

O INCURSIUNE ÎN ISTORIA ÎNTREȚINERII SĂNĂTĂȚII PRIN APĂ ÎN ROMÂNIA

Alexandra Voinea, prof.univ.dr *Dana Baran*

Universitatea de Medicină și Farmacie „Gr. T. Popa” Iași
Facultatea de Bioinginerie Medicală. Specializarea Balneofiziokinetoterapie și Recuperare

Abstract.

In Romania, bathing in mineral waters has an impressive history and popularity from time immemorial. In the Hippocratic epoch bathing served body cleansing and well-being, general hygiene purposes, and treating a wide range of diseases. Also inspired by these ideas, the Romans built their own thermae frequently near mineral and thermal springs even in conquered territories. In Dacia, they further developed thermal and mineral baths the Dacians already knew and used. In the Middle Ages, the culture of bathing declined. Under the influence of the Moors and Turks, in several cities «Turkish-style» public baths (hammam) appeared. Renaissance and Enlightenment brought about a new vision concerning bathing. Mineral springs began to be scientifically studied. In the XIXth and XXth centuries the culture of bathing flourished. A series of scientific societies were founded which contributed to this process. Today spa (salus per aqua) therapy is attracting great attention from many medical specialties.

Keywords: spa, balneotherapy, Daco-Roman thermae

Introducere

O privire în istoria întreținerii sănătății prin apă – „Sanitas (salus) per aquam” (spa) permite evidențierea importanței hidroterapiei ce reprezintă o metodă tradițională constând în utilizarea virtuților curative și igienice ale apei, în asociere cu puterea „miraculoasă” a extractelor vegetale, algelor, nămolurilor, argilelor, sedimentelor și sărurilor marine, în diverse forme și proceduri terapeutice. Prezentă încă din antichitate în culturile civilizațiilor înfloritoare ale Greciei, Imperiului Roman și Orientului Îndepărtat, hidroterapia este pusă în valoare tot mai mult în zilele noastre.

Perioada greco-romană

Îmbăierea a fost o trăsătură importantă a culturii grecești. Era inițial accesibilă doar oamenilor înstăriți, dispunând de băi private. Apoi s-au dat spre folosință și băi publice. În vremea lui Homer, îmbăierea era folosită în scop de curățare, întreținere corporală și igienă generală. În epoca Hipocratică, îmbăierea era considerată mai mult decât o simplă măsură igienică, întrucât se dovedea benefică în terapia multor boli. Se pornea de la ipoteza că bolile derivau dintr-un dezechilibru al fluidelor corpului. [1, 2] Pentru recăștigarea echilibrului se recomanda o schimbare a obiceiurilor și mediului, care includea îmbăierea, transpirația, plimbarea și masajul. Băile erau adesea combinate cu sporturile. Aceste idei au fost acceptate repede de către romani. Departe de ținuturile de

acasă, legiunile romane construiau propriile băi la izvoarele minerale și termale din ținuturile nou cucerite. Exemple se găsesc în toată Europa, inclusiv în Dacia. [1, 10] Prezența militară era adesea cheia dezvoltării unor astfel stațiuni climaterice. Acestea serveau nu numai pentru recuperarea soldaților răniți, dar deopotrivă pentru odihna și recreerea soldaților sănătoși. În opoziție cu grecii care se îmbăiau după exerciții fizice intense, romanii considerau băile mult mai importante decât gimnastica. Pe lângă curățare, exerciții, socializare, relaxare și venerarea zeilor, în terme se aplicau tratamente medicale. Balneafia includea aplicații de apă pe zonele dureroase, imersii ale corpului în apă și consumarea de cantități excesive de apă.

