

# A utilização das lamas em Portugal: passado e presente

Frederico TEIXEIRA<sup>(1)</sup>

<sup>(1)</sup>Instituto de Climatologia e Hidrologia da Universidade de Coimbra,  
Faculdade de Medicina, 3000-548 Coimbra (Portugal)  
fredjt@ci.uc.pt

Recibido: 25-01-11

Aceptado: 20-02-11

## Resumo

Pelóides são produtos formados por mistura espontânea ou artificial de uma água mineral natural, da água do mar ou de lago salgado, com uma componente sólida (orgânica ou inorgânica), resultante de processos geológicos ou biológicos (ou ambos) que, no estado natural ou após preparação, se utilizam topicamente com fins terapêuticos na forma de cataplasmas ou banhos” (*VI Conf. Int. Soc. Med. Hydr., 1949*).

Em Portugal, e durante muitos anos, foram utilizados:

a)- *Pelóides naturais* – nas Termas dos Cucos, Torres Vedras (água hipermineralizada, cloretada sódica, silicatada) e nos Açores, entre outras nas Termas das Furnas (águas hipomineralizadas, sulfúreas, silicatadas e aluminosas, algumas ferruginosas).

b)- *Pelóides artificiais* – obtidos a partir de lamas recolhidas dos depósitos do leito do Rio Vouga, perto de Aveiro, e devidamente limpas e preparadas para posterior maturação em tanques alimentados com água sulfúrea a 37-39 °C, durante 6 meses, de modo a adquirir uma muito elevada quantidade de sulfúrea, prática durante anos utilizada nas Termas de Vizela e nas Termas de Aregos.

Umás e outras eram utilizadas depois na terapêutica de doenças reumáticas e outras doenças músculo-esqueléticas ou na terapêutica de dermatoses eczematosas (nomeadamente psoríase).

No início da década de 90 do século passado, tudo se modificou: Primeiro, pelo encerramento das Termas dos Cucos (que aguardam ainda restauro); depois, por força da legislação entretanto produzida e que aumentou o rigor de controlo microbiológico da utilização da água mineral a nível das estâncias termais, ou por simultânea estratégia economicista, as Termas de Vizela e de Aregos deixaram de cultivar a maturação artificial dos pelóides. Em sua substituição, passaram a usar qualquer coisa a que chamam “fangos”, por vezes misturados com parafina (“parafangos”) e que mais não são do que “*preparados extemporâneos*” de um qualquer produto argiloso comprado algures no estrangeiro, misturado no dia com água termal e posto a aquecer a elevada temperatura numa “panela de aço-inox” (que, em regra, recebe outros nomes mais pomposos).

Na maioria dos casos, a aplicação de tais “produtos” passa a ser feita em cataplasmas quentes (40-45 °C) que mais não actuam a não ser como “calor húmido” inespecífico e que, como tal, pela legislação portuguesa de 2004, não deveriam ser consideradas “técnicas

termais” mas apenas “técnicas complementares”, uma vez que lhes não pode ser reconhecido efeito crenoterápico. Uma tal prática, porém e infelizmente, tem vindo a generalizar-se em muitas das estâncias termais portuguesas, num aproveitamento abusivo do nome de “fangos” que, em nosso entender, não contribui em nada para a dignificação do termalismo.

A nível da talassoterapia, Portugal tem algumas regiões com “lamas marinhas”, naturais e de alguma qualidade, algumas enriquecidas com diversos tipos de algas que naturalmente maturam nesses depósitos, como as da Praia do Foz do Minho, Praia da Consolação (Peniche), Praia do Meco (Caparica) e algumas da costa algarvia.

Infelizmente, porém, tais “lamas marinhas” têm sido apenas exploradas espontaneamente pelas populações, sem qualquer enquadramento terapêutico organizado. Será o tempo de se produzir legislação adequada para a Talassoterapia, à semelhança da que existe para a Terapêutica Termal, e a partir daí desenvolver uma utilização terapêutica correcta das lamas marinhas.

**Palavras-chave:** Lamas, Peloides, Portugal

### The use of mud in Portugal: past and present

#### **Abstract**

Peloid are "products formed by spontaneous or artificial mixture of natural mineral water, sea water or salt lake, with a solid component (organic or inorganic), resulting from biological or geological processes (or both) in the natural state or after preparation, are used topically for therapeutic purposes in the form of poultices or baths "(VI Conf. Int Soc Med Hydr., 1949).

