

**Universidad del Sureste**  
**Escuela de Medicina**

**Resumen “HELIOTERAPIA”**

---

**Materia: Medicina Física y de Rehabilitación.**

**Presenta: Raymundo López Santiago**

**Semestre: 5° “A”**

# HELIOterapia

## ¿Qué es?

ES LA UTILIZACIÓN DE LAS RADIACIONES SOLARES, REGULADA Y CONTROLADA CON FINES TERAPÉUTICOS Y PROFILÁCTICOS.

## Acciones de la radiación solar

### Locales:

- Aumento de la temperatura local por acción de los rayos infrarrojos.
- Aumento de la circulación periférica.
- Turgencia tisular y eritema solar, dependiendo del tipo de la piel (de la blanca a la negra).
- Liberación de sustancias vasodilatadoras.
- Intensa sudoración.
- Aumento del metabolismo tisular.

### Generales:

- Elevación de la temperatura corporal.
- Polipnea.
- Sudoración.
- Taquicardia.
- Tendencia a la hipotensión.
- Aumento de leucocitos y hematíes.
- Aumento del metabolismo.

### Anormales:

- **Locales:** eritema, quemaduras, vesículas, deshidratación, desecación y degeneración de la piel.
- **Generales:** dermatitis, eczemas y urticarias.
- **Oculares:** deslumbramiento, conjuntivitis y ceguera.
- **Insolación:** por exceso de radiación.
- **Golpe de calor:** por falta de agua, ropa inadecuada y aumento del ejercicio.
- **Desarrollo del cáncer:** cuidado con tomar el sol indiscriminadamente y las personas que tienen nevos.

## Indicaciones:

Profilaxis (personas que permanecen por tiempo prolongado en lugares cerrados)  
• hipovitaminosis d • 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).

## Beneficios de la Helioterapia.

Esta funciona a nivel térmico, químico hormonal, donde su principal efecto, es generar la sensación de relajación, esta se emplea en personas con trastornos de ansiedad o afecciones nerviosas, también esta actúa sobre la musculatura, y le induce a un estado de relajación mediante el efecto vasodilatador directo del sol, por ende se mejora la circulación e irrigación sanguínea, así como la acción endocrina con respecto a la regulación de la acción de las glándulas pituitarias y pineales, así también como favorecer el estado de ánimo del individuo.

## Contraindicaciones.

Las afecciones graves cardíacas, hepáticas y renales • enfermedades en estadio agudo • hemorragias • tumores malignos o benignos • la hipertensión grave y • la tuberculosis pulmonar evolutiva • arterioesclerosis manifiesta • hta grado II o mayor • estados febriles. • asma bronquial con ataques frecuentes • esclerosis múltiple, lupus • insuficiencia circulatoria grado II o mayor.

## Bibliografía:

- Pargas Torres, Feridia. Enfermería en la Medicina Tradicional y Natural. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2005.
- Perera y Prats A. La helioterapia natural y artificial en España Madrid, 1924. (Real academia de Medicina de Madrid).