



Temporada alta tot l'any

ARIADNA VENTURA

● Desterrada ha quedat ja la imatge decadent del balneari de principi de segle, un centre de salut reservat a pacients reumàtics o artròsics amb croses i cadira de rodes de la tercera edat adinerada. Potser les aigües són les mateixes, però les infraestructures actuals d'aquests centres de salut han canviat molt. Avui, les noves generacions han redescobert les qualitats dels serveis d'hidrologia i balneoteràpia, alhora que han anat cobrant importància noves malalties, com l'estrès, que afecten majoritàriament la gent jove. Segurament gràcies a la cultura del culte al cos, aquest públic, de nivell econòmic mitjà, ha descobert en els balnearis una nova manera de gaudir del temps lliure, basada en una nova filosofia de l'oci que busca l'equilibri entre el cos i la ment, la salut i la bellesa, a través de les cures de repòs antiestrès i revitalitzadores. Una dada curiosa i interessant d'aquest perfil del termalista actual és que més de la meitat del públic jove que acudeix als serveis dels

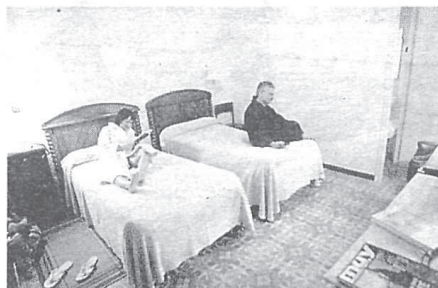
balnearis—entre un 60 i un 70 per cent—són dones. Potser ho explica el fet que l'estrès, produït per problemes d'ansietat, cansament o nerviosisme, afecti especialment les dones, amb taxes d'un 15% superiors als percentatges d'homes.

De totes maneres, però, la invasió dels joves als balnearis s'inscriu, bàsicament, als caps de setmana, i entre setmana els passadissos blancs de les instal·lacions termals continuen essent punt de trobada de la tercera edat, que s'hi reuneix, moltes vegades, gràcies al Servei de Termalismo Social de l'Insero, en funcionament des del 1989. D'aquesta manera, sempre és temporada alta a la majoria dels balnearis catalans. A la tardor i a la primavera, una tercera edat més activa que mai no deixa descansar el personal de les cabines on es fan massatges, banys turcs o saunes. I a l'estiu i caps de setmana d'hivern, les mateixes cues es reproduïxen amb una clientela més jove, amb menys reuma però amb més estrès.

EL BALNEARI PER DINS



● **EL SERVEI D'HABITACIONS.** La majoria dels balnearis són també hotels. Quan els clients surten de l'habitació per anar a esmorzar o a rebre algun massatge o tractament, el servei d'habitacions neteja la cambra, fa els llits i, en alguns casos, té cura que no hi falti una ampolla de l'aigua mineral envasada amb propietats medicinals de la casa.

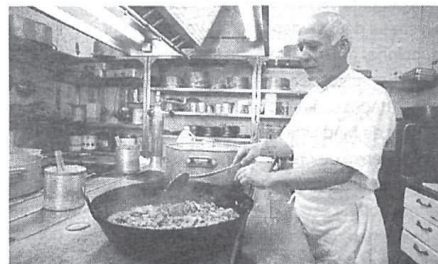


● **HOTEL AMB SERVEI DE BALNEOTERÀPIA.**

Generalment, tots els balnearis ofereixen al client forfets de dos a set dies, amb habitació i tractaments inclosos. En temporada baixa, els preus d'una habitació doble solen oscil·lar entre les 6.000 i les 18.000 pessetes, unes xifres que augmenten considerablement quan es tracta de temporada alta.



● **UN RITME DE VIDA DIFERENT.** «Quan entres en un balneari, el temps pren una altra dimensió», explica un client. Ho confirma el fet que els horaris del menjador s'avancen per deixar temps al descans i anar a dormir ben d'hora. La majoria dels balnearis solen obrir les portes del menjador a la 1, per dinar, i a 2/4 de 9 per sopar.



● **MENÚS PERSONALITZATS.** Cándido, xef del Balneari Prats, de Caldes de Malavella, arriba a preparar cada cap de setmana fins a 200 menús, moltes vegades personalitzats segons si el client és vegetariana o ha de menjar sense sal. El personal de cuina el formen set professionals més el pastisser, sense comptar els cambrers, que són entre 5 i 14.

DICCIONARI

● **BANY GALVÀNIC.** Bany d'immersió en una banyera especialment equipada per aplicar al pacient corrent elèctric amb fins terapèutics. Combina la hidro i l'electroteràpia.

● **BANY ROMÀ.** Bany que consisteix en passar per tres departaments: el *tepidarium*, a 60°; el *caldarium*, a 80°, i el *frigidarium*, a temperatura ambiental.

● **BANY TURC.** Bany en el qual el pacient se sotmet a l'acció del vapor cada cop més calent i, finalment, a una fricció o a una dutxa, primer calenta i després freda.

● **«CLAPPING»** Tècnica manual de fisioteràpia que s'aplica en el tòrax per facilitar l'expectoració bronquial.

● **CRENOTERÀPIA.** Mètode de tractament d'algunes malalties basat en la utilització de determinades aigües o fangs mineromedicinals.

● **DUTXA ESCOCESA.** Projecció alternativa de dolls d'aigua freda i calenta, que s'aplica sobre tot l'organisme.

● **ELECTROTÈRÀPIA.** Aplicació de l'electricitat per a ús terapèutic en les seves diferents formes: corrents continus, d'alta freqüència, ultrasons, electròlisi, galvanització, faradització...

● **HAMMAM.** Bany de vapor purificant amb calor humida (de 55° aproximadament). Se sol acompanyar d'una hidratació refrescant de tot el cos per vaporització.

● **HIDROCINESITERÀPIA.** Tractament per a la rehabilitació de pacients amb limitacions funcionals basat en el moviment realitzat dins de l'aigua, normalment en piscines especialitzades.

● **KNEIPPTERÀPIA.** Tractaments d'hidroteràpia basats en tècniques descrites pel sacerdot hidroterapeuta Sebastia Kneipp, com ara aplicacions i banys d'aigua freda o caminades descalç damunt la rosada, i que se solen acompanyar de dieta, exercici i l'ús de plantes medicinals.

● **NEBULITZACIÓ.** Aplicació de vapor d'aigua per inhalació en tractament d'afeccions respiratòries.

● **SAUNA FINLANDESA.** Aplicació de calor seca en un recinte comunitari a alta temperatura (80-100 graus) que s'alterna amb aplicacions hidroteràpiques fredes.

● **SHIATSU.** Tècnica oriental de massatge manual sobre els punts i els canals energètics utilitzats en acupuntura.

● **TALASSOTÈRÀPIA.** Tractament d'hidroteràpia mitjançant l'ús de l'aigua de mar.