Thus considered, the peloid in the natural state or after preparation (ripening) have therapeutic interest for the use of its thermal effect, nonspecific, but they also will be important to consider their specific effect dependent on their physical and chemical composition (silica, Biogel existing or developed during the maturation process, and the consequent enrichment sulfurárea ion, formation of reducing or oxidizing substances, humic acids and other compounds of steroid structure, etc.). In this specific effect is important to consider the effect scaly (silica and sulfur), buffering (colloidal silica), antiseptic (sulfur), anti-inflammatory (resolving power, chlorinated waters; action of humic acids and other steroid structure, sulphurous waters).

In Portugal, and for many years, were used:

- a) natural peloids - of the Cucos Spa, Torres Vedras (hipertonic waters, sodium chloride, silica) and the Azores, among others in the Thermal Furnas (hipertonic water, sulphurous, and alumina silicate, some ferruginous).
- b) artificial peloids - made from sludge deposits collected from the bed of the Vouga river, near Aveiro, and properly cleaned and prepared for further maturation in tanks fed the sulphurous water 37-39° C for 6 months, so to acquire a very high amount of sulfurárea, a practice used for years in Vizela and Aregos spas.
- c) Each other and were later used in the treatment of rheumatic diseases and other musculoskeletal disorders or therapy eczematous dermatoses (eg psoriasis).
- d) In the early 90s of last century, everything changed: First, the closure of of Cucos spas (who are awaiting restoration), then under the law but produced and which increased the

accuracy of microbiological control the use of mineral water at the spa, or by simultaneous economic strategy, Vizela and Aregos spas stopped growing artificial maturation of peloid. In its place, began to use something they call "muds", sometimes mixed with paraffin ("muds") and are nothing more than "extemporaneous preparations" of any product purchased elsewhere abroad loamy, mixed on thermal water and put the heat to high temperature in a "pot of stainless steel" (which, as a rule, receive more pompous other names). In most cases, the application of such "products" will be completed in poultices hot (40-45° C) that most do not act other than as "moist heat" nonspecific and, as such, the Portuguese law of 2004, should not be considered "thermal techniques" but only "complementary techniques," since they can not be recognized Crenotherapy effect. Such practice, however and unfortunately, has become widespread in many of the spas in Portugal, in abusive use of the name of "muds" which, in our view, does nothing to dignify hydrotherapy.

Across the thalassotherapy, Portugal has some areas with "marine mud," natural and some quality, some enriched with various types of algae that naturally mature in these deposits, such as the beach of Foz do Minho, Consolation Beach (Peniche) Praia do Meco (Caparica) and some of the Algarve coast.

Unfortunately, such "marine mud" have only been exploited by people spontaneously, without any organized therapeutic environment. Is it time to produce adequate legislation for the SPA, similar to what exists for Thermal Therapy, and from there develop a correct therapeutic use of marine mud.

**Key words:** Mud, Peloid, Portugal

## Utilización de los barros en Portugal: pasado y presente

### Resumen

Los Peloides son "productos formados por la mezcla espontánea o artificial de un agua mineral natural, agua de mar o lago salado, con un componente sólido (orgánico o inorgánico), como resultado de procesos geológicos o biológicos (o ambos) que, en el estado natural o después de su preparación, se utilizan por vía tópica con fines terapéuticos en forma de cataplasmas o baños "(Conf. VI. Soc Int Med Hydr., 1949).

En Portugal, y durante muchos años, fueron utilizados:

- a) Peloides naturales – en las Termas de Cucos, Torres Vedras (agua hipermineralizada, clorurada sódica, silicatada) y en las Azores, entre otros, en las Termas de Furnas (aguas hipomineralizadas, sulfuradas, silicatadas y aluminicas, algunas ferruginosas).
- b) Peloides artificiales – obtenidos a partir de barros recogidos de los depósitos de lodos en el lecho del río Vouga, cerca de Aveiro, y debidamente limpiados y preparados para la posterior maduración en tanques alimentados con agua sulfurada a 37-39° C, durante 6 meses, de manera que adquieran una muy elevada cantidad de sulfuraria, práctica utilizada durante años en las Termas de Vizela y en las Termas de Aregos.

Unos y otros eran utilizados después en el tratamiento de las enfermedades reumáticas y otros trastornos músculo-esqueléticos o en el tratamiento de dermatosis eczematosas (denominada psoriasis).

