

BAÑOS TERMALES

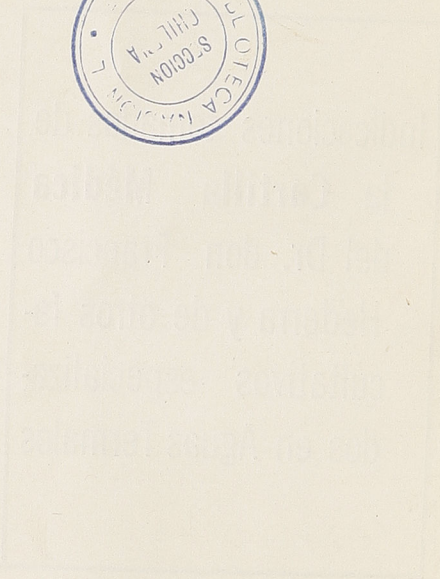
DE

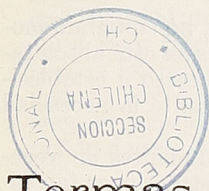
PANIMAVIDA

Indicaciones tomadas de
la **Cartilla Médica**
del Dr. don Francisco
Hederra y de otros fa-
cultativos especializa-
dos en Aguas Termales

BANOS TERMALES

PANAMA





Termas de Panimávida

FACTORES EN LA CURA TERMAL

En toda estación balnearia, aparte de la acción de las aguas como bebidas o en balneoterapia, hay la de otros elementos: clima, reposo, ejercicio, cambio de régimen, etc., que concurren al resultado general, y no deben despreciarse en razón de su importancia en la curación del enfermo; por el contrario, deben ser tomadas muy en cuenta.

La acción del clima debe ser considerada principalmente porque es intensa y constante, del mismo modo el régimen alimenticio e higiénico. Prescindir de estos factores fijándose únicamente en las propiedades de las aguas, es dejar a un lado elementos muy principales que influyen grandemente en el resultado que se busca.

Los Baños Termales de Panimávida tienen en este sentido ventajas muy manifiestas.

En primer lugar, su clima suave, sin cambios bruscos, muy uniforme más bien dicho, y la altura moderada sobre el nivel del mar en que están situados, permite el acceso y estadía prolongada a personas delicadas que

no pueden soportar los cambios bruscos ni la acción enérgica de los climas de altura.

Es esta la razón porque allí se ven, no sintiendo molestias, enfermos del corazón a quienes les está absolutamente privada la estadía y aún el acceso a establecimientos situados en alturas, no obstante la necesidad que sienten de usar sus aguas.

Los alrededores pintorescos y abundantes en vegetación permiten el ejercicio y las distracciones tan favorables al reposo del espíritu y a la higiene corporal.

Concurren habitualmente enfermos más con ánimo de curarse, que sanos con ánimo de divertirse, de modo que los primeros pueden libremente, sin exigencias sociales ni tentaciones de placer, aprovechar las ventajas del clima, reposo y cura termal.

La alimentación es sana, sin condimentos ni refinamientos, siempre desfavorables a los enfermos o simplemente delicados, y hay siempre dieta especial para enfermo sin recargo de precio.

En la curación de todas las enfermedades, principalmente en las del aparato digestivo y sus anexos, la higiene, el método alimenticio y las prácticas externas tienen una importancia capital. Son el complemento o la ayuda más eficaz de la medicación.

El descuido o desconocimiento de un régimen apropiado de alimentación o de higiene, tiene como resultado frecuente la agravación de las enfermedades que se pretenden curar o el ningún resultado en su medicación.

Es de necesidad adoptar un régimen propio a cada persona, tanto en la alimentación como en la higiene y en las prácticas externas, lo que exige como condición primera el diagnóstico preciso de la enfermedad.

Otras de las condiciones indispensables para el buen resultado en la cura termal, es el sometimiento del en-

fermo al régimen de higiene y alimentación señalada por el médico y la observación de los efectos de este régimen sobre el paciente.

Es muy frecuente observar enfermos que, apenas sienten los primeros efectos favorables de la cura termal, se entregan a verdaderos abusos, olvidando los buenos consejos de prudencia e higiene, comprometiendo de este modo el éxito de la curación.

