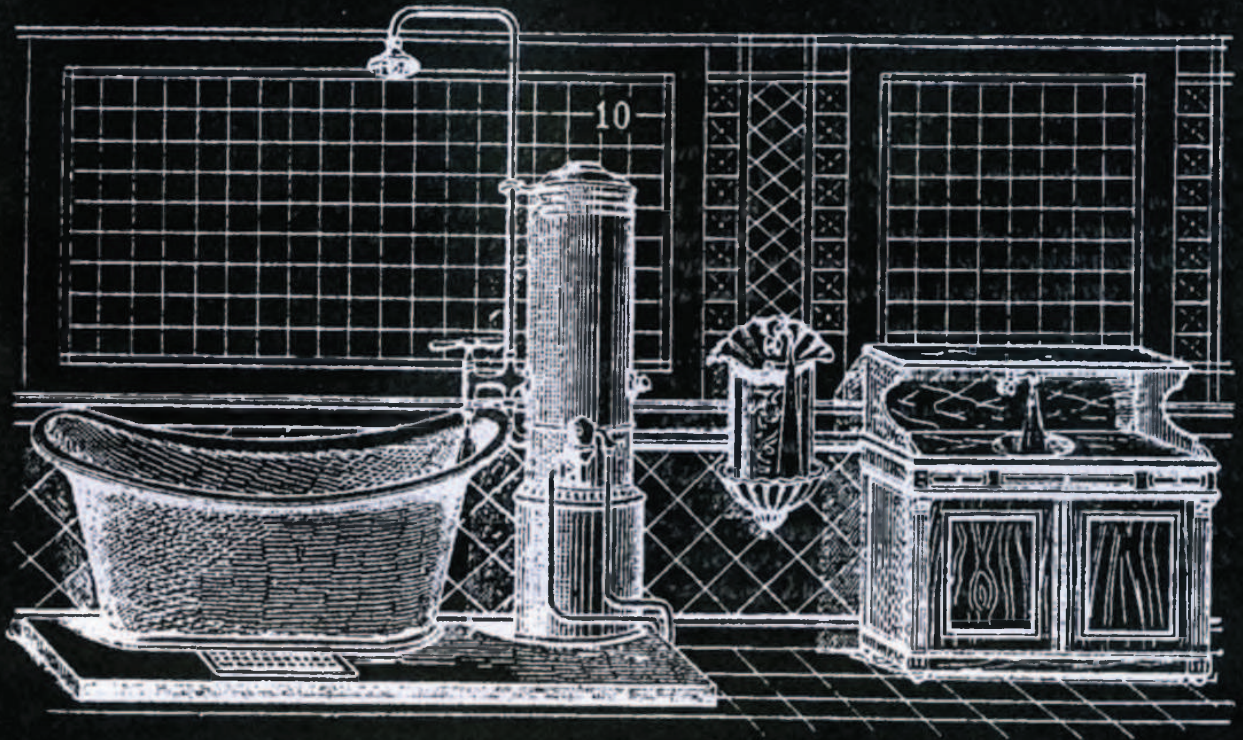


VAMONOS DE BALNEARIO



Y A TOMAR LAS AGUAS

IÑAKI URIGOITIA "AKELARRE"

*El agua para las ranas
y pa los peces que nadan bien
(Canción popular)*

Los baños, es decir la inmersión más o menos prolongada del cuerpo, en su totalidad o en parte, en un medio líquido, sólido o gaseoso, en la inmensa mayoría de los casos líquido, de composición y temperatura variables, se remontan a la más alta antigüedad, ya que desde las más remotas edades el hombre ha sentido una atracción inefable por las aguas de origen natural, que han sido empleadas por todos los pueblos antiguos y modernos bajo un doble punto de vista higiénico y de tratamiento de enfermedades, pues debemos tener en cuenta que el agua junto a las plantas medicinales eran la única terapéutica a su alcance.

Como muy bien dice Michel Cerisier: en una época en la que los gobiernos crean, en cada país, un Ministerio del Medio Ambiente, en una época en la que se instaura y se intensifica la lucha contra todo tipo de polución, en la que las cruzadas por la vuelta a la naturaleza se multiplican haciendo de la ecología una palabra clave de tal importancia que casi preside el gran destino político, la crenoterapia no debe ya tener el aire de una terapéutica anticuada venida de un museo de antigüedades.

