



Jasson Yael López Ordoñez

Docente: Sergio Jiménez Ruiz

**Nombre del trabajo: Cuarto control de lectura
(especial), Hidroterapia**

Materia: Interculturalidad y salud II

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 2 do

Grupo: A

Comitán de Domínguez, Chiapas a 02 de
marzo del 2022.

HIDROTERAPIA

Para concluir los controles de lectura de eje parcial en la materia revisaremos el tema de 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 sea con fines terapéuticos y principalmente como vector mecánico y térmico. En el artículo a continuación, también nos hablan acerca de las indicaciones y contraindicaciones de la hidroterapia:

Aparte de las indicaciones, particularmente que puede tener cada tipo de agua o cada técnica hidroterápica que veremos a continuación, como indicaciones en este tratamiento tenemos que, todas aquellas que padaron indicadas en termoterapia o crioterapia cuando el agente físico utilizado es el agua: artitis, hipotermia, Parejas, Parálisis, columna y reducción de la marcha; así también se indica para afecciones del sistema nervioso: neuralgias, neuritis, Poliomielitis, insomnio y cuadros de agitación neuromotriz.

Como caso contrario la hidroterapia está contraindicada para lo siguiente: artitis infecciosa (en piscinas), cardiopatías descompensadas, bronquitis crónica descompensada, en caso de micosis y dermatitis piógena, cirrosis y diarreas, epilepticos no controlados y Síndromes cortícos, cualquier herida abierta, hipertensión arterial y finalmente Varices.

Posteriormente en este artículo pasamos a conocer acerca de los Principios Físicos del agua, y en el artículo nos lo describen así: En estado puro sus propiedades organolépticas son las de un elemento inodoro, insípido e incoloro. Tiene una serie de propiedades que le confieren una gran importancia terapéutica y le dan gran interés al ser un factor que interviene en la regulación térmica de los seres vivos. Posee una gran conductividad calorífica, pero una mala conductividad

eléctrica en estado puro. La molécula de agua está compuesta de dos átomos de Hidrógeno y uno de oxígeno. Las moléculas de agua pueden ser consideradas como dipolos, presentando grandes cantidades Polares de reacción. Participa en un gran número de reacciones químicas a través de sus electrones no compartidos de su átomo de oxígeno. Son estas propiedades físico-químicas del agua son las que posteriormente llevarán a los efectos beneficiosos terapéuticos para el paciente.

Ahora, continuaremos conociendo lo que el artículo clasifica con los tipos de agua, en este nos comienza describiendo lo siguiente: más emparentado con la hidrología, la hidrología médica se emplea cuando el uso del agua no es solo superficial. Según el origen de las aguas, podemos clasificarlas en: aguas profundas, de interés terapéutico pero con propiedades mineralizadas; aguas superficiales como las manantiales y fuentes espontáneas y manantiales a las que se accede a través de pozos artesianos o en sistema de bombeo. Así también, se pueden clasificar según su composición y presentación: grupo 1 de minerales, grupo 2 elementos minerales especiales y un grupo 3 oligominerales pobres en minerales.

Continuamos conociendo más, ahora veremos los efectos fisiológicos terapéuticos: Son cuando los efectos del agua que hacen que ideal como medida terapéutica. Entre los efectos son: el efecto mecánico, el térmico, el efecto general y el psicológico; todos ellos se describirán más a detalle a continuación: el efecto mecánico - a su vez son dos grandes efectos los que producen los factores hidrostáticos y factores hidrodinámicos; los factores hidrostáticos es 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; este tipo proporciona beneficios como descarga los miembros y permite la carga precoz, redistribuir el flujo sanguíneo, etc. El efecto de factores hidrodinámicos - Este proporciona beneficios como aumentar el trabajo muscular

Y la resistencia, permite en trabajo muscular isométrico.

Respecto a los 4 efectos generales terapéuticos que genera la hidroterapia tenemos a continuación el efecto térmico: la temperatura varía de 1 a 46° y, según esto varían los efectos fisiológicos; sus efectos según la temperatura irán de los más bajos serán estimulantes y tónicos, los de temperatura media serán sedantes y los de alta temperatura serán sedantes, relajantes y analgésicos.

El otro efecto terapéutico a mencionar es el efecto general, y el artículo lo redacta de la siguiente manera: la cultura termal es como una pequeña agresión al cuerpo 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, hipertensión arterial. Estos síntomas antes mencionados pueden llevar al paciente, a causa del malestar a abandonar la terapia.

Finalmente, como parte de los efectos terapéuticos también la presentación de los que a lo que he aprendido es uno de los puntos fundamentales que condicionará también a la recuperación del paciente, el efecto psicológico: tiene un claro efecto psicológico en las afecciones en los 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 una sensación de estímulo o vigilia y ello conlleva también un efecto placebo y el agua caliente un estado de somnolencia, sedación o sueño. Además tenemos tratamientos en grupo que aumentan el grado de relación con otros pacientes y ello también trae consigo un efecto placebo.

A continuación, sabiendo del tema de sus efectos terapéuticos, conoceremos las técnicas hidroterápicas: Podemos clasificar 2 grandes grupos, la hidroterapia general y la hidroterapia local, de los cuales ahora subclasificaremos en la hidroterapia general a

la balneoterapia, los baños Parciales, la balneocinesiterapia hidrocinesiterapia, las duchas; y para la hidrotterapia local vamos a subclasificar a las compresas, y a los baños; todos ellos con sus respectivos efectos terapéuticos. y a continuación se hará descripción de estos tipos de técnicas utilizadas: - la balneoterapia tiene a su vez varias subclasificaciones como los baños salados que son aplicados en la obesidad, gota y osteomielitis, los baños de oxígeno que son sedantes a temperaturas de $33-35^{\circ}\text{C}$, los baños de hidromasaje, los baños galvanicos, los baños carbogaseosos, etc. - otra técnica es los baños Parciales, donde solo se sumerge en agua parte del cuerpo, recibiendo su nombre según la parte del cuerpo para la que están ideados, podemos encontrar los maniluvijs para miembros superiores, los pediluvijs para miembros inferiores, etc. - En seguida vamos con la técnica de balneocinesiterapia o hidrocinesiterapia, esta se utiliza para la inmersión completa en agua, que será donde se realizarán las técnicas de movilización. - Las duchas es otra de las técnicas, en la cual es indicadas las duchas frías y calientes con efecto estimulante, y la neutra ($20-30^{\circ}$) con efecto sedante, todos ellos con un chorro cónico a una distancia de 3 o 4 metros, y para ellos hay también en diferentes presentaciones. - las compresas, estas ya pasan a formar parte de las técnicas locales, y dentro de ella encontramos 2 tipos de compresas: las compresas húmedas que son frías, calientes o neutras y las compresas secas o calientes que se aplican con gel de sílice que se calienta a un grado por encima de los 30°C . - Finalmente la última técnica que conoceremos, una técnica local es la de los baños locales, que los habrá de 3 tipos que serán: los baños de turbina o remolino donde se usan pequeños recipientes donde se introduce una parte del cuerpo, los baños con chorro que se aplica al tratamiento del baño de un chorro a unos 6°C y finalmente y como último punto de todo el artículo, los baños de contraste, que se utilizan alternativamente agua caliente y fría, y la cual personalmente he escuchado y visto a médicos utilizar este tipo de baños, pero bajo el nombre de la terapia frío-caliente.

Bibliografía

Luis Bernal (2005) *Hidroterapia*. Tema 32. Consultado el 02 de marzo del 2022.
Disponible en: <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>