ESTABLECIMIENTO TERMAL

Ubicación de las termas.—El Establecimiento termal de Panimávida está situado en la provincia de Linares, a 25 kilómetros al noroeste de la ciudad de Linares, capital de la provincia, al pie de los primeros cerros de la gran cordillera de los Andes y a 250 metros de altura sobre el nivel del mar.

El local es un llano extenso en forma de ensenada que se interna en el primer cordón de los cerros andinos. Hacia el oriente, norte y sur, el horizonte está limitado por cerros altos cubiertos de vegetación. Al poniente y algo al norte se extiende el plan inmenso y fértil del llano central.

Los alrededores son muy fértiles y cultivados por el lado oriente y parte del sur; por el poniente son terrenos gredosos y escasos en vegetación.

El terreno donde brotan los manantiales de agua mineral es lo que se llama vulgarmente una vega. El suelo es formado por aluviones y la superficie cenagosa.

Temperatura.—Por la ubicación y las condiciones del terreno que rodea al establecimiento, la tempera-

tura media es más elevada que la de otras regiones en la misma zona. Pero es de advertir, que en Panimávida hay siempre, 3 ó 4 grados menos de temperatura que en Santiago.

Clima.—Expuesto ampliamente al sol y a los vientos del sur y del norte, el clima es agradable y sano, fresco en la mañana y en la noche, como lo es generalmente el de las localidades vecinas a las montañas.

No hay cambios climatéricos; por el contrario, mucha uniformidad.

Las aguas.—Las aguas brotan en varias fuentes, siendo la principal *La Mona*. El sabor es sui generis comparado al *agua de mote* y no dejan ni depósitos ni esflorescencias de sales. Son muy claras y no se enturbian expuestas al aire; se conservan largo tiempo embotelladas sin agregación de sustancias antisépticas y no dejan escapar gas alguno espontáneamente.

La temperatura de las aguas es casi uniforme en todas las fuentes: varía de 32 grados 3 minutos a 31.8 grados centígrados y no cambia sensiblemente ni en la mañana ni al medio día.

Aforo fácil, pudiendo calcularse el de la fuente *La Mona*, que es el más abundante, 300 litros por hora.

Las diferentes fuentes, todas captadas y presentadas al público en pintorescos kioscos, presentan algunas diferencias cualitativas con la de *La Mona*, diferencias que ya estudiadas, permiten un mejor aprovechamiento curativo de las aguas.

Composición de las aguas.— La composición de las aguas es ésta:

Análisis Instituto de Higiene

Santiago, 8 de Febrero de 1926.

Residuo seco a 180°	0.396
Anhídrido carbónico total	0.011
» » combinado.....	0.003
» » libre y semi-combin. .	0.008
Cloro	0.063
Potasio en K2 O	indicio
Soda en Na 2 O	0.228
Litina en Li2 O	indicio
Magnesia en Mg O	0.0015
Cal en Ca O.....	0.042
Sílice en Si O2	0.037
Fierro en F2 O3	} 0.006
Aluminio en Al 2 O3	
Anhídrido nítrico (N O3)	indicio
Sulfatos S O3	0.134

(Firmado).—*Dr. Lucas Sierra.*

La composición de las aguas coloca a estas termas en el grupo de las aguas termales simples, de mineralización débil y temperatura vecina a la del organismo, pero por el calentamiento artificial que de ellas se hace y por una especialidad de estas termas, los baños de barro o cieno que se aplican a temperatura elevada, se puede obtener los efectos de las curas termales de alta temperatura.

Las aguas se usan como bebidas, en la condimentación de los alimentos y en los baños, siendo la fuente de *La Mona* la que más sirve a la bebida.

Baños de Sol.—Demás está decir los beneficios que se obtienen por la helioterapia. La medicina moderna compenetrada del gran poder de curación que poseen los rayos solares, emplea hoy día este sistema de curación en el tratamiento de un gran número de enfermedades (Raquitismo, escrofulosis, obesidad, etc., etc.), sin embargo es necesario hacer presente que este tratamiento debe ser hecho bajo la vigilancia inmediata del médico. Existen algunas contraindicaciones; y por otra parte, el desconocimiento del método indispensable a seguir y las exageraciones, pueden producir graves trastornos.

El establecimiento cuenta con un solarium muy apropiado para el uso de estos baños.

