



**Nombre del alumno: Morales Cano Anayancy.**

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

**Nombre del trabajo: Hidroterapia.**

**Materia: Interculturalidad y salud II.**

**Grado: 2do semestre.**

**Grupo: B**

PASIÓN POR EDUCAR

# 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 vector mecánico y térmico.

Existen varios conceptos relacionados con la hidroterapia como lo pueden ser: Crenología; rama de la hidrología que se ocupa de las aguas mineromedicinales en su constitución y propiedades, así como de los terrenos en los que estas se originan, climatoterapia; es el uso de los climas como actividad terapéutica, talasoterapia; estudia la acción terapéutica del agua del mar y su entorno, balneoterapia; es el tratamiento de afecciones mediante el uso combinado de la Hidroterapia y la Hidrología, a las que se pueden añadir 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, y psamoterapia; es el empleo de la arena como vector térmico y su aplicación terapéutica.

Aparte de las indicaciones particulares de cada terapia, existen indicaciones y contraindicaciones generales como: artritis, artrosis, hipotonía, paresias, parálisis, columna y reeducación de la marcha; Afecciones del sistema nervioso: neuralgias, neuritis, poliometitis, insomnio y cuadros de agitación neuromotriz.

Las contraindicaciones son: artritis infecciosa (en piscinas), cardiopatías descompensadas, bronquitis crónica descom-



pensadas, dermatología; micosis y dermatitis piógena, cirrosis y diarreas, epilépticos no controlados y síndromes coréicos, cualquier herida abierta e hipertensión arterial y varices.

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. Es el elemento más abundante en la composición de todos los seres vivos.

Más emparentado con la hidrología, la hidrología médica se emplea cuando la utilización del agua no es solo superficial.

Según el origen de las aguas, podemos clasificarlas en: aguas profundas: de menor interés terapéutico pero con propiedades mineromedicinales, 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.

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.

La resistencia al movimiento en el agua es igual a una constante (en relación con la viscosidad, densidad, cohesión y adherencia 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.

El efecto térmico es más utilizado, la temperatura del



agua puede variar de 1 a 46° y, según ello variará los efectos fisiológicos según el siguiente cuadro. 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. Todo este cuadro sintomático conocido como reacción termal en ocasiones puede obligar al abandono de la terapia; se puede intentar prevenir no fatigando al paciente, y dosificando el tratamiento de forma progresiva y suave, sobre todo en las primeras sesiones del mismo. 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.

El agua fría provoca una sensación de estímulo o vigilia y el agua caliente un estado de somnolencia, sedación y sueño. Además hay tratamientos en grupo que aumentan el grado de relación con otros pacientes y ello conlleva también un efecto placebo.

Si a esto se añade, como ya se dijo anteriormente, 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, el efecto placebo aumenta aún más. Ya se ha comentado las temperaturas y efectos que tiene la temperatura del agua sobre el paciente, según esto además tenemos los siguientes tipos



de baños: baños salados; aplicados en obesidad, gota y osteomielitis, baños carbogaseosos; emite agua a presión y dióxido de carbono, son estimulantes, baños de oxígeno; son sedantes a temperaturas de  $33-35^{\circ}\text{C}$ , baños con sustancias medicamentosas, baños a presión con múltiples toberas, baños galvánicos; consta de una cubeta en la que se introduce al paciente y se aplica corriente galvánica, baños de hidromasaje, baños de Kneipp; estanque alargado con agua hasta 10-20 cm de profundidad, dividido en diferentes secciones según la naturaleza del suelo.

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. Podemos encontrar: Maniluvios; para los miembros superiores, pediluvios; para los miembros inferiores y semicupio; o baños de asiento.

Balneocinesiterapia: Se utilizan para la inmersión completa en el agua, donde se realizan las técnicas de movilización. Tanque de Hubbard; baños de cerámica o metálicos, en forma de mariposa, para que el fisioterapeuta pueda movilizar al paciente. La temperatura del agua está entre  $24$  y  $38^{\circ}$ , el tiempo de tratamiento es habitualmente de unos 15 minutos, piscinas terapéuticas; tamaño de unos 5-6 metros de ancho por unos 12-15 de largo, con una profundidad que puede oscilar de 0,85 a 1,05 metros. El fisioterapeuta puede dirigir los ejercicios desde fuera o bien, introducirse él también en el agua.

## Referencia bibliográfica

*Hidroterapia*. (s. f.). sld.cu. Recuperado 5 de marzo de 2022, de <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>