



José Manuel López cruz

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Hidroterapia

Interculturalidad y salud II

2° A

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 07 de marzo de 2022.

Hidroterapia

Concepto, indicaciones y contraindicaciones.
Principios generales. Tipos de agua. Temperatura del agua. Efectos fisiológicos. Técnicas hidroterápicas: Baños, compresas y envolturas.

La hidroterapia es la utilización terapéutica del agua por sus propiedades físicas; podemos definirla también como la rama de la hidrología que estudia la aplicación externa del agua sobre el cuerpo humano.

* indicaciones y contraindicaciones

- indicaciones:

• Todas aquellas que quedaron indicadas en termoterapia/crioterapia cuando el agente físico utilizado es el agua: Artritis, osteoartritis, Parosias, insomnio y cuadro de agitación neuromotriz.

- Contraindicaciones

Artritis infecciosa (en piscinas)

Cardiopatías descompensadas

Bronquitis crónicas descompensadas

Dermatología: micosis y dermatitis pruriginosa

Embarazo y diarrea

Cualquier herida abierta

* Principios físicos del agua

El agua es la sustancia más abundante en la superficie terrestre, encontrándose 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.

Pasa además un alto coeficiente de viscosidad y teneron superficial y una gran conductividad calorica, pero una mala conductividad electrica en estado puro; se le adiciona sal ionizable, lo que implica que la conductividad electrica esta en relacion con el grado de mineralizacion.

Los atomos de hidrogeno se unen al de oxigeno formando una molecula donde los atomos de hidrogeno estan separados por un ángulo de 100° . Tiene capacidades disociante e ionizante a travez de la atraccion electrostatica de la extremidad de cada dipolo. Presentando grandes capacidades de reaccion se puede asociar moleculas de agua entre si para formar polihidrofes a travez de la atraccion electrostatica de la extremidad de cada dipolo.

Estas propiedades fisico-quimicas del agua son las que posteriormente llevaran a los efectos beneficiosos terapeuticos para el paciente.

4 tipos de agua:

- Aguas profundas; de menor interes terapeutico pero con propiedades mineromedicinas.

- Aguas Superficiales:

- Manantiales y fuentes espontaneas; que se denominan manantiales freaticos.

- Manantiales a los que se accede a travez de pozos artesianos o un sistema de bombeo.

Son cuatro los efectos del agua que hacen que sea ideal como mediana terapeutica. Estos efectos son: El mecanico, termico, general y el psicologico.

Efecto mecánico

A su vez son dos grandes efectos los que se producen: factores hidrostáticos y factores hidrodinámicos.

Factores hidrodinámicos

La presión que ejerce un líquido sobre un cuerpo sumergido es igual al peso de la columna de líquido situada por encima de ese cuerpo y es directamente proporcional a 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".

Factores hidrodinámicos

La resistencia al movimiento en el agua es igual a una constante 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.

Efecto General

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 hipertermia, trastornos digestivos, leucocitosis, hipotensión arterial.

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 otra manera no puede realizar.

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

Balneoterapia

ya hemos las temperaturas y efectos que tiene la temperatura del agua sobre el paciente, según esto además tenemos los siguientes tipos de Baños:

Baños:

- Salados, Carbogaseosos, de oxígeno, con sustancias medicamentosas, a presión con múltiples toberas, galvanicos, de hidromasaje, de Knipp Baños parciales.

Solo se sumerge en agua parte del cuerpo, reciben el nombre según la zona del cuerpo para lo que están ideados; generalmente van asociados a técnicas hidroquinéticas como remolinos o Charros o baños de contraste.

Duchas

Se indican las duchas frías y calientes con efecto estimulante, y la neutra ($20-38^{\circ}$) con efecto sedante, todos ellos con un chorro único a una distancia de 3 ó 4 metros.

Baños locales

Baños de turbina o remolino: pequeños recipientes donde se introduce una parte del cuerpo, contiene un agitador constante con continuo efecto frotamiento y masaje. Las temperaturas son para miembros inferiores de 41° .

Referencias

hidroterapia . (***) . *luisbernal.es* , 1-7.

Link: <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>