



FEMTEC

WORLD FEDERATION OF HYDROTHERAPY AND CLIMATOTHERAPY  
NGO IN OFFICIAL RELATION WITH WHO (WORLD HEALTH ORGANIZATION)



2023 General Assembly and  
International Scientific Congress  
Ourense - Spain



# Wellness y Medicina Termal. Actualidad y futuro del termalismo

**Freire Magariños, A.**

Doctor specialist in Medical Hydrology, Medical director IBERIK Hoteles y Balnearios (Spain)

**Souto Figueroa María G.**

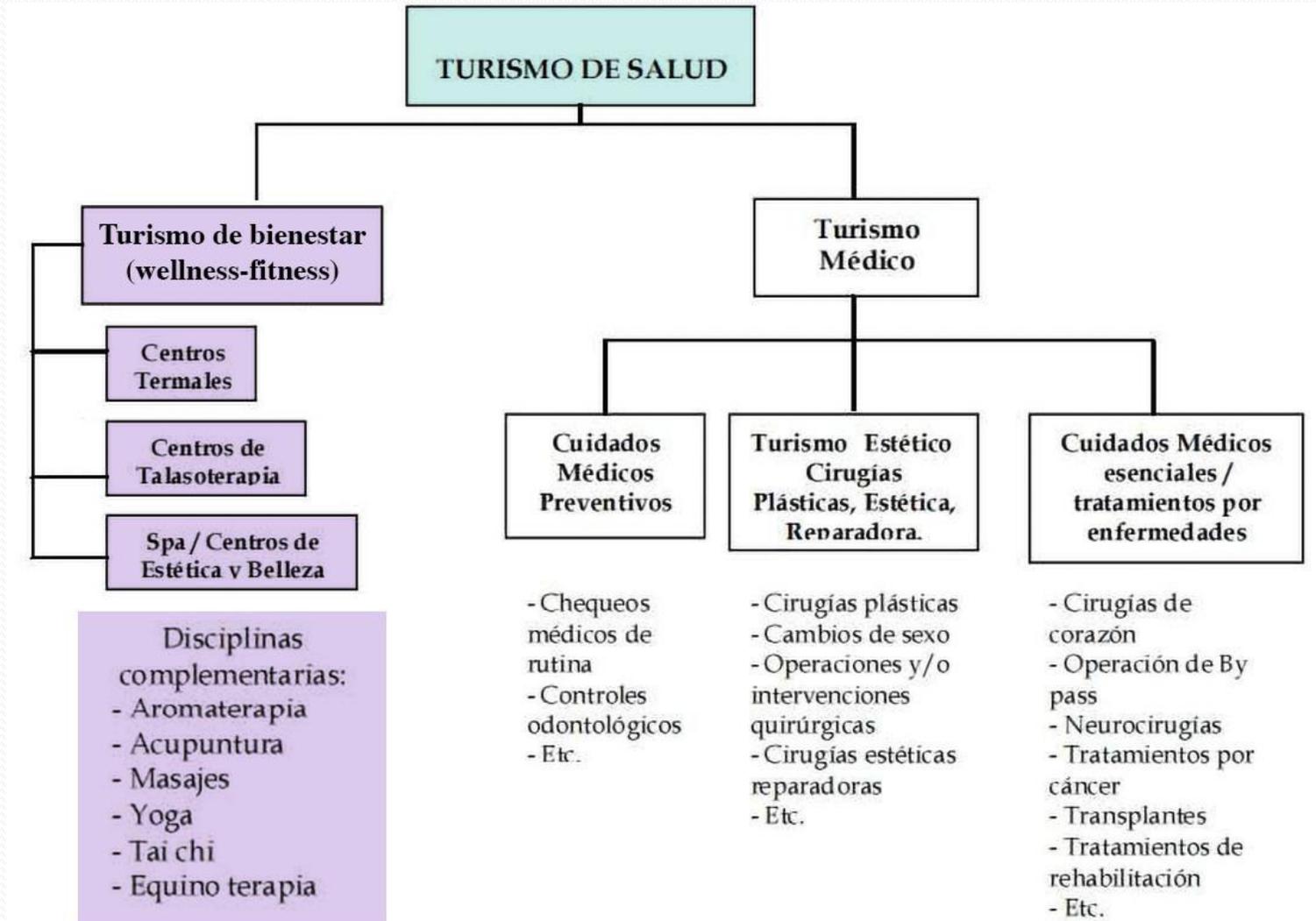
Dr. Chemical Sciences, Chair of Physics and Chemical, Graduate in Pharmacy, Conseiller Technique de la Société Française de Thermalisme et de Thalasso-thérapie pour la Santé Bucco-dentaire [Spain]. FEMTEC delegate in Spain