Los Barros.—En los terrenos vecinos a las fuentes, se ha formado lo que vulgarmente se llama una vega. Estas tierras constituidas por elementos vegetales puestos en contacto con el agua mineral producen el barro mineral, que posee propiedades especiales para el tratamiento de numerosas afecciones.

Se le emplea en forma de baños y en cataplasmas.

Parte insoluble en agua (solución clorhídrica):

	Gramos
Residuos secos a 180°.....	5.671
Anhídrido sulfúrico.....	0.0248
Sílice y silicatos.....	2.123
Fierro (sesqui óxido)	1.374
Aluminio (alúmina)	0.2163
Cal.....	0.0382
Magnesia	0.0012
Soda.....	0.0236
Anhídrido fosfórico.....	Indicios

Acción de las aguas.— Bebiendo las aguas se nota el aumento del apetito, diuresis abundante (aumento; en la orina), sudores; a veces constipación, y otras diarrea. Es muy frecuente sentir constipación en los primeros días y luego acción purgativa no insignificante. Otras veces sucede todo lo contrario.

Son muy digestivas, pudiendo beberse dosis considerables sin sentir abotagamiento ni la sensación de plenitud estomacal que produciría menor dosis de otra agua natural cualquiera.

EMPLEO MEDICAMENTOSO DE LAS AGUAS EN DIVERSAS ENFERMEDADES

Si sólo se apreciaran y recomendaran las aguas de Panimávida en las diversas enfermedades por el solo estudio y consideración de las diversas sustancias que la componen, o más bien dicho, si sólo se buscara en ellas la acción curativa de sus componentes químicos, se cometería un error que prueba un desconocimiento de otras propiedades inexplicables en su esencia, pero muy reales y efectivas. Desde mucho tiempo la experiencia vulgar reconoció y aprovechó la acción misteriosa de estas aguas termales y no sabiendo cómo explicarla la atribuyó al poder del *Demonio*; hoy la ciencia, dando razón a la experiencia, reconoce estas propiedades inexplicables en la composición química y trata de explicarlas por la acción de la electricidad y más posteriormente por la acción del radium.

Se hace indispensable que al apreciar estas aguas como curativas, no se olvide el factor enumerado y se dé el consejo de tomarlas preferentemente en el mismo lugar de su producción.

ALGUNAS IDEAS GENERALES PARA EL EMPLEO DEL AGUA DE BEBIDA

El conocimiento que se tiene actualmente de las propiedades de estas aguas ha hecho concedérseles la debida importancia que tienen y darles un lugar preeminente en la terapéutica médica; consecuente con estas ideas la dosificación y aplicación de las aguas se ha impuesto como una consecuencia lógica. Debe darse por dosis conveniente y que varía en cada enfermo, según sus indicaciones, tolerancia, etc.

Ya no deben verse esos enfermos que sólo guiados por su propio criterio bebían cantidades fantásticas de agua, sin ningún control ni indicación

En general, se puede decir, que un término medio prudente para beber estas aguas es de 3 a 4 vasos al día, prefiriendo beberla antes de las comidas.

La ingestión en grandes cantidades durante las comidas es perniciosa.

Los enfermos del estómago, hígado, intestino y demás enfermedades que se benefician con el empleo de estas aguas, deben ceñirse a prescripciones médicas precisas para obtener el debido provecho.

Empleo de las aguas en las enfermedades del aparato digestivo.—En la dispepsia simple no caracterizada por síntomas de dolor y acidez constante en el estómago sino por digestiones laboriosas y difíciles, por molestias diversas, como sensación de plenitud, náuseas, etc., el empleo *del agua gaseosa de Panimávida*, que se prepara saturando con ácido carbónico el agua natural, es de acción muy eficaz y segura. Debe ser ésta la preferida por todos los dispépticos de forma simple, con la seguridad de obtener excelentes resultados.

Por el contrario, en la dispepsia complicada con hiperclorhídrica constante debe evitarse en absoluto el empleo del agua gaseosa.

La natural sin saturación carbónica es más eficaz en esta forma: dos horas después de tomado el alimento, que es cuando más generalmente se siente la acidez o ardor del estómago, debe beberse en dosis moderadas, continuando del mismo modo de dos en dos horas.