En el inicio de la década de los 90 del siglo pasado, todo cambió: Primero, el cierre de las Termas de Cucos (que esperan ser restauradas); después, por la presión de la legislación producida entretanto y que incrementa el rigor del control microbiológico de la utilización

de las aguas minerales a nivel de los Establecimientos Termales, o simultáneamente por estrategia económica, las Termas de Vizela y Aregos dejarón de cultivar la maduración artificial de peloides. En su sustitución, pasaron a usar cualquier cosa a la que llaman “fangos”, a veces mezclados con parafinas (“parafangos”) y no son más que “*preparados extemporáneos*” de cualquier producto arcilloso comprados algunos en el extranjero, mezclado con agua termal y puesto a cocer a elevada temperatura en una “olla de acero inoxidable”.

En la mayoría de los casos, la aplicación de estos “productos” se aplican en cataplasmas calientes (40-45° C) que más que nada actúan como “calor húmedo” inespecífico y que, como tal, por la legislación portuguesa de 2004, no deberían ser consideradas “técnicas termales”, tan sólo “técnicas complementarias”, ya que de ellos no puede ser reconocido efecto crenoterápico. Tal práctica, sin embargo y por desgracia, se ha generalizado en muchos Establecimientos Termales portuguesas, con el uso abusivo del nombre de “fangos” que, en nuestra opinión, no contribuye en nada para dignificar el termalismo.

A nivel de la talasoterapia, Portugal tiene algunas regiones con “limos marinos,” naturales y de alguna calidad, algunos enriquecidos con diversos tipos de algas que, naturalmente maduran en esos depósitos, como los de la playa de Foz do Minho, Playa de Consolação (Peniche), Playa de Meco (Caparica) y algunas de la costa del Algarve.

Por desgracia, tales “limos marinos” sólo han sido explotados espontáneamente por la población, sin ningún enfoque terapéutico organizado. Es el momento de producir una legislación adecuada para la Talasoterapia, a semejanza de la que existe para los Tratamientos Termales, y a partir de ahí desarrollar un utilización terapéutica correcta de los limos marinos

**Palabras claves:** Barros, Peloides, Portugal

#### REFERENCIA NORMALIZADA

Teixeira F. A utilização das lamas em Portugal: passado e presente. (The use of mud in Portugal: past and present). *Anal Hidrol Med*, 2011, vol. 4, 129-141

## INTRODUÇÃO

As “lamas”, “barros” ou “lodos” terapêuticos, designações habitualmente utilizadas indistintamente, são utilizadas desde a Antiguidade, havendo referências ao seu uso no Egipto (por Cleópatra), no Mar Morto, na Capadócia e na Grécia (em diversas ilhas gregas). Inclusivamente, já Hipócrates (460-355 a.C.) as terá referido e classificado consoante as suas indicações. Depois, o mundo romano assimilou tais conhecimentos, desenvolveu-o e, com a sua expansão, espalhou a sua utilização por todo o Império. Será mesmo dos romanos a origem da palavra “fango” que, da Itália, se espalhou e, através da hoje França, chegou até à então Ibéria, somando-se àquelas outras designações.

Depois, já com o desenvolvimento do termalismo e na sua época áurea de finais do século XIX a inícios do século XX, àquelas designações viria a acrescentar-se a palavra “termal” (lamas termais, barros termais, lodos termais, fangos termais),

quando o seu desenvolvimento acontece sobretudo nas Estâncias termais. De notar que, embora diferentes sob o ponto de vista geológico, todas estas designações significam mais ou menos o mesmo sob o ponto de vista terapêutico, médico.

A palavra “PELÓIDE” (do grego *πελος* – *pelòs* – que significa “lama”, “lodo”, ou “barro”) virá a aparecer apenas na década de 30 do século passado: Embora alguns digam que tal designação foi proposta em 1933 por Jude Lewis, presidente do Comité Internacional das Medidas Padrão, a verdade é que já dois anos antes, em 1931, o Conselho Directivo da ISMH (Sociedade Internacional de Hidrologia Médica) havia apresentado e discutido um relatório em que se propunha a palavra “pelóide” para designar uma série de meios utilizados em terapêutica termal onde se incluíam lamas, lodos, barros (argilas), fangos, limans, turfas e outros materiais semelhantes. E, sobretudo, tal relatório pedia que, embora todas englobadas naquela mesma designação comum de “pelóides”, se definissem globalmente nessa designação e, ao mesmo tempo, caracterizassem individualmente em cada uma daquelas variedades.

Por isso, aquela designação de “pelóide” virá a ser oficialmente adoptada pela ISMH no seu Congresso de Wisbaden (1938) e, finalmente, definida pela ISMH no seu VI Congresso em Dax (1949).