**Freire Puy, I.**

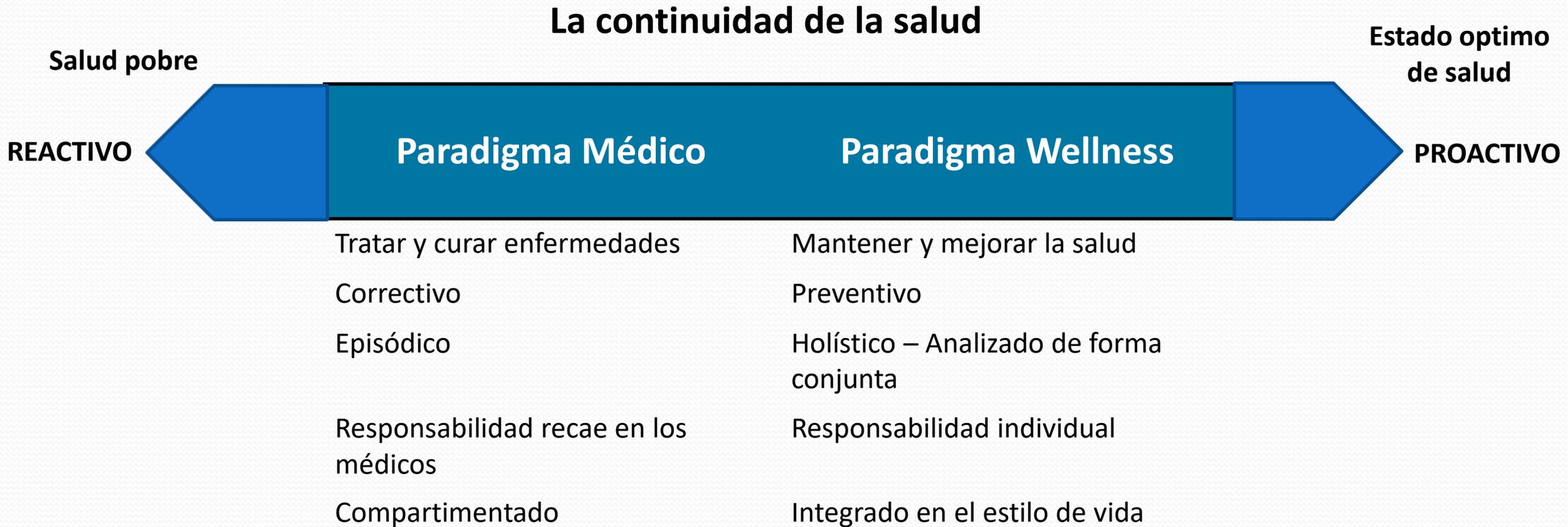
Gala Termal General Manager (Spain)

# Definición de turismo

- La Organización Mundial de Turismo (1994) indica que «El turismo comprende las actividades que realizan las personas durante sus viajes y estancias en lugares distintos a los de su entorno habitual, por un periodo inferior a un año, con fines de ocio, por negocio y otros motivos».
- El **Turismo de Bienestar**, es aquel «Que ofrece a los viajeros una experiencia que mejore su calidad de vida, su condición física y emocional».



# La continuidad de la salud



# La continuidad de la salud

---

- A nivel global, el 63% de las muertes humanas anuales son atribuibles a enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) relacionadas con el estilo de vida. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el 80% de las ECNT podría evitarse adoptando un estilo de vida saludable. Es más, el 80% de la población quiere tener un mejor estado de salud pero no sabe cómo obtenerlo.
- El modelo de medicina tradicional, tiene un foco más biomédico, ya que se centra principalmente en la realización de un diagnóstico clínico y la prescripción de un tratamiento adecuado que, generalmente, se fundamenta en la administración de fármacos o una intervención quirúrgica.
- En estos momentos el modelo de atención de la medicina del estilo de vida complementa y mejora al modelo de la medicina convencional

# Medicina del Estilo de Vida

- Lifestyle Medicine (LM) o traducido al español, Medicina del Estilo de Vida (MEV), se define como «la práctica basada en la evidencia, de asistir a individuos y familias en la adopción y el mantenimiento de conductas que mejoran la salud y calidad de vida».
- El Colegio Americano de Medicina del Estilo de Vida (American College of Lifestyle Medicine [ACLM]), la define como «*La medicina del estilo de vida es un enfoque basado en evidencia que busca prevenir, tratar e incluso revertir enfermedades reemplazando conductas no saludables por saludables, tales como comer de forma saludable, estar físicamente activo, aliviar el estrés, evitar el abuso de sustancias peligrosas, dormir adecuadamente y tener un sólido sistema de apoyo emocional*»
- Un Centro de tratamiento de Hidrología Médica es el lugar ideal para mediante la práctica de la Medicina de Estilo de Vida trabajar como equipo multidisciplinar, y luchar por recuperar la salud y bienestar perdidos



# Medicina Termal

---

## DECLARACION DE SAN PETERSBURGO

El 23 y 24 de abril de 2013 bajo el auspicio de la Federación Mundial del Termalismo y la Climatoterapia se reunió en San Petersburgo un panel de expertos en termalismo y climatoterapia realizando la siguiente declaración institucional:

“La MEDICINA TERMAL es un sistema organizado de proporcionar beneficios para la salud en los balnearios mediante el uso de recursos terapéuticos principalmente naturales, las propiedades climáticas y la educación y tratamiento de los pacientes, promoviendo la vida sana, prevención y rehabilitación.”

