



PASIÓN POR EDUCAR



**Nombre del alumno: Juan Bernardo
Hernández López**

**Nombre del profesor: Jiménez Ruiz
Sergio**

**Nombre del trabajo: 4to Control de
lectura**

Materia: Interculturalidad y salud II

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 2do Grupo: "B"

Comitán de Domínguez Chiapas a 12 de Marzo del 2021

HIDROTERAPIA

Podemos definirla como 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 son:

- * Hidrología: parte de las Ciencias Naturales que se ocupa del estudio de los aguas.
- * Crenología: Se ocupa de las aguas mineralizadas en su constitución y propiedades, así como de los terrenos en los que se originan.
- * Climatoterapia: Es el uso de los climas como actividad terapéutica.
- * Talasoterapia: Estudia la acción terapéutica del agua del mar y su entorno.
- * Balneo terapia: Tratamiento de afecciones mediante el uso combinado de la Hidroterapia y la Hidrología.
- * Psamoterapia: Empleo de la arena como vector térmico y aplicación terapéutica.

Indicaciones y contraindicaciones: Relatamos las indicaciones y contraindicaciones generales para todos estos técnicos:

Indicaciones:

- Todas aquellas que quedaron indicadas en termoterapia/cristoterapia cuando el agente físico utilizado en el agua: artritis, artrosis, hipotermia, parosias, parálisis, Columna y reducción de la marcha.
- Afecciones del sistema nervioso: neuralgias, neuritis, poliomielitis, insomnio y cuadros de agitación neuromotriz.

Contraindicaciones:

- Artritis infecciosa (en piscinas)
- rinosis y diroreas
- Cardiopatías descompensadas
- Epilepticos no controlados y síndromes
- Bronquitis crónica descompensada
- coreicas
- Herida abierta
- Dermatología: Micosis y dermatitis púrgica
- Hipertensión arterial y varices

Principios físicos del agua: Es el elemento más abundante en la composición de todos los seres vivos, posee además un alto coeficiente de viscosidad y tensión superficial y una gran productividad catiónica, pero con una mala conductividad eléctrica en estado puro. Esta conductividad aumenta mucho sin embargo, si se adiciona una sal ionizable, lo que implica que la conductividad eléctrica está en relación con el grado de mineralización. Tiene poder disolvente de las moléculas hidrofílicas y los electrolitos. Las moléculas de agua también pueden disociarse en el seno líquido mismo, llevando a cabo reacciones hidrolíticas. Estas propiedades físico-químicas del agua son las que posteriormente llevarán a los efectos beneficiosos terapéuticos para el paciente.

Tipos de agua: No es más que el empleo de aguas minerales y mineralo-medicinales; aquellas cuyas propiedades físico-químicas las hacen recomendable para su uso terapéutico. Según el origen de las aguas podemos clasificar:

- 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 artesanos o un sistema de bombeo, por la composición y presentación se pueden dividir en:

Grupo 1 > 150 mg/l minerales	Grupo 2 elementos minerales especiales	Grupo 3 oligominerales, pobres en minerales
Aguas cloradas: para afecciones linfáticas, tuberculosis y serelas de traumatismos	Aguas sulfatadas: infecciones reumáticas crónicas, antiinflamatorias y bactericidas	Indicadas en trastornos reumáticos, gota, neuralgias y neuritis.
Aguas sulfatadas: purgantes y digestivos	Aguas ferruginosas: anemia ferropénica	
Aguas bicarbonatadas: sedantes y diuréticos	Aguas radioactivas: gota, bronquitis...	
Aguas carbonatadas: dispepsias y litiasis renal		

Efectos fisiológicos termopéuticos: Son cuatro los efectos del agua. Estos efectos son: el efecto mecánico, el térmico, el efecto general y el psicológico.