É, pois, em 1949 que a ISMH define os “pelóides” como: “Produtos naturais, consistindo na mistura de uma água mineral (compreendendo nesta designação a água mineral natural, a água do mar ou a água salgada de um lago) com matérias orgânicas ou inorgânicas, resultantes de processos geológicos ou biológicos, ou conjuntamente de uns e outros, utilizados com fins terapêuticos sob a forma de cataplasmas ou de banhos”.

A própria Sociedade Internacional de Hidrologia Médica estabeleceu alguns tipos especiais de pelóides, consoante a sua componente sólida é inorgânica ou mineral (barros, lodos e lamas, de compostos silícicos, aluminicos, cálcicos, etc.) ou orgânica (algas, fungos, bactérias, líquens, musgos, resíduos orgânicos diversos, resultantes de uma microflora autotrófica e seus produtos, tais como ácidos húmicos, etc.), e consoante a sua componente líquida e respectiva natureza química (sulfúrea, sulfatada, cloretada, mais ou menos alcalina, etc.) – Tabela I.

Virá, depois, a referir-se também ao processo de mistura (*in situ*, ou “*pelóides primários* ou *naturais*”, com detritos acumulados nas nascentes ou no fundo de lagos ou resultantes de detritos arrastados pelos cursos de água e depois sedimentados) ou colocados em maturação em tanque “*pelóides secundários* ou *artificiais*”, com agitação ou sem agitação).

Quando a ISMH definiu “pelóides” como “produtos naturais” tal designação não obriga a que eles sejam utilizados tais como se encontram no seu meio natural, isto é, na nascente de uma água mineral ou junto dela ou nas margens do mar ou de um lago salgado. Até porque, se tal prática pode ser possível em alguns casos, na sua grande maioria implica a recolha daqueles produtos naturais, a sua preparação e higienização por processos mais ou meios sofisticados, o seu aquecimento ou

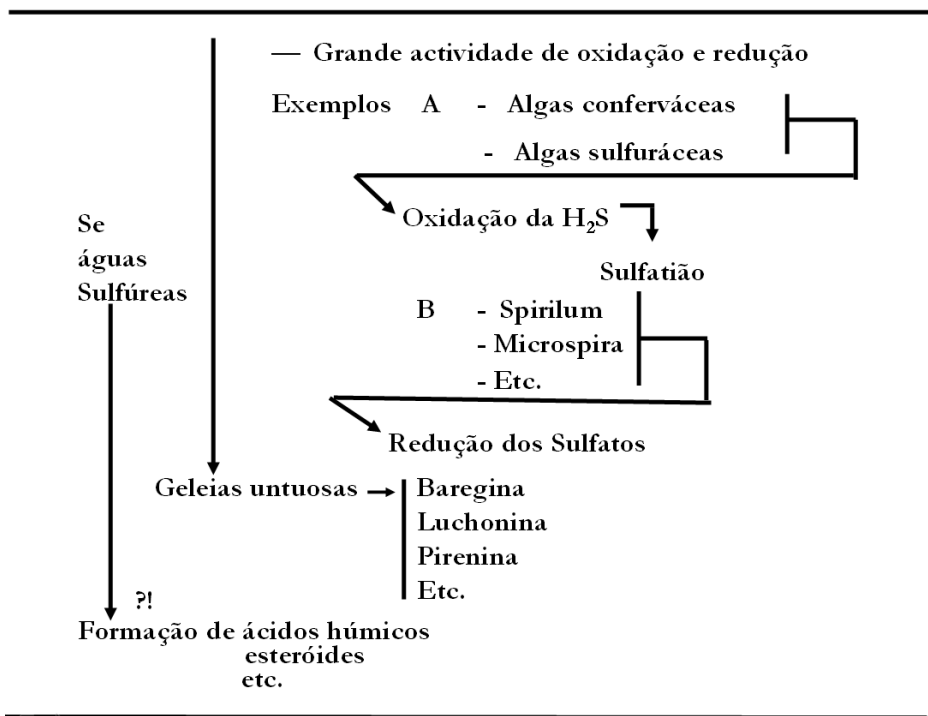
colocação à temperatura desejada para aplicação ou banho. Por outro lado, obriga à optimização das suas propriedades terapêuticas através da protecção da respectiva “maturação do pelóide”, quando “*in situ*”, ou à estimulação do desenvolvimento da sua “maturação em tanques”, quando “secundários ou artificiais”.