¿Y qué demonios es la crenoterapia?

Pues ni más, ni tampoco menos, que la utilización con fines curativos de las propiedades físico-químicas de las aguas que brotan naturalmente de los manantiales y se emplean en su lugar de nacimiento o a proximidad, frías, templadas o calientes, en duchas, baños, chorros, manivios, pediluvios o simplemente bebiéndolas, aguas que por su contenido en minerales, radiactividad, residuos orgánicos, gas, etc. se llaman minero-medicinales y poseen propiedades medicamentosas.

(Por eso escribimos en nuestro encabezamiento A TOMAR LAS AGUAS, puesto que VAMONOS DE BALNEARIO son más cosas: cambio de ambiente, de clima, dietética personalizada, ejercicio natural y reposo, ocio organizado, etc. Es decir, algo que no debiera ser una moda, aunque esté de moda, sino un modo de vida.)

Decíamos pues que los baños se remontan a la más alta antigüedad y lógicamente han sufrido modificaciones en relación con el país, el clima, la temperatura, los medios y las necesidades a satisfacer.

Desde tiempos lejanos estaban rodeados de un gran lujo como nos muestran las descripciones de los poetas griegos. Este lujo se acrecentó en Roma. La pintura, la escultura y los mosaicos embellecían las termas, algunas de las cuales eran de dimensiones gigantes: 3.000 personas, nos dicen, podían bañarse en las termas de Caracalla.

Moisés y Mahoma añadieron una sanción religiosa a la indicación higiénica del baño. El cristianismo por el contrario proscribió el uso de los baños que durante toda la Edad Media desaparecieron como uso generalizado. Los cruzados nos vuelven a traer de Oriente la costumbre del baño, aunque realmente hace apenas dos siglos que las prácticas balnearias se han verdaderamente extendido.

El uso de los baños calientes o fríos ha existido tanto entre los griegos como entre los egipcios y los persas.

Además de los baños fríos tomados en los ríos o en el mar, los poemas homéricos mencionan los baños calientes para los cuales existían salas especialmente acondicionadas en lujosas casas. Allí se llevaba al invitado antes de las comidas. En la mayor parte de los cultos las ceremonias importantes estaban precedidas de un baño sagrado. Sin embargo los baños calientes estuvieron durante mucho tiempo considerados como un signo de debilidad de carácter. Las antiguas leyes de Atenas los prohibían en el interior de la ciudad. Pero estas severas prescripciones no se mantuvieron en la práctica más que en Esparta. En la Atenas del siglo V los baños calientes eran de uso corriente así como los baños de vapor. Se bañaban cada día antes de la comida de la tarde. Las termas se habían convertido en lugares de cita de los ociosos, en lugares de placer. Hubo también baños para mujeres y baños mixtos.

Estas termas griegas estaban instaladas ya con un cierto lujo. En el palacio homérico de Tirinto se ha encontrado una sala de baños cuyo suelo está formado por una losa monolito de 4 por 3 metros. Se colocaba una ancha cuba de madera, mármol o plata y se calentaba el agua en un vaso de bronce al que sostenía un trípode. Una mujer vertía el agua sobre el bañista y le frotaba con aceite.



Más tarde, en Atenas, hubo baños públicos y baños privados así como otros fundados por empresarios a los que se pagaba por entrar. Los baños destinados al público se encontraban generalmente anexos a un gimnasio, tenían la forma de una rotonda rodeada de pórticos y disponían de diversas salas para las fricciones, la conservación del aceite, guardarropa, piscinas y baños de vapor. Eran ya, en más simple, la disposición de los baños romanos.

¿Y qué ocurría con los romanos?

El uso del baño (BALNEUM) remontaba en los romanos a épocas lejanas; pero el lujo de los baños data del último siglo de la República y se refinó bajo el Imperio. Desde el fin del siglo III se ven baños en casas particulares y baños públicos bajo vigilancia de los ediles. Estos baños primitivos parece ser estaban compuestos de dos salas, una para hombres y la otra para mujeres, separadas por el hogar y las calderas que proveían de agua caliente. Se entraba previo pago de una pequeña remuneración.

Los baños públicos en Roma se multiplicaron hasta tal punto que bajo Constantino existían no menos de 850, sin hablar de las suntuosas termas construidas por Agripa, Tito, Caracalla, Diocleciano y otros.