Este género de dispepsia, que es el más general, es ventajosamente tratado con las aguas de Panimávida.

En la dispepsia más avanzada cuando ha habido úlcera gástrica la acción ligeramente alcalina y purgativa de estas aguas es recomendable. Es más conveniente beber el agua calentada artificialmente (aguaperra como se dice).

En la *enteritis muco membranosa* casi siempre acompañada de *neurastenia*, enfermedad muy común en la mujer, el efecto de las aguas de Panimávida es muy favorable. Necesario es atribuir gran parte a la acción del clima de montaña tónico y calmante.

El agua debe usarse como bebida y en lavados intestinales abundantes en esta afección.

En las *enteritis crónicas* con diarrea o constipación, son recomendables y eficaces estas aguas, usadas como bebida. No deben emplearse en los casos agudos en que hay fiebre.

En los convalecientes de *infecciones agudas gastrointestinales*, las aguas y el clima son de gran utilidad.

Enfermedades del hígado.—Las *congestiones del hígado*, las *colescistitis crónicas calculosas* y otras afecciones de las vías biliares, son eficazmente tratadas con el uso de las aguas.

Se emplea en duchas locales sobre la región del

hígado, aplicaciones de paños húmedos, baños de asiento y grandes lavativas.

Las congestiones de origen cardíaco (corazón) no deben ser tratadas por estas aguas.

En las *cirrosis hipertróficas*, como ayuda al tratamiento es recomendable una estadía en las termas de Panimávida.

Plétora abdominal.—*La plétora abdominal* se caracteriza por el éxtasis venoso en el hígado; la circulación venosa abdominal torpe y lenta; constipación habitual, hemorroides (almorranas). Estos enfermos suelen ser obesos.

Deben usar las aguas como bebidas y en ducha general y local sobre el abdomen y aplicaciones de compresas.

Constipación crónica. Sequedad de vientre.—Las personas que sufren de *constipación crónica* son a veces anémicos debilitados, otros nerviosos, neurasténicos, histéricos. En ambos casos el uso de las aguas como bebidas es conveniente.

A los primeros se les recomienda, además, el uso de *baños de barro* y a los segundos el baño simple.

Diabetes.—En los *diabéticos anémicos* las aguas alcalinas de mineralización abundante no dan el resultado de las alcalinas simples, como son las de Panimávida. Estas deben ser preferidas.

La balneoterapia caliente y la hidroterapia fría son ya tratamientos muy conocidos y recomendados en la diabetes.

El *baño de barro* es recomendado en los *diabéticos debilitados* y *anémicos*, siempre que no exista una complicación orgánica.

Debe ser tomada en cuenta la acción del clima de montaña.

Cloro-anemia.—Los enfermos *cloro-anémicos* son generalmente de sistema nervioso muy excitable y obtienen ventajas manifiestas con el clima de montaña y la acción sedativa y calmante que poseen las aguas termales simples como las de Panimávida.

Los *cloro-anémicos* de *temperamento linfático, flojo asténico* que necesitan estimulación enérgica, pueden usar con ventaja los *baños de barro* estimulantes poderosos.

Sobre todo son recomendables en las enfermas *cloróticas con menstruación abundante*.

Enfermedades del corazón.—En la hipertrofia y dilatación del corazón producida por exceso de alimentación por plétora abdominal y pulmonar, la acción purgativa y diurética de estas aguas es recomendable.

En las palpitaciones nerviosas sin lesión orgánica debidas a *la anemia*, histeria o al abuso alimenticio, conviene la cura termal, en el primer caso por la acción sedante y en el segundo por la purgativa diurética de las aguas.

En el *corazón cargado de grasa* es eficaz la acción purgativa.

Los *enfermos del corazón* deben usar la balneoterapia tibia, caliente o fría, sólo por *autorización del médico*.

Bronquitis crónica.—En la *bronquitis crónica* debida a la plétora abdominal, tan común en los obesos y en los grandes comedores, es de efecto favorable el uso de las aguas de Panimávida.

Catarrro de las vías urinarias y de la vejiga.—En estas afecciones que van frecuentemente acompañadas de la plétora abdominal, de la congestión de los órganos situados en la pequeña pelvis, de las hemorroides, es ya muy conocida y probada la acción eficaz de las aguas de Pajimávida.