Tabela I – Classificação dos pelóides (Adaptado de VI Congresso da ISMH – 1949)

VARIETADE	MATERIAL	ÁGUA	MATURAÇÃO																
LAMAS LODOS FANGOS	inorgânico	<table border="0"> <tr> <td>[ Sulfúreas</td> <td>]</td> <td>[ Hipotermais</td> <td>]</td> </tr> <tr> <td>[ Sulfatadas</td> <td>]</td> <td>[ Mesotermais</td> <td>]</td> </tr> <tr> <td>[ Cloretadas</td> <td>]</td> <td>[ Hipotermais</td> <td>]</td> </tr> </table>	[ Sulfúreas	]	[ Hipotermais	]	[ Sulfatadas	]	[ Mesotermais	]	[ Cloretadas	]	[ Hipotermais	]	<table border="0"> <tr> <td>[ in situ</td> <td>]</td> </tr> <tr> <td>[ em tanque</td> <td>]</td> </tr> </table>	[ in situ	]	[ em tanque	]
[ Sulfúreas	]	[ Hipotermais	]																
[ Sulfatadas	]	[ Mesotermais	]																
[ Cloretadas	]	[ Hipotermais	]																
[ in situ	]																		
[ em tanque	]																		
LIMOS	inorgânico	Água mar ou lago Fria	in situ																
TURFAS	orgânico	<table border="0"> <tr> <td>[ Carbonatadas</td> <td>]</td> <td>[ Mesotermais</td> <td>]</td> </tr> <tr> <td>[ Sulfúreas</td> <td>]</td> <td>[ Hipotermais</td> <td>]</td> </tr> <tr> <td>[ Água do Mar</td> <td>]</td> <td>[ Frias</td> <td>]</td> </tr> </table>	[ Carbonatadas	]	[ Mesotermais	]	[ Sulfúreas	]	[ Hipotermais	]	[ Água do Mar	]	[ Frias	]	<table border="0"> <tr> <td>[ in situ</td> <td>]</td> </tr> <tr> <td>[ em tanque</td> <td>]</td> </tr> </table>	[ in situ	]	[ em tanque	]
[ Carbonatadas	]	[ Mesotermais	]																
[ Sulfúreas	]	[ Hipotermais	]																
[ Água do Mar	]	[ Frias	]																
[ in situ	]																		
[ em tanque	]																		
BAREGINAS etc.	orgânico	Sulfúreas Hipotermais	in situ																
Outras Biogeleias	orgânico	Não sulfúreas Várias	in situ																
SAPROPELI	Mista	Sulfúreas Hipotermais Alcalinas	in situ																
GYTJA	Mista	Água do mar Hipotermais	in situ																

Com efeito, os pelóides são sistemas vivos, em contínua modificação e cujo interesse terapêutico resulta, não simplesmente dos seus constituintes sólidos iniciais ou dos seus constituintes líquidos só por si, mas interesse terapêutico que resulta também do “enriquecimento” que continuamente ocorre quer numa maturação natural e espontaneamente processada numa nascente ou no fundo de um lago quer numa maturação orientada e desenvolvida artificialmente num tanque. Durante a maturação natural ou artificial de um pelóide, não só se podem modificar as características mineralógicas, sua textura e granulação, como se podem alterar as características químicas através de processos de oxidação e/ou redução, como ainda as respectivas e consequentes características bioquímicas, com a produção de substâncias terapêuticamente activas, tais como ácidos húmicos e outras substâncias de estrutura esteróide ou o enriquecimento em biogeleias – Tabela II.