Dacia Felix și Dobrogea în epoca romană

Colonizarea Daciei timp de 165 de ani de către romani a dus la importante progrese în medicina sacerdotală și cea laică. Influența romană s-a reflectat asupra provinciei printr-o organizare sanitară superioară celei dacice, având un rol de seamă în menținerea sănătății. Această organizare s-a manifestat sub forma construirii a numeroase edificii igienico-sanitare: apeducte, canalizări, băi publice. În Dobrogea s-au descoperit urmele unor conducte bine lucrate – de diverse tipuri –, care serveau la alimentarea cu apă a orașelor. Apeducte s-au găsit în număr mare pe întreg teritoriul dobrogean – peste 40 identificate –, iar în orașe

s-a constatat existența unor canalizări sistematice, de pildă la Tomis. Urme de apeducte s-au mai găsit la Histria, Tropaeum, Troesmis, Salsovia, Topalu. Apa era necesară și alimentării termelor sau băilor publice, atribuit constant al așezărilor Dobrogei antice, mai ales în epoca romană. S-au putut identifica pe alocuri toate compartimentele termelor clasice: apodyterium (vestiar), tepidarium (cameră cu aer cald), laconicum (baie cu abur pentru sudație), caldarium (bazin cu apă caldă), frigidarium (bazin cu apă rece), suspensurae sau subsoluri cu instalații de încălzire (hypocaustum). Romanii au construit instalații balneare în vechile stațiuni dacice, corespunzând actualelor localități Băile Herculane (Thermae Herculi) și Călan (Aquae), de exemplu. Au fost edificate, de asemenea, unele stațiuni noi, ca acelea de la Buziaș, Săcelu ori Bala. Apele de la Govora și Călimănești au fost și ele cunoscute și frecventate de către romani. Trebuie menționat faptul că diferența existentă azi între baia cu apă obișnuită având rol igienic și baia cu ape minerale, nu era la fel de bine definită. Baia igienică, de purificare ori curățire a trupului, era un concept respectat cu strictețe nu numai de către romani ci și de către greci și alte popoare. (2) Îmbăierea a fost considerată una direct terapeutică atunci când avea rolul de a vindeca o boală. Dar ambele tipuri de băi promovau sănătatea, percepută nu doar ca o lipsă a bolii, ci și ca o stare bună fizică, mintală și ritual-socială.

Stațiunile balneare din provincia Dacia au servit destinderii și totodată întreținerii corporale sub semnul divinităților protectoare. Exemplul cel mai elocvent îl constituie numeroasele statui ale zeului Hercules de la Băile Herculane. Acțiunea factorilor de mediu asupra organismului uman și a sănătății este incontestabil pozitivă și poate fi privită ca o regenerare în egală măsură trupească și sufletească. Vechile complexe balneare au beneficiat chiar și de cadre medicale, o dovadă constituind-o „cabinetul medical” din cadrul băilor publice de la Apulum, unde într-o încăpere s-au descoperit instrumente medicale. [1, 3, 4] Nu încapă îndoială că stațiunea balneară cea mai înfloritoare din Dacia a fost cea de la **Băile Herculane**, situată pe Valea Cernei, între culmile munților Domogled și Mehadie, la 160m altitudine. Prospera stațiune romană de la Herculane poseda amenajări pentru captarea apelor termale, bazine de diferite forme și dimen-

siuni, conducte de teracotă, care aduceau sau duceau apa de la bazine. Inscriptiile descoperite atestă numărul mare de bolnavi ce veneau la Herculane și al guvernatorilor romani care, în semn de recunoștință pentru că s-au vindecat, au ridicat altare în cinstea zeilor apelor. Datorită apelor sale curative puse sub ocrotirea zeului Hercule, așezarea a fost numită „Thermae Herculi” sau „Ad aquas Herculi sacras ad Mediam” (apele sfințite ale lui Hercule de la Mediam, i.e. Mehadia). Apele minerale de la Herculane sunt izotermale și hipertermale (38 – 60°C), slab radioactive, hipotone, cu diferite compoziții chimice: sulfuroase, clorurate, calcice, sodice, oligominerale. Indicațiile terapeutice ale acestora însumează afecțiuni reumatismale, degenerative, inflamatorii sau post-traumatice, afecțiuni ginecologice, ale sistemului nervos periferic, boli dermatologice, nevroze astenice, boli profesionale, afecțiuni ale aparatului renal, afecțiuni asociate endocrine, boli de nutriție ori metabolice. [7] Celebră, atât la daci cât și la romani, a fost și localitatea **Germisara**, nume dac în care „germ” înseamnă cald, iar „sara”, izvor. Este vorba de Geoagiul de astăzi. [2] Germisara cuprindea în antichitate castrul militar cu canabae, așezare civilă, și thermale. În perioada romană complexul a funcționat în două faze: una exclusiv de suprafață și a doua în subteran și suprafață. [4] Renumită și căutată din trecut până în prezent pentru tratarea diferitelor afecțiuni locomotorii, ginecologice, metabolice, de nutriție și dermatologice, utilizând ape minerale care conțin bicarbonat, calciu, magneziu și doze mici de substanțe radioactive, ori ape carbogazoase, mezotermale (29 – 33°C) sau hipotone, stațiunea constituie un patrimoniu natural al țării. [2, 4]

