

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

ESCUELA DE MEDICINA

5to Semestre

Grupo "B"

Medicina física y de rehabilitación

05 DE SEPTIEMBRE DEL 2020

**Dr. PEREZ AGUILAR
ANTONIO DE JESUS**

Resumen

Helioterapia

Presenta:

- **Diana Montserrath de León Pérez**

Helioterapia

La helioterapia es la aplicación de los rayos solares con fines terapéuticos y preventivos, se trata de 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.

Efectos locales

- hiperemia de la piel provocada por los rayos ir y visibles: , la vasodilatación y la turgencia tisular condicionan el denominado eritema solar, que alcanza su mayor intensidad 12- 14 horas después de la exposición al sol, forma de inflamación ligera, exposiciones muy prolongadas pueden producir quemaduras que no suelen superar el segundo grado.
- 1-2 horas eritema ultravioleta que lleva a al bronceado por acumulo de melanina

Efectos beneficiosos

- antirraquitismo: la luz solar favorece la producción de vitamina d, la que necesitamos para absorber el calcio de los alimentos y fortalecer los huesos.
- Estimulante sobre la mente: la luz induce al optimismo, hace ver la vida de una forma más positiva y evita depresiones y tristezas. La luz del sol tiene, en este sentido, los mismos efectos que la luz artificial, pero no cabe duda de que siempre es más agradable la dosis de luz en un ambiente abierto, en el campo, directamente del sol, que en una habitación cerrada y procedente de una fuente de luz artificial
- Estimulante sobre la propia piel: la exposición directa a los rayos solares provoca una ligera irritación de las capas más superficiales de la piel, que dilata los capilares encontrados en la superficie cutánea; gracias a ello aumenta la sangre que circula por la piel
- Se emplea en el manejo integral de la psoriasis, fundamentalmente en sus formas eritematosas escamosas evolutivas

- Las radiaciones UV que componen la luz solar tienen un gran valor para elevar la circulación, la inmunidad y la resistencia de la piel. Por eso son útiles en la cicatrización de heridas cutáneas.
- Si se aplica a dosis pequeñas, tienen un gran efecto para elevar la vitalidad de los pacientes encamados o inmovilizados.

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 mas de 40 minutos

Contraindicaciones

- Tuberculosis pleuropulmonar.
- Afecciones graves cardíacas, hepáticas y renales.
- Neoplasias epiteliales.
- Colagenopatías como el lupus eritematoso sistémico.
- Hipertensión grave.
- Estados febriles.

Referencias:

Rodrigo I. helioterapia, 23/02/17 recuperado de
<https://fisiodavalos.wordpress.com/2017/02/23/helioterapia/>