



VALLE DE ORDESA  
(Pirineo Araganés)

Foto Dr. Izaguirre

El sol, desde los tiempos más remotos ha sido considerado como el eje de la vida; sin él, todos los seres morirían. La energía radiante solar, en realidad, constituye la energía causal de todos los procesos biológicos que se realizan en la tierra; todos los fenómenos vitales son efecto de la absorción de la energía solar y de su transformación en calor y energía química; todas las transformaciones de la materia y de la energía que se efectúan en la naturaleza, todos los fenómenos biológicos, dependen en último término de las transformaciones de la energía solar en energía potencial. Por consiguiente, el sol debe ser considerado como un insustituible agente físico-químico de nutrición para las plantas, el hombre y los demás seres. A pesar de ello debe tenerse en cuenta que no todas las radiaciones solares poseen la misma acción biológica, unas son **abióticas** y destruyen la materia viva y las otras están dotadas de propiedades **biológicas positivas**, y son consideradas como causantes de la vida y de la energía.

Usándose hoy día el sol como agente terapéutico, precisa dosificarlo, ya que un exceso puede ser perjudicial y un defecto ineficaz; por consiguiente, los enfermos sometidos al tratamiento helioterápico habrán de sujetarse a determinadas reglas. Estas reglas forzosamente tendrán que modificarse y adaptarse a las condiciones climatológicas de la región, de la estación del año y de la hora del día en que se sigan las prácticas helioterápicas.

Se comprende que el baño de sol no puede tomarse siguiendo las mismas reglas en el ecuador, en las zonas templadas y en las glaciales; como tampoco en las diferentes estaciones del año y horas del día. Nunca podrá ser igual el sol de julio que el de enero, ni el de las 12 del mediodía y el de las seis de la tarde.

Una vez elegido el lugar en que ha de edificarse el sanatorio, se tiene en cuenta la distribución arquitectónica del mismo. Todo sanatorio destinado al tratamiento de la tuberculosis osteoarticular dispone de un **lazareto**, en el cual quedan en observación los enfermos que ingresan en el establecimiento; de una **instalación de rayos X**; de una sección de **fototerapia**; de una **sala de enyesados**; y de un **quirófano**. Pero la base principal de estos establecimientos está en las galerías de insolación.

Las galerías de insolación están orientadas al mediodía, con el objeto de que reciban los rayos solares el mayor número de horas posible, resguardadas de los vientos reinantes de la región y partidas de dos porciones: una con techo y la otra descubierta. En invierno, si las galerías de insolación son muy largas se subdividen mediante paravanes de cristal en compartimientos que den cabida como máximo a 8 o 10 enfermos, subdivisión que se hace al objeto de evitar las corrientes de aire que se establecen en las galerías cuando son muy largas. En verano, por el contrario, se retiran los paravanes al objeto de que la brisa refresque la atmósfera; cuando los días son muy calurosos, al declinar el sol, las camas de los enfermos pueden trasladarse hasta la galería descubierta con el objeto de proporcionarles mayor fresco, durante el transcurso del día la porción descubierta sirve para pasar fácilmente de un compartimiento