

William de Jesús López Sánchez

Sergio Jiménez Ruiz



Grado: 2°

Grupo: "A"

HIDROTERAPIA

La hidioterapia 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.

Dentro de las indicaciones encontramos que todas aquellas que quedaron indicados en termoterapia/crioterapia cuando el agente físico utilizado es el agua: artritis, artrosis, hipotonía, paresias, parálisis, columna y reeducación de la marcha; Así también afecciones del sistema nervioso: neuralgias, neuritis, poliomielitis, insomnio y cuadros de agitación neuromotriz.

Dentro de los principios físicos del agua encontramos que el agua es la sustancia más abundante en la superficie terrestre, encontramos de forma aislada en cualquier de sus estados; líquido, sólido o gaseoso; o formando parte de compuestos tanto orgánicos como inorgánicos, es el elemento más abundante en la composición de todos los seres vivos. En este estado puro sus propiedades organolépticas son las de un elemento inodoro, insípido e incoloro. Además posee un alto coeficiente de viscosidad y tensión superficial y una gran conductividad eléctrica en estado puro; esta conductividad aumenta mucho sin embargo, si le adiciona una sal ionizable, lo que implica que la conductividad eléctrica esta relación con el grado de mineralización.

Las moléculas de agua pueden ser consideradas como dipolos, presentando grandes capacidades de reacción, se pueden asociar moléculas de agua entre sí para formar polihiduros, a partir de enlaces de hidrógeno. Tiene capacidades disociantes e ionizantes a través de la atracción electrostática de la extremidad de cada dipolo. Tiene poder disolvente de las moléculas hidrófilas y los electrolitos. Las moléculas de agua también pueden disociarse en el seno líquido mismo, llevando a cabo reacciones hidrolíticas.

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 u aquellos a desglosar a continuación. Su efecto mecánico a su vez son dos grandes efectos los que se producen: factores hidrostáticos y factores hidrodinámicos.

La presión que ejerce un líquido sobre un cuerpo sumergido es igual al peso de la columna de líquido situado por encima de ese cuerpo y es diferente 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 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.

La resistencia al movimiento del agua es igual a una constante por la superficie al 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.

El efecto térmico, es el efecto más utilizado, la temperatura del agua puede variar de 1 a 46° y, según ello varían los efectos fisiológicos según el siguiente cuadro; se marca la temperatura, el tipo de agua y el efecto.

El efecto general se conoce también como 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; lo negativo es que estos síntomas son malestar general, inapetencia, astenia, ligera hipertemia, trastornos digestivos, leucocitosis, hipotensión arterial. Todo este cuadro sintomático conocido como reacción termal en ocasiones puede obligar al abandono de la terapia.

El efecto psicológico tiene un claro 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.

Además el agua fría provoca un estímulo o vigilia y el agua caliente un estado de somnolencia, sedación y sueño.

Dentro de las técnicas hidroterapéuticas encontramos las distintas técnicas que en general son la Hidroterapia general y la Hidroterapia local; En la general encontramos de tipo Balneoterapia, baños parciales, balneocinesiterapia, hidrocinesiterapia y duchas. En la Hidroterapia local encontramos las compresas y baños.

La Balneoterapia son las temperaturas y efectos que tiene la temperatura del agua sobre el paciente; Los baños parciales solo se sumerge en agua parte del cuerpo, reciben el nombre según la zona del cuerpo para la que están ideados; generalmente van asociados a técnicas hidroquinéticas como remolinos o chorros o baños de contraste. Para estos puede encontrar: Maniluvio para los miembros superiores, pediluvio para los miembros inferiores y semicupio o baños de asiento.

La Balneocinesiterapia / hidrocinesiterapia se utilizan para la inmersión completa en el agua, donde se realizan técnicas de movilización: tanques de Hubbard, piscinas terapéuticas y piscinas de natación.

Las duchas indican las duchas frías y calientes con efecto estimulante, y la neutra con efecto sedante, todas ellas con un chorro único a una distancia de 3 o 4 metros.

Bibliografía

Bernal, L. (2005). Hidroterapia. *luisbernal.es*, 7. Recuperado el 06 de marzo de 2022, de <https://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>