Altă stațiune renumită în vremea romanilor, când se numea **Ahibis**, era **Buziașul**, despre care profesorul Dumitru Tudor scria: „Avem dovezi arheologice că în epoca romană s-au folosit în Banat și apele minerale de la Buziaș. În preajma izvoarelor minerale se înjghebase o mică așezare balneară, dovedită astăzi prin zidării, conducte de teracotă, monede, cărămizi, sculpturi și inscripții pe piatră, din păcate toate împrăștiate, fără a fi studiate în prealabil”. [9] Conductele de apă găsite dovedesc faptul că de apele minerale de la Buziaș s-a bucurat și dacii și romanii. Pe drumul imperial principal ce lega odinioară Ulpia Traiana de Apulum și nordul Daciei se află altă stațiune balneară numită **Călan** sau **Aquae**, nume

dat de romani după izvoarele cu apă termală. Aceasta se întindea pe o zonă ce cuprinde astăzi orașul Călan și localitățile învecinate (Călanul Mic, Sântămăria de Piatră și Călan Băi). Izvoarele termale și solul fertil al Luncii Streiului au impus *Aquae* ca o „statio” pe drumul ce lega *Ulpia Traiana de Apulum*. Din vechile *thermae* s-au mai păstrat doar bazinul cioplit în stâncă, utilizat de locuitorii din împrejurimi până în zilele noastre. Ansamblul bazin – canal, datorită formei sale păstrate în timp, a fost denumit „Lingura romană”. Băile romane organizate erau mai accesibile celor bogați, stăpânilor de sclavi, autohtonii daco-geți, locuitorii ai satelor, continuând să-și tămăduiască bolile prin vechile lor remedii, într-un cadru mai puțin sofisticat. Intensa activitate balneară din epoca romană, demonstrată de descoperirile arheologice și, în special de cele epigrafice, pledează pentru marea răspândire a bolii reumatismale în această perioadă. La care din formele de reumatism se referă inscripțiile care relatează că bolnavii au fost salvați aici de vechi infirmități sau chiar de la moarte, e greu de aflat cu precizie astăzi. Comparativ cu epoca primitivă, condițiile de viață se îmbunătățiseră în timpul antichității romane; nu și cele de mediu, însă, așa cum rezultă din incidența crescută a bolilor, în etiologia cărora ambientul are rol important. [2, 4]

Evul Mediu și Renașterea

În Evul Mediu vest-european a survenit un regres în practica igienei. Spre sfârșitul Antichității, îmbăierea nu mai reprezenta o metodă terapeutică, ci termele se transformaseră treptat în locuri de plăcere sau excese sexuale. Deteriorarea moravurilor a devenit evidentă, indicațiile igienice și medicale estompându-se. Căderea Imperiului Roman (476) și apariția creștinismului au dus la închiderea băilor publice care căpătaseră o faimă proastă. [10] Chiar dacă igiena decade, totuși băile în apa râurilor se mai practicau. Începând cu secolul al XIII-lea, îmbăierea a reînceput să fie folosită, în special în sud-vestul Europei sub influența Maurilor. În a doua jumătate a Evului Mediu, din amestecul tradițiilor s-a născut un nou concept – baia turcească (*hammam*). Binefacerile băii turcești au fost cunoscute din cele mai vechi timpuri. O baie turcească presupune trecerea prin mai multe etape și încăperi: întâi „camera caldă”, unde aerul cald, uscat, produce transpirație; urmează stropirea cu apă rece și

