

Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

Medicina física y de rehabilitación

Helioterapia

Dr. Antonio de Jesús Pérez Aguilar

Thania Guadalupe López Guillén

Helioterapia

La helioterapia es la exposición al sol. Su fundamento se basa en lo esencial que resulta la luz solar para el desarrollo de la vida vegetal y animal. 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.

Reacciones locales

Hiperemia: provocada por los rayos ir y visibles. Por 2 horas, provoca eritema ultravioleta que lleva a al bronceado por acumulo de melanina.

Aumento de las propiedades de defensa del organismo: Desarrollando cambios reflejos por irritación de los receptores de la piel y el fortalecimiento de los procesos humorales en el organismo (aumento de los procesos de intercambio, fermentativos e inmunológicos).

- Elevan la resistencia a las infecciones

- Aumentan la capacidad de trabajo

- Aceleran la cicatrización de heridas

- Fortalecen la respiración tisular (por activación de la formación de grupos sulfhídricos)

- Hiposensibilizante (por acción estimulante sobre la formación de histaminasa)

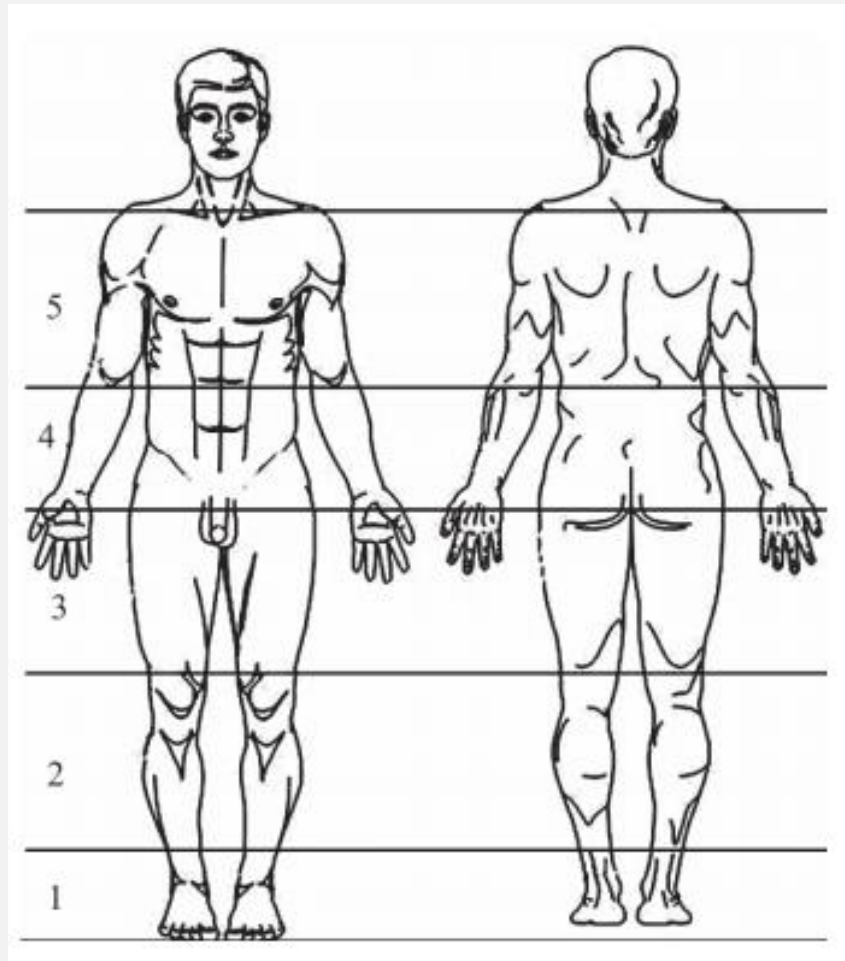
- Facilita los procesos de desintoxicación

- Actúa sobre el metabolismo de la vitamina D

- Aunque la radiación excesiva a los rayos UV puede llegar a generar mutaciones y con ello, cáncer.

Las radiaciones se deben realizar preferiblemente en horas de la mañana o despues 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 para la helioterapia

-El primer día se irradia la parte 1, solo por 5 min

-El segundo día se irradia la parte 2 por 5 min y la parte 1 por 10 min

-El tercer día se irradia la parte 3 por 5 min, la parte 2 por 10 min y la parte 1 por 15 min.

-Así, sucesivamente se expone 5 min la parte nueva y se le agrega 5 min de exposición a las de días anteriores.

-Al sexto día se dará una exposición total al cuerpo en su cara anterior durante 25 min.

-Al séptimo día se comenzará de igual forma por la cara posterior.

Después, puede alternarse la cara ventral y dorsal del cuerpo. Si se sigue este esquema, puede llegarse a 2 horas de irradiación diaria en el verano y 3 horas de irradiación diaria en el invierno.

Contraindicaciones

Tuberculosis pleuropulmonar

Afecciones graves cardíacas, hepáticas y renales.

Neoplasias epiteliales

Colagenopatías como el LES

Hipertensión grave.

Estados febriles

La complicación más temida y derivada de una exposición desmedida al sol, se le llama golpe de calor o insolación

- Quemaduras
- Dolor
- Dificultad para conciliar el sueño y el descanso
- Cefalea
- Vértigos
- Náuseas
- Hiperpirexia
- Polipnea
- Hipotensión
- Sincope