Neuralgias.—Las diversas *neuralgias*, sobre todo en estado *crónico*, son eficazmente tratadas por los baños calientes, los baños de barro y muy principalmente cuando hay complicaciones reumáticas.

Frecuentemente la *ciática*, neuralgia rebelde a todo tratamiento, beneficia notablemente con estos medios de curación.

Reumatismo crónico articular.—El *baño de barro* es el mejor tratamiento en el *reumatismo crónico*.

En los reumáticos plétóricos, sanguíneos, el baño simple, la ducha tibia y el agua bebida abundantemente son eficaces.

Las aplicaciones de compresas calientes con *barro* son un tratamiento probadamente eficaz en los *artritis reumáticos*, en las *nudosidades articulares* y *tendinosas*.

Parálisis.—En diversas *parálisis*, *esencial de la infancia*, *reumática* y *gotosa*, sobre todo si son ya de algún tiempo, conviene más que todo el *baño de barro*.

Irregularidades de la menstruación.—Si la falta de menstruación o irregularidad es debida a la *anemia* o a *causa nerviosa*, se recomienda principalmente el *baño de barro*, la *ducha general* o *más bien local* y el *baño de asiento natural*.

En las menstruaciones profusas e irregulares, verdaderas hemorragias, en el período que antecede a la

supresión definitiva de las funciones menstruales, muy frecuentes en las personas obesas que sufren constipación crónica, son eficaces las aguas como bebida.

En las menstruaciones dolorosas los *baños de barro* y los de *asiento calientes* son de efecto favorable y seguro.

Enfermedades uterinas.—En las enfermedades uterinas el *baño de barro* se recomienda sobre todo, luego los de ducha locales calientes, los baños de tronco, de asiento; las aplicaciones de compresas calientes.

En los enfermos de esta naturaleza hay casi siempre constipación que se corrige con el uso de las aguas como bebida.

En el *catarro uterino* se recomienda los *lavados vaginales* con agua natural calentada artificialmente, las *duchas* locales y *baños generales*.

Obesidad.—La acción purgativa, diurética y sudorífica de las aguas como bebida es perfectamente aplicable al tratamiento de la obesidad.

El baño debe ser caliente, de vapor, acompañado de masaje y ejercicio considerable.

Exceso de trabajo intelectual.—El clima de montaña y la hidroterapia simple convienen a los grandes trabajadores cerebrales.

I

DIFERENTES CLASES DE BAÑOS QUE SE ADMINISTRAN EN EL ESTABLECIMIENTO TERMAL DE PANIMAVIDA

Los baños se dividen en tres categorías distintas, según los diferentes medios en que se administran:

- 1.º En un medio líquido (agua natural, mineral).
- 2.º En un medio sólido o semi-sólido (baño de barro).
- 3.º En un medio gaseoso (vapor de agua, ácido carbónico).

II

Baños en un medio líquido.—Estos baños, según sea la temperatura a que se administren, pueden ser.

Fríos, menos de veinte grados centígrados.

Templados, de veinte a treinta grados.

Tibios, de treinta a treinta y cinco grados.

Calientes, de treinta y cinco a treinta y ocho grados;

Muy calientes, de treinta y ocho a cuarenta y cinco grados.

Según la forma, se dividen en baños de piscina, ducha, tina, lluvia, tronco, asiento, pies, etc.

Baño de ducha.—El baño de ducha es frío, templa-

do, tibio o caliente, y según la forma en que se dé es: en lluvia, columna, abanico, circular, general, local, alterna o escocesa, etc.

Las otras formas de baño se administran frías, templadas, tibias, calientes, según sean las indicaciones médicas.

Baño de Piscina.— La Piscina que se surte y renueva constantemente de las mismas fuentes termales se mantienen a una temperatura de 28°.

El baño de natación además de lo agradable de su temperatura y limpidez de sus aguas ofrece grandes beneficios para sanos y enfermos.

Los solarium se encuentran ubicados dentro del recinto de la piscina a fin de que se puedan tomar en combinación con los baños de natación.

Baños en un medio sólido o semi-sólido.—Estos baños se preparan en barro extraído de la superficie de las vertientes y constituyen una especialidad en las termas minerales de Panimávida.

