



Anzuetto Aguilar Mónica Monserrat

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Control de lectura

Interculturalidad y Salud II

PASIÓN POR EDUCAR

2°

“A”

Comitán de Domínguez Chiapas a 07 de marzo de 2022.

HIDROTERAPIA

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, siempre que sea con fines terapéuticos y principalmente como veales mecánicas y térmicas. (Conceptos relacionados: Hidrología, parte de las ciencias naturales, que se ocupa del estudio de los aguas, crenología, rama de la hidrología que se ocupa de las aguas minerales medicinales en su constitución y propiedades, así como de los terrenos en los que estas se originan, climatoterapia, el uso de los climas como actividad terapéutica, talasoterapia, estudia la acción terapéutica del agua de mar y su entorno; balneoterapia, es el tratamiento de afecciones, mediante el uso combinado de la hidroterapia y la hidrología, a los que se prueban los efectos sobre el psiquismo ya que los 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, que obran también de manera beneficiosa sobre las patologías; psamoterapia, es el empleo de la arena como veal térmica y su aplicación terapéutica. / Aparte de las indicaciones particulares que pueden tener cada tipo de agua o cada técnica hidroterápica se tienen indicaciones y contraindicaciones:

Indicaciones: todos aquellos personas que quedan indicados en termoterapia / crioterapia cuando el agente físico utilizado es el agua: artritis, artrosis, hipotensión, faros, parálisis, columna y reducción de la marcha; afecciones de sistema nervioso: neuralgias, neuritis, poliomielitis, insomnio y cuadros de agitación neuromotriz.

Contraindicaciones: Artritis reumática (en fase aguda), cardiopatías descompensadas, bronquitis crónica descompensada, dermatología: micosis y dermatitis piógena, cirrosis y

HIDROTERAPIA

diarreas, epilépticos no controlados y síndromes carenciales; cualquier herida abierta, hipertensión arterial y varices. /
Principios físicos del agua. El agua es la sustancia más abundante en la superficie terrestre, encontrándose de forma aislada en cualquiera de sus estados: líquido, sólido o gaseoso, o formando parte de compuestos tanto orgánicos como inorgánicos. En estado puro sus propiedades organolépticas son las de un elemento: incoloro, insípido e inodoro. Tiene una serie de 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 térmica, pero una mala conductividad eléctrica en estado puro. Las moléculas de agua se pueden considerar como dipolos, presentando grandes capacidades de reacción, a partir de enlaces de hidrógeno se pueden formar estructuras complejas. Tiene poder disolvente de las moléculas hidrofílicas y los electrolitos. Estas y otras propiedades físico-químicas del agua son las que llevarán los efectos beneficiosos terapéuticos para el paciente. Tipos de aguas: la hidrología médica se emplea cuando la utilización del agua no es sólo superficial. Le es más que empleo de aguas minerales y mineral-medicinales; aquellos cuyas características físico-químicas los hacen recomendable para su uso terapéutico. Se clasifican según su origen, en:

- Aguas profundas: de menor interés terapéutico pero con propiedades mineral-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. Y según su composición y presentación se dividen en:
 - Grupo 1 (>1g/l de minerales) aguas cloruradas (para

HIDROTERAPIA

afecciones linfáticas, tuberculosis; aguas sulfatadas: purgantes y digestivas; aguas bicarbonatadas: sedantes y diuréticos; aguas carbonatadas: dispepsias y litiasis renal - Grupo 2 (Elementos minerales especificados) - Aguas sulfuradas: afecciones reumáticas crónicas, antiinflamatorios y bactericidas; aguas ferruginosas: anemia ferropénica; aguas radiactivas: gota, bronquitis - Grupo 3 (oligo minerales pobres en minerales): indicado en trastornos reumáticos, gota, neuralgias y neuritis.

Efectos fisiológicos terapéuticos: Son cuatro los efectos del agua que hacen que sea ideal como medida terapéutica; - Efecto mecánico \rightarrow a) factor hidrostático: la presión que ejerce un líquido sobre un cuerpo sumergido es igual al peso de la columna de líquido situada sobre el cuerpo y es directamente proporcional a la profundidad de la inmersión y densidad del líquido. Permite la descarga de miembros, ayuda a la movilización activa en caso de debilidad muscular. b)

factores hidrodinámicos: la resistencia al movimiento en el agua es igual a una constante por la superficie a mover.

Cualquier cambio de estas factores variables modifica la resistencia; mayor velocidad = mayor resistencia, el aumento de la superficie aumenta el trabajo muscular y la resistencia, la oposición a una corriente permite un trabajo muscular sin movilización articular. **Efecto térmico:**

La temperatura puede variar de 1 a 40° y de ello variarán los efectos fisiológicos: 1-13°C (muy fría) y 13-18°C (fría) = estimulantes y tónicos, 18-30°C (fibia), 30-35°C (indiferente), 35-38°C (templada) = sedantes, 38-40°C (caliente) y 40-46°C (muy caliente) = sedantes, relajantes y analgésicos.

Efecto general: la alta temperatura como una pequeña agresión que pone al organismo fase de respuesta favorable, aumentando su capacidad de defensa.

HIDROTERAPIA

Lo negativo es que estos síntomas son molestas general, inapetencia, astenia, ligera hipertermia, trastornos digestivos, etc. Todo el cuadro se conoce como reacción termal y abandonar la terapia puede ser uno de los consecuencias, Efecto psicológico.

Tiene un claro efecto en las afecciones en las cuales el agua facilita el movimiento o disminuye las resistencias, así el individuo realiza movimientos que de otro modo 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.

Técnicas hidroterapéuticas, a) Hidroterapia general:

→ balneoterapia: salada, carbogaseosa, de oxígeno, medicamentosa, a presión, galvánicas, hidromasaje y de Kneipp.

→ baños parciales: sedantes.

→ balneocinesiterapia: tanque de Hubbard, piscina terapéutica, y de natación.

→ duchas: duchas a temperatura, duchas de Vichy, charre de agua marina, ducha escocesa, ducha circulatoria, a fusión, envolturas húmedas, ciras de Kneipp.

b) hidroterapia local:

→ compresas: húmedas y secas.

→ baños: de turbina, con chorros y de contraste.

En la balneoterapia, la temperatura también tiene efectos en el paciente, en los baños parciales solo se sumerge una parte del cuerpo en agua, reciben el nombre según la zona del cuerpo para la que están ideados. En la balneoterapia / hidrocinestoterapia se utiliza la inmersión completa en el agua, donde se realizan técnicas de movilización, en las duchas se indican frías y calientes con efecto estimulante y la neutra con efecto sedante. Las compresas húmedas son de 3 temperaturas y para tratamientos alternos, y los jacos son calientes pero no más de 30°C.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Bernal, L. (s.f.). *Hidroterapia*. Obtenido de luisbernal.es:

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