



**Universidad del Sureste
Escuela de Medicina**

RESUMEN: helioterapia

Materia: MEDICINA FISICA Y DE REHABILITACION

ALUMNO: VALENTE TRUJILLO SANDOVAL

Semestre: 5° "A"

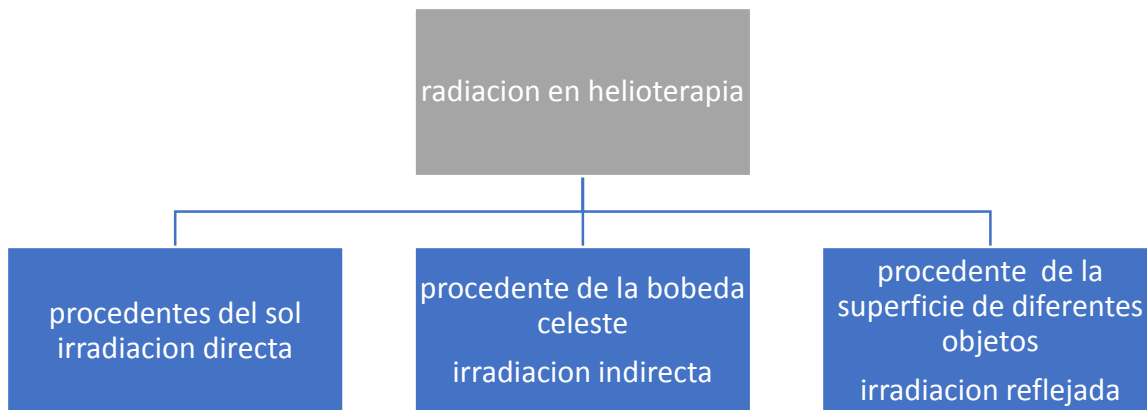
02/09/2020

Helioterapia

Es la utilización de las radiaciones solares, regulada y controlada con fines terapéuticos y profilácticos. su factor fundamental es la energía de radiación electromagnética (luminosa) del sol, en un diapasón de longitud de onda de 290-3000 nm, que atravez de la atmosfera alcanza la superficie terrestre de forma débil este conjunto helio climático-ambiental es el propio de la helioterapia y es difícilmente sustituible por medios artificiales, aunque éstos puedan proporcionar radiaciones similares a las solares.

La radiación de este diapasón se divide en:

Ultravioleta menor de 400nm 1 % del total	Uv-c inferior a 280 nm visibles 400-760 nm 40% del total
Uv-a rayos largos 315-400 nm • uv-b onda corta 280-315	infrarroja superior a 760 nm 59% del total



Dosificación

- Las radiaciones se deben realizar preferiblemente en horas de la mañana o después de las 3 de la tarde
- Exposición de la región a tratar desnuda, a la radiación solar por tiempos crecientes, 5 minutos por día o repetirlos dos o tres veces en 24 horas
- Esquema de rollier, aumentar 5 minutos de exposición cada 24 horas, se inicia por los pies, seguido de piernas, caderas y tronco, preservando cabeza y cuello. No permanecer en ninguna región más de 40 minutos
- Radiación solar general o sumaria, irradia todo el cuerpo se puede hacer constante (debajo de un toldo) o intermitente (interrumpida cada 10-20 minutos, o empleando un toldo giratorio con aberturas)

Consideraciones terapéuticas

para evitar trastornos y alteraciones es siempre conveniente determinar la sensibilidad a la luz solar de los pacientes que vayan a someterse a curas helioterápicas, puesto que es variable

con la pigmentación de la piel, grosor de ésta, equilibrio endocrino, etc. fitzpatrick y pathak han reconocido los siguientes fototipos:

- a) pieles muy sensibles: escasa pigmentación y ojos azules. Se queman y no se pigmentan.
- b) sensibles: tez clara y ojos claros. Se queman fácilmente y se pigmentan poco.
- c) medias: raza blanca en general. Se queman moderadamente y se pigmentan discretamente.
- d) tipo de piel mediterránea y oriental: se queman poco y se pigmentan fácil e intensamente.
- e) negras: no sensibles. No se queman nunca. Es posible determinar la sensibilidad a la luz solar mediante pruebas especiales, fototest, etc.

Indicaciones

- Profilaxis (personas que permanecen por tiempo prolongado en lugares cerrados)
- hipoavitaminosis
- Afecciones de la piel (piodermias, psoriasis eritemato escamosas)
- Fracturas óseas de consolidación lenta
- Enfermedades crónicas del soma
- radiculitis, neuralgias, neuritis en estadio crónico
- Trastornos metabólicos (raquitismo, obesidad y gota).
- Cicatrización de heridas cutáneas, ulceraciones atónicas
- Convalecencias y estados deficitarios de las defensas naturales
- Insuficiencias circulatorias y cardiovasculares de grado i o inferiores
- Enfermedades pulmonares (tuberculosis osteoarticulares, ganglionares, peritoneales y cutáneas)

Precauciones

Se debe tener en cuenta que la sensibilidad de la piel a los rayos ultravioleta aumenta durante las condiciones siguientes:

- En algunas enfermedades- eczemas, dermatosis afecciones hepáticas y renales
- Uso prolongado de medicamentos- sulfanilamidas, quinina, preparados con arsenico, hierro
- tener en cuenta sensaciones subjetivas (sensación de calor, cefalea), signos clínicos (palidez, eritema, jadeo)

- Antes de comenzar el tratamiento se deben tomar los signos vitales (pulso, ta, respiración)

. Como contraindicaciones d

Destacadas de la helioterapia figuran las afecciones graves cardíacas, hepáticas y renales, la hipertensión grave y la tuberculosis pulmonar evolutiva y, en general, todos los estados febriles.

Bibliografía

http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-fis/microsoft_powerpoint_-_helioterapia.ppt.pdf

<http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-fis/helioterapia.pdf>