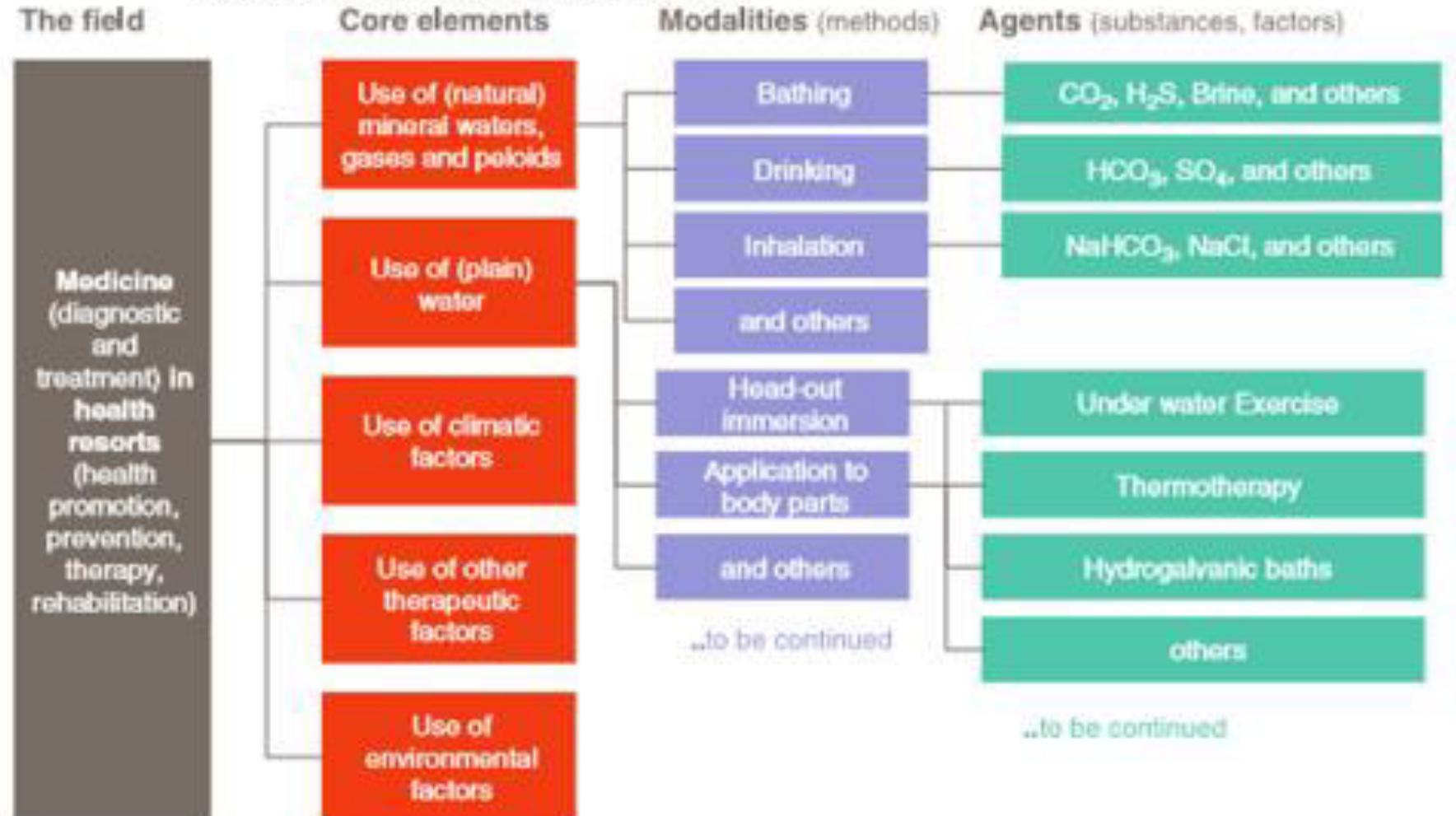
<https://www.hidromed.org/hm/index.php/manifiestos>

# Health Resort Medicine

## A proposal for a worldwide definition of health resort medicine, balneology, medical hydrology and climatology

Christoph Gutenbrunner · Tamas Bender ·  
Pedro Cantista · Zeki Karagülle

Received: 2 December 2009 / Revised: 30 March 2010 / Accepted: 9 April 2010



# Medicina del Estilo de Vida

## WELLNESS IBERIK SALUD

### MEDICINA DEL ESTILO DE VIDA: ¿UNA MEDICINA CON ALMA?

El Colegio Americano de Medicina del Estilo de Vida (**American College of Lifestyle Medicine [ACLM]**), la define como un enfoque basado en evidencia que busca **prevenir, tratar e incluso revertir enfermedades reemplazando conductas no saludables por otras saludables**, tales como comer de forma saludable, estar físicamente activo, aliviar el estrés, evitar el abuso de sustancias peligrosas, dormir adecuadamente y tener un sólido sistema de apoyo emocional.