Efecto mecánico: Son 2 grandes efectos los que se producen: factores hidrostáticos y factores hidrodinámicos. Factores hidrostáticos: La presión que ejerce un líquido sobre un cuerpo sumergido (presión hidrostática). Según el principio de Arquímedes: "todo cuerpo sumergido en el agua experimenta un empuje hacia arriba igual al peso del volumen líquido que desaloja". Cuando el peso del cuerpo es menor al empuje, el cuerpo flota, si es igual permanece en equilibrio, mientras que si es mayor cae al fondo.

Factores hidrodinámicos: La resistencia al movimiento en el agua es igual a una constante (en relación con la viscosidad, densidad, cohesión y adhesión del líquido) por la superficie a mover, por el seno al ángulo formado entre el plano de proyección de la superficie que se desplaza y la dirección del desplazamiento, y por la velocidad al cuadrado.

Efecto térmico: Es el efecto más utilizado, la temperatura del agua puede variar de 1 a 46° y según ello variará los efectos fisiológicos.

TEMPERATURA	TIPO DE AGUA	EFFECTO
$1-13^{\circ}\text{C}$	Muy fría	Estimulante y tónicas
$13-18^{\circ}\text{C}$	Fría	
$18-30^{\circ}\text{C}$	Tibia	
$30-35^{\circ}\text{C}$	Indiferente	SEDANTES
$35-36^{\circ}\text{C}$	Templada	
$36-40^{\circ}\text{C}$	Caliente	Sedantes, relajantes y analgésicos
$40-46^{\circ}\text{C}$	Muy caliente	

Efecto general: La cura termal es una pequeña agresión que pone al organismo en fase de respuesta favorable, o de bienestar, aumentando su capacidad de defensa; lo negativo es que estos síntomas son malestar general, irritablez, astenia, ligera hipertemia, trastornos digestivos, leucocitosis, hipertensión arterial.

Efecto psicológico: En las afecciones en las cuales el agua facilita el movimiento o disminuye las resistencias, de manera que el individuo ejecuta movimientos o acciones que de otra manera no puede realizar.

Técnicas hidroterápicas

General	TIPO	Efecto
	Balneoterapia	Baños salados Baños carbogaseosos Baños de oxígeno Baños medicamentosos
	Baños parciales	Baños a presión Baños galvanicos Baños de hidromasaje
	Balneocinesiterapia Hidroquinesiterapia	Sedantes Tanque de Hubbard Piscinas terapéuticas
	Duchas	Afusiones Duchas de vichy Chorro de agua marina Ducha escocesa Ducha circulatoria
Hidroterapia local	Compresas	Envolturas húmedas curios de Kneipp
	Baños	Húmedas secas de turbina con chorros de contraste.

Balneoterapia: Tipos de baño: • Baños salados: aplicados en obesidad, gota y osteomielitis • Baños carbogaseosos: también llamados baños de Nauheim, emite agua a presión y dióxido de carbono, son estimulantes • Baños de oxígeno: son sedantes a temperaturas de 33-35°C • Baños de hidromasaje • Baños con sustancias medicamentosas • Baños a presión con múltiples toberas (Jacuzzi)

Baños parciales: Sólo se sumerge en agua parte del cuerpo, reciben el nombre según la zona del cuerpo para la que están indicados: generalmente van asociados a técnicas hidroquinéticas como remolinos o chorros o baños de contraste.

Duchas: Las duchas frías y calientes con efecto estimulante, y la neutra (20-38°) con efecto sedante, todas ellas con un chorro único a una distancia de 3 ó 4 metros.

Compresas: Compresas húmedas: Frías, calientes o neutras comúnmente usadas en tratamientos alternos.

Baños locales: Baños de turbina y remolino: Pequeñas recipientes donde se introduce una parte del cuerpo, contiene un agitador constante con continuo efecto térmico y de masaje.

Bibliografía

Hidroterapia. (s. f.). <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>. Recuperado 12 de marzo de 2021, de <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>

