



**Nombre del alumno:
Brenda Nataly Galindo Villarreal**

**Nombre del profesor:
Sergio Jiménez Ruiz**

**Nombre del trabajo:
Hidroterapia**

**Materia: Interculturalidad
y Salud 2**

Grado: 2do Semestre

HIIDROTERAPIA

12 Mar 2021

La hidroterapia es la utilización terapéutica del agua por sus propiedades físicas, también es la rama de la hidrología que estudia la aplicación externa del agua sobre el cuerpo humano, siempre que sea con fines terapéuticos y principalmente como vector mecánico y térmico.

Otros conceptos relacionados con el de hidroterapia son los siguientes:

- > Hidrología
- > Crenología
- > Climatoterapia
- > Balneoterapia
- > Psamoterapia

Principios Físicos Del Agua

Es el elemento más abundante en la composición de todos los seres vivos, en estado puro sus propiedades organolépticas son las de un elemento inodoro, insípido e incoloro.

Tiene propiedades que le confieren una gran importancia terapéutica y le dan un gran interés al ser un factor que interviene en la regulación térmica de los seres vivos.

Posee un alto coeficiente de viscosidad y tensión superficial y una gran conductividad calórica, pero una mala conductividad eléctrica.

Tipos de Agua

La hidrología médica se emplea cuando la utilización del agua no es solo superficial, no es más que el empleo

Temperatura	Tipo de Agua	Efecto
1-13°C	Muy Fría	Estimulantes y tónicas
13-18°C	Fría	
18-30°C	Tibia	
30-35°C	Indiferente	Sedantes
35-36°C	Templada	
36-40°C	caliente	Sedantes, relajantes y analgésicos
40-46°C	Muy caliente	

Efecto General:

Hay otros tipos de reacción común para las aguas mineralo-medicinales llamada reacción general inespecífica. La cura termal es como una pequeña agresión que pone al organismo en fase de respuesta favorable o de bienestar, aumentando su capacidad de defensa.

Efecto Psicológico:

Tiene un claro efecto psicológico en las afecciones en las cuales el agua facilita el movimiento o disminuye la resistencia, de manera que el individuo ejecuta movimientos o acciones que de otra manera no puede realizar.

Como ejemplo; el agua fría provoca una sensación de estímulo o vigilia y el agua caliente un estado de somnolencia, sedación y sueño.

Conlleva un efecto placebo

Otros métodos:

- Balneoterapia
- Baños parciales
- Balneocinesiterapia/Hidrocinestiterapia
- Duchas, compresas, baños locales

unicampus

aguas minerales y mineral-minerales, cuyas características físico-químicas las hacen recomendable para su uso terapéutico.

Según el origen de las aguas, podemos clasificar en:

- Aguas profundas: de menor interés terapéutico pero con propiedades mineralo-medicinales;
- Aguas superficiales:
 - Manantiales y fuentes espontáneas: que se denominan manantiales freáticos.
 - Manantiales a los que se accede a través de pozos artesianos o un sistema de bombeo.

Efectos fisiológicos Terapéuticos

Son cuatro los efectos del agua que hacen que sea ideal como medida terapéutica.

Estos efectos son:

- El efecto Mecánico
- El Térmico
- El efecto General
- El Psicológico

Efecto Mecánico:

Son dos grandes efectos los que se producen:

- factores hidrostáticos
- factores hidrodinámicos.

Efecto térmico:

Es el efecto más utilizado, la temperatura del agua puede variar de 7 a 46° y según ello variará los efectos fisiológicos.

Según el cuadro:

Norma

Bibliografía

Bernal, L. (s.f.). Hidroterapia. 7.