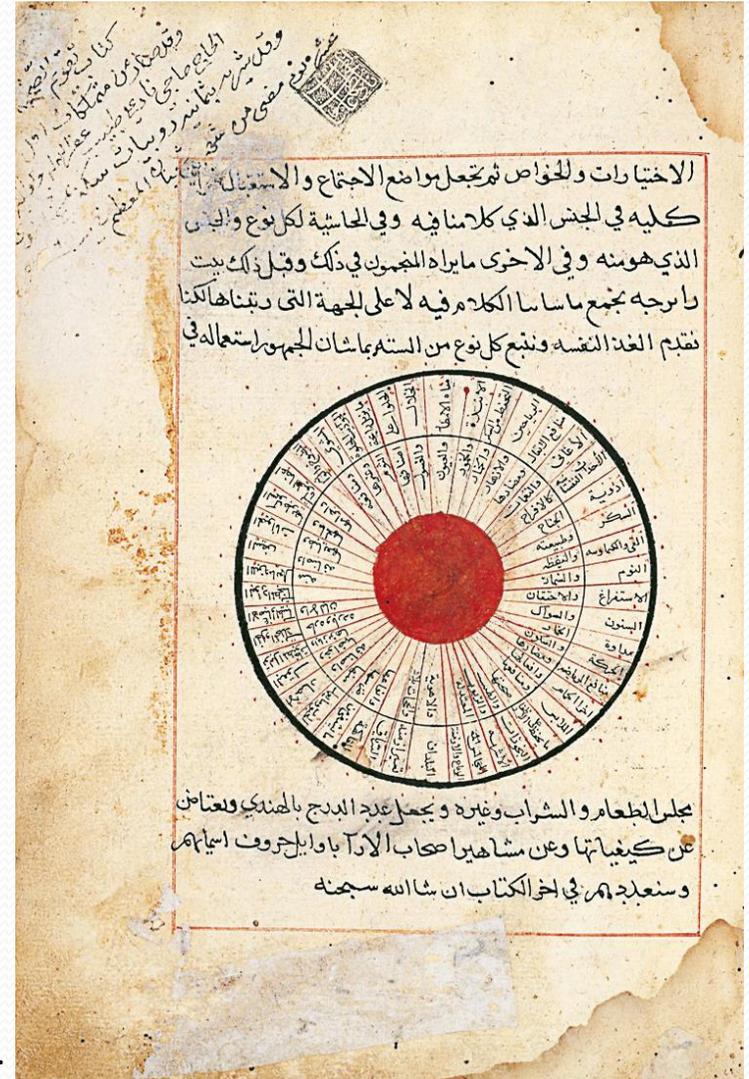
Con este enfoque en mente, el equipo médico de IBERIK ha preparado el **PROGRAMA WELLNESS IBERIK SALUD** basado en los 6 pilares de la medicina del estilo de vida:

- ◆ Comer de forma saludable
- ◆ Actividad física equilibrada
- ◆ Controlar el estrés
- ◆ Suspender el abuso de sustancias tóxicas
- ◆ Disfrutar de un descanso y sueño adecuados
- ◆ Relaciones interpersonales sanas



# Tacuinum sanitatis: autor árabe y traducción latina

- **Ibn Butlàn**, fue médico (1001- † 1063), nació en Bagdag y falleció en Antioquía.
- Expone sus teorías en el (*Tacuinum Sanitatis*) a principios del siglo XI.
- Es el más importante de sus libros.
- Su obra es original y nueva por la forma que utiliza: son unas tablas sinópticas dedicadas a la **salud de bienestar**.
- Además, figura como inspirador de ciertos herbarios como *Herbalarium cum figuris pictis* o *Herbaria sanitatis*.



Taqwim Al-Sihha de Ibn Butlàn.

# Turismo de Bienestar

---

(s. XI)

La obra **TACUINUM SANITATIS\*** está estructurada en torno a los seis elementos galénicos necesarios para conservar la buena salud médica y el estado de bienestar:

- el clima,
- comida y bebida,
- movimiento y reposo,
- el sueño y la vigilia,
- la retención y expulsión de los humores
- los estados de ánimo básicos

(s. XXI)

**PROGRAMAS WELLNESS IBERIK SALUD** en balnearios de la cadena IBERIK se basan en los 6 pilares de la Medicina del Estilo de Vida:

- Comer de forma saludable
- Actividad física
- Controlar el estrés
- Suspender el abuso de sustancias
- Descanso y sueño adecuados
- Relaciones interpersonales

\*Manuscrito árabe S XI, tablas sinópticas dedicadas a la salud de bienestar, Ibn Butlàn

# PROGRAMAS WELLNESS IBERIK SALUD

---

Desde IBERIK hemos preparado una serie de programas en nuestros balnearios con aguas mineromedicinales que se basan en los pilares de la Medicina del Estilo de Vida y que ayudarán a nuestros huéspedes a cumplir 10 objetivos:

1. Aprender las bases de una nutrición saludable.
2. Mantener un programa personalizado de ejercicio físico.
3. Realizar una limpieza de vías respiratorias y urinarias.
4. Disponer de un test de intolerancias alimentarias, como base de una dieta personalizada.
5. Disponer de un análisis de peso corporal (masa grasa, agua, masa magra).
6. Empezar a dormir mejor y obtener más energía.
7. Aprender a meditar, en silencio y de forma autónoma.
8. Adquirir herramientas para una mayor concentración.
9. Adquirir las herramientas para lidiar con situaciones difíciles.
10. Adquirir las herramientas para gestionar emociones.