imediat pătrunderea într-o încăpere unde este și mai cald, numită „camera fierbinte”: aici se transpiră din nou. Urmează spălarea și un masaj al întregului corp. În final, se ajunge într-o ultimă încăpere, cea de relaxare, unde se rămâne un timp, pentru răcorire. Ca și sauna, baia turcească este o baie de căldură care favorizează transpirația. Condițiile sunt foarte diferite: în baia turcească temperatura rămâne moderată cu un mare grad de umiditate, față de saună, unde căldura este uscată. Prin baia turcească pielea se curăță în profunzime. Băile turcești au fost cunoscute și în Țările Române medievale. Fundațiile unor băi publice de tip oriental s-au găsit pe teritoriul actualei Republici Moldova, la Orheiul Vechi, la locul numit Ferede (denumire dată băilor turcești), pe malul Răutului. La **Iași**, se găseau mai multe băi publice, băi de abur, primele datând din vremea lui Vasile Lupu. Astfel, în anii '30 – '40 ai secolului XVII, a fost construită o splendidă baie din marmură, care îl încântase pe celebrul Paul din Alep. Existau, de asemenea, băi colective ori obștești, denumite și feredeie, fapt atestat de prezența uliței „Feredeelor” din capitala Moldovei. Și în cetatea **Sucevei**, domnitorul Vasile Lupu va ctitori o baie. Astăzi, se mai întâlnește, din aceeași epocă, printre monumentele de arhitectură ale orașului **Iași**, baia turcească de la mănăstirea Cetățuia (secolul al XVII-lea, 1668 – 1672), considerată singura construcție de acest fel păstrată într-un ansamblu mănăstiresc. Este remarcabilă, de asemenea, baia turcească de la conacul din **Golești**, în Țara Românească, clădită în 1784 și păstrată integral. (5, 9) În **Iași**, baia populară, recent restaurată (2004), situată în spatele catedralei Mitropolitane, datează din secolul al XIX-lea, fiind ridicată pe locul unor stabilimente similare mult anterioare (sec. XVI). O construcție aparte în România este **Baia Turcească din Constanța**. Construită la sfârșitul secolului al XVIII-lea, încăperea propriu-zisă a băii este pătrată, iar orificiile pentru aerisire străpung tavanul din cărămidă, boltit. Pe latura de nord-est, în exterior, se găseau cazanele de apă, așezate deasupra vetrei, care încălzea apa și lespezile de piatră. În secolul XIX sultanul Abdul Medgid înalță o baie turcească în orașul **Medgidia**, județul Constanța. [6, 7]

Epoca modernă și contemporană

Sub influența filosofiei Luminilor și conceptului de reîntoarcere la natură, după secolul al XVIII-lea are loc o redescoperire a stațiunilor balneare și implicit o perioadă de renovare a acestora. În jurul anilor 1800 interesul pentru cultura îmbăierii a crescut. Cercetătorii au analizat apele minerale, dorind să le îmbunătățească folosirea în medicină. Cura internă reprezenta tratamentul de bază până la sfârșitul secolului al XIX-lea, tratându-se, între altele, anemii, afecțiuni ale aparatului digestiv, precum cele ale colonului și ficatului, ale aparatului respirator, afecțiuni genitale. Cura internă se combina deseori cu cea externă.

Băile Herculane au cunoscut o nouă perioadă de înflorire începând cu anul 1736, sub ocupația Imperiului Austriac. Existența bimilenară a stațiunii Băile Herculane a fost favorizată de eficacitatea miraculoasă a izvoarelor termale, dar și de pitoreasca sa așezare într-o vale adăpostită de munți, de o frumusețe aparte. Dotarea tehnico-edilitară și diversificarea metodelor de tratament, de la cura balneară clasică la metode de fizio- și electroterapie, masaj, acupunctură, au conferit stațiunii un înalt grad de atractivitate, la fel ca și multiplele mijloace de recreere și divertisment, bazinele de înot cu apă termală, sauna, masajul, posibilitățile de drumeție și excursiile revitalizante în stațiune și pe Valea Cernei.

