.
- MALLADA, Lucas, *Descripción físico y Teológico de IC, provincia de Huesca*, Ed. Imprenta y Fundación Manuel Tello, 1978.
- MARTÍNEZ TEJERO, Vicente, 'Consideraciones sobre las aguas minero-medicinales aragonesas', 111 *Jornadas de Estudios sobre Aragón*, Tarazona, 1980.
- MONTSERRAT ZAPATER, OCTOVIO, *Historia de/ balneario de Ponticosa*, Tesis doctoral. Universidad de Oviedo, 1991.
- MORENO GONZÁLEZ, Ramón, *Riqueza hidrológica de Aragón y Lo Riojo*, Ed. C.A.Z.A.R., 1964.
- MORENO LÓPEZ, Eduardo, *Memoria de los Baños de Estadilla*, Biblioteca de la Facultad de Medicina de Madrid, manuscrito, 1879.
- MOZOTA SAGARDIA, Saturnino, 'Contribución al estudio de la historia de; Balneario de Ponticosa', *Arch, SEMA*, Institución Fernando el Católico, C.S.I.C., *Jornadas Médicas Aragonesas*, 1964.
- OTTO Y MOLINA, JOSÉ, *Memoria del balneario de Arro, 1900*.
- PALLARUELO CAMPOS, Severino, *Viaje por los Pirineos misteriosos de Aragón*, Zaragoza, 1984, 155 pp.
- PALLARUELO CAMPOS, Severino, 'Lo sagrado en Medicina Popular del Alto Aragón-', *Estado actual de los Estudios sobre Aragón*, 1982, pp. 483-491.
- ROMERO VELASCO, F., *El balneario de Ponticosa, Estudio científico-médico*, Tip. Heraldo de Aragón, Zaragoza, 1957.
- SÁNCHEZ NAVARRO, José Ángel, *Los recursos hídricos de las sierras de Guoro y sus somontanos*, Colección de Estudios Altoaragoneses (27), Instituto de Estudios Altoaragoneses, Huesca, 1988, 336 pp.
- SAZ PEIRÓ, Pablo, *Fuentes minero-medicinales de la provincia de Huesca*, ed. en microfiche, Instituto de Estudios Altoaragoneses, Huesca, 1991.
- SERAL Y CASAS, F., *Los Vilos del Turbón*, Memoria, Zaragoza, 1934, 58 pp.
- SOLSONA, Fernando, *Terapéutico Físico Natural*, Ed. Heraldo de Aragón, Zaragoza, 1979, 131 pp.
- SOL TORRES, José, *Aguas minero-medicinales del establecimiento de Arro*, José Sol Torrens, Lérida, 1886.
- VIOLANT) SIMORRA, R., *El Pirineo español,- vida, usos y costumbres, creencias y tradiciones de una cultura milenaria que desaparece*, Ed. Plus Ultra, Madrid, 1949, 320 pp.