# PROGRAMAS WELLNESS IBERIK SALUD

## EQUIPO MULTIDISCIPLINAR

- Especialista en Hidrología Médica
- Especialista en Fisioterapia
- Especialista en Psicología
- Monitor de actividades físicas y deportivas
- Nutricionista

## Cuídate y déjate cuidar

IBK

### Contenido de nuestro PROGRAMA WELLNESS IBERIK SALUD

#### SALUD FÍSICA

- ◆ **Programas de técnicas hidrotermales** elaborados desde nuestro equipo médico para limpieza respiratoria, relajación muscular, manejo del estrés buscando la relajación física.
- ◆ Sesiones diarias de **circuito termal** (Piscina activa, estufas y elementos de contraste) que mejoran la salud y calidad de vida.

#### SALUD CARDIOVASCULAR

- ◆ Preparación desde nuestro equipo médico de programa de **Cura de agua bebida** para limpieza hepática y de vías urinarias.
- ◆ Apoyo desde el equipo de psicología para **disminuir el abuso de sustancias tóxicas** (tabaco, alcohol, otras) y para estudiar las **condiciones individuales de descanso y sueño**.

#### SALUD MUSCULOESQUELÉTICA

- ◆ **Programas individualizados de actividad física** elaborados desde nuestro equipo de profesionales de educación física con elaboración de recomendaciones para seguir posteriormente en su domicilio.
- ◆ Actividades de senderismo en el circuito cardiosaludable.

#### SALUD NUTRICIONAL

- ◆ **Preparación de menús saludables** desde nuestro equipo de nutricionistas, con elaboración de recomendaciones para seguir posteriormente en su domicilio.
- ◆ **Análisis de Bioimpedanciometría** que permite conocer la composición corporal, con el objetivo de evaluar el porcentaje de grasa, masa magra (músculatura) y variaciones de agua corporal, considerando la edad y sexo del individuo.
- ◆ **Test de Análisis Nutrigenético**. A través de una muestra de saliva, en laboratorio se analiza la presencia de genes relacionados con determinadas patologías alimentarias, lo cual nos permite elaborar una dieta personalizada adaptada al perfil genético de cada persona

#### SALUD EMOCIONAL

- ◆ Programa de actividades de ocio, cultura y turismo, que permitan conocer el destino y fomentar las relaciones interpersonales, así como atención desde el equipo de psicología, con el objetivo ayudarnos a gestionar mejor las emociones, fortalecer la propia **red de apoyo social y emocional** a nivel individual, controlar los pensamientos negativos y resolver los problemas con mayor asertividad, potenciar motivación y autoestima.