Apele minerale de la **Buziaș** au fost redescoperite între anii 1796 – 1805, când orașul era sub ocupație Habsburgică. Orașul este declarat stațiune balneară în 1819. Terapia balneară în zona Buziaș s-a fundamentat grație medicilor Bela Lindenmayr, care a activat aici între 1809 – 1838 și Gheorghe Ciocârlan, coordonatorul stațiunii între 1838 – 1848. Tot în secolul XVIII, între 1711 – 1721, apar primele așezăminte balneare la „baia lui Felix” – azi, **Băile Felix** –, descoperite încă prin 1000 – 1200, de călugărul Felix, parohul mănăstirii din Sânmartin. În 1885, aici se captează un nou izvor cu temperatura de 49°C.

La **Vatra Dornei**, numită Dzerna de daci, Durnacum de romani și Durna de slavi, așezare menționată din 1595, după 1775, sub administrație Habsburgică, se intensifică exploatarea bogățiilor solului și subsolului Bucovinei. La 1812 se îmbuteliează deja apă la Poiana Negri, iar în 1845 se construiește primul

stabiliment balnear. În secolul XIX se captează noi izvoare, se aplică nămol de turbă și, în 1895, se realizează instalații balneare moderne.

La sfârșitul secolului al XIX-lea și începutul secolului al XX-lea, o seamă de publicații de specialitate marchează inițierea studiului științific al apelor minerale și nămolurilor terapeutice în România. În 1821 apare prima lucrare de balneologie românească: „Despre apele minerale de la Arpătac, Bodoc și Covasna”, tipărită de medicul **Vasile Popp** (1789 – 1842), la Sibiu. **Șt. V. Episcopescu** publică în 1857 sinteza „Apele metalice ale României Mari”, în care subliniază importanța terapeutică a acestor ape. (1) În **Moldova**, izvoarele minerale sunt analizate chimic prin programul „Societății de Medici și Naturaliști” din Iași (1833), prima societate științifică medicală din țară, înființată din inițiativa doctorilor Iacob Czihak și Mihail Zotta. Se tipăresc mai multe studii consacrate acestor cercetări. Medicii Societății au modernizat serviciul sanitar al Moldovei, au înființat instituții de ocrotire socială, au format personal mediu sanitar, au luminat masele, publicând întâiile manuale, broșuri de educație sanitară și primul periodic medico-social în română. [1, 2]

Din inițiativa doctorului **Carol Davila**, în 1868, ia ființă, la București, „Societatea de Hidrologie”, în scopul cercetării și valorificării stațiunilor balneo-climaterice din țară. Paralel progreselor balneologiei și fizioterapiei, încep cercetările științifice experimentale în domeniu. Ele debutează cu **Anibal Theohari**, creatorul școlii de terapie și balneologie de la noi, profesor, o scurtă perioadă, și la Facultatea de Medicină din Iași. Pe calea deschisă de celebrul său înaintaș, doctorul Carol Davila, el reîntemeiază, în 1923, „Societatea de Hidrologie Medicală și Climatologie”. [7] Era perioada unei mari schimbări în folosirea apelor minerale pentru tratamentul diferitelor boli. Explicația medicală a îmbăierii era acum cunoscută, în special de reumatologi și dermatologi, care prescriau îmbăierea combinată cu alte proceduri: exerciții fizice, masaj, hidroterapie, electroterapie, aerosoli și împachetări cu nămol. Stațiunile balneoclimaterice se diferențiau după localizare și compoziția chimică a apei minerale. În 1931 se înființează, la Cluj, prima catedră de balneologie și fizioterapie, condusă de profesorul Marius Sturza. [1, 2, 4]