Tabela II – Processo de maturação dos pelóides



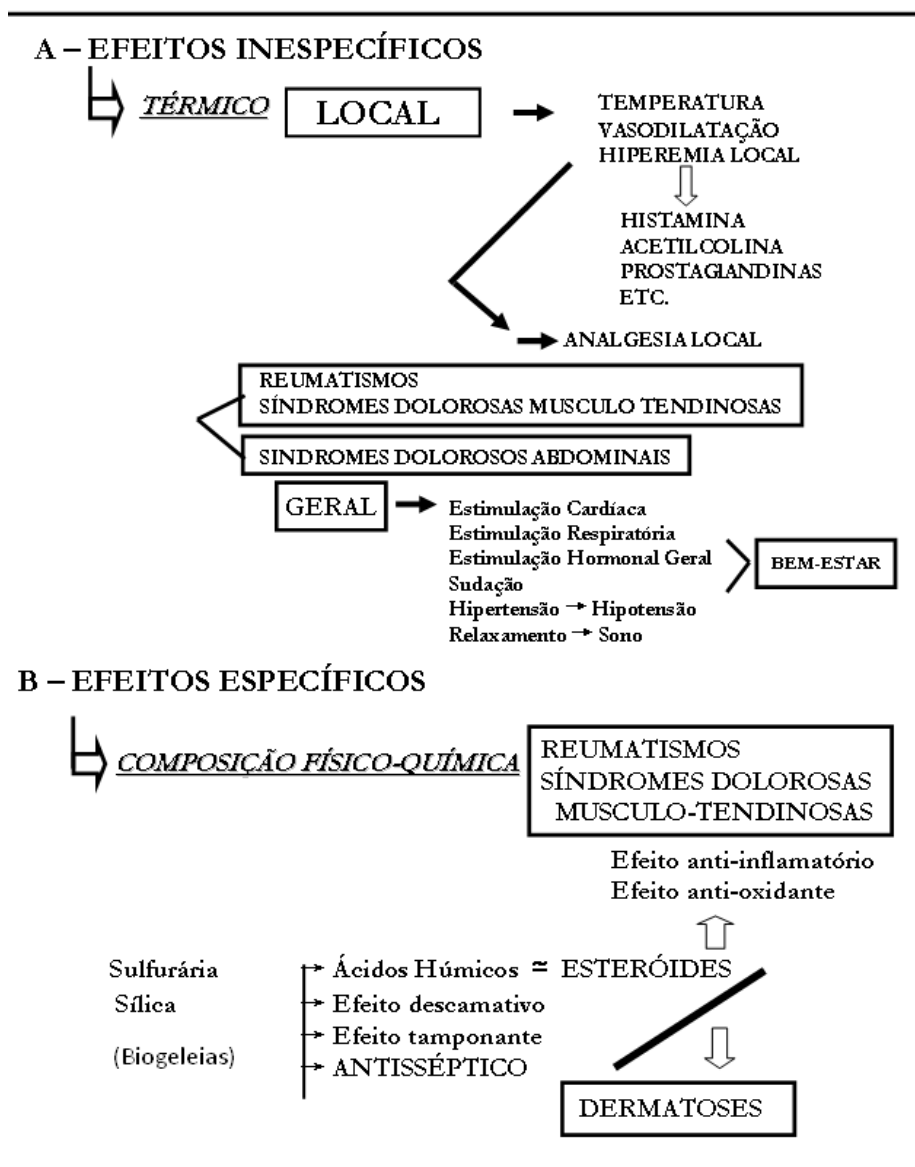
## INTERESSE TERAPÊUTICO

Assim considerados, os pelóides, no estado natural ou após maturação em tanque, terão interesse terapêutico:

a)- Pelo aproveitamento do seu “efeito térmico”, e, por isso, “efeito inespecífico”, de acordo com a técnica de aplicação adoptada – em banhos gerais ou em banhos parciais (pedilúvios ou manilúvios) ou em cataplasmas -, e de acordo com as respectivas temperaturas – de 37 a 38 °C, nos banhos gerais, até 45 °C, nas cataplasmas – Tabela III - A.

b)- Pelo aproveitamento dos seus “efeitos específicos”, “crenoterápicos”, dependentes da sua composição físico-química (sílica, biogeleias existentes ou desenvolvidas durante o processo de maturação, sulfurárea e conseqüente enriquecimento iónico, formação de substâncias oxidantes ou redutoras, ácidos húmicos e outros compostos de estrutura esteróide, etc.) – Tabela III - B.

Tabela III – Mecanismos de acção e interesse terapêutico dos pelóides





substâncias de estrutura esteróide, nas águas sulfúreas). Daí a sua indicação terapêutica:

- Em Dermatologia (particularmente nas dermatoses de tipo eczematoso, como por exemplo a psoríase) e em Cosmética.

- Na terapêutica complementar das Doenças Reumáticas e outras Doenças Músculo-esqueléticas, incluindo aqui as síndromes dolorosas músculo-tendinosas (aproveitando então não apenas o efeito térmico inespecífico, mas sobretudo, então, as actividades anti-inflamatórias e antioxidantes dos seus constituintes químicos).

## PELÓIDES EM PORTUGAL

Em Portugal, e durante muitos anos, foram utilizados:

a)- “*Pelóides naturais*” – Nos Açores, na Ilha de S. Miguel, utilizaram-se, ainda até há pouco tempo, no Balneário das Furnas e com alguma vigilância médica, lamas naturais de natureza vulcânica formadas em redor da águas (águas hipomineralizadas, sulfúreas, silicatadas e aluminosas, algumas ferruginosas) que emergem em ebulição nas designadas “caldeiras” (a temperaturas que rondam os 90 a 100° C).

