



**Nombre de alumno: Francisco Miguel
Gómez Mendez.**

**Nombre del profesor: Dr. Sergio
Jiménez Ruiz .**

Nombre del trabajo: hidroterapia .

Materia: Interculturalidad y salud 2.

Semestre : 2.

Grupo: A.

Comitán de Domínguez Chiapas a 7 de marzo de 2022.

Hidroterapia.

La hidroterapia es la utilización terapéutica del agua por sus propiedades físicas, podemos definirlas también 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. En estado puro sus propiedades organolépticas son las que confiere una serie de propiedades que le confiere 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 además un alto coeficiente de viscosidad y tensión superficial y una gran conductividad calórica, pero 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. Mas emparentado con la hidrología médica se emplea cuando la utilización del agua no es solo superficial, no es mas que el empleo de aguas minerales y minero-medicinales o aquellas cuyas características físico-químicas las hacen recomendable para su uso terapéutico. 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 y el psicológico; todos ellos pasamos a desglosarlos en cada definición correspondiente.

Efecto mecánico; A su vez dos grandes efectos los que producen: Factores hidrostáticos y Factores hidrodinámicos. Factores hidrostáticos; la presión que ejerce un líquido sobre un cuerpo sumergido (presión hidrostática) es igual al peso de la columna de líquido situada por encima de ese cuerpo y es directamente proporcional a la profundidad de la inmersión y a la densidad del líquido. Según el principio de Arquímedes " todo cuerpo sumergido en el agua experimenta un empuje hacia arriba igual al peso del volumen de líquido que desaloja. Del mismo modo el cuerpo de un sujeto introducido en el agua sufre una reducción relativa de peso que depende del nivel de inmersión y que condiciona el peso aparente corporal. Cuando el peso del cuerpo es menor al empuje, el cuerpo flota, si es igual permanece en equilibrio mientras que si es mayor, se a 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 del ángulo formado entre el plano de proyección de la superficie que se desplaza y la dirección del desplazamiento y por la velocidad al cuadrado, cualquier cambio de estos factores variables modifica la resistencia y por tanto, obtenemos el movimiento, el aumento, la oposición.

Efecto general °; Aparte de los dos grandes anteriores hay otros tipos de reacción común para las aguas mine-
romedicinales, llamada reacción general inespecífica, la cara termal es como una pequeña agresión que se pone al organismo en fase de respuesta favorable o de bienestar, aumento su capacidad de defensas lo negativo es que estos síntomas son malestar general.

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

Además el agua fría provoca una sensación de estímulo o vigilia y el agua caliente un estado de somnolencia, sedación y sueño. Además tenemos tratamientos en grupo que aumentan el grado de relación con otros pacientes y ello conlleva también al efecto placebo. Si a esto añadimos como ya dijimos anteriormente que las balnearios están usualmente en zonas alejadas en plena naturaleza donde existe un alejamiento de la vida normal con sus preocupaciones y un contacto con la naturaleza, el efecto placebo aumenta más. Piscinas terapéuticas ° tamaño de unos 5-6 metros de ancho para llevar a cabo las terapias adecuadas depende su región en la que se encuentre.

Bibliografía .

Hidroterapia Concepto, indicaciones y contraindicaciones. Principios generales. Tipos de agua. Temperatura del agua. Efectos fisiológicos terapéuticos. Técnicas hidroterápicas: baños, compresas y envolturas, abluciones, proceso hidrocínético.