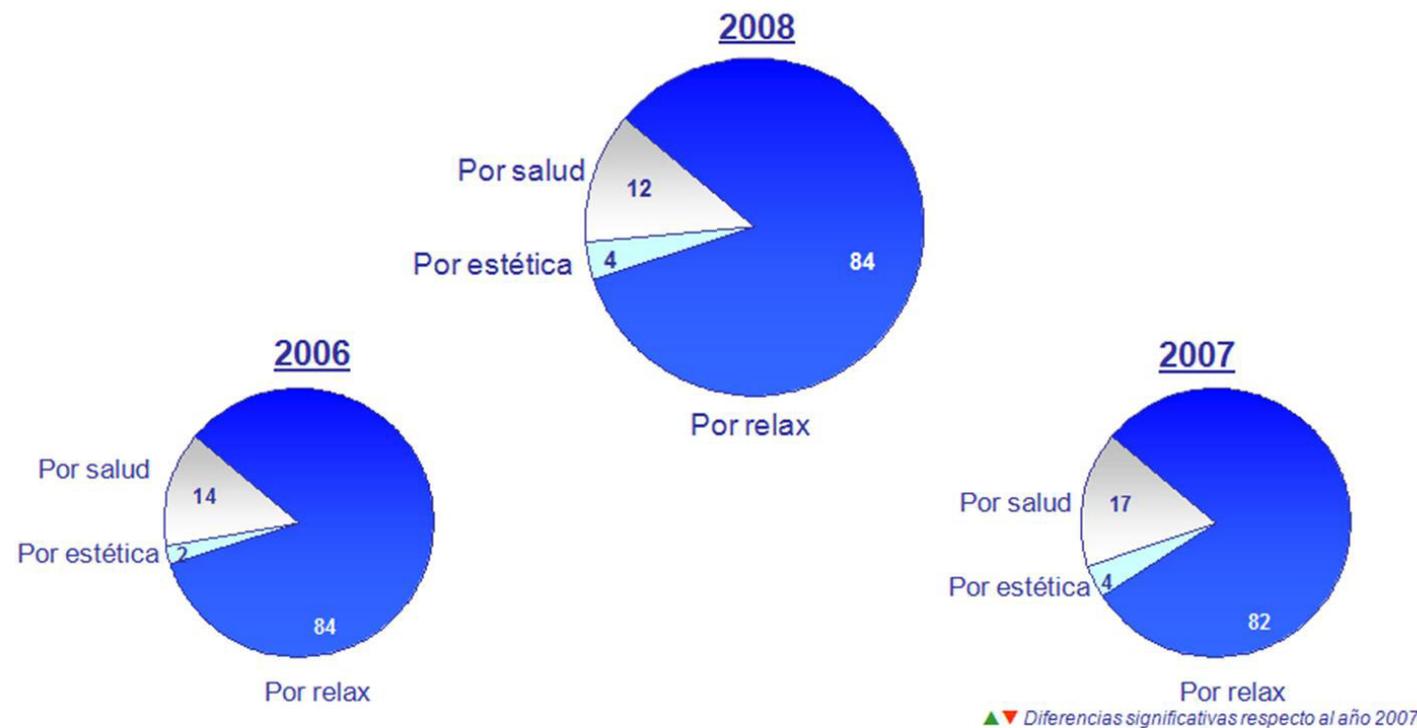
# Wellness & Medicina Termal



## 4.8.5. Motivos para ir a un balneario

Base: Han ido el último año al balneario / SPA / Centro termal 2006 (169) / 2007 (174) / 2008 (242)

% Col.



# Wellness & Medicina Termal



## 4.8.2. Tipo tratamientos y aspectos más valorados en un balneario

Base: ha ido último año a balneario / centro termal (242)

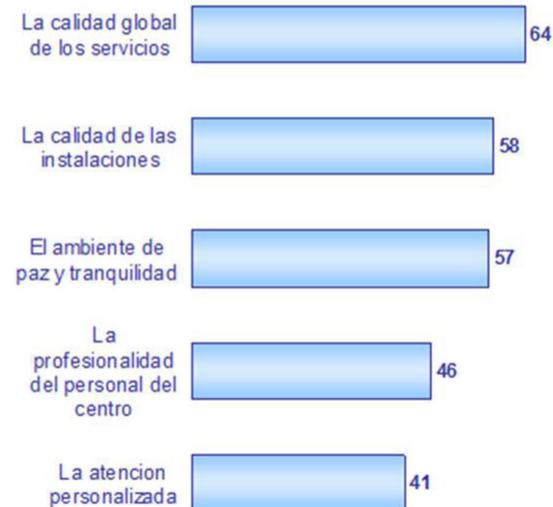
% Col.

### Tipo tratamiento



P36. ¿Qué tipo de tratamientos suele realizar?

### Aspectos más valorados



P39. ¿Qué es lo que más valora de un balneario, centro termal o spa?

## LA CALIDAD

- ✓ La calidad se ha convertido en la llave del éxito para muchas organizaciones. La calidad es un requisito imprescindible tanto para los consumidores como en la relación entre las organizaciones y lo es aún más en el mundo globalizado y competitivo en el que vivimos.
- ✓ Disponer de un sistema de gestión de la calidad es la mejor manera de garantizar que la organización tiene capacidad para ofrecer los productos y servicios con la calidad adecuada optimizando a la vez sus recursos, tanto humanos como materiales y financieros.
- ✓ Hoy en día, la mayoría de las organizaciones optan por la certificación de sus sistemas, productos o servicios como la mejor manera de demostrar la calidad en su gestión a sus clientes, actuales y potenciales

# BENEFICIOS de la CERTIFICACION

## A nivel INTERNO

- ✓ Garantía de cumplimiento legal.
  - ✓ Facilita el control del negocio a través de indicadores de gestión.
  - ✓ Mejora el control de procesos internos.
  - ✓ Garantiza la calidad de los productos y servicios ofertados.
  - ✓ Mejora la comunicación interna y la motivación de los empleados.
  - ✓ Ayuda a fidelizar a los clientes.
  - ✓ Previene riesgos.
  - ✓ Optimiza los recursos y disminuye los costes.
  - ✓ La auditoría externa genera una cultura de mejoramiento de la reputación on-line.
-

# BENEFICIOS de la CERTIFICACION

## A nivel EXTERNO

- ✓ Reducción de reclamaciones, incidencias y errores internos.
  - ✓ Mejora la imagen ante la sociedad y da confianza al cliente.
  - ✓ Mayor reconocimiento del mercado.
  - ✓ Promociona el establecimiento.
  - ✓ Aporta posicionamiento a nivel nacional e internacional.
  - ✓ Prestigio, fiabilidad, diferenciación, rigurosidad.
-

# NORMAS ISO INTERNACIONALES

La Certificación de Calidad AITB cumple los requisitos marcados en las ISO internacionales de Turismo de salud:

- ISO/DIS 17679 Tourism and related services - **Wellness Spa** - Service requirements
- ISO 17680 Tourism and related services - **Thalassotherapy** - Service requirements
- ISO/FDIS 21426 Tourism and related services - **Medical spas** - Service requirements
- ISO/DIS 22525 Tourism and related services - **Medical tourism** - Service requirements

Los auditores están acreditados para certificaciones ISO Internacionales.