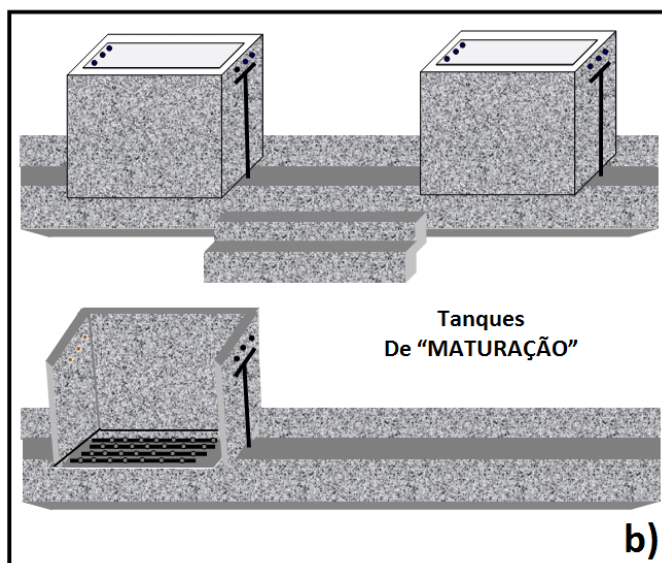
Noutros locais daquela Ilha, há ainda o uso popular e livre de lamas naturais, na sua forma semi-sólida ou quase líquida, de águas meso ou hipertermais, na Ribeira Brava; de água mesothermal com elevada percentagem de resíduos sólidos e coloração ferruginosa, na Piscina do Parque Terra Nostra e na Poça da Beija, para além de outras emergências vulcânicas ao longo da Ribeira Quente e até ao mar.

Em Portugal Continental, para além de outros locais onde o seu uso pouco mais foi do que tradicional – Monção, S. Vicente e Entre-os-Rios -, utilizaram-se, até finais do século XX, pelóides naturais nas Termas dos Cucos, junto a Torres Vedras (água hipermineralizada, cloretada sódica, bicarbonatada, sulfatada e silicatada), sob a forma de aplicação directa da “lama”, banhos parciais (pedilúvios ou manilúvios de “lama”) ou cataplasmas.

b)- *Pelóides artificiais* – obtidos a partir de lamas recolhidas dos depósitos do leite da Pateira de Fermentelos, junto ao Rio Vouga e perto de Aveiro, e devidamente limpas e preparadas para posterior maturação em tanques alimentados com água sulfúrea a 39-40° C, durante cerca de 6 meses, de modo a adquirir o aspecto e textura de uma lama escura, homogénea, untuosa ao tacto e tendo à superfície uma camada com cerca de 20 a 30 cm de espuma verde-amarelada, que não era mais do que biogeleia muito rica em sulfurárea – Fig. 1 (a, b).

Esta foi uma prática muito utilizada nas Caldas de Arêgos (junto ao Rio Douro) e nas Termas de Vizela (junto a Guimarães) – Fig. 1 (c, d), estâncias termais de águas hipomineralizadas, sulfúreas sódicas, silicatadas e hipertermais: Na primeira, para tratamento de doenças reumatismais ou músculo-esqueléticas (em banhos par-


Figura 1 – Preparação de Pelóides Artificiais: a) – Origem da matéria sólida (Pateira de Fermentelos); b) – Processo de maturação em Vizela; c) – Aregos e d) – Vizela.




ciais de “lamas” (pés ou mãos) de aplicação directa ou sob a forma de cataplasmas); na segunda, para tratamento de doenças dermatológicas, nomeadamente psoríase (sob a forma de aplicação directa em “lodos finos” a 36-37° C, friccionados nas

zonas afectadas e seguidos de banho geral de água mineral a 37° C) ou para tratamento de doenças reumáticas ou músculo-esqueléticas (em banhos gerais de “lama” a 38° C, em banhos parciais, pés ou mãos, a 40° C ou em cataplasmas a 45° C).