El barro se deja al aire y luego se amasa para quitar toda asperidad que pudiera molestar, diluyéndolo en agua de la misma vertiente.

Se administra generalmente tibio y caliente seguido de un baño en agua.

La composición del baño de barro es ésta:

Agua 42 grados 170 por ciento.

SOLUCION ACUOSA (ácida)

	Gramos
Residuos secos a 180°.....	0.402
Cloro	0.0062
Anhídrido sulfúrico.....	0.0897
Sílice y silicatos	0.070
Fierro y alúmina	0.007
Cal.....	0.036
Magnesia	0.0014
Soda	0.0324
Potasa.....	no hay

III

Baños en un medio gaseoso.—Estos baños son de vapor de agua y de gas ácido carbónico.

ALGUNAS INDICACIONES GENERALES PARA EL EMPLEO DE LOS BAÑOS

Cada baño tiene su indicación especial, pero es conveniente recordar que cualesquiera que sea la forma que se emplee es necesario tomar algunas precauciones que pongan a salvo de posibles accidentes.

En primer lugar, hay un grupo de enfermos para los cuales, si no están absolutamente contraindicados los baños, su aplicación se debe hacer única y exclusivamente bajo prescripción médica. Están en este grupo, para no citar sino los principales: Los ancianos, los niños débiles, los convalecientes, los obesos con el corazón débil cargados de grasa, los enfermos del pulmón, los enfermos del corazón, los arterioscleróticos, los del sistema nervioso muy excitable, las mujeres embarazadas o en período menstrual, etc., etc.

En seguida, hay que recordar que en cualesquiera de los baños que se tome, toda exageración es perniciosa (duración, temperatura, etc.).

Salvo indicación médica, ningún baño debe durar más de 15 minutos ni pasar de 38° de temperatura.

Los baños fríos y calientes deben ser cortos y nunca recibirlos sin instrucciones especiales, los enfermos a quienes hemos considerado contraindicados.

Baño de Piscina.—Estimulante general. Se obtiene una benéfica asociación con los demás elementos, aire, sol y ejercicios.

La permanencia prolongada en el agua es perniciosa en las personas débiles y contraindicado en numerosas afecciones, un tiempo prudente es 15 a 20 minutos de duración.

Baño frío de tina en agua mineral.—El baño frío es excitante del sistema nervioso, derivativo y revulsivo en los estados congestivos internos, tónico y estimulante de la nutrición.

Baño caliente de tina.—El baño caliente tiene una acción muy semejante a la del baño frío y sus indicaciones y contraindicaciones son más o menos las mismas.

El baño frío y el baño caliente deben ser siempre cortos.

Baño tibio.—El baño tibio es el más higiénico de todos y conviene en general a todas las personas. Puede prolongarse sin mayor peligro.

Baño de medio cuerpo.—El baño de medio cuerpo se recomienda *en las anemias, en las afecciones nerviosas, enfermedades del abdomen, constipación, plétora abdominal, afecciones uterinas.* No debe ser aplicado en las enfermedades crónicas del pulmón y de los bronquios.

Baños calientes de asiento.—El baño de asiento a la temperatura de 30 a 37 grados durante media hora conviene a personas que sufren dolores abdominales, vesicales, uterinos.

Baño frío de asiento.—El baño frío de asiento es excitante poderoso y conviene en la *impotencia, debilidad genital, anemia.* Debe ser muy corto.

Baño escocés de asiento.—El baño escocés conviene a las mismas personas a quienes se recomienda el baño frío de asiento. Es aún más excitante que éste.

Baño frío de pies.

Baño caliente de pies, y

Baño escocés de pies.

Estos baños convienen a las personas que sufren *constipación, bochornos, desarreglos en la menstruación.*

Baño de ducha.—De todas las formas de baños de ducha es preferible la *escocesa, móvil*, sobre todo en las personas *débiles, reumáticas* que sufren de *neuralgias, ciáticas, etc.*

El baño de ducha frío debe ser siempre corto y hacer ejercicio ántes y después, sobre todo después. Es conveniente en las afecciones *nerviosas, anemia, escrófula, predisposición a la tuberculosis, hiperemia de los órganos internos.*

Baño de barro mineral.—Este baño tiene una acción enérgica sobre el organismo: *acción revulsiva sobre la piel; excitante de la diaforesis y de las funciones nerviosas y circulatorias; acción tónica y fortificante general, etc.*