¿ Que son las normas ISO?

Las normas internacionales ISO son productos y servicios seguros, confiables y de buena calidad. Para los negocios, son herramientas estratégicas que reducen los costes al minimizar errores y aumentar la productividad. Las Normas ISO se desarrollan dentro de comités técnicos de ISO.

# NIVELES DE CERTIFICACIÓN

Dentro de cada sello de calidad, a su vez, los centros deben acreditar el tipo de agua con el que trabajan para poder adquirir identificación como:

con aguas mineromedicinales /  
minerales naturales

**BALNEARIO / TERMAS / MEDICAL SPA**

con aguas termales

**TERMALES / ESPACIOS TERMALES**

con agua de mar

**TALASO**

con agua de consumo humano /  
agua corriente

**SPA DE BIENESTAR**

# NIVELES DE CERTIFICACIÓN

La Norma establece varios niveles dentro del propio sello de Aqua Wellness Calidad AITB, cada centro puede certificarse en uno solo o en varios sellos

## **CIRCUITO AquaWellness**

Zonas de aplicación de técnicas hidrotermales colectivas

## **CABINAS AquaWellness**

Zonas de aplicación de técnicas hidrotermales y complementarias de forma individual

## **PLUS SALUD**

Centro con servicios sanitarios homologados, que utilicen el agua como elemento terapéutico

## **PLUS MEDIOAMBIENTAL**

Centro que mantiene una gestión con criterios medioambientales de sostenibilidad

## ITEMS ANALIZADOS EN AUDITORIA INTERNA CALIDAD TERMAL COMPLETA GALA TERMAL

<b>3. DIRECCIÓN.</b>	<b>19 ítems</b>	<b>8. PRESTACIÓN DE SERVICIOS TERMALES.</b>	<b>39 ítems</b>
<b>4. INFRAESTRUCTURA</b>		a. GESTIÓN DE RESERVAS	
a. CONTROL DE AGUAS.	3 ítems	b. ACOGIDA	
b. REQUISITOS GENERALES	26 ítems	c. TÉCNICAS HIDROTERMALES Y COMPLEMENTARIAS	
c. INFRAESTRUCTURA ZONA CIRCUITO	43 ítems	d. OTROS SERVICIOS	
d. INFRAESTRUCTURA ZONA CABINAS	29 ítems	<b>9. APROVISIONAMIENTO</b>	<b>17 ítems</b>
<b>5. MANTENIMIENTO.</b>	<b>40 ítems</b>	a. COMPRAS.	
a. PLAN PREVENTIVO DE MANTENIMIENTO		b. GESTIÓN DE PROVEEDORES	
b. MANTENIMIENTO CORRECTIVO		<b>10. PLUS SALUD</b>	<b>30 ítems</b>
<b>6. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN</b>	<b>27 ítems</b>	a. INFRAESTRUCTURA- SERVICIOS MÉDICOS	
a. PLAN DE PREVENCIÓN Y CONTROL DE CONTAMINACIONES MICROBIOLÓGICAS		b. RECURSOS HUMANOS. PERSONAL SANITARIO	
b. LIMPIEZA E HIGIENE		c. PRESTACIÓN DE SERVICIOS RECONOCIMIENTO MÉDICO	
<b>7. RECURSOS HUMANOS.</b>	<b>22 ítems</b>	<b>11. PLUS MEDIOAMBIENTAL</b>	<b>62 ítems</b>
a. CAPACITACIONES MÍNIMAS		a. POLÍTICA MEDIOAMBIENTAL	
b. PLAN DE FORMACIÓN		b. IDENTIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DE RIESGOS AMBIENTALES. ACCIONES SOBRE LOS RIESGOS	
		c. OBJETIVOS E INDICADORES MEDIOAMBIENTALES	
		d. ANÁLISIS MEDIOAMBIENTAL	

TOTAL ítems a valorar en AUDITORIA INTERNA completa

**265 ítems**

TOTAL ítems con PLUS SALUD y PLUS MEDIOAMBIENTAL

**357 ítems**

# NORMA AQUAWELLNESS CALIDAD AITB

Un centro AquaWellness AITB debe cumplir la legislación vigente en cada uno de los países donde se implemente y que le sea de aplicación.