Todas las ciudades del Imperio, incluidos pueblos, tuvieron uno o varios establecimientos de baños.

Cuando las costumbres romanas se modelaron sobre las costumbres griegas, el baño se complicó así como sus edificios. El baño completo se componía de baño de vapor o de aire caliente y seco, baño de agua caliente, baño de agua fría, todo mezclado y seguido de ungüentos de aceites y fricciones.

Las salas que correspondían a estas diversas actuaciones eran: el Caldarium, para el baño caliente donde la temperatura ambiente era muy elevada. El Frigidarium para baño frío. El Tepidarium cuya suave temperatura servía de transición y donde, a veces, se desnudaba. Los baños se tomaban o bien en bañeras, o bien en piscinas de di-

mensionen diferentes. Una sabia disposición del hogar permitía calentar a la vez el agua de las calderas y el aire que cogido de fuera circulaba bajo el pavimento y en los muros del Caldarium. El exceso del vapor producido por una caldera o con la ayuda del agua fría extendida sobre el ardiente pavimento se escapaba por una apertura circular situada en lo alto de la bóveda, apertura que se cerraba por medio de una especie de argolla manipulada por una cadena. El baño de vapor (Sudatorium) constituía a veces una sala especial. Los baños fueron uno de los lugares de reunión y de placer más frecuentados de la sociedad romana. Se unían salas de gimnasia, bibliotecas, galerías con obras de arte a especies de restaurantes. Algunos romanos, sin tener en cuenta los accidentes que pudieran sufrir, tomaban hasta 5 ó 6 baños por día y no tenían miedo en zambullirse después de las comidas en un agua muy caliente.

En Francia los baños se usaron en todo tiempo. Se habla ya en tiempos de Gregorio de Tours. En la época de la caballería el baño tuvo un sentido simbólico: El escudero volviéndose caballero se purificaba por medio de un baño, de ahí la Orden del Baño. En el siglo XIII, los "baños de vapor", casas de baños calientes, eran numerosas. Los estatutos de la Corporación de los propietarios de casas de baños de vapor de París, codificados bajo San Luis por el preboste de los comerciantes, E. Boileau, han sido publicados en "El Libro de los oficios". Estaba prohibido al profesional tener en su casa personas de mala vida o recibir a algún leproso, del mismo modo que abrir los baños antes de la salida del sol o en domingos o fiestas.

Los baños fríos en el Sena aparecen al fin del reinado de Luis XIV. La idea de los baños en domicilio, que ya estaban en uso desde hacía muchos años en Alemania, no fueron materializados en París más que en 1819.

El uso de los baños está muy extendido en Oriente, no únicamente por razones de salud sino a causa de las prescripciones del Islam que ordena a todo hombre impuro lavarse el cuerpo entero. Las gentes supersticiosas iban 2 y 3 veces al día, nos dicen. Estos baños se componen de 3 salas: la primera en la que uno se desnuda, la segunda contiene una piscina llena de agua caliente, y en una tercera se encuentra otra piscina en la que los bañistas se lavan otra vez. Los baños orientales difieren ligeramente unos de otros en Persia, Turquía y Egipto; pero el modelo es casi siempre el mismo. Los comentaristas de la época nos dicen que en Persia los hombres iban al baño por la mañana hasta las 4 de la tarde y las mujeres desde esta hora hasta media noche. El precio de entrada era muy pequeño y se podía estar tanto tiempo como se quisiera.

Me encuentro muy a gusto escribiendo para todos ustedes y, como dicen en Francia, estaría hasta la Sainte Glain Glain (es decir un montón de tiempo más) pero sé que mis compañeros de Oarso tienen unos escritos muy bonitos también para ustedes y me veo en la obligación de tener que cortar. Como decían los comediantes: el año que viene volveremos a estar con ustedes con más y mejor.

¡Ah! y lo de los 21 días de baños ¿es cierto?

En Vichy, decenas de miles de personas que seguían las curas, cambiaban cada 21 días, y había los mismos almacenes, tres casinos, una docena de cines.

Georges Simenon

en Maigret en Vichy

El período de 21 días conocido como "una temporada" era un reflejo de las doctrinas hipocráticas. Actualmente no está en vigor.

Aprovecho la ocasión para desear a todos los renterianos y a los que nos visiten unas magníficas fiestas de la Magdalena.