Estos baños son de excelente aplicación en los enfermos de *reumatismo crónico anémico, en las articulaciones entorpecidas, en los paralíticos, en los que sufren neuralgias rebeldes, en los obesos, en las enfermedades uterinas y de los ovarios, en las enfermedades internas, en la amenorrea, dismenorrea, en algunas enfermedades de la piel, forma seca, etc.*

No deben usar estos baños los *enfermos del corazón,*

arterio esclerosos, tuberculosos, algunos enfermos del pulmón, enfisematosos, los que tienen predisposición a las hemorragias, las mujeres embarazadas en todos aquellos casos en que se temen las congestiones, etc.

Cataplasmas.—Es otra forma de aplicación de los barro.

Se las emplea frías o calientes. Las cataplasmas frías se aplican en afecciones inflamatorias agudas. Las cataplasmas calientes en afecciones crónicas articulares y especialmente abdominales (colecistitis, anexitis, etc.), En general, las mismas indicaciones de los baños de barro y en que es conveniente hacer un tratamiento local.

OTRAS FORMAS DE APLICACION DEL AGUA

Aplicaciones en forma de fricciones frías.—Las fricciones frías son muy estimulantes y revulsivas, tónicas, convienen a todas las personas *débiles y delicadas, con tendencia al resfrío y nerviosismo: en aquellos casos en que es necesario excitar la nutrición, combatir la atonía funcional de los órganos, en la anemia.*

En sábana húmeda.—La sábana húmeda es excitante del sistema nervioso cuando se aplica con fricción inmediata y sedativa; calmante, cuando la aplicación es prolongada y no seguida de fricción. En el primer caso conviene a las personas *delicadas y débiles con atonía funcional, anemia.* En el segundo, a los *neurasténicos, histéricos, nerviosos que sufren de insomnios, etc.*

En inhalaciones, gargarismos, pulverizaciones, compresas.—Estos modos de aplicación son indicados en los que sufren *laringitis y faringitis catarrales crónicas* y algunas enfermedades del aparato digestivo y reumáticas.

Las compresas de *baño mineral* son reconocidamente eficaces en las *artritis reumáticas y gotosas, en las nudosidades tendinosas, en las deformaciones, etc.*

A la acción mecánica de las aguas y por la diversa temperatura en que se aplican, se agrega la de las sustancias en ellas disueltas. Hay absorción por la piel de estas sustancias, principalmente cuando el baño es prolongado y de acción mecánica considerable como el de ducha.

AGUAS DE PANIMAVIDA EFERVESCENTES

Las aguas de Panimávida, hechas efervescentes por la agregación del gas ácido carbónico bajo fuerte presión, constituye un producto, a la vez que agradable, dotado de propiedades medicinales que merecen alguna consideración especial. A las propiedades medicinales que le son propias, agregan las del ácido carbónico en disolución y estado libre, lo que hace de ellas un producto con vasta aplicación, no sólo en la medicina sino en la alimentación diaria. Como aguas de mesa pueden, con perfecto derecho, reemplazar a las del extranjero, con la garantía de ser frescas, naturales, no adulteradas por el lucro.

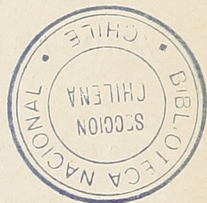
La principal acción de estas aguas efervescentes es excitante en general y particularmente de las funciones

digestivas. Bebidas en alguna cantidad producen ligera embriaguez debido al gas ácido carbónico que las satura.

Se recomienda en las formas de *dispepsia simple con atonía estomacal, falta de ácido clorhídrico, constipación, cólicos frecuentes*, a las personas de *temperamento artrítico, reumático, arterio esclerosos, eczematosos, etc.*

Las personas que sufren de falta de apetito y estitiquez, obtienen excelentes resultados bebiendo estas aguas sobre todo en ayunas.

En los estados febriles, principalmente causados por enfermedades del aparato digestivo; en la tendencia al vómito por cualquier causa, etc., son de muy reconocida utilidad. Los enfermos de *úlceras gástricas* con exceso de ácidos no deben usarlas.



BIBLIOTECA NACIONAL
SECCION CONTROL