

## Tercera edad

# El Montepío apuesta por la terapia acuática para potenciar y diversificar sus servicios de salud

La Residencia de Felechosa acogerá un curso internacional impartido por Lambeck, padre de la prestigiosa técnica Halliwick, en el que participará el Balneario de Ledesma

**Oviedo, E. CASERO**  
 Agua y salud. Desde sus inicios como mutualidad, el Montepío de la Minería Asturiana ha venido desarrollando de manera directa, especialmente en el Balneario de Ledesma, diferentes programas relacionados con el uso del agua con fines terapéuticos. La mutualidad de los mineros quiere seguir a la vanguardia en este asunto y por ello la Residencia de Mayores del Montepío en Felechosa será sede este mes de junio de un curso internacional impartido por el profesor Johan Lambeck, experto mundial en terapia acuática e investigador asociado de la Facultad de Leuven (Bélgica). Los objetivos principales del curso, en el que participarán responsables del Servicio de Hidrología Médica del Balneario de Ledesma y del propio residencial de mayores, son, por un lado, la formación especializada de profesionales sanitarios y estudiantes de toda España y, por otro, acercar la terapia acuática a toda la población, especialmente a aquellos con enfermedades susceptibles de ser tratadas en el agua.

La hidroterapia neurológica o terapia acuática es una modalidad que aúna conocimientos fisioterápicos en el proceso de rehabilitación neurológica y los beneficios que el entorno acuático puede aportar. Engloba diferentes técnicas y está indicado para la recupe-

ración de los procesos patológicos de cualquier edad. Una de las más prestigiosas a nivel mundial es la Halliwick. La Residencia de Felechosa, concebida con spa para el desarrollo de hidroterapia, realizará este curso de terapia acuática específica junto con el Sanatorio Adaro de Langreo, otro emblema sociosanitario para la familia minera asturiana.

Este curso supone un antes y un después para numerosos centros que disponen de piscina terapéutica, balneario o spa, como ocurre con el Montepío en Felechosa y Ledesma, que a partir de ahora podrán desarrollar programas especializados con evidencia científica para enfermos reumáticos, neurológicos, traumatológicos, pediátricos, etc., a través de la terapia acuática específica y también a través de la terapia acuática grupal, incidiendo en población especial, asociaciones y personas que quieran mejorar su calidad de vida a través del ejercicio acuático.

Tanto la Residencia de Felechosa como el Balneario de Ledesma asumen ahora el reto de situar a sus profesionales a la vanguardia mundial en este tipo de técnicas. Todos los interesados en realizar acciones hidroterapéuticas pueden ponerse en contacto en Asturias con el teléfono 985.487.511; o en el Balneario de Ledesma, en el número



Terapia acuática en la Residencia de Felechosa, que ya cuenta con sillas grúa para usuarios con movilidad afectada o reducida. | MONTEPIO

## Las piscinas terapéuticas tienen sillas grúa adaptadas

La temporada de 2017 de baños termales arrancó con novedades en Ledesma. Una de ellas es la silla grúa especial para que todas aquellas personas con movilidad afectada o reducida puedan disfrutar de la piscina central y del agua. Éste es un nuevo dispositivo dirigido especialmente a potenciar el turismo accesible entre todos los colectivos hermanos que trabajan en el referido campo y que ayudan año tras año a ser mejores en ese compromiso social y solidario junto al Grupo Montepío, que ya apostó por este tipo de elementos para su piscina en la Residencia de Mayores SPA de Felechosa. Esta instalación, como el propio Balneario de Ledesma, trabaja desde una perspectiva socio-sanitaria en el campo de la hidroterapia y la rehabilitación con agua supervisada por profesionales.

923.149.100, solicitando información sobre las actividades. En el caso de los Baños de Ledesma, se llevan a cabo con agua termal y pueden ser acompañadas con estancias en el propio hotel del balneario. Un equipo especialista en hidrología médica ofrecerá asesoramiento. La residencia asturiana, enfocada a adultos mayores, cuenta con programas específicos de convalecencias y procesos de rehabilitación con estancias temporales.

Las sesiones de tratamiento en el agua se programan en función de las necesidades del paciente, tanto dentro como fuera de la misma. Se valora el potencial del paciente y se estimulan sus capacidades en un entorno diferente del normal. La terapia acuática no es un sustituto de la fisioterapia, sino un abordaje terapéutico y lúdico complementario al proceso de rehabilitación del paciente con trastornos funcionales y sensitivo-motores. Las sesiones en el agua exigen del paciente una búsqueda constante del equilibrio, simetría corporal, control motor y coordinación muscular y proporcionan mayor estimulación táctil y sensorial.

El 28 de junio dará comienzo el curso con una charla sobre terapia acuática abierta a instituciones, asociaciones, profesionales, estudiantes y público en general.

## Curiosidades

### Actividad física

## Los deportes de raqueta alargan la vida

**Oviedo**  
 La actividad física tiene numerosos beneficios para la salud. Esto es una realidad. También lo es que determinados deportes pueden aumentar la expectativa de vida. Ésta es la principal conclusión de un amplio estudio publicado en la revista "JAMA Internal Medicine", del que infor-

ma la Universidad de Oxford en un comunicado. El estudio analizó la relación entre diferentes actividades deportivas y la mortalidad de 80.306 adultos británicos y descubrió que el riesgo de muerte prematura, por cualquier causa, se reduce un 15% en las personas que practican ciclismo, un 27% en las personas que practican

aeróbic, un 28% en el caso de los nadadores y un 47 por ciento entre los que practican un deporte de raqueta. En este último grupo, que incluyen el tenis, el squash, el bádminton y el pádel, se redujo también un 56% la muerte prematura relacionada con episodios cardiovasculares. En el caso de la natación y los de-

portes aeróbicos, la mortalidad por problemas cardiovasculares se redujo entre un 36% y 41%, respectivamente. Asimismo, esta disminución del riesgo de muerte prematura se acentúa cuando estos deportes se practican con frecuencia.

Los científicos, que analizaron durante nueve años los da-

tos recogidos en la encuesta de salud realizada en Inglaterra y Escocia a adultos con un promedio de 52 años señalan también que habrá que realizar más estudios experimentales para determinar si existe una relación de causa-efecto entre la práctica de estos deportes y los beneficios para la salud.