**AREGOS**






**Nova Captação**

- Sulfúreas Sódicas Silicatadas
- Hipertermais


**c)**



**VIZELA**

**VÁRIAS NASCENTES**  
(Lameiras, Parque, Mourisco)

- Sulfúreas Sódicas Silicatadas
- Hipertermais

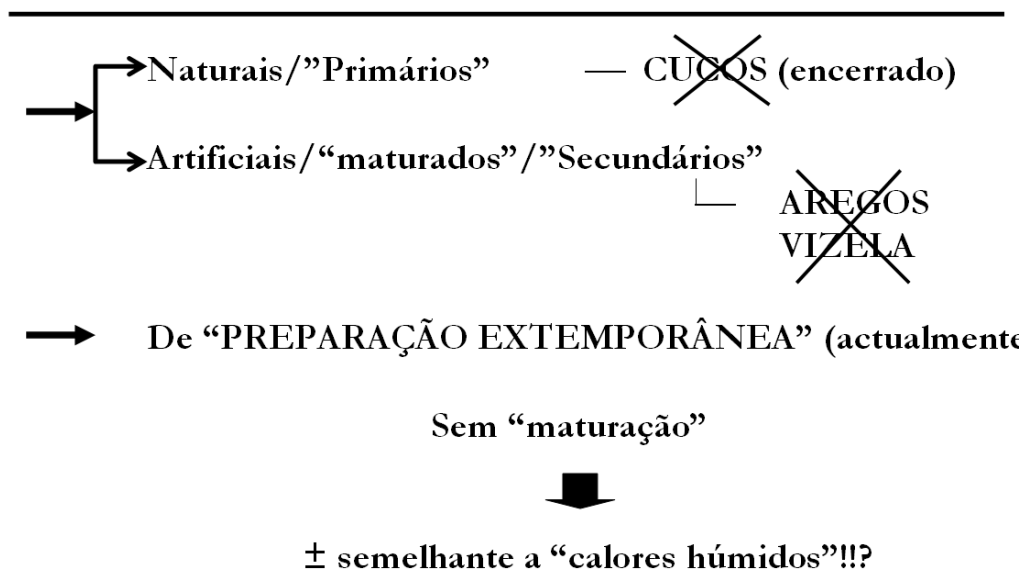


**d)**

c)- *Pelóides extemporâneos* - No início da década de 90 do século passado, toda a prática de utilização de pelóides se modificou:

Primeiro, pelo encerramento das Termas dos Cucos (que continuam a aguardar o necessário restauro). Depois, por força da legislação entretanto produzida e que aumentou o rigor de controlo microbiológico da utilização da água mineral a nível das estâncias termais, ou por simultânea estratégia economicista, as Termas de Vizela e de Arêgos deixaram de cultivar a maturação artificial dos pelóides. Em sua substituição, passaram a usar qualquer coisa a que chamam “fangos”, por vezes misturados com parafina (“parafangos”) e que mais não são do que “*preparados extemporâneos*” de um qualquer produto argiloso comprado algures no estrangeiro, misturado no próprio dia de aplicação com a respectiva água termal e posto a aquecer a elevada temperatura numa “panela de aço-inox” (que, em regra, recebe outros nomes mais pomposos) – Tabela IV.

Tabela IV – Pelóides em Portugal



“Lamas”, serão. Mas incluí-los nos “pelóides”, no estrito sentido em que a ISMH os definiu, é muito difícil de aceitar. Na maioria dos casos, a aplicação de tais “produtos” passa a ser feita em cataplasmas quentes (40-45 °C) que mais não actuam a não ser como “calor húmido” inespecífico e que, como tal, pela legislação portuguesa de 2004, não deveriam ser consideradas “técnicas termais” mas apenas “técnicas complementares”, uma vez que lhes não pode ser reconhecido efeito

crenoterápico e poderão ser produzidos em qualquer centro de bem-estar de um qualquer hotel, geralmente designado como SPA.

Uma tal prática, porém e infelizmente, tem vindo a generalizar-se em muitas das estâncias termais portuguesas, num aproveitamento abusivo do nome de “fangos” que, em nosso entender, não contribui em nada para a dignificação do termalismo. Mais ainda, sobre que as Sociedades de Hidrologia Médica se deveriam pronunciar.

A nível da talassoterapia, Portugal tem algumas regiões com “lamas marinhas”, naturais e de alguma qualidade, algumas enriquecidas com diversos tipos de algas que naturalmente maturam nesses depósitos, como as da Praia do Foz do Minho, Praia da Consolação (Peniche), Praia do Meco (Caparica) e algumas da costa algarvia. Infelizmente, porém, tais “lamas marinhas” têm sido apenas exploradas espontaneamente pelas populações, sem qualquer enquadramento terapêutico organizado. Será o tempo de se produzir legislação adequada para a Talassoterapia (considerando então aí a respectiva peloidoterapia), à semelhança da que existe para a Terapêutica Termal, e a partir daí desenvolver-se uma utilização terapêutica correcta das lamas marinhas.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Guimarães F & Guimarães L. Hidrologia Médica. Coimbra: Ed. Instituto de Climatologia e Hidrologia da Universidade de Coimbra, 1954.
2. Gomes CSF & Silva JBP. Pelóides: Tipologia, propriedades, preparação e funções. In: Termalismo e Águas Engarrafadas. Perspectiva Pluridisciplinar. Açores: Ed. INOVA; 2009, 219-230.