Stațiuni din Moldova

Nu departe de Iași, în județul Neamț, stațiunea **Băltătești**, atestată documentar la începutul secolului al XVIII-lea, este cunoscută pentru apele minerale clorurate, sulfatate, iodate, bromurate, cu o concentrație de până la 280 g/l. Băile, situate la o altitudine de 475 m, funcționează din 1810. În județul Iași se găsesc numeroase izvoare calificate drept minerale, având compoziție chimică și mineralizări variate: **Strunga** (sulfuroase, bicarbonatate, magneziene, calcice, sodice, sulfatate), **Răducăneni** (cloro-sodice, iodo-bromurate), **Pârcovaci** (bicarbonatate, magneziene, calcice), **Bohotin** (sulfatate, slab bicarbonatate) și **Iași: Nicolina, Breazu și Grădina Botanică** (sulfuroase, bicarbonatate, sodice), **Cucuteni-Băiceni** (sulfuroase, bicarbonatate, sodice). Localitatea **Strunga**, amintită în documente în anul 1411, se află la 55 km de Iași.

Stațiunea **Slănic Moldova**, „Perla Moldovei” prin calitatea apelor minerale ades medaliate cu aur la expoziții din străinătate, acoperă o paletă largă de afecțiuni. În 1933, stațiunea devenea, sub tutela epitropiei spitalelor Sfântul Spiridon din Iași și prin contribuția acad. prof. dr. Vasile Rășcanu, Institutul Balneo-Climatic Slănic Moldova, loc ideal de pregătire a absolvenților Facultății de Medicină din Iași. (5) Aflată în cartierul Galata din Iași, stațiunea balneară **Nicolina**, cunoscută și ca „Băile Purcica”, asigură tratamente cu apă sulfuroasă. Această bogăție s-a fructificat organizat după 1980, când aici s-a construit complexul balnear. Apa sulfuroasă de la Nicolina are cea mai mare concentrație din sud-estul Europei. Ape cu aceeași concentrație de sulf mai există în Caucaz, fără a fi însă folosite terapeutic, precum și în renumita stațiune cehă Karlovy Vary. Supranumită „apa tinereții veșnice”, apa de la Nicolina nu este deloc radioactivă, calitate pe care nu o mai au zăcămintele asemănătoare. În plus, sulful existent ajută tratamentelor cosmetice. Stațiunea de la Iași este singura unitate de acest gen, dezvoltată într-un oraș mare. La Băile Nicolina

se tratează o gamă largă de afecțiuni: reumatism, afecțiuni post-traumatice, dermatologice, respiratorii, vasculare periferice și chiar ginecologice. Actualmente, de apele de la Nicolina beneficiază în mod nemijlocit Spitalul de Recuperare din Iași, edificat în 1978.

De-a lungul veacurilor interesul manifestat în folosirea apei în medicină a oscilat de la un secol la altul și de la națiune la națiune creându-se diferite opinii, de la entuziasm la critică, de la folositor la dăunător. Astăzi, terapia balneară, ca și hidroterapia în ansamblu, are parte de o atenție sporită din partea multor specialiști din domeniul medical, extinzându-se asupra aspectelor de fitness și remodelare corporală. [2, 9, 10]

Bibliografie

1. Bologa L. V, Brătescu G., Duțescu B., Milcu Șt. M. - Istoria medicinei românești, Ed. Medicală, București, 1972, 320-322, 540-547.
2. Bologa V. - Istoria medicinei universale, Ed. Medicală, București, 1970, 299-301, 605-606.
3. Borza A. - Banatul în timpul romanilor, Timișoara, 1943, 45-60.
4. Ionescu C. - Istoria Medicinii, Ed. Pim, Iași, 2002, 45-50.
5. Mitican I. - Vechi locuri și zidiri ieșene (I), Ed. Tehnopress, Iași, 2004, 12-35.
6. Pricăjan A. - Apele minerale și termominerale din România, Ed. Tehnică, 1972, 17-32.
7. Pricăjan A. - Din trecutul balnear al României, Ed. Științifică, București, 1999, 12-23.
8. Rășcanu V. - Călător prin două secole, Ed. Litera, București, 1977, 67-80.
9. Tudor D. - Orașe, târguri și sate în Dacia romană, București, 1968, 24-30.
10. van Tubergen A., van der Linden S. - A brief history of spa therapy, Ann Rheum Dis, 2002, 61, 273-275.