En los países que no dispongan de legislación específica los centros deberán cumplir con los requisitos mínimos que marca la norma

AITB emite CERTIFICADOS DE CARACTERIZACIÓN DE AGUAS como Minero medicinales o Termales en aquellos países que no dispongan de legislación específica para ello, siempre y cuando cumplan con los requisitos de la norma a ese respecto

El centro AquaWellness debe tener como visión, ser un lugar de fomento de hábitos de vida saludables y calidad de vida

---

# II.2 Calidad

## II.2.1 Obtener la certificación de calidad para los balnearios

- Implantación de normas de calidad termal internacional en balnearios

### IBERIK CALIDAD - Auditoria básica CAV21.04

FECHA sep-22

HOTEL BALNEARIO AUGAS SANTAS	Actual	Anterior	Objetivo 21
PUNTUACIÓN Check instalación	<b>85,0%</b>	<b>78,8%</b>	<b>90,0%</b>
Detalle por áreas:			
PUNTUACIÓN			
Área	máxima	obtenida.	% logrado.
3. Direccion	60	40	66,7%
4.1. Control de aguas	40	40	100,0%
4.3. Zona circuito	150	130	86,7%
4.4 Zona cabinas	100	75	75,0%
5. Mantenimiento	150	130	86,7%
6. Limpieza e higiene	150	132,5	88,3%
7. Recursos Humanos	150	125	83,3%
8. Prestación de servicios	150	137,5	91,7%
9. Aprovevisionamiento	50	40	80,0%
<b>TOTAL</b>	<b>1000</b>	<b>850</b>	<b>85,0%</b>

### IBERIK CALIDAD - Auditoria básica CAV21.0

FECHA sep-22

IBERIK BALNEARI ROCALLAURA	31/08/2022	Actual	Anterior	Objetivo 21
PUNTUACIÓN Check instalación		<b>64,3%</b>	<b>50,0%</b>	<b>90,0%</b>
Detalle por áreas:				
PUNTUACIÓN				
Área	máxima	obtenida.	% logrado.	
3. Direccion	60	15	25,0%	
4.1. Control de aguas	40	40	100,0%	
4.3. Zona circuito	150	115	76,7%	
4.4 Zona cabinas	100	50	50,0%	
5. Mantenimiento	150	102,5	68,3%	
6. Limpieza e higiene	150	92,5	61,7%	
7. Recursos Humanos	150	102,5	68,3%	
8. Prestación de servicios	150	80	53,3%	
9. Aprovevisionamiento	50	45	90,0%	
<b>TOTAL</b>	<b>1000</b>	<b>642,5</b>	<b>64,3%</b>	



IBERIK  
HOTELES

# II.1 Digitalización

## II.1.1 Implantar sistemas Property Management System (PMS), Customer Relationship Management (CRM), Motor de reservas

- Digitalización Balneario. En periodo de implementación
- Compra on-line, con reserva directa en agenda del balneario

Eliminar todos los filtros

Ordenar por: Predeterminado Precio

¡Tengo un código promocional!

Zona termal (8)  
 Programas Termales (6)  
 Técnicas corporales (7)  
 Masajes (9)  
 Programas Especiales Spa (6)  
 Técnicas Faciales (1)  
 Zona Sport (2)

Limpiar

Precio

Min 0 € Máx +500 €

**Masaje Celta Local**  
20 MIN - Espalda o piernas Los druidas, sacerdotes celtas, aseguraban que en todas las piedras se podía encontra... + continuar  
43,00 € 20 Min 1 Reserva Comprar

**Masaje Termal**  
FINALISTA DE LOS PREMIOS WELLNESS SPA EXPERIENCE (Feria Piscina & Wellness Barcelona) Por tratarse de u... + continuar  
~~65,00 €~~ 52,00 € Reserva Comprar -20%

**Masaje 10**  
10 MIN - Masaje Cervicodorsal La musculatura cervicodorsal es una parte del cuerpo que acumula mucha tensión.... + continuar  
18,00 € 10 Min 1 Reserva Comprar

**IBERIK**  
HOTELS

# III.1 Desarrollo nuevos productos

## III.1 Implantar paquetes de productos y servicios de wellness accesible

### WELLNESS IBERIK SALUD

#### MEDICINA DEL ESTILO DE VIDA:

##### ¿UNA MEDICINA CON ALMA?

El Colegio Americano de Medicina del Estilo de Vida (**American College of Lifestyle Medicine [ACLM]**), la define como un enfoque basado en evidencia que busca **prevenir, tratar e incluso revertir enfermedades reemplazando conductas no saludables por otras saludables**, tales como comer de forma saludable, estar físicamente activo, aliviar el estrés, evitar el abuso de sustancias peligrosas, dormir adecuadamente y tener un sólido sistema de apoyo emocional.

Con este enfoque en mente, el equipo médico de IBERIK ha preparado el **PROGRAMA WELLNESS IBERIK SALUD** basado en los 6 pilares de la medicina del estilo de vida:

- ◆ Comer de forma saludable
- ◆ Actividad física equilibrada
- ◆ Controlar el estrés
- ◆ Suspender el abuso de sustancias tóxicas
- ◆ Disfrutar de un descanso y sueño adecuados
- ◆ Relaciones interpersonales sanas



- PROYECTO programas Wellness presencial y on-line

IBERIK  
HOTELS



“Que tus proyectos fluyan como  
el viento y calen como el agua”

# ¡Gracias por su atención!

**Antonio Freire Magariños**  
Especialista en Hidrología Médica e Hidroterapia  
Director médico IBERIK Hoteles

[wellness@iberikhoteles.com](mailto:wellness